

京都府立城陽支援学校

# 病弱教育部研修会のお知らせ

テーマ

## 睡眠で生活を変える

講師

京都大学大学院 医学研究科

教授 若村 智子 氏

24時間営業のコンビニやインターネット、ゲームの普及等々、「24時間社会」と言われる今日、子どもの生活リズムを整えることが、日々難しくなる現状があります。

子どもの生活を変えるためには、まずは、教師や親が、「体内時計」「光環境」「ストレスホルモン」など、睡眠に関わる生体リズムのメカニズムを知ることが必要です。

若村先生は、看護師としてシフトワークに携わった経験も踏まえ、睡眠に関わるたくさんの研究データから、子どもの成長にとって必要な生活リズムをどう作っていくか、わかりやすくお話して下さいます。

病弱教育部の研修会ですが、地域の先生方にも公開いたしますので、御参加下さい。



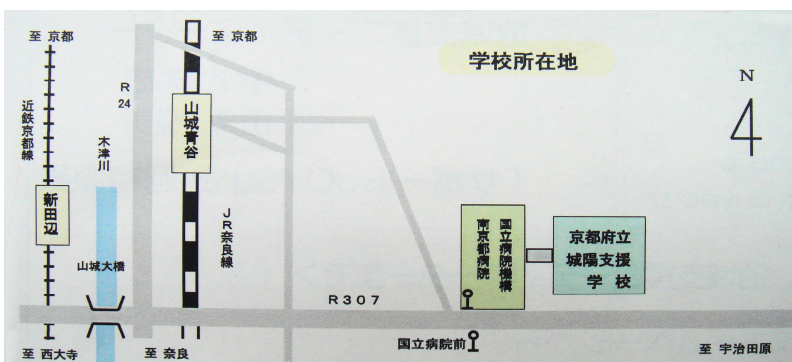
期日 平成 25 年 6 月 24 日 (月)

時間 15 時 30 分 ~ 17 時 00 分

場所 本校会議室

申込締め切り 6月17日 (月)

申し込み・お問い合わせ



京都府立城陽支援学校

病弱教育部 総括主事  
早崎 竜一

610-0113

城陽市中芦原1-4

電話 0774(53)7100

FAX 0774(53)4044

Email jyouyou-s@mail.pref.kyoto.jp