イモリしんぶん 質問受付コーナー6（前）

※8月に質問を頂いていたことに
この前気が付きました

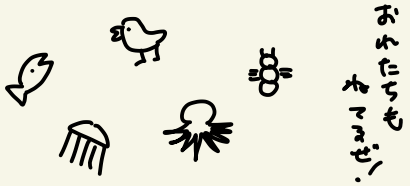
Q：イモリを飼っているのですが目を瞑って眠っているところを見たことがありません。いつ寝ているのでしょうか。



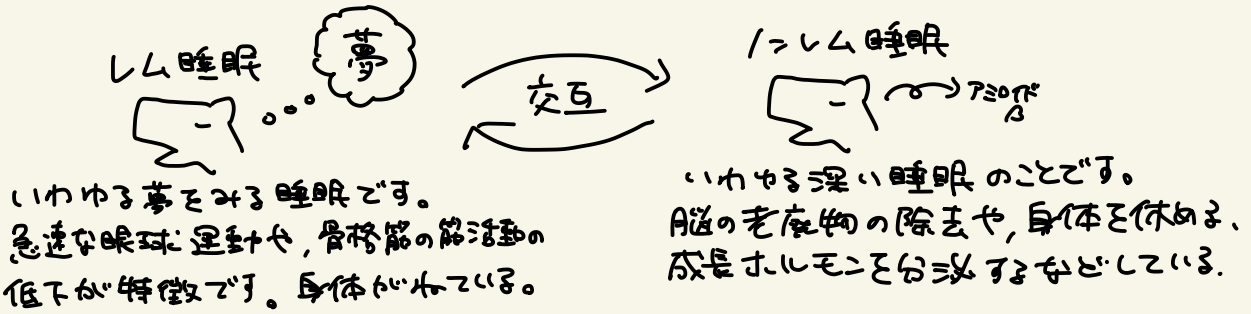
A：哺乳類みたいな睡眠はしないみたいです。

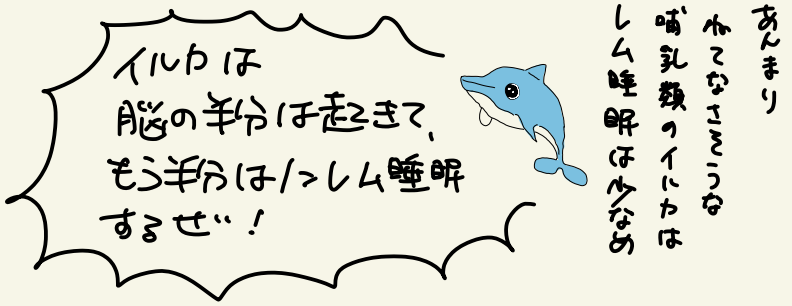
質問に気がつかなくてすみませんでした。質問コーナーのURLをまったく確認していないんです…（2回目）

①まず、いろんな動物が寝ています。



②ヒトがやっている睡眠（一番身近な睡眠）は、レム睡眠とノンレム睡眠っていう睡眠を交互にするものです。哺乳類や多くの鳥類が同じ睡眠方法です（哺乳類と鳥類は分類的にはかなり違うので、本当に同じ睡眠かどうかは知りません）。

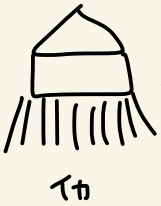




両生類の睡眠と関係ない話にみえるかもしれませんが、哺乳類（特にヒト）の睡眠が、睡眠の研究の基礎のようなので、ここまでは前提の話として書きました。

後半につづくよ

イモリしんぶん 質問受付コーナー6（後）



睡眠は広い動物種で獲得している機能のようなので

哺乳類 → 爬虫類 → 両生類 ・・・っていうカンジで

（のぶん研究している）進化の道筋を辿のぼっていくように学ぶことも

イカにも大切なことなのです・・・！

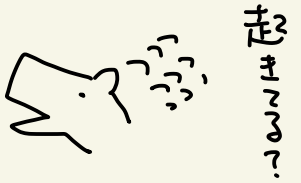


進化はワープしないから

③爬虫類も、レム睡眠とノンレム睡眠をやってるっぽい。数十秒～百秒程度の時間で交代しているみたいです。（電気生理学的にわかったよ）←羽分．脳波をみている

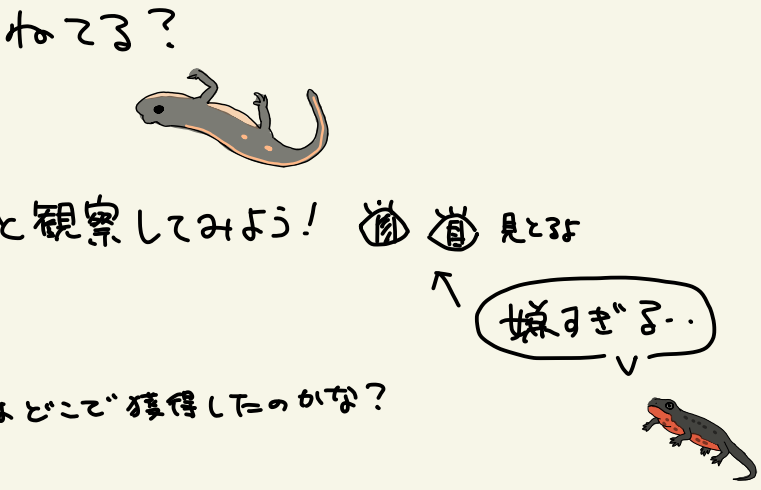
④両生類は、脳波では寝ているのか起きているのかわからないみたいです。そのため、行動で休息しているのかしていないのかを判断するみたいです。





寝ているときの行動って？

　どの行動が寝ているのか、というのはわからなかったのですが、外的刺激に対する反応が明確に鈍くなっていたら、寝てる？と考えてもいいのかもしれません。



参考文献
大川晴斗，田中拳斗，林悠．2026．動物界にみられる睡眠の多様性と進化．比較生理生化学，43．2：93-98．
井上昌次郎．2005．ヒトや動物はなぜ眠るのか．バイオメカニズム学会誌．29(4)，181-184．

睡眠はめっちゃ大事なのでねた方がいいですよ！