

2018年9月23日（日） 神戸

第50回「睡眠健康指導士 初級講座」プログラム

| 番号 | 時 間 | 講 義 名 | 講 師 |
|----|-----------------|------------------|--------------------------------|
| | 9 : 50~10 : 00 | ガイダンス | 日本睡眠教育機構 |
| 1 | 10 : 00~10 : 50 | 睡眠の基礎知識 I | 田村 典久 (兵庫教育大学) |
| | 10 : 50~11 : 00 | 休 憩 | |
| 2 | 11 : 00~12 : 00 | 睡眠の基礎知識 II | 宮崎 総一郎 (中部大学・日本睡眠教育機構) |
| | 12 : 00~12 : 10 | 休 憩 | |
| 3 | 12 : 10~13 : 00 | 睡眠と環境 | 森国 功 (サカデイアン・テクノロジーズ・ジャパン) |
| | 13 : 00~13 : 50 | 昼 休 憩 | |
| 4 | 13 : 50~14 : 40 | 睡眠健康のポイント | 宮崎 総一郎 (中部大学・日本睡眠教育機構) |
| | 14 : 40~14 : 50 | 休 憩 | |
| 5 | 14 : 50~15 : 50 | 特別講義 眠りのアラカルト | 北浜 邦夫 (東京都医学総合研究所・日本睡眠教育機構) |
| | 15 : 50~16 : 20 | 質疑応答・自主学習 | 【講 師】 |
| | 16 : 20~16 : 50 | 認定試験 | 日本睡眠教育機構 |

※講師は変更になる場合があります