

健康経営と睡眠

-社員のエンゲイジメント強化とメンタルヘルス対策としての睡眠-

日時

(14時~受付開始)

2025(R7)年 5月 26日(月) 14:30 - 16:30

会場

(株)社会保険出版社 会議室

千代田区神田猿楽町1-5-18



都営新宿線 神保町駅 A5出口 徒歩6分 JR中央、総武線 御茶ノ水駅 御茶ノ水橋口 徒歩8分

参加費 会員 1,500円 非会員 4,000円 * 当日受付にて現金払い 申込み

世界的にも睡眠時間が短く、5人に1人 が何らかの睡眠問題を抱えているといわ れている日本人。

一方でよい睡眠は、業務パフォーマンス 向上だけでなく、うつ病をはじめとした 疾病予防にも効果があります。

今回のミニ勉強会では、「健康経営と睡 眠」をテーマに、労働生産性向上やエン ゲイジメント強化のための睡眠の質の向 上についてご講演いただきます。

皆様と意見交換をする機会にしたいと交 流会の場も設けております。

どうぞふるってご参加ください。

5月23日(金)までに右記のリンクからか 裏面「参加申込書」をご記入の上 FAXまたはemailにて送信ください。



主催 NPO法人 保健科学総合研究会 東京都千代田区神田猿楽町1-5-18 千代田ビル9階

一般社団法人 日本睡眠協会 共催 協力 株式会社 社会保険出版社

お申込み・お問い合わせ先

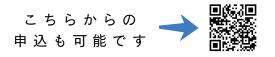


info@hosoken.or.jp



03-3295-1167 03-3291-9841

≥ info@hosoken.or.jp または Fax 03-3295-1167



R7年度ミニ勉強会 参加申込書 以下の項目にご記入ください

ご氏名			
ご所属			
職 種 医師	保健師・看護師	一)栄養士	
心理職	出版関係	◯ その他()
수 무 교 사			
会員区分			
会員	非会員		
参加希望			
◯ 総会(会員の∂	ら) ミニ勉強会	交流会	
連絡先1 (email)			
連絡先2(電話)			
質問事項			

※いただいた個人情報は、本勉強会の目的のみに使用します。