

研修会テーマ

「乳幼児の眠りを学ぶ」

「乳幼児の睡眠（午睡を含む）は今のままで良いのか、なぜ必要か、どうするべきか考えよう」

一般社団法人

全国認定こども園連絡協議会

沖縄支部会

オンライン形式(zoom)にて実施します

日時

2022年 **1月22日(土曜日)**

12:50～16:00 (受付 12:10～)

●講師 **福田 一彦 先生**



江戸川大学睡眠研究所長
社会学部人間心理学科教授
博士（医学）

略歴

早稲田大学大学院修了。国立福島大学教育学部・共生システム理工学教授。2010年4月から現職

最近の研究活動

生後すぐには、睡眠と覚醒は明確な24時間のリズムをもちません。乳児期に睡眠は夜間にまとまり、さらに**幼児期に昼寝が消滅していきます。**ところが保育園では年長になっても日課としての長い昼寝が組まれていて、これが**幼児の夜更かしのかなり大きな原因**となっています。保育関係者と共に、幼児の昼寝の日課を廃止して幼児の健康改善に役立てる活動を継続しています。

実践の一つとして東京都足立区で子どもの健全育成に関わる事業について睡眠研究者として協力しています。

睡眠のリズムは眼から入る光に大きな影響をうけます。日本は世界一の夜更かしの国と言われますが、その原因の一つに**夜の家庭内の照明が明るすぎ、かつブルーライトを多く含む**という問題があります。そこで住宅メーカーの研究所と住宅証明などについての研究を行い、**照明を工夫して、早寝早起きを実現するプロジェクトを進めています。**また、生体リズム以外の研究としては夢についての研究などを行っています。

★お申込方法は裏面をご参照ください

研修会プログラム

12:10～12:50	受付
12:50～13:00 オリエンテーション	開会あいさつ 会長挨拶・講師紹介
13:00～14:10 14:10～14:30	基調講演 福田 一彦 先生 事前質問について先生から応答
14:30～15:00 質疑応答・議論	聴講者からの質疑応答など
15:00～15:10	休憩
15:10～16:00 参加者交流	参加者からの受講感想や自己PRなどをしながら交流します

申込方法

Peatixからお申し込み下さい

右のQRコードを読み取っていただくか、
URL <https://okinawashibu.peatix.com>

より申込画面へのアクセスが可能です。

申込画面QRコード



申込期限

会員園様 : 2021年11月 27日(土)～ 1月15日(土)

非会員園様 : 2021年12月 1日(水)～ 1月15日(土)

★申込の際に「事前質問」へのご回答をお願いいたします。
また研修に関わるご質問も事前質問にご記入をお願いいたします。

参加費

会員園様 : 一次申込み(1/10までの申込) 1アカウント1,500円

二次申込み(1/11以降の申込) 1アカウント2,000円

非会員園様 : 1アカウント 2,500円

★参加定員 100アカウント (先着順)

定員になり次第締め切ります。お早めにお申し込み下さい。

保育従事者及びテーマに関心のある方ならどなたでもご参加下さい。

お問い合わせ先

一般社団法人全国認定こども園連絡協議会

沖縄支部 (学校法人愛海学園幼保連携認定こども園アリス幼稚園) 担当: 新垣

☎ 098-935-2256

✉ aimi-1008@woody.ocn.ne.jp

主催 (一社) 全国認定こども園連絡協議会

<https://ninteikodomoen.or.jp>

認定こども園連絡協議会

検索