

# 2025年春のすいみんの日

## 市民公開講座 WEB配信あり

眠りを**知**ることで、  
**素**敵な**1**日の**始**まりと  
あなたらしい**生**活を

2025年**3**月**20**日 **木・祝** 14:00-15:50

ベルサール神保町アネックス 東京都千代田区神田神保町2-36-1  
住友不動産千代田ファーストウイング1F

申込  
締切

3月19日**水**

下記URLより参加申込をお願いいたします

<https://x.gd/w20vj>



### 第一部 講演 14:00-14:50

司会 久留米大学 学長 内村 直尚 先生

#### 講演1 働き世代の眠りを考える～最近ぐっすり眠れてますか?～

日本大学医学部精神医学系精神医学分野 主任教授 鈴木 正泰 先生

#### 講演2 どう対処する?～女性に特有な睡眠の問題～

東京科学大学リベラルアーツ研究教育院 教授 駒田 陽子 先生

### 第二部 パネルディスカッション 14:50-15:40

(事前申し込み時に受けた質問に専門医が回答)

#### 睡眠の悩みを解決しましょう～正しい睡眠の知識と共に～

司会 川崎医科大学 耳鼻咽喉・頭頸部外科学 主任教授 原 浩貴 先生  
日本大学医学部精神医学系精神医学分野 主任教授 鈴木 正泰 先生

パネリスト 獨協医科大学 脳神経内科 主任教授 鈴木 圭輔 先生(脳神経内科関連)  
川崎医科大学 呼吸器内科学 主任教授 小賀 徹 先生(呼吸器内科関連)  
順天堂大学大学院医学研究科循環器内科学 准教授 葛西 隆敏 先生(循環器内科関連)  
福岡大学医学部小児科学講座 主任教授 永光 信一郎 先生(小児科関連)

閉会の辞 久留米大学 学長 内村 直尚 先生

主催:日本睡眠学会 共催:エーザイ株式会社 後援:日本睡眠健康推進機構

▶本講演会の内容(話される内容や投影される文字、写真、図、イラストなど)の無断での複製、転載、改変その他の二次利用はお控えください。

事前申し込み制  
会場参加定員  
**400名**

定員を超えた際には  
WEB参加となります

# MAP



## ベルサール神保町アネックス 東京都千代田区神田神保町2-36-1 住友不動産千代田ファーストウイング1F

### ■アクセス

「九段下駅」5番出口徒歩3分(半蔵門線・東西線・新宿線)

「神保町駅」A2出口徒歩4分(半蔵門線・新宿線・三田線)

「水道橋駅」西口徒歩7分(JR線)

事前申込・当日のWEB視聴に関するお問い合わせは下記までメールにてお願いいたします。

運営事務代行 担当:e-ils@sunpla-mcv.com

## 相談 e-眠り



製薬会社エーザイの眠りを知るサイト  
不眠症や睡眠障害に関する記事を掲載しています



<https://e-nemuri.eisai.jp/>

