

Take home message 7.

様々な眠りがある。

臨床心理学特講 8

「眠りを疎かにしている日本社会」

眠りに関する基礎知識を得たうえで、「ヒトは寝て食べて始めて活動できる動物である」との当然の事実を確認し、現代日本が抱えている問題のかなりの部分に、我々が動物であることの謙虚さを失い、眠りを疎かにしたことの報いが及んでいることを認識していただければと思います。そして願わくばこの講義が皆さんの今後の生き方を考える際の一助になれば幸いです。

| | | |
|----|-------|--------------------|
| 1 | 4月27日 | オリエンテーション |
| 2 | 5月11日 | 眠りの現状 |
| 3 | 5月18日 | 眠りを眺める |
| 4 | 5月25日 | 眠るのは脳 |
| 5 | 6月 1日 | 寝不足では・・・ |
| 6 | 6月 8日 | |
| 7 | 6月15日 | 眠りさえすればいつ寝てもいい？ |
| 8 | 6月22日 | 眠りと物質、様々な眠り、サマータイム |
| 9 | 6月29日 | Pros/Cons |
| 10 | 7月 6日 | Pros/Cons |
| 11 | 7月13日 | 睡眠関連病態 |
| 12 | 7月20日 | 眠りの社会学 -SHT |
| 13 | 7月27日 | まとめと試験 |

原発

あなたにとって大切なのは何？

原発

Copy/pasteではない皆さん自身の言葉による

Take Home Message を

- J-kohyama@jade.com.or.jp に

チーム名、各人の名前番号

Take home message

を火曜夕方までに連絡のこと

発表順と議論担当班の決定のため

5分発表5分議論