

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、「ヒトは寝て食べて出して始めて活動できる昼行性の動物である」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	10月2日	オリエンテーション
2	10月9日	眠りの現状
3	10月16日	眠りを眺める
4	10月23日	寝不足では・・・
5	10月30日	眠るのは脳
6	11月6日	眠りと物質
7	11月13日	眠りに影響する要因
8	11月20日	様々な眠り
9	11月27日	睡眠関連病態
10	12月4日	スリープヘルス
11	12月11日	眠りの社会学
12	12月18日	Pros/Cons
13	1月8日	四快のすすめ
14	1月22日	まとめと試験

自己紹介

- 神山潤(こうやまじゅん)
- 東京ベイ浦安市川医療センターCEO
- 公益社団法人地域医療振興協会理事
- 小児科医
- 睡眠研究
- 睡眠外来
- 健康教育
- 病院管理
- <http://www.j-kohyama.jp/>



Dr.Kohyama

Official Web Site

<http://www.j-kohyama.jp>

いのち、気持ち、人智

[トップページへ](#)

[PROFILE](#)

[レポート・資料](#)

[お問い合わせ](#)

New Arrival Report **NEW!**

2008/07/24 [+ 江戸川区立新堀小学校での講演](#)

2008/07/22 [+ 早起きには気合いが大切!](#)

2008/07/17 [+ 朝型 vs 夜型](#)

2008/07/10 [+ 生体時計を考慮した生き方 \(Biological clock-oriented life style\)。](#)

2008/07/03 [+ 夜スベは生体時計を無視している。](#)

新着のレポート、資料を5件表示致します。
全てのレポートをご覧いただくには、上部メニューの「[レポート・資料](#)」をクリックしてください。



Short Message & Column 

>> [過去のショートメッセージ一覧](#) <<

2008/07/24 [電球型蛍光灯](#)

2008/07/25 [メディア業界は子どもに寝てもらっては困る。](#)

2008/07/22 [ひらめきは眠りから](#)

昨年の受講者の声

- レジメが欲しい。
HPでその日に使用したPPTはDL可であったが・・・
予習？ 復習？
- 他の方の意見を聴けることが新鮮。
- 私語がうるさい; 退出命令を支持します。
- 毎回グループワークを。
- 半年間まとまったの研究を。
- ProsConsは続けて。

講義が目指すのはあなたが考えること

- ヒトは寝て食べて出してはじめて活動できる動物。
- 動物の基本があまりに疎かにされているのでは？
- 睡眠軽視社会から睡眠重視社会へ
- 身体は最も身近な自然。
- 身体の声に耳を傾ける習慣を。
- あなたの身体の best performance の条件は、あなただけにしかわかりません。
- 自分で考え、感じ、best performance を目指しては。
- 邪魔しないで、発言して、議論して欲しい。
- ねむりを手掛かりに「考える」癖をつけて欲しい。
- 常識を疑ってほしい。

○か×かで答えてください。

1. ほぼ毎日、新聞を読む。
2. 日本は朝鮮半島で戦争をしたことがある。
3. 日本は中国と戦争をしたことがある。
4. 日本はロシアと戦争をしたことがある。
5. 日本はアメリカと戦争をしたことがある。

あなたにとって眠りとは？

Pro Con

- 情報収集を！
- そして賛成・反対の立場を明確に
- 賛成反対の立場からグループごとに発言。

- 2009年のテーマは・・・。



「家庭の事情」日本板硝子、社長辞任

8月27日11時43分配信 [フジサンケイビジネスアイ](#)

10月1日付で日本板硝子の社長に就任する藤本勝司会長(左)と、社長を退任し、シニアアドバイザーに就くスチュアート・チェンバース社長(写真:フジサンケイビジネスアイ)

Mr Chambers said in a press conference: "I have decided to put family first and company second." He acknowledged that the decision might go against social norms in Japan where it is common for workers to put their company above all else. "(I was not able to do so.) In that process I have learned I am not Japanese," he said.

Pro Con

- 2010年のテーマは「子ども手当て」

子ども手当 必要性



—まとめ—

- 世帯収入によって教育格差が生まれていることは、政府調査によっても明らかである
- 「子ども手当」によって昨今の教育問題に取り組んだことは大いに評価できる
- 「教育を受ける権利、教育を受けさせる義務」が記されているように、教育の格差は本来生まれてはならないもの
- より平等な教育が期待できる



まとめ

子どものない人も、日本が少子高齢化になれば困るはず



- 次世代を残さない人々には、相応の経済負担を負うべきではないのか？
- 将来の担い手である子どもを育てるにはすべての人の投資が必要なのだ！！

反対意見

- 定額給付金と同様のばらまきではないか
- 使い道が個人に委ねられてしまふ現金支給では効果がみられないのではないか

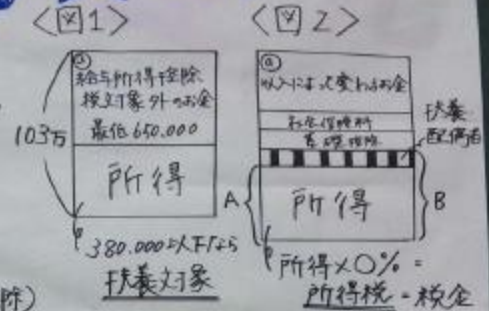


反対意見

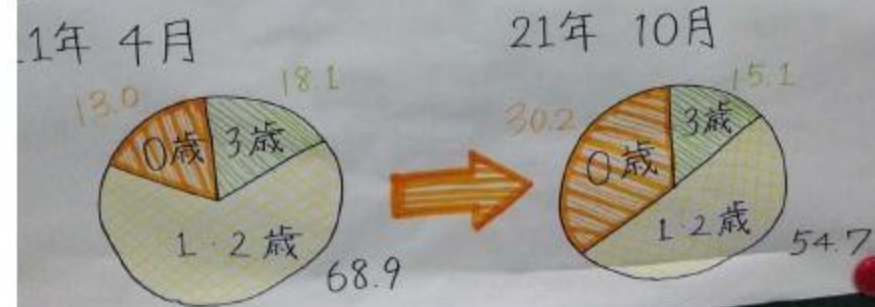
- ① 扶養控除や配偶者控除が廃止され
所得税が高くなる。
- ② 地方自治体と国の信頼関係が
崩れる (地方への負担)。
- ③ 手当での永続性が見込めないにも
かかわらず、手当でに期待する人がいる。
- ④ 現金支給により直接的に子ども
のために使われるとは限らない。
- ⑤ 現状、待機児童が多いなかで
出生率が上がっても受け入れ先がない。

参考資料

① 扶養控除対象者
納税者と生計を共にしている
世帯の合計所得金額が
38万円以下
配偶者である (配偶者控除)
配偶者以外の親族である (扶養控除)



「子ども手当」の財源は、
子ども手当 ⇒ 国・地方・事業主の三者
「子ども手当」の地方負担に関する要請
マニフェストで国民と契約した「子ども手当の全国負担」を破棄し、
地方固有の自主財源である住民税などを、国の施策のために、
地方の意見も聞かずに勝手に召しあげるということは、
憲法92条の「地方自治の本旨」を侵すものであり、
国と地方の信頼関係を著しく損なうものである。



2011年のテーマは？

原発は必要か否か？

2012年のテーマは？

会社におけるお昼寝制度導入

2013年のテーマは？

コンビニ等の24時間営業
賛成か反対か

どちらの立場で発表するかは
12月に発表