第 42 回「睡眠改善インストラクター」育成講座・認定のご案内

拝啓　皆様におかれましては、益々ご清栄にてご活躍のこととお喜び申し上げます。

早速ではございますが、2027 年 2 月 24 日（水）～26 日（金）に開催いたします第 42 回「睡眠改善インストラクター」育成講座・認定の概要をご案内申し上げますので、ご検討の程、よろしくお願い申し上げます。当講座は対面の講義による系統だった知識の修得と定着、並びに最終日に行われる確認の認定試験が必須のために、ウエブ上でのリモート講義では不十分と考え、会場にて対面の講義を実施いたします。開催にあたりましては、講師・参加者の安全を第一に皆様が安心してご参加いだけますよう適切な感染予防対策を講じます。

「睡眠改善インストラクター」については、睡眠改善指導者として認定規約で定め倫理規定を制定しております。ホームページ（http://www.jobs.gr.jp/）に pdf ファイル（睡眠改善指導者認定規約・行動倫理規定）で掲載しておりますので、ご一読の上、育成講座・認定にお申し込み下さいますようお願い申し上げます。なお医療従事者の方は、下記の「医療従事者の方へ」の注意書きも併せてご確認ください。認定規約および倫理規定にご同意いただき、受講をご希望の際は、同封の申込書を事務局まで郵送にてお送りください。ご不明な点がございましたら、下記事務局までご連絡賜りますよう、宜しくお願い申し上げます。

敬具

～医療従事者の方へ～

日本睡眠改善協議会における睡眠改善指導者人材育成事業は、原則として医療従事者を対象とした研修ではございません。また、日本睡眠改善協議会は日本睡眠学会と提携して事業を行っている組織ではありません。日本睡眠改善協議会は、快適な睡眠を得るための具体的な知識と技術を結集し、広く国民の睡眠を改善することを目的として結成された組織で、科学的事実に基づいた正しい睡眠に関する知識の普及と、それらを理解・活用し睡眠に関して不満を持つ人それぞれに合わせた指導ができる人材を広く育成することを目的に設立された組織です。

今回開催されます講座は、このような目的に基づいてカリキュラムが組まれております。医療従

事者を対象とした睡眠臨床の研修は、日本睡眠学会において睡眠医療・認定制度のもとに睡眠医療・技術セミナーと生涯教育セミナーが行われております。また、研究者養成のためには、睡眠科学研究講座が開催されております。

2026年10月吉日

一般社団法人 日本睡眠改善協議会
http://www.jobs.gr.jp/

《連絡先》日本睡眠改善協議会 事務局

〒160-0022

東京都新宿区新宿1-27-2
山本ビル2F
ケイ・コンベンション内
TEL: 03-3358-8674
E-mail: info@jobs.gr.jp

・・・・・・・・・・・・・・・・＜開催概要＞・・・・・・・・・・・・・・・・・・

日　時：(1日目) 2027年2月24日（水）10：50～16：40

(2日目) 2027年2月25日（木） 9：20～16：40

(3日目) 2027年2月26日（金） 9：20～16：20

（認定試験・・・最終日14：40～16：20）

場　所：　KFC Hall & Rooms(国際ファッションセンター) Room113

〒130-0015 東京都墨田区横網1-6-1

TEL：03-5610-5800　FAX：03-5610-5810

http://www.tokyo-kfc.co.jp

都営地下鉄大江戸線「両国駅」A1出入口に直結

ＪＲ中央線・総武線「両国駅」西口より徒歩7分

費　用：143,000円（受講費用120,000円　認定費用10,000円　消費税13,000円）

3日間受講後に検定試験を実施し、合格者に対しては、

2027年3月中に認定書を発行する予定です。

なお、育成講座では原則として昼食は提供いたしません。

一般社団法人 日本睡眠改善協議会主催

2027年 第42回睡眠改善指導初級（睡眠改善インストラクター）育成講座　KFC Hall & Rooms(国際ファッションセンター) Room113

2/24(水)	10:50～11:00	11:00～12:30	13:30～15:00	15:10～16:40
	オリエンテーション	睡眠改善学総論	睡眠中の生理・心理現象	睡眠と生体リズム
	白川	白川	林	福田
2/25(木)	9:20～10:50	11:00～12:30	13:30～15:00	15:10～16:40
	睡眠環境・運動	子どもの教育と睡眠	社会と睡眠	睡眠障害
	水野	神川	浅岡	白川
2/26(金)	9:20～10:50	11:00～12:30	13:30～14:30	14:40～16:20
	個別相談と改善技術	集団を対象とした睡眠改善技術	総合討論	認定試験
	駒田	田中	白川・神川・田中	神川・白川・田中

