

## 睡眠をテーマとした市民公開講座(3月20日)のご案内

エーザイ(株)より、豊友会会員の皆様への表題市民公開講座(2025年3月20日(木)14:00~15:40開催)の案内依頼がありました。

以下に、エーザイからの情報(メッセージおよび案内状)を紹介しますので、参加を希望される方(会員だけでなくご家族、お友達の参加も可能です)は、案内状に沿って申し込んでください。なお、参加方法には会場・WEBの2種類があり、申し込みの過程でいずれかを選択することができます。

### ★エーザイからのメッセージ★

睡眠の重要性がクローズアップされていますが、正しい睡眠の知識を得ることで、日々の生活もより充実したものになると思われま

す。睡眠の重要性と眠りの悩みの対処法について、高齢者を含めて幅広い世代の質問に専門医が答えるパートもありますので、ご自身やご家族、お友達でご興味のある方は気軽にご参加いただければと思います。

### ★案内状(表・裏)★

**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、  
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 右の二次元コードからも参加申込できます

**司会** 久留米大学 学長 内村 直尚 先生

**1** 働き世代の眠りを考える～最近ぐっすり眠れていますか?～  
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

**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 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

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

主催:日本睡眠学会 共催:日本精神神経学会、日本神経学会、日本呼吸器学会、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会、日本循環器学会、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(図)される内容(写真)される文字、写真、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ご遠慮ください。

# 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/>

