

保護者 様

尾張旭市学校保健会
尾張旭市教育委員会

平成28年度尾張旭市学校保健大会の開催について（ご案内）

寒気厳しきおり、保護者の皆様には、日頃より本市小中学校の教育活動に御理解・御協力いただき、ありがとうございます。

さて、尾張旭市学校保健会は、小・中学校における学校保健の研究、調査及び普及充実に努めることを目的に事業を展開しています。

つきましては、下記のとおり「学校保健大会」を開催しますので、御多用とは存じますが皆様お誘い合わせのうえ、御参加くださいますようお願いいたします。

記

1 期日

平成29年2月22日（水）

2 会場

尾張旭市文化会館 あさひのホール
尾張旭市東大道町山の内2410番地の11
電話 0561-54-8500

3 日程

受付	午後1時40分～2時00分
開会式及び表彰式	午後2時00分～2時30分
講演	午後2時35分～3時50分
閉会式	午後3時50分～3時55分

4 講演

講師 東京医科大学 睡眠学講座 准教授 駒田 陽子 先生
〈略歴〉 早稲田大学大学院 人間学科研究科 博士課程修了・人間科学博士
日本学術振興会特別研究員、国立精神・神経医療研究センター
精神保健研究所特別研究員などを経て2008年より現職
〈主な著書〉基礎講座睡眠学、眠気の科学、不眠の科学 など
演題 「子どもの眠り ―脳と体をはぐくむ睡眠―」



子どもたちの健康な発育のためには、食事、運動に加えて、睡眠をとることが重要です。睡眠の乱れは、子どもの心身の発達に様々な問題を引き起こす原因となることがわかっています。逆に、体内時計のリズムを整え睡眠を十分にとることで、学力や気力、体力の向上、心身の健康増進につながることを期待できます。講演では、眠りが子どもたちの成長にどのような役割を果たしているのか、眠りが不足するとどうなるのか、眠りのメカニズムや子どもたちの眠りの特徴、日々の生活の中で工夫できることをお話しいたします。

5 その他

駐車台数に限りがございますので、徒歩・自転車の他、「あさぴーバス」をご利用いただくか、乗り合わせておいでくださいますよう、お願いいたします。

〈問い合わせ先〉尾張旭市学校保健会事務局 三郷小学校 松下 香織 電話 0561-54-8777