

○演者のプロフィール○

井上 雄一

1956 年生まれ。1982 年東京医科大学卒業・鳥取大学大学院入学。1987 年医学博士・鳥取大学医学部神経精神医学助手。1994 年同大講師。1999 年順天堂大学医学部精神医学講師、2003 年代々木睡眠クリニック院長、公益財団法人神経研究所研究員(現職)、2007 年より東京医科大学精神医学講座教授(現職)、2008 年より東京医科大学睡眠学講座教授(現職)、2011 年より医療法人社団絹和会理事長(現職) 理事: 日本睡眠学会、日本薬物脳波学会 評議員: 日本自律神経学会、日本時間生物学会、日本生物学的精神医学会、日本不安障害学会、日本薬物脳波学会、日本ストレス学会等 その他: World Sleep Federation Executive Council : International Program Co-Chair (2011-)、World Association of Sleep Medicine (WASM) : Associate Secretary (2009-2011)、Asian Sleep Research Society : Secretary-General (2013-)



参考図書

- 高齢者の睡眠を守るー睡眠障害の理解と対応ー
著者: 井上雄一 出版社: ワールドプランニング
- ササッとわかる「睡眠障害」解消法
著者: 井上雄一 出版社: 講談社
- 非定型うつ病 パニック症・社交不安症
(よくわかる最新医学シリーズ)
著・監修: 貝谷 久宣 出版社: 主婦の友社
- よくわかる薬いらずのメンタルケア
-うつ、ストレス、不安に負けない!
著・監修: 貝谷 久宣 出版社: 主婦の友社
- プチうつは「そうじ」で治す!
著者: 貝谷 久宣 出版社: 実業之日本社
- ぐっすり眠れるドクターレッスンノート
(健康ライブラリー)
監修 貝谷 久宣、福井 至 著者 鈴木 孝信
出版社: 講談社

○会場案内○

はまぎんホール ヴィアマーレ

〒220-8611 横浜市西区みなとみらい3-1-1

TEL045-225-2173 FAX045-225-2183

-電車でのアクセス-

JR京浜東北根岸線、横浜市営地下鉄「桜木町駅」

動く歩道利用 徒歩5分

みなとみらい線「みなとみらい駅」

「クイーンズスクエア連絡口」「けやき通り口」 徒歩7分



共 催: NPO不安・抑うつ臨床研究会

ファイザー株式会社

事務局: 医療法人 和楽会 横浜クリニック

〒220-0004

横浜市西区北幸1-2-10 アスカ第2ビル7F

TEL045-317-5953 FAX045-317-5954

HPアドレス <http://www.fuanclinic.com/>

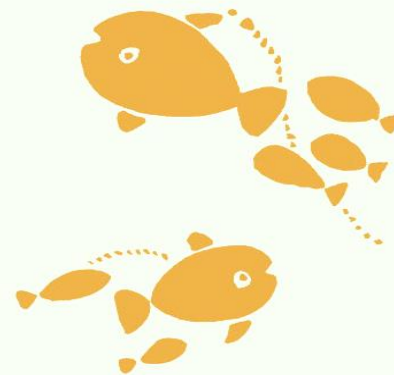
E-mail waraku@fuanclinic.com

※お問い合わせは事務局FAXにてお受け致します。

不安の医学

第12回横浜講演会 テーマ

「睡眠障害」



平成28年3月6日(日)
はまぎんホール ヴィアマーレ

○第12回横浜講演会○

不安の医学 「睡眠障害」

日 時 平成28年3月6日(日)
PM 2:30より(開場PM 2:00)
場 所 はまぎんホール ヴィアマーレ
入場料 無料(先着 500名)

＜はじめに＞

睡眠は心身を健康に保つうえで欠かせないものです。私たちは人生の約3分の1は眠っている時間とも言われています。しかし、最近では、睡眠のトラブルで悩む人も多く、その数は5人に一人と報告されています。また、睡眠障害はさまざまな心身の症状とも関連することも多くの研究から明らかになっています。

最近では、効果的な薬物療法をどこでも受けられるようになりました。しかし、薬物療法のみでは改善が難しく、その他の方法も必要です。適切に対処することによって、健康増進や生活の質の向上につながります。

この講演会では、睡眠障害はどのような病気か、近縁の病態にはどのようなものがあるのか、そして治療の方法についても知識を得ることができます。悩まれている方やそのご家族、周囲のみなさんにとって役に立てるものとなると考えます。どうぞご来場を心よりお待ちしております。

○プログラム○

総合司会

医療法人和楽会 理事長
貝谷 久宣

●PM 2:30～2:45

Opening Remarks

医療法人和楽会 理事長
貝谷 久宣

●PM 2:45～3:20

「うつ」と睡眠・生活習慣

～うつになりにくい暮らし方～

医療法人和楽会 横浜クリニック 院長
海老澤 尚

●PM 3:20～3:35 休憩

●PM 3:35～4:25

睡眠障害の社会生活に及ぼす

影響～そのメカニズムと対応～

東京医科大学 睡眠学講座 教授
医療法人 社団絹和会 理事長
井上 雄一

●PM 4:25～4:35

Closing Remarks

医療法人和楽会 理事長
貝谷 久宣

○演者のプロフィール○

貝谷 久宣

パニック症研究センター代表・医療法人和楽会理事長。1943年名古屋市生まれ。1962愛知県立明和高校卒業。1968年名古屋市立大学医学部卒業。岐阜大学附属病院にて研修。ミュンヘン・マックスプランク精神医学研究所留学。岐阜大学医学部助教授、自衛隊中央病院神経科部長、岐阜大学客員教授を経て1993年開院、医療法人和楽会理事長。NPO法人不安・抑うつ臨床研究会代表。第1回日本不安障害学会会長(2009年)。著書:「よくわかる 薬いらずのメンタルケア」主婦の友(2011)、「社交不安障害」振興医学出版社(2010)、「非定型うつ病」日本評論社(2008)、「不安・恐怖症のこころ模様」講談社(2008)、「マインドフルネス・瞑想・坐禅の脳科学と精神療法」振興医学出版社(2007)「気まぐれうつ病-誤解される非定型うつ病」筑摩書房(2007)他



海老澤 尚

1959年生まれ。1984年東京大学医学部医学科卒業。東京大学医学部附属病院医員、埼玉医科大学助手、(財)東京都神経科学総合研究所流動研究員、米国ハーバード大学医学部リサーチフェロー、埼玉医科大学講師、東京大学大学院医学系研究科客員准教授、東京警察病院神経科部長、

メディカルケア虎ノ門副院長を経て2015年3月より横浜クリニック院長

