

2018年9月22日（土）・23日（日）・24日（月・祝） 神戸

第17回「睡眠健康指導士 上級講座」プログラム

	番号	時間	講義名	講師
1日目 9/22 (土)		9:20-9:30	ガイダンス	日本睡眠教育機構
	1	9:30-10:20	「睡眠の歴史」	北浜 邦夫 (東京都医学総合研究所・日本睡眠教育機構)
	2	10:30-11:40	「睡眠と認知症予防」	宮崎総一郎 (中部大学・日本睡眠教育機構)
	3	11:50-13:00	「睡眠の基礎知識」	北浜 邦夫 (東京都医学総合研究所、日本睡眠教育機構)
		13:00-13:40	昼休憩	
	4	13:40-14:50	「睡眠と社会」	森国 功 (サーディアン・テクノロジーズ・ジャパン)
	5	15:00-16:10	「子どもの睡眠」	原田哲夫(高知大学)
	6	16:20-17:30	「睡眠と光」	小山恵美(京都工芸繊維大学)
2日目 9/23 (日)	7	9:30-10:40	「夢とその効用」	北浜 邦夫 (東京都医学総合研究所・日本睡眠教育機構)
	8	10:50-12:00	「睡眠・覚醒調節」	山中章弘(名古屋大学)
	9	12:10-13:20	「睡眠薬」	山中章弘(名古屋大学)
		13:20-14:00	昼休憩	
	10	14:00-15:10	「働く世代への睡眠指導」	田中 秀樹(広島国際大学)
	11	15:20-16:30	「笑いを活用した高齢者の睡眠健康指導」	田中 秀樹(広島国際大学)
	12	16:40-18:00	演習：睡眠教育(グループワーク)	佐藤 尚武(日本睡眠教育機構)
3日目 9/24 (月・祝)	13	9:30-10:40	「睡眠時無呼吸症候群」	山内 基雄 (奈良県立医科大学)
	14	10:40-11:00	質疑・応答	
	15	11:00-11:50	認定試験	日本睡眠教育機構

※各日、講座の30分前より受付開始します。
講義名・内容について変更になる場合がありますので、ご了承下さい