論文の種類：□原著論文　□資料論文　□技術報告　□短報

例

和文タイトル

**中学生, 高校生における睡眠教育の効果**

著者名

田中 秀樹1), 山本 隆一郎2)

所属機関名

広島国際大学 健康科学部 心理学科1), 江戸川大学 社会学部 心理学科2)

English Title

　The Effects of Sleep Education for Junior High School Students and

High School Students.

Author(s).

Hideki TANAKA1), Ryuichiro YAMAMOTO2)

Institution(s).

Department of Psychology, Faculty of Psychology, Hiroshima International University1)

Department of Psychology and Humanities, College of Sociology, Edogawa University2)

連絡先所在地

電話番号・メールアドレス

**ABSTRACT (about 200 words)：**

Please write the text of your abstract here.

**KEY WORDs (3-5 words)**:

　Adolescence, Goal Setting Strategy, Sleep Education, Self-help Treatment

**和文要旨(500字程度)**

　要約をこちらに書いてください。

**キーワード（3-5語）：**

青年期, 目標設定, 睡眠教育, 自己調整法

学会編集委員会記入欄

**受付日：202#年●月●日**

**採択日：202#年●月●日**

**本文**

# はじめに

日本睡眠環境学会の「睡眠と環境」への掲載は，より良い眠りや生活の質の向上を目指し，睡眠の質的な解明や環境(寝具・寝室等)領域の研究成果とした，原著論文，資料論文，技術報告，短報とする。

# 方法

# 結果

# 考察

# 結論

**利益相反について**

必要に応じて，本文末に利益相反の開示について記述してください。

例：本論文に関して，開示すべき利益相反関連事項はない。

例：著者は＊＊の従業員である。＊＊からの助成を受けた。

**文献**

〔和文雑誌の場合〕

1. 著者（2名の場合は全角中黒「・」でつなぎ，4名以上の場合は「ほか」とする）：論文タイトル‐サブタイトル‐．雑誌名，巻(号)：初頁－終頁，西暦発行年．
2. 古谷真樹・石原金由・田中秀樹：小学生における単発睡眠教育‐聴講形態による比較‐．学校保健研究，57(1): 18-28, 2015.
3. 林光緒・田中秀樹・岩城達也ほか：青年期中・後期における睡眠生活習慣と睡眠実験における被験者の選定基準について. 広島大学総合科学部紀要Ⅳ理系編, 23: 75-85, 1997.

〔和文書籍の場合〕

1. 著者（2名以上の場合は全角カンマ「，」でつなぎ，4名以上の場合は「ほか」とする）：論文タイトル．（編書中の特定の章は，(編)(監)など筆頭のみ（2名以上の場合は「ほか」）：書籍名．（初頁－終頁，））出版社名，西暦発行年．
2. 宮崎総一郎・林光緒：睡眠と健康．放送大学教育振興会，2017.
3. 田中秀樹・田村典久・古谷真樹：小中高校生への睡眠教育．駒田陽子ほか(編)：子どもの睡眠ガイドブック―眠りの発達と睡眠障害の理解．62–72，朝倉書店，2019.

〔英文雑誌の場合〕

1. 著者（姓の後にその他のイニシャルを並べる。2名以上の場合は半角カンマ+スペース「, 」でつなぎ，4名以上の場合は「et al.」とする。）：論文タイトル-サブタイトル-. 雑誌名. 巻(号): 初頁-終頁，西暦発行年．(カンマ等の半角記号の後ろは全て半角スペース)
2. Wolfson AR & Carskadon MA: Sleep schedules and daytime functioning in adolescents. Child Development, 69: 875–887, 1998.
3. Rigney G, Blunden S, Maher C et al.: Can a school-based sleep education programme improve sleep knowledge, hygiene and behaviours using a randomized controlled trial. Sleep Medicine, 16, 736-745, 2015.

〔英文書籍の場合〕

1. 著者（2名以上の場合は半角カンマ+スペース「, 」でつなぎ，4名以上の場合は「et al.」とする）：論文タイトル．（編書中の特定の章は，In 筆頭のみ(Ed)（2名以上の場合は「Eds」）：書籍名．（初頁－終頁，））出版社名，西暦発行年．
2. Seligman L: Selecting effective treatments. Jossey Bass, 1990.
3. Czeisler CA & Buxton, OM: The human circadian timing system and sleep-wake regulation. In M. Kryger, T. Roth, & W. Dement(Eds.),

Principles and practice of sleep medicine (5th ed.). 402-419, W.B. Saunders Company, 2010.

