



柳沢 正史

筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構 (WPI-IIIS)

睡眠の機能と調節の謎、つまり「なぜヒトも含めすべての脳を持つ動物が眠るのか」および「日々の睡眠量はどのように規定されているのか、そもそも『眠気』の物理的実体とは何なのか」という単純な疑問が、いまだにビッグミステリーとして残されています。

基礎科学としての睡眠学の魅力はここにあると私は思っています。

この謎を解くには、斬新かつ大胆なアプローチが必要です。