

第6回 日本眠育推進協議会シンポジウム

～子どもの生きる意欲と健康を守る眠育～

日時 2022年12月26日(月) 13時～17時30分

オンライン (ZOOM) 開催 参加費 3,000円
(要事前申し込み)

■ごあいさつ 生涯の心身健康を守る体内時計の作り方

日本眠育推進協議会理事長 熊本大学名誉教授

三池 輝久

■アトピー性皮膚炎と睡眠障害

近畿大学アンチエイジングセンター 客員教授

山田 秀和 氏

■歯科・口腔と睡眠障害

医療法人榎の木会 理事長 日本眠育推進協議会 理事

北村 義久 氏

■成人の鼻閉・睡眠時無呼吸と小児の鼻閉・睡眠時無呼吸

—その症状、診断、治療の相違に関する私の私見—

森山記念病院耳鼻咽喉科

國弘 幸伸 氏

～ごあいさつ～

この数年来の COVID-19 の蔓延も手伝って、自宅で過ごす時間が圧倒的に増加した結果、国や年齢を問わず、夜遅くまで覚醒・活動する生活が現代の社会現象として定着してきました。近年、世界中の人々の夜更かし型生活が普遍化し、日常的睡眠不足の慢性化が避けられない時代になっていたのに加えて、テレビ、ゲーム、オンライン通信でのやり取りなど、さらなる夜型生活が追い打ちをかけています。子どもたちの生活は「遅寝・遅起き」型になっているにもかかわらず、現代学校社会においては「早寝・早起き」が推奨されるため、子どもたちには「遅寝・早起き」が強制されているのが現状です。

この状況は、夜間の慢性的睡眠不足が懸念されるとともに、その不足を休日の朝寝坊で補う、いわゆる「社会的時差ボケ状態」が乳幼児期から生じ、心身発達のバランスの悪さをもたらす背景となります。さらに長じては学校社会生活が困難なものになる不登校への心配が大きくなってきます。最近では、学校現場で睡眠障害に伴う登校困難な生徒の増加が確認され始めたという情報もあります。

日本眠育推進協議会の活動目標は、子どもたちの生活リズムと体内時計を守り、心身活動がバランスよく保たれ、学校社会生活を楽しく過ごすことができる基盤である適切な体内時計を子どもたちの身につけさせるために知恵を絞ることにあります。今回は、子どもたちの適切な体内時計形成を邪魔する普遍的な問題が、皮膚科、歯科口腔科、耳鼻咽喉科に関わる疾患に存在する事実を取り上げ、皆様の日常の取り組みに資する情報としてご活用いただくよう企画いたしました。今回の情報を、子どもたちの幸せ感につなげていくことができればありがたいと考えています。皆様のご参加とご発言をお願いいたします。

日本眠育推進協議会 理事長 三池輝久

主催

日本眠育推進協議会

後援

同志社大学赤ちゃん学研究センター

お申込み

Peatix よりお申込みをお願いします。裏面をご確認ください。

シンポジウム プログラム ～子どもの生きる意欲と健康を守る眠育～

はじめに	13:00～13:10
ごあいさつ 生涯の心身健康を守る体内時計の作り方 日本眠育推進協議会理事長 熊本大学名誉教授	13:10～14:00 三池 輝久
アトピー性皮膚炎と睡眠障害 近畿大学アンチエイジングセンター 客員教授	14:00～14:50 山田 秀和 氏
歯科・口腔と睡眠障害 医療法人榎の木会 理事長 日本眠育推進協議会 理事	15:00～15:50 北村 義久 氏
成人の鼻閉・睡眠時無呼吸と小児の鼻閉・睡眠時無呼吸 —その症状、診断、治療の相違に関する私の私見—	16:00～16:50
森山記念病院耳鼻咽喉科	國弘 幸伸 氏
質疑応答	16:50～17:30

オンライン開催について

第6回日本眠育推進協議会シンポジウムは、「ZOOM」を利用したオンライン開催の形式で実施いたします。オンデマンド配信もあります。詳細は申し込みページをご確認ください。

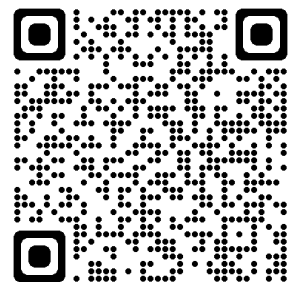
視聴に際して

スライド、画像、動画等の発表データをビデオ撮影・録音・写真撮影(スクリーンショット含む)することは固く禁じます。

お申し込み・視聴方法について

シンポジウムの講演は、すべて「ZOOM」にて配信いたします。
視聴をご希望の方は、peatix のホームページより事前申し込みをお願いいたします。QRコードからもお申込みいただけます。

<https://min-iku6.peatix.com/>



〈お問い合わせ〉

日本眠育推進協議会 事務局

E-mail : info@min-iku-suishin.org

〒140-0002 東京都品川区東品川 1-3-10 アート引越センター東京オフィス 3F

アートチャイルドケア株式会社内 Tel:03-5461-0123