

日本睡眠環境学会

J B A 全日本寝具寝装品協会、全日本わた・寝装品製造協同組合

日本睡眠環境学会 1

横浜国立大学 大学院 環境情報研究院 人工環境と情報研究部門 川島研究室と、寝具寝装品業界の全日本寝具寝装品協会・J B A、全日本わた・寝装品製造協同組合 等が協力して設立された。**KAMEX インフォメーション**

日本睡眠環境学会 2

初代委員長は、睡眠研究の第一人者、東邦大学名誉教授・鳥居鎮夫氏。現委員長は、横浜国立大学大学院 環境情報研究院・川島美勝氏。**KAMEX インフォメーション**

日本睡眠環境学会・第 10 回記念大会 1

日本睡眠環境学会、第 10 回記念大会は 2001 年・平成 13 年 9 月 13・14 日に、箱根湯本で開催された。**KAMEX インフォメーション**

第 10 回記念大会 2

記念大会の大会長は、日本体育大学・黒田 稔氏。特別ゲストに、1992 年バルセロナオリンピックのメダリスト、体操の相原 豊氏が講演。相原氏は平成 12 年より、日本体育大学コーチ学研究室助手。**KAMEX インフォメーション**

睡眠環境講座と・寝具性能コンサルタント

記念大会の研究発表のトップは、「睡眠環境講座と、寝具性能コンサルタント」この年始めて誕生した寝具性能コンサルタントが行った。トップバッターは、寝具性能コンサルタント一期生、株式会社カメックス 斉藤栄一。**KAMEX インフォメーション**

司会

9 月 14 日研究発表 2 日目の司会は、同じ寝具性能コンサルタントのヤカタ株式会社 犬山義昭氏と株式会社カメックスの斉藤が務めた。**KAMEX インフォメーション**

学会の歴史・年表

別表有り

KAMEX インフォメーション

日本睡眠環境学会 3

睡眠環境学会の設立には、宇都宮の寝具メーカー・綿万株式会社、故・永井登社長と奥様の圭子様の夢が託されている。**KAMEX インフォメーション**

日本睡眠環境学会の代表的な参加大学

横浜国立大学、愛知医科大学、国立公衆衛生院、金沢大学、東京慈恵会医科大学、東邦大学、奈良女子大学、足利工業大学、実践女子大学、日本体育大学、富山大学、群馬大学、文化学院、文化女子大学、東亜大学大学院、大阪青山短期大学、共立女子大学、近畿大学、財団法人労働科学研究所、財団法人日本ふとん協会、他 **KAMEX インフォメーション**

ホームページ

日本睡眠環境学会

www11.nittai.ac.jp**KAMEX インフォメーション**

第1回 睡眠環境フォーラムは、横浜で平成12年11月に開催された。

睡眠環境フォーラムは、一般の方の参加も歓迎していますので、横浜市民への広報や、このサイトをご覧ください。睡眠環境フォーラム、富山大学の神川康子先生の、平成12年11月の発表は、「上手に眠って快適な生活をおくる」睡眠の役割を、一般の方にもとても解りやすく、説明されています。**KAMEX インフォメーション**

日本人の睡眠時間

平均睡眠時間は、1995年に7時間28分、20年前の(1975年)8時間5分より、37分も短くなっています。**KAMEX インフォメーション**

眠らなくても良い時代が来る？

睡眠時間は8時間と言う時代は遠ざかり、やがて眠らなくても良い時代が来る?? でも、本当に良い事ですか？ SF 小説に一番贅沢なのは自然に眠る事、というのが有りましたが。

KAMEX インフォメーション

過労死は睡眠時間の犠牲?!

睡眠を犠牲にして、人間の身体が何処まで対応できるのか？ まして眠らないでやった仕事 genuinely 充実した内容かどうか、安全な作業でしょうか？ 疲労と睡眠時間の犠牲による悪循環が、心身の健康を蝕んでいませんか？ **KAMEX インフォメーション**

人はなぜ眠るのか?!

人間を形づくる脳が、休息を求めているのです。でも眠りには休息だけでなく、成長への積極的な役割も有ります。

「寝る子は育つ」のは本当です！ **KAMEX インフォメーション**

睡眠は生活活動の一部！

1日7時間眠るとしても人生80年の23年間を眠ることになる。8時間なら、人生の3分の1は睡眠の時間です。寝具がどんなに大切か解りますね!!

KAMEX インフォメーション

韓国寝具・寝装品組合

韓国寝具・寝装品製造工業組合の機関紙「寝装」に、第17回 睡眠環境シンポジウム「睡眠環境講座と寝具性能コンサルタント」の発表が掲載された。勿論ハングル文字、ワールドカップサッカーの先に行く日韓協調体制だ。! **KAMEX インフォメーション**

韓国・白理事長

韓国寝具・寝装品組合元理事長・白 虎 翼 (PAKI. HO IK) 氏は大の親日家で、日本語も堪能。白髪をなびかせたやさしい姿だが、不屈の闘志を胸に秘めている。

KAMEX インフォメーション

睡眠は生きている証！

睡眠は日々の生活を支える栄養で、楽しみでもあります。これを極端に節約してしまったら、眠りの栄養失調になり、健康を害してしまう恐れがあります。睡眠中、死んだように眠る人でも、必ず一晩に20～40回は動いています。**KAMEX インフォメーション**