

## 平成 31 年 企業訪問型睡眠講座

### 募 集 要 項

公益財団法人 神経研究所 睡眠健康推進機構では、睡眠に関する講演を希望される全国の企業に講師を派遣いたします。

睡眠の基礎知識をお話しし、望ましい睡眠をとり、高い活力をもって、安全に効率的に仕事に取り組むには、どのような点に注意を向ければよいかを易しく解説いたします。

財団から派遣する講師は日本睡眠学会所属の睡眠に関する専門家です。

講 座 名：企業訪問型睡眠講座

目 的：全国の企業に、当財団から講師を派遣し講演会、講座などを実施することにより、働く人々に睡眠の知識を啓発する。

対 象：全国の企業の社員および管理者

講座内容：睡眠のメカニズム、健康にとっての重要性、望ましい睡眠のとり方等

応募方法：申請用紙に必要事項を記入の上、企業情報を添えて、下記、睡眠健康推進宛てにお送りください。（郵送・メール・FAX 可）

申請用紙は財団ホームページ（ねむりんねっと <http://www.jfnm.or.jp/nemurin/>）からもダウンロードしていただけます。

そ の 他：会場の手配、当日の準備、受講者への通知、講師との調整等は、申込みされた団体でお願いします。

#### 【申請書送付先及び問い合わせ先】

〒189-0013 東京都東村山市栄町 2-3-2 野澤久米川駅前ビル 4 階

公益財団法人神経研究所 精神神経科学センター 睡眠健康推進機構

TEL：042-306-3271 月曜日～金曜日（祝祭日を除く、10時から16時）

FAX：042-306-3272 24時間対応

E-mail：[nemurin@jfnm.or.jp](mailto:nemurin@jfnm.or.jp)（睡眠担当）