

平成28年10月13日

都内私立中学高等学校  
校長  
養護教諭殿  
関係教職員

一般財団法人東京私立中学高等学校協会  
会長 近藤 彰郎  
東京私学教育研究所長 須藤 勉  
学校安全・健康教育研究会委員長 河合 孝允  
(共催：公益財団法人東京都私学財団)

## 学校安全・健康教育研究会(学校保健)「講演会」のご案内 「教育現場と睡眠」

菊花の候 先生方におかれましてはますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

今回は、精神保健指定医・日本医師会認定産業医の志村哲祥先生をお招きし、睡眠にまつわる話や睡眠への取り組み実践例についてご講演いただきます。

睡眠にまつわる話では、睡眠の基礎知識と脳内メカニズム、何故みんな居眠りばかりするのかといった思春期における睡眠の問題について、よい睡眠をとればより成績がよくなるなどの教育と睡眠を絡めた内容などについて、お話しいただく予定です。

また、スマートフォンの使用が睡眠に悪影響を及ぼしていることや、眠りが悪いために学校に来られないといった問題が明らかになった各種調査の結果について、出席率を30%向上させられた睡眠改善プログラムの効果など、睡眠への実践例に関するより具体的な内容もお話しいただけるかと存じます。

校務ご多忙とは存じますが、職種問わずお誘い合わせの上、ご参加くださいますようご案内申し上げます。

記

1. 日時 平成28年12月16日(金) 18:00~20:00 (受付17:30~)

2. 会場 アルカディア市ヶ谷(私学会館)会議室 千代田区九段北4-2-25  
※ 裏面案内図をご参照ください。

3. 演題 「教育現場と睡眠」

4. 講師 精神保健指定医・日本医師会認定産業医 志村<sup>あきよし</sup>哲祥 先生

<講師プロフィール>

精神保健指定医・日本医師会認定産業医  
東京医科大学睡眠学講座・同精神医学分野兼任助教  
東武中央病院・市ヶ谷メディカルケアクリニック睡眠外来  
ダイアログ・イン・ザ・ダーク・ジャパン CMO  
睡眠リズム障害患者会 幹事

5. 定員 約100名(定員になり次第、締め切らせて頂きます)

6. 参加費 無料(本研修会は、当協会会員各校の拠出金と(公財)東京都私学財団からの補助金で運営しております)

7. 運営委員 共栄学園中学高等学校 鈴木 明子

8. 申込方法 12月8日(木)までに下記宛にWebもしくはFAXにてお申し込みください。

URL <http://k.tokyoshigaku.com>

東京私学教育研究所

検索

東京私学教育研究所 学校安全・健康教育研究会

担当：松田・横山

TEL 03-3263-0544

FAX 03-3263-0560

《案内図》



■交通のご案内



地下鉄 有楽町線・南北線  
市ヶ谷駅 (1またはA1) 出口



地下鉄 新宿線  
市ヶ谷駅 (A4またはA1) 出口



JR中央線(各駅停車) 市ヶ谷駅

上記改札・出口から徒歩約2分

切り取らずにそのままFAXしてください。送り状は不要です。

学校安全・健康教育研究会(学校保健)「講演会」参加申込書

[12月16日(金)実施]

学 校 名	氏 名 (ふりがな)	職 名
●講師の先生にご質問などございましたらご記入ください。		

上記の通り参加申し込みいたします。

東京私学教育研究所 御中

平成28年 月 日

校 長 \_\_\_\_\_ 印

※FAX受理、受付完了等の連絡は省略いたします。(本申込書をお送りいただいた時点で受付完了です)  
申込確認が必要な方は、下記にご記入ください。後日、申込書受理書をFAXでお送りします。

・希望する

理由等	FAX番号:
-----	--------