日本人の睡眠を考える

2020 年 2 月 23 日（日）

14：00　～　16：30

会　場：SODA 島の学舎（南あわじ市神代地頭方 1538−1）

参加費：1,000 円（学生無料）

■講師

神戸大学人間発達環境学研究科准教授

古谷　真樹先生

■コーディネーター

神戸大学大学院人間発達環境学研究科教授・サイエンスショップ室長

伊藤　真之（いとう　まさゆき）教授

申込み方法：

電話【0799(42)0399】、

メール【hello@awajisoda.jp】でお申込みください。

日本人の睡眠時間は、どんどん短くなっています。
なぜ日本人は眠らないのでしょうか？
眠らなくても問題がない人が増えているのでしょうか？
睡眠の役割と長さについて、一緒に考えてみませんか？

主催：公益財団法人ひょうご科学技術協会　　認定特定非営利法人ソーシャルデザインセンター淡路

協力：神戸大学サイエンスショップ

SODA
SOCIAL DESIGN CENTER AWAJI

講師紹介

古谷　真樹（ふるたにまき） 准教授

2006 年に広島国際大学大学院総合人間科学研究科修了、博士（臨床心理学）を取得。しかし、臨床心理士ではない。各種専門学校や短大等を渡り歩いたのち、2013 年から現職。心身健康の維持・増進を図るために、睡眠改善に関する基礎的研究と教育現場や地域における実践的研究を行っている。

コーディネーター

伊藤　真之（いとう まさゆき）教授

神戸大学大学院人間発達環境学研究科教授／サイエンスショップ室長。（SODA 顧問）専門は宇宙物理学、科学教育。科学と市民の関係や、持続可能な開発のための教育にも 関心を持って取り組んでいます。

問い合わせ先　NPO 法人ソーシャルデザインセンター淡路

〒656−0456　南あわじ市神代地頭方 1538−1　TEL:0799-42-0399　FAX：0799-53-6278

（業務時間：月・水・金　10：00〜16：00　）