

岩手県知事 達増 拓也 様

文部科学省と連携して行う睡眠についての啓発活動のご協力依頼
(私立小・中学校への周知のお願い)

公益財団法人神経研究所 睡眠健康推進機構では、平成 29 年度より、全国の小・中学校を対象として、睡眠の講演を希望する学校に講師を派遣する「学校訪問型睡眠講座」を実施しており、令和 4 年度も引き続き実施することといたしました。つきましては、貴職が管轄される小・中学校に本企画をご周知くださいますようお願い申し上げます。

文部科学省は「早寝早起き朝ごはん」の全国キャンペーンで子供達に向けて活動し、一定の成果を得ています。しかし、近年の大きく変化するグローバル社会のなかで夜に活動する機会も増加し、子供の生活習慣が不規則化・劣化し、それが心身の発達に大きな影響を及ぼしていることが明らかにされてきました。

平成 26 年 11 月、文部科学省では「睡眠を中心とした生活習慣と子供の自立等との関係性に関する調査」として全国小・中・高等学校の 800 校の生徒に対し、生活の実態、さらに自立や心身の不調等についての調査を実施したことは教育関係者の方々もご存じのことと思います。この調査からは心身の健全な成長のために睡眠が不可欠であることが改めて確認されました。

また、昨今の COVID19 の流行により登校の様相が変わり子供たちの睡眠にも多大な影響を与えており、with/post コロナ時代の睡眠教育の重要性が大きく増しています。そのような時代の要請に応えるべく睡眠健康推進機構は活動を展開しております。

当機構の企画は文部科学省もその意義を評価・後援してくださり、そのご示唆のもとに全国の教育委員会へお願いするものです。

つきましては、貴職を通して各校に通知していただければ幸甚に存じます。なお、公立の小・中学校に対する周知に関しましては、教育長宛に依頼文書をお送りしております。

募集要項を同封いたしましたが、「ねむりんねっと」(<http://www.jfnm.or.jp/nemurin/>)にも情報を掲載しておりますので、ご高覧いただければ幸いです。

何卒、ご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

令和 3 年 11 月

公益財団法人 神経研究所
理事長

加藤 進昌

睡眠健康推進機構長

大川 匡子



令和 4 年度 学校訪問型睡眠講座

募 集 要 項

公益財団法人 神経研究所 睡眠健康推進機構では、睡眠に関する学校訪問型講座の開催を希望する小・中学校を対象に、専門の講師派遣による対面講演や遠隔講演など、睡眠の大切さ・重要性を知っていただくための活動を行っています。

【費用財団負担、申請者負担 共通事項】

講座名：学校訪問型睡眠講座

目的：日本各地の小・中学校で講演会等を開催し、睡眠に関する正しい知識の普及啓発を図る。

対象：全国の小・中学校の生徒、教師、保護者等

内容：睡眠のメカニズム、健康にとっての重要性、望ましい睡眠のとり方等について、睡眠の専門家による講座を実施する（講師との打ち合わせ、会場設営、機器の準備等は学校側で行っていただきます。）

講座形式：①対面講演 申請者が指定した会場に講師が赴いて実施する

②遠隔講演 講師は会場に赴かず、オンラインの Web 会議システムを利用して実施する（※インターネットの利用環境が必要）

実施期間：令和 4 年 5 月 1 日（日）～令和 5 年 3 月 10 日（金）

申込方法：「ねむりんねっと」（<http://www.jfnm.or.jp/nemurin/>）にアクセスの上、以下の①または②のいずれかの方法でお申し込みください。