講師

白川修一郎	睡眠評価研究機構代表（日本睡眠改善協議会理事長）
林　光緒	広島大学大学院人間社会科学研究科教授（日本睡眠改善協議会理事）
福田一彦	江戸川大学名誉教授（日本睡眠改善協議会理事）
水野　康	東北福祉大学教育学部教育学科教授
神川康子	富山大学名誉教授（日本睡眠改善協議会理事）
浅岡章一	江戸川大学社会学部人間心理学科教授
駒田　陽子	東京科学大学（旧・東京工業大学）リベラルアーツ研究教育院教授
田中秀樹	広島国際大学健康科学部心理学科教授（学部長・副学長）

会場　KFC Hall & Rooms （国際ファッションセンター） Room113

〒130-0015 東京都墨田区横網1-6-1

TEL：03-5610-5800　FAX：03-5610-5810

http://www.tokyo-kfc.co.jp

テキスト「基礎講座　睡眠改善学　第2版」 日本睡眠改善協議会編 （ゆまに書房, 2019年刊）

副読本 「応用講座　睡眠改善学」 日本睡眠改善協議会編 （ゆまに書房, 2013年刊）

第42回睡眠改善インストラクター育成講座・認定申込書

※育成講座・認定申込書（左の票）、受講・受験票（右の票）とも原則として受験者本人の直筆で必要事項を記入して、郵送・メール添付・FAXのいずれかにて、下記までお送りください。申込書を受領後に、案内と請求書を郵送いたします。お振込み確認後、受講・受験票と教材を郵送させていただきます。

送付先：一般社団法人日本睡眠改善協議会事務局　160-0022東京都新宿区新宿1-27-2　山本ビル2階
TEL:03-3358-8674　　FAX:03-5367-2187　　Email:jimu@jobs.gr.jp

（★は記入必須項目）　　受付：　　年　　月　　日

受験番号	（事務局記入欄）			写真貼付 縦4.5cm×横3.5cm 1.上半身・正面・脱帽・半年以内に撮影したもの 2. 写真の裏面に氏名を記入のこと ※写真は講座初日に会場でご提出ください。申込時の貼付は不要です
フリガナ				
★氏　　名				
★生年月日	西暦　　年　　月　　日（　　才）	★性別	男・女	
★住　　所 （自宅 / 勤務先）	〒 TEL			
★連絡方法	TEL（自宅/勤務先）			
	Eメール（自宅・勤務先）			
★所　　属 （勤務先・学校名）				
★志望動機				
資格取得後の活動予定 （任意）				

上記により受講・受験致したく「連絡・注意事項」を承諾し、申込みいたします。

★　　年　　月　　日

★本人署名

※本申込書にご記入頂いた個人情報につきましては、認定試験施行における本人確認、受験者・合格者台帳の作成、合格証書、合格証明書の発行及び試験施行に関する連絡、各種情報提供の目的のみ使用いたします。

一般社団法人日本睡眠改善協議会　　Japan Organization of Better Sleep

第42回睡眠改善インストラクター育成講座受講・認定受験票

※合格発表は、認定委員会判定後に郵送にて合否をお知らせいたします。

受験番号	
★ 氏 名	
講座日程	2027年2月24・25・26日
認定試験日	2027年2月26日
会 場	KFC Hall & Rooms 11階　Room113 130-0015 東京都墨田区横網1-6-1 Tel:03-5610-5801
持　参 するもの	①育成講座受講・認定受験票 ②筆記用具・テキスト
注意事項	①会場へは車での来場はできません。 ②この受講・受験票は合格証書の交付時に必要となりますので、それまで大切に保管ください。 ③講座プログラムはホームページに掲載しています。 http://www.jobs.gr.jp

一般社団法人日本睡眠改善協議会
Japan Organization of Better Sleep