

# 睡眠健康指導士 資格認定制度規約

## 第 1 条 資格認定制度の目的

一般社団法人日本睡眠教育機構(以下「Japan Sleep Education System(JSES)」と称する)は、睡眠学に関する教育を通じて、正しい睡眠知識を社会の人々に伝え、国民の健康増進に寄与することのできる人材を養成するために、資格認定を行う。

## 第 2 条 認定する資格の種類

資格の名称は「睡眠健康指導士」とし、初級、上級の 2 種類とする。

### (1) 睡眠健康指導士初級とは

睡眠衛生や睡眠の重要性を、根拠のある科学的データを活用しながら広く社会に啓発していく者である。

### (2) 睡眠健康指導士上級とは

根拠のある科学的データや資料をもとに、睡眠に関わる知識の普及や、正しい睡眠習慣に向けての助言、相談等を行うことができる。また、地域における睡眠と健康に関する集会等の企画や運営を、JSES と共同で行い、自らも講師として睡眠教育に寄与する者である。

この資格は睡眠知識の普及や啓発活動等を期待して付与するものであり、医療行為を行えるものではない。

## 第 3 条 「睡眠健康指導士」認定について

### (1) 「睡眠健康指導士」養成講座受講による認定

睡眠健康指導士初級講座／睡眠健康指導士上級講座プログラムを受講し認定試験に合格した者とする。認定プログラムは、別に「睡眠健康指導士」認定要項において定める。

### (2) 大学教育における睡眠学に関する講義による資格認定 (以下、大学講義認定制度)

大学教育において実施される睡眠学に直結する講義 2 単位以上を取得あるいは取得見込みである者に、睡眠健康指導士初級の資格を付与する。なお、大学講義認定制度の要項は、別に「睡眠健康指導士」認定要項において定める。

## 第 4 条 睡眠健康指導士の登録

(一社)日本睡眠教育機構は、「睡眠健康指導士」として知識等が認定された者について、本人の申請に基づき資格者名簿に登録し管理する。睡眠健康指導士(初級、上級)の資格は、登録された者に付与する。

## 第 5 条 資格の有効期間

JSESの認定する資格は、資格認定の年度と翌年度の8月1日を起点とするJSESの定める3会計年度を1登録期間とする。資格認定の有効期間内に、JSESの認定する資格更新研修を履修し、資格更新登録申請をした場合に、有効期限後の新年度より、新たに1登録期間（3年間）の認定資格を登録する。

## 第 6 条 資格更新研修の履修要項

睡眠健康指導士は、資格更新に必要な研修を修了しなければならない。睡眠健康指導士資格更新研修については、別に「睡眠健康指導士」認定要項において定める。

## 第 7 条 社団法人日本睡眠教育機構への会員登録

(1) 睡眠健康指導士（初級および上級）の資格登録者は、資格登録と同時に社団法人日本睡眠教育機構の賛助会員となる。

(2) 睡眠健康指導士（初級および上級）の資格登録者の賛助会費は、無料とする。

## 第 8 条 資格認定および更新時の登録料

(1) 資格認定および更新に伴う登録料は以下のように定める。

- ・睡眠健康指導士初級 3300 円（有効期間 認定年度の残期間+3 年間）
  - ・睡眠健康指導士上級 16500 円（有効期間 認定年度の残期間+3 年間）
- ただし、JSES 主催の養成講座を修了した者の登録料は、無料とする。

(2) 納入された申請費用はいかなる場合も返却しない。

## 第 9 条 認定資格の取り消し

以下の場合に、理事長は、理事会の議を経て認定資格を取り消すことができるものとする。

- (1) 申請書類等に虚偽又は不正等が認められた場合
- (2) 資格登録者による日本国内の法令等に違反する行為が明らかになった場合
- (3) その他、理事会の過半数をもって、資格付与がふさわしくないと認定された場合