①「学校訪問型睡眠講座お申込みフォーム」から送信。

②申請用紙をダウンロードして必要事項を記入の上、下記の[申請書送付先]へ送付。（郵送・メール・FAX 可）

その他：[費用財団負担]と[費用申請者負担]で同時に申し込むことはできません。

もしも同時に申し込んだ場合には、[費用申請者負担]として受け付けます。

但し、[費用財団負担]で申し込みをして落選した場合、改めて[費用申請者負担]で申し込むことは可能です。

【費用財団負担】講師謝金、旅費等の費用を財団が負担します

採用件数：小学校 15 校、中学校 15 校（先着順ではありません。応募多数の場合、抽選となります。なお、過去に落選となった学校を優先する場合があります。）

応募締切：令和 4 年 1 月 31 日（月）必着

決定通知：採用の場合のみ、令和4年3月末までに担当者へ文書にて通知いたします。

講座実施の流れ：

① 11月上旬 募集開始

「ねむりんねっと」で情報開示、都道府県、教育委員会宛て案内送付

② 1月31日 応募締切

③ 実施校の決定、講師の選定

④ 3月 実施決定校に決定通知送付

⑤ 講師との打ち合わせ

学校側から講師に直接連絡のうえ、日程、場所、テーマ、必要なものなど、講座の詳細について打ち合わせをお願いいたします。

決定事項は速やかに当機構に報告してください。決定事項に基づき、当機構から講師宛てに講演依頼状を発行します。

⑥ 講座実施

⑦ 実施報告書および感想アンケートを当機構に提出

その他：会場借料等が発生する場合は学校側でご負担をお願いいたします。

※別紙「申請者から見た学校訪問型睡眠講座 応募から実施までの流れ」もご参照ください。

【費用申請者負担】講師謝金、旅費等の費用を申請者に負担していただきます

採用件数：30校前後

応募締切：令和4年4月27日（水）必着

決定通知：講師が決定次第、担当者へ文書にて通知いたします。

講座実施の流れ：

① 11月上旬 募集開始

「ねむりんねっと」で情報開示、都道府県、教育委員会宛て案内送付

② 4月27日 応募締切

③ 随時 講師の選定

④ 講師が決定次第、申請校に通知送付

⑤ 講師との打ち合わせ

学校側から講師に直接連絡のうえ、日程、場所、テーマ、当日必要なものなど、講座の詳細について打ち合わせをお願いいたします。

決定事項は速やかに当機構に報告してください。決定事項に基づき、当機構から講師宛てに講演依頼状を発行します。

⑥ 講座実施

⑦ 当機構の口座へ費用のお振込み（遠隔講演の場合、旅費のご負担はありません）

⑧ 実施報告書および感想アンケートを当機構に提出

その他：対面講演の場合、講師はできるだけ近郊から派遣できるよう努めますが、やむをえず遠方からの派遣となる場合があります。なお、謝金額に決まりはありませんので、各学校の基準に従ってください。

※別紙「申請者から見た学校訪問型睡眠講座 応募から実施までの流れ」もご参照ください。

問合せ先 ※お問い合わせはメールにてお願いいたします。

E-mail : nemurin@ifnm.or.jp

申請書送付先

〒112-0012 東京都文京区大塚 4-45-16 小石川東京病院 3F
公益財団法人 神経研究所 精神神経科学センター
睡眠健康推進機構

TEL : 03-6902-2681 月曜日～木曜日

(祝祭日を除く、10時から15時)

FAX : 03-6902-2682 24時間対応

E-mail : nemurin@ifnm.or.jp

申請者から見た「学校訪問型睡眠講座」応募から実施までの流れ

【費用財団負担】の場合

1. 応募する
2. 2～3 月中に、機構から当選通知が届く（落選の場合、連絡はいたしません）
3. 講師に連絡して講座詳細（日程、場所、テーマ、当日必要なもの、その他）の
打ち合わせ
4. 決定事項を機構に連絡⇒これを受け、機構から講師に講演依頼状を発行・送付
します
5. 講座実施
6. 講座実施後、2 週間以内に実施報告書を機構に提出

【費用申請者負担】の場合

1. 応募する
2. 機構から講師決定通知が届く（決定次第、すぐに連絡いたします）
3. 講師に連絡して講座詳細（日程、場所、テーマ、当日必要なもの、その他）の
打ち合わせ
4. 決定事項を機構に連絡⇒これを受け、機構から講師に講演依頼状を発行・送付
します
5. 講座実施
6. 謝金等を当機構の口座に振込（ただし、詳細は別途相談）
7. 講座実施後、2 週間以内に実施報告書を機構に提出

令和 4 年度学校訪問型睡眠講座申請書（費用財団負担）

1. 申込者について

申 込 日	年 月 日
団 体 名	[名称] [ふりがな]
連 絡 先	[郵便番号] 〒 [住所] [TEL] [FAX] [E-mail]
担 当 者	[所属] [役職] [氏名] [ふりがな]

2. 講座について

講座形式	いずれかに✓を入れてください。 <input type="checkbox"/> 対面講演 <input type="checkbox"/> 遠隔講演（使用システム名： ）
開催希望日時	決定している場合 ____年____月____日（ 曜日） ____時____分から____時____分まで 決定していない場合 およその時期を記入 ____年____月頃
会 場	[名称] [住所] [最寄り駅] _____線 _____駅より
希望テーマ ・内容	
睡眠について子ども達 が知りたいことや疑問 に思っていることなど	
受講予定者	(例：1年生 30人、教師 5人、保護者 15人)
この事業を何で 知りましたか？ ○をつけて下さい	1.教育委員会からの通知 2.知事からの通知 3.日本学校保健会の機関誌 4.HP「ねむりんねっと」 5.その他（ ）
備 考	

※正確に、はっきりとご記入ください。

申込締切：令和 4 年 1 月 31 日（月）必着

令和4年度学校訪問型睡眠講座申請書（費用申請者負担）

1. 申込者について

申 込 日	年 月 日
団 体 名	[名称] [ふりがな]
連 絡 先	[郵便番号] 〒 [住所] [TEL] [FAX] [E-mail]
担 当 者	[所属] [役職] [氏名] [ふりがな]

2. 講座について

講座形式	いずれかに✓を入れてください。 <input type="checkbox"/> 対面講演 <input type="checkbox"/> 遠隔講演（使用システム名： ）
開催希望日時	決定している場合 ____年____月____日（ 曜日） ____時____分から____時____分まで 決定していない場合 およその時期を記入 ____年____月頃
会 場	[名称] [住所] [最寄り駅] _____ 線 _____ 駅より
希望テーマ ・内容	
睡眠について子ども達 が知りたいことや疑問 に思っていることなど	
受講予定者	(例：1年生30人、教師5人、保護者15人)
謝金・旅費額	[謝金] 円 [旅費] 円 (遠隔講演をご希望の場合、旅費は必要ありません)
この事業を何で 知りましたか？ ○をつけて下さい	1.教育委員会からの通知 2.知事からの通知 3.日本学校保健会の機関誌 4.HP「ねむりんねっと」 5.その他（ ）
備 考	

※正確に、はっきりとご記入ください。

申込締切：令和4年4月27日（水）必着