

江戸川大学睡眠研究所主催・柏市共催

後援：日本睡眠改善協議会、精神・神経科学振興財団、日本睡眠学会、柏市教育委員会

「すいみんの日」市民公開講座

日時 9月2日(土) 14時～16時(13時30分開場)

会場 アミュゼ柏 クリスタルホール

定員 350名 ※先着順。定員になり次第、締め切ります。

参加費 無料



テーマ「睡眠のウソ・ホント 貴方の疑問に答えます」

睡眠については、その関心の高さからテレビなどのマスメディアやウェブなどのネットメディアから大量の情報が提供されています。しかし、その中には、根拠のないデマや、科学的な装いをとりながらも根拠が薄弱な主張が混在しているのです。今回の公開講座では、「睡眠のウソ・ホント」と題して、眠りにまつわる都市伝説を解き明かして行きたいと思います。

また、後半では、睡眠のプロフェッショナルでも判断が難しい問題も含めて、当日参加している専門家5名でパネルディスカッションを行います。自分自身やご家族の眠りを見直す機会とされることに加え、眠りの新知識を得るチャンスでもあります。ふるってご参加いただきますようお願い申し上げます。

第一部 「眠りのウソ・ホント」

白川修一郎 氏（睡眠評価研究機構 代表・江戸川大学睡眠研究所 客員教授）

第二部 「寝具のウソ・ホント」

松浦倫子 氏（上級睡眠改善インストラクター・睡眠評価研究機構）

第三部 「夢のウソ・ホント」

福田一彦 氏（江戸川大学教授・江戸川大学睡眠研究所長・日本睡眠学会理事）

パネリスト：浅岡章一 氏（江戸川大学准教授・日本睡眠学会評議員）

山本隆一郎 氏（江戸川大学准教授・臨床心理士）

JR・東武柏駅東口より徒歩7分。ご来館はなるべく公共交通機関をご利用ください。
お車でのご来館の場合は、近隣の有料駐車場をご利用下さい。

住所 〒277-0005 千葉県柏市柏6丁目2番22号

問合せ先

江戸川大学 企画総務課

〒270-0198 千葉県流山市駒木 474

TEL：04-7152-0661 / FAX：04-7153-5904

e-mail：suimin@edogawa-u.ac.jp

