

## 『眠りについて』



	タイトル	著者	出版社	出版年
1	枕と寝具の科学	久保田博南／著 五日市哲雄／著	日刊工業新聞社	2017
2	羽毛と寝具のはなし —その歴史と文化—	羽毛文化史研究会／編	日本経済評論社	1993
3	ねむり衣(ぎ)の文化誌 —眠りの装いを考える—	睡眠文化研究所／編 吉田集而／編	冬青社	2003
4	眠り上手	大島清／著	新講社	2007
5	よく眠るための科学が教える10の秘密	リチャード・ワイズマン／著	文藝春秋	2015
6	安眠の科学	内田直／著	日刊工業新聞社	2013
7	昼寝のすすめ —短時間睡眠の不思議—		家の光協会	1996
8	世界が認めたニッポンの居眠り —通勤電車のウトウトにも意味があった!—	ブリギッテ・シテーガ／著	阪急コミュニケーションズ	2013
9	夢と眠りの博物誌	立木鷹志／著	青弓社	2012
10	<眠り病>は眠らない —日本発!アフリカを救う新薬—	山内一也／著 北潔／著	岩波書店	2008
11	今夜も落語で眠りたい	中野翠／著	文藝春秋	2006
12	最高に贅沢な旅 憧れの寝台列車		JTBパブリッシング	2015
13	野宿入門 —ちょっと自由になる生き方—	かとうちあき／著	草思社	2010
14	おやすみ動物園 —眠る前に見たい動物たちの寝顔—	たちばなれんじ／著	河出書房新社	2010
15	おひるねアート撮影術	日本おひるねアート協会／著	小学館	2016