

5

一般社団法人 日本快眠協会

周年記念 講演イベント

ストレスに強い、前向き脳の作り方！ ～脳を育てる“眠り”のチカラ～

この度、お蔭様で日本快眠協会を設立して5年目を迎えることができました。
 協会では大人も子どもも“眠り”で強くなる「眠育」を通じ、
 ビジネスマンや子育て中のママ、子どもの眠りの支援を行っています。
 5周年を記念し、素晴らしい専門家の先生方をお呼びしイベントを開催させていただくことになりました。
 日本快眠協会は心と体を元気にする“眠り”のチカラを全力で発信しています！！
 この機会に協会の活動を知っていただけると嬉しいです。

代表理事 今枝昌子

日時 平成29年11月10日(金) 10時～15時

会場 名古屋東急ホテル 雅の間
(名古屋市中区栄4-6-8/地下鉄栄駅12番出口より徒歩5分)

会費 12,000円 旬の素材を活かした高級フレンチランチ付

9/30まで早期割引価格 10,000円

定員 80名



写真はイメージです

学術講演 1

こども眠育

～こどもたちの脳とカラダを育てる睡眠学～



睡眠研究の権威

大川 匡子 先生

公益財団法人 精神・神経科学振興財団 睡眠健康推進機構 機構長
医療法人社団 嗣和会 睡眠総合クリニック 代々木 理事

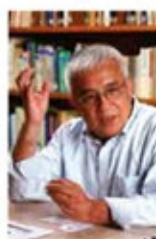
群馬大学医学部卒業後、アメリカ合衆国ヒューストン ベイラー
医科大学睡眠研究所、スウェーデンイエデボリ大学臨床神経
生理学教室に客員研究員として留学。帰国後は秋田大学
医学部精神科、国立精神・神経センター 精神保健研究所
精神生理部部長、滋賀医科大学 精神医学講座/睡眠学講座
教授を経て、現職に至る。平成元年ベルツ賞、平成17年ポール
ヤンセン賞を受賞。市民公開講座や教育活動などに継続的
に携わっている。

著書「睡眠障害の子どもたち」(合同出版)、「子どもの健康を
育むために」(日本学術協力財団)ほか、原著論文多数執筆。

学術講演 2

脳科学より見た親学：元気脳はどう育つ

～セロトニンと元気の関係～



セロトニン研究の第一人者！

有田 秀穂 先生

1948年東京生まれ。東京大学医学部卒業後、東海大学病院
で臨床に、筑波大学基礎医学系で脳神経系の基礎研究に
従事、その間、米国ニューヨーク州立大学に留学。東邦大学
医学部統合生理学で坐禅とセロトニン神経・前頭前野に
ついて研究、2013年に退職、名誉教授となる。各界から注目を
集める「セロトニン研究」の第一人者。メンタルヘルスクアを
マネジメントするセロトニンDojoの代表。「脳からストレス
を消す技術」は20万部を越えるベストセラー。主な著書に、
「ストレスすっきり！脳活習慣」(徳間書店)、「セロトニン
欠乏脳」(NHK生活人新書)他著書50冊以上。「エチカの鏡」
(フジテレビ)、「朝イチ」(NHK)などテレビ出演多数。

こんな方に
おすすめです

・癒しの仕事 ・セラピスト ・保健師 ・看護師 ・トレーナー ・整骨院 ・整体師 ・理学療法士 ・作業療法士
・寝具販売員 ・保育士 ・子どもをもつママやパパ ・眠りに興味のある方 など

「睡眠力を鍛えて日本を元気に」

質の高い睡眠は、健康に生きるための大切な条件となります。

私たち、一般社団法人日本快眠協会は、睡眠の大切さをより多くの皆さまに認識して頂くために、『眠れるカラダのつくりかた』をテーマにしたオリジナルの快眠プログラムを作成し、企業や行政で研修、イベントを通じ眠育活動を行なっております。その活動を広めるため、CSAおねむり認定講師の育成、スリープケアリフレクソジストを育成しています。

皆さまの健康増進のお手伝いをさせて頂くことで、日本社会がより元気になっていくことが私たちの願いです。

● 日本快眠協会ホームページ



<http://kaimin.or.jp>

● 「眠育」プロジェクト



つながる 広がる ねむりのチカラ

<http://min-iku.net>



日本快眠協会 特別顧問

医学博士

太田 龍朗 先生

名古屋大学名誉教授/総合診療センターひなが名誉院長/名古屋第一赤十字病院心療相談センター長

専門は精神医学、睡眠医学、臨床時間生物学。

愛知県立城山病院医長、浜松医科大学精神科講師、名古屋大学大学院医科系研究精神医学分野教授を経て、愛知淑徳大学医療福祉学部教授、医療法人北林病院名誉院長を歴任し現在に至る。アジア睡眠学会(A S R S)・日本睡眠学会(J S S R)両学会元理事長、日本心身医学会・日本生物学的精神医学会・日本時間生物学会各理事を務めるなど、精神医学とその関連領域で幅広く活躍。日本心身医学会・日本睡眠学会・日本時間生物学会の名誉会員、精神医学医療と睡眠学医療の領域を中心に後進の育成に努めている。

5

一般社団法人 日本快眠協会 周年記念 講演イベント

ストレスに強い、前向き脳の作り方！ ～脳を育てる“眠り”のチカラ～

日時 平成29年11月10日(金) 10時～15時
会場 名古屋東急ホテル 雅の間
名古屋市中区栄4-6-8/地下鉄栄駅12番出口より徒歩5分
会費 12,000円 旬の素材を活かした高級フレンチランチ付
定員 80名 **9/30まで 早期割引価格 10,000円**

お申し込み
方法

FAXまたは、右QRコードの申し込み専用フォームよりお申し込みください。後ほどお申し込み受付のメールにて、会費の振込先についてご連絡いたします。ご入金確認をもって、お申し込みの完了となりますのでご注意ください。
「早期申し込み割引 10,000円」でのお申し込みは、9月30日までにご入金ください。

FAX

052-228-0670

用紙下にございますお申し込み欄にご記入の上送信ください。

申し込み専用フォーム



<https://www.reservestock.jp/events/194305>

お問い合わせは、Eメールまたは、お電話にてお問ご連絡ください。

E-mail info@kaimin.or.jp

TEL **052-228-0770**

FAX 専用お申し込みフォーム

お名前	電話番号
ふりがな	E-mail
ご紹介の方がいらっしゃる場合は、ご記入ください。 可能な限り、席次を考慮いたします。	