

名古屋市立大学睡眠医療センター認定 睡眠育成士認定講座

名古屋市立大学睡眠医療センター長
中山明峰

睡眠育成士認定講座の主旨

戦後栄養失調の中、学校施設などで栄養摂取の重要性について教育を施したところ、子供たちの健康状態が年々改善し、著しい身長伸びが見られた。一方、現代社会の進化により子供たちのみならず、全国民の睡眠動態が悪化している。睡眠障害は社会的に大きな損失となる。

睡眠育成士は、睡眠衛生について学び、学んだことを非営利的に、情報を広げることを目的とする。本講座で認定された睡眠育成士は、生体制御学会ホームページ上で公開され、学校などの教育施設より眠育の要請があった際には積極的に応じていく。

この認定制度については、公益社団法人 生体制御学会に委託し、修得するには以下の条件を必要とする。

1. どなたでも（18歳以上）修得可能である。
2. 睡眠育成士認定講座は年間で5回、1回を1単位とする。
全5単位中4単位を取得して最後に認定試験（受験料5千円）を受け、合格した者には、名古屋市立大学睡眠医療センターより睡眠育成士認定証が発行される。
3. 認定期限は発行日より4年間とし、更新の際には2の条件を必要とする。

推奨テキスト：「睡眠医療を知る－睡眠認定医の考え方－」 全日本病院出版会

※事前購入で持参、もしくは当日販売。

申込方法： 各回睡眠講座受付にて申し込む。

受講料： 各回2,000円（生体制御学会会員は無料）

連絡先： （公社）生体制御学会事務所

〒464-0848 名古屋市千種区春岡2-23-10 東洋医学研究所®内

TEL (052) 751-9144