



JSLEEP

一般社団法人 日本睡眠協会

日本睡眠協会 主催

スリープメディスン 分科会

専門家とともに、睡眠医療のこれからを学ぶ

医療機関における診療科としての「睡眠障害」の標榜の実現（「睡眠障害内科」や「精神科（睡眠障害）」などの標榜が可能となる）も目前に迫る中、いわゆる睡眠医療についての勉強会です。まずは睡眠薬の適正な処方について理解を深めていただきます。

医療従事者など関係する専門家の皆様、保健師をはじめ、睡眠に関する仕事に携わる方々、睡眠に関心のある方々や悩みを抱える方など、どなたでもご参加いただけます。

対象

医師、看護師、心理士、薬剤師などの医療従事者をはじめとした関係する専門家の皆様、保健師、睡眠に関する仕事に携わる方、睡眠に関心のある方や悩みを抱える方など、どなたでもご参加いただけます。



医師



看護師



心理士



薬剤師



保健師



睡眠に関する
仕事に携わる方



睡眠に関心のある方・
悩みを抱える方など

お申込は
こちら



当面のテーマ
**睡眠薬の
適正な処方**
について学びます



第1回

2026年 6月 19日（金） 17:30～

講演テーマ

睡眠薬概説（総論）

講師 **内村 直尚 先生**

日本睡眠協会 理事長
久留米大学 理事長・学長
日本睡眠学会 理事長

講演内容（予定）

- ✓ 睡眠薬の基礎知識
- ✓ エビデンスに基づいた適正使用
- ✓ 処方の考え方と注意点
- ✓ 質疑応答



多様な立場の方が学び合い、
睡眠医療の第一歩を
踏み出しましょう。

第2回以降の予定

疾病や薬剤に応じて、
専門的なテーマで
講座を設けていきます。



会場

TAKANAWA GATEWAY
Link Scholars' Hub
ワークショップルーム1
（高輪ゲートウェイシティ）
東京都港区高輪2丁目21番地



JINS×品川女子学院「寝る育」開催



株式会社ジンズの睡眠をめぐる社会課題解決に向けた取り組み「寝る育(R)」の一環として、2024年7月19日中高一貫校である品川女子学院（所在地：東京都品川区）様にて、睡眠に関する特別講義を実施致しました。当協会の内村直尚理事長が登壇して、夏休み中に各々の睡眠課題解決に取り組む、それがどのような効果をもたらすのか検証し、夏休み明け9月2日に研究成果を発表しました。

JINS×さとえ学園『寝る育』開催

上記と同様に、株式会社ジンズと共同で、2024年11月19日に学校法人佐藤栄学園 さとえ学園小学校にて「寝る育」の一環として、4年生の児童76名に睡眠に関する特別授業を実施いたしました。



大阪府×塩野義製薬株式会社 健活10 特別企画 「科学の力で読み解く睡眠セミナー」開催

大阪府と塩野義製薬株式会社とともに、府民一人ひとりに主体的に健康づくりに取り組んでもらえるような府民の健康づくりを推進する、「健活10」〈ケンカツテン〉にて、睡眠セミナーをオンラインにて開催。当協会の内村直尚理事長が登壇しました。



10 健活10 大阪府 JSLEEP SHIONOGI

参加無料
オンライン開催

健活10特別企画 科学の力で読み解く
睡眠セミナー
2026.1.18 @ 13:00~14:15

セミナーテーマ
睡眠はこころとからだのパロメーター
～睡眠を制する者が人生を制する～

人生の約3分の1は眠って過ごします。睡眠で十分な休養がとれていないと、日中に集中できなかったり、疲れがたまりやすくなります。
今回のセミナーで、睡眠や不眠症状に関し理解を深め、毎日を健康に過ごしましょう。

講師
内村 直尚 先生
久留米大学学長 / 日本睡眠学会理事長 / 日本睡眠協会理事長
・87年に米オレゴン健康科学大留学
・89年に久留米大医学部神経精神医学講座助手、講師、助教授を経て、
07年教授、13年医学部長、16年副学長、20年学長に就任
・21年日本睡眠学会理事長に就任
・81年に日本初の睡眠障害専門外来を開設し、リーダーとして牽引してきた睡眠障害のエキスパート。

会員カテゴリ	対象、特典など
賛助会員 プラチナ、ゴールド、 シルバー、スタートアップ	- 従業員・ご家族等に向けた健康・ウェルビーイング施策に取り組む組織 - 睡眠関連事業に取り組まれる企業 - カテゴリに応じ勉強会テーマ設定、JSLEEPとの共同事業など特典あり
行政会員	- 地域の健康増進に積極的に取り組む自治体など - 職員・ご家族等に向けた健康・ウェルビーイング施策に取り組む自治体など
アカデミア・実務家会員	- 産業保健分野の医療従事者、睡眠に関する社会との関わりについて関心を持つ研究者や保健師など実務家として睡眠に向き合う方々【主に個人会員】

入会の流れ

お問合せ

お問合せフォーム
よりご連絡ください

入会審査

理事会にて入会審査をさせていただきます

入会金ご入金

ご入金が確認できたら
正式入会となります

まずは公式LINEへご登録
お気軽にご相談ください

NEW! 日本睡眠協会
公式LINE



※上記のうち、賛助会員については、協会が規定する入会金・年会費のお支払いが必要となります。
※当協会への入会には、所定のお申込をいただいた上で、理事会での承認を必要としております。

ご入会をご検討いただける方は、左に掲載のQRコードより、入会問合せフォームにアクセスをいただき、ご連絡をいただきたくお願いいたします。

入会
問合せ
フォーム



名称：一般社団法人 日本睡眠協会
英称：Japan Sleep Association
理事長：内村直尚
所在地：東京都文京区本郷六丁目25番14号宗文館ビル3階
ホームページ：<https://jsleep.org/> 右記（QRコードからもアクセス可）
ご入会・ふくおか睡眠フェアお問合せ先：事務局（contact@jsleep.org）