## 第 10 条 睡眠健康大学への会員登録

(1) 睡眠健康指導士登録者は、資格登録と同時に、JSES の運営する WEB 上の仮想大学「睡眠健康大学」の会員となる資格を得られる。

<平成 24 年 3 月 30 日 初版 制定>

## 附則

この規程は、平成 24 年 4 月 1 日から施行する。

<平成 24 年 5 月 1 日改定>

●条文の修正 第 2 条

<平成 24 年 9 月 17 日改定>

●条文の追加

第 7 条 資格認定の登録料の条文。補足説明の追加。条文番号の修正。

<平成 24 年 12 月 19 日改定>

●条文の修正

第 2 条 睡眠健康指導士養成講座の名称の変更

睡眠健康指導士初級講座／睡眠健康指導士上級講座に用語を統一。

第 3 条 資格認定の登録に関する用語の修正

「睡眠健康指導士 登録申請書」用語の修正

第 4 条 睡眠健康指導士への移行登録 の条文追加

第 5 条～第 9 条 条文番号の修正。

<平成 25 年 9 月 1 日改定>

●条文の追加

第 10 条 睡眠健康大学への会員登録 の条文追加

<平成 25 年 10 月 21 日改定>

●条文の追加および修正

第 5 条 認定する資格の有効期間

条文の一部追加と修正

JSES の認定する資格は、資格認定の年度と翌年度の 8 月 1 日を起点とする JSES の定める  
3 会計年度を 1 登録期間 とする。

・ ・有効期限後の新年度より、新たに 1 登録期間 (3 年間) の認定資格を登録する。

第 8 条 資格認定の登録料

- (1) JSES 主催の教育養成講座 ・ ・ → 削除
- (2) 新規申請 ( (1) 以外の新規申請の場合) → 削除
- (3) 更新申請 ( (1) 以外の更新申請の場合) → 削除
- (4) 納入された申請費用 → 削除

●下記(1)(2)を追加

- (1) 資格認定に伴う登録料は以下のように定める。

- ・睡眠健康指導士初級 3000 円（有効期間 認定年度の残期間+3 年間）
- ・睡眠健康指導士上級 15000 円（有効期間 認定年度の残期間+3 年間）

ただし、JSES 主催の養成講座を修了した者の登録料は、無料とする。

(2) 納入された申請費用・・・

#### ●条文の削除

第 4 条 睡眠指導士から、睡眠健康指導士への移行登録の条文を削除

睡眠指導士からの移行期間が終了したため、関係条項を削除。

第 2 条 認定する資格の種類の種類から、「睡眠健康指導士」認定プログラムおよび認定試験に関する文言を削除し、新たに 第 3 条として、記載した。

#### ●条文の追加

第 3 条 「睡眠健康指導士」認定プログラムおよび認定試験について

#### ●条文の修正

第 4 条 睡眠健康指導士の登録

睡眠健康指導士は、「睡眠健康指導士初級講座／睡眠健康指導士上級講座」プログラムを修了し、資格認定試験に合格した者が、「睡眠健康指導士登録」に同意した者に対して JSES が付与する。JSES は、上記の者について、資格者名簿に登録を行う。

<平成 26 年 1 月 29 日改定>

#### ●条文の修正

第 4 条 睡眠健康指導士の登録

睡眠健康指導士は、「睡眠健康指導士初級講座／睡眠健康指導士上級講座」プログラムを修了し、資格認定試験に合格した者に対して JSES が付与する。JSES は、上記の者について、資格者名簿に登録を行う。

<平成 27 年 4 月 13 日改定>

#### ●条文の追加、修正

解説：大学教育における睡眠学関係講義による初級資格の認定を新たに実施するために、第 3 条、第(2)項を追加した。それにともない第 3 条 表題、第(1)項 を修正した。

第 3 条 「睡眠健康指導士」認定について

(条文追加)

(2) 大学教育における睡眠学に関する講義による資格認定（以下、大学講義認定制度）  
大学教育において実施される睡眠学に直結する講義 2 単位以上を取得あるいは取得見込み

である者に、睡眠健康指導士初級の資格を付与する。なお、大学講義認定制度の要項については、別に「睡眠健康指導士」認定要項において定める。

●条文の修正

解説：大学認定による資格者の登録制度が出来たため、今後、新たな認定の仕組みが出来た場合にも、認定者を登録できるよう文章を修正した。

認定とは、知識や相談スキル等が一定の水準にあることを確認することであり、資格は、本人が申請し JSES に登録されて初めて付与されるものである。本人が申請しない場合とは、知識等の習得が目的の場合などで、資格は不要な場合を想定している。

第 4 条 睡眠健康指導士の登録

(一社)日本睡眠教育機構は、「睡眠健康指導士」として知識等が認定された者について、本人の申請に基づき資格者名簿に登録し管理する。睡眠健康指導士（初級、上級）の資格は、登録された者に付与する。

●条文の修正

解説：資格更新時の登録料の文言を追加した。

第 8 条 資格認定および更新時の登録料

(1) 資格認定および更新に伴う登録料は以下のように定める。

<平成 27 年 6 月 24 日改定>

●条文の修正

第 8 条 資格認定および更新時の登録料

(1) 資格認定および更新に伴う登録料は以下のように定める。

- ・睡眠健康指導士初級 3300 円（有効期間 認定年度の残期間+3 年間）
  - ・睡眠健康指導士上級 16500 円（有効期間 認定年度の残期間+3 年間）
- ただし、JSES 主催の養成講座を修了した者の登録料は、無料とする。