〔翻訳書の場合〕

1. Seguin E: Idiocy: and its treatment by the physiological method. William Wood. 1866. 末川博（監）・薬師川虹一（訳）：障害児の治療と教育―精神薄弱とその生理学的治療．2-30, ミネルヴァ書房，1973．

図表は、文献のあとにまとめて記載。



図１ 学会シンボルマーク

必要な情報をキャプションとしてここにつけてください。

表１　投稿料の比較

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 本会会員 | 非会員 |
| 原著論文 | 無料 | 10,000 円 |
| 短 報 | 無料 | 10,000 円 |
| 資料論文 | 無料 | 10,000 円 |
| 技術報告 | 5,000 円 | 30,000 円 |

必要な情報をキャプションとしてここにつけてください。

Microsoft Word形式(.docx)でご提出ください。

**1-1　タイトルと著者（小見出し）**

表紙で，希望する論文種を☑選択し，和文及び英語でタイトル，著者名，所属機関名を例に上書きしてください。

**1-2　要約**

1. 原著論文，技術報告，総説論文には要約をつけてください。
2. 表紙の次のページが要約です。英文要約は約200 語とし，和文要約は500字程度とし，それぞれ3-5 語のキーワード示して下さい。

**1-3　原稿形式**

はじめに（問題と目的），方法（研究対象者・条件・統計処理等），結果，考察，結論（まとめ），引用文献と、論文形式に整えて下さい。

**1-4　文字数**

原著論文，技術報告，総説論文は, タイトル，アブスト，本文，図表を含めて24,000字以内, 英文は5000Word以内,短報は10,000字以内です。図表は1枚あたり約800文字に換算してください。出来上がり本文は2段組みで，各段24 文字×48行数行です。

**1-5　引用文献**

1. 引用文献のリストは本文原稿の最後にまとめてください（Pp4-5参照）。
2. 本文または図表中の該当箇所に、1)、3)5)、2)-5)8)、…のように引用文献番号を明記してください。

**2 原稿書式**

1. ページﾞ設定や文字数設定は変更せずに書いてください。
2. フォントは「MS 明朝」，英文「Century」で, 句読点は「，」と「。」です。
3. 図表は，位置を指定し，最後にまとめてキャプションをつけてください（図1）。また、本文の該当箇所にも （図1）。など挿入して、本文との関連付けをお願いします。必要に応じてリード（資料の簡単な説明）を添えてください。図表は和文または英文表記ですが，併記しても結構です。

-----------------------------------------------

図1を挿入。

-----------------------------------------------

1. 図表はオリジナルもしくはできるだけ鮮明なものをご用意ください（図版・写真はモノクロで掲載となります）。学説・論文・図表等を引用・転載される場合は、必ず出典元を明記してください。また、転載許諾願は著者各自でお取りいただきますようお願いいたします。図表等を引用する場合には、一部分を抜粋することなく原典のまま引用してください。
2. 図表を原典から「改変使用」（上記の抜粋する行為を含む）の場合は、必ず出典元に事前の了解（転載の許諾等）をお取りください。なお、図表表記の和訳は改変に含まれません。

**3-1 投稿論文申し込み**

投稿申込用紙（学会ＨＰよりダウンロード可）に必要事項を記入し「睡眠と環境」編集委員会宛（toukou@sse-japan.com）に送付下さい。

**3-2 メールの件名（タイトル）欄**

「睡眠と環境投稿論文申込：所属・氏名」 と入力して下さい（必須）。

**3-3 論文投稿料**

論文投稿料，カラー印刷料は，表1の通りです（Pp6参照）。

-----------------------------------------------

表1を挿入。

-----------------------------------------------

**4-1 査読規定**

査読規定は別に定め（学会HPにて閲覧できます），原著論文・資料論文・技術報告・短報とも投稿の採否は，編集委員会において審議のうえ決定します。学会誌に掲載される論文は，全て（審査済み）投稿論文として扱われます。

**4-2 投稿料振込先**

論文投稿料，カラー印刷料は，論文原稿提出と同時に下の口座に振り込んで下さい。

１）振込先：ゆうちょ銀行 普通口座 口座番号：東京 00280-8-142433

２）口座名：日本睡眠環境学会