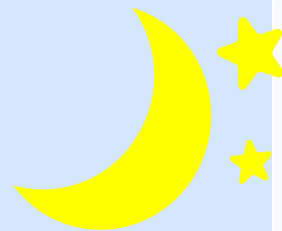


睡眠セミナー



～ポジティブな生活に必要な 「体内リズム」の重要性～

平日の忙しさから土日に寝だめするという人も多いかもしれません。
それは睡眠の量の回復には役立ちますが、体内リズムが乱れ
肥満や生活習慣病・抑うつリスクが高いことが分かっています。
またその影響は翌週の前半にまで及びパフォーマンスを低下させるのです。
睡眠は量と質だけでなく、リズムも重要。
昼間のパフォーマンスを高く保つための、スッキリ目覚めるヒントをお教えします。

【日時】2019年11月28日(木)

【会場】大塚製薬株式会社 大阪支店15階 会議室

【定員】先着60名様

【対象】産業医・保健師・看護師・衛生管理者
人事労務担当・産業保健に関わる方

【講師】駒田 陽子



明治薬科大学 リベラルアーツ 准教授
早稲田大学文学部心理学専修卒業。
早稲田大学大学院人間科学研究科博士課程修了、博士(人間科学)。
日本学術振興会特別研究員、
国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所特別研究員、
東京医科大学睡眠学講座准教授などを経て、2017年より現職。
日本睡眠学会、日本時間生物学会の評議員を務める。
著書「基礎講座睡眠改善学」(ゆまに書房)、「眠気の科学」(朝倉書店)
「不眠の科学」(朝倉書店)など。

参加費
無料

プログラム

- 15:30 開会
- 15:30～15:35 大塚製薬挨拶
- 15:35～17:00 講演
- 17:00～17:20 共催者情報提供
- 17:20 閉会

お申し込み

詳しくは裏面へ！

共催・後援

Well-being OSAKA lab
大塚製薬株式会社
プライマリー・アシスト株式会社
NPO法人
企業の健康いきいきプロジェクト(後援)

睡眠セミナー

～ポジティブな生活に必要な「体内リズム」の重要性～

お申込み 方法

お申込みの際は、こちらの用紙に申込み内容を記載の上、
下記FAX番号へ送信ください。

人数に限りがございますのでお早めにお申込みください。

※定員に達した場合は、期日前に受付を終了させていただく場合がございます。

送信先

プライマリー・アシスト株式会社 セミナー関西事務局

FAX: 06-7174-8947

「お申し込みの流れ」

- 1) 下記の「個人情報の取り扱いについて」にご同意の上、こちらの用紙に申込み内容をご記入いただき、上記FAX番号へ送信ください。
- 2) 当社でお申込書の到着を確認でき次第、メールにて今後のお手続きと受講料振込先についてご案内いたします。ご連絡から1週間以内に（受講日まで1週間未満の際はすぐに）指定の口座へ受講料のお振込みをお願いします。（請求書発行も可能でございます）
※FAXを送信いただいてから、2営業日経過後もメールが届かない場合、お手数ですが当社までお問い合わせください。
- 3) 当社で受講料の入金が確認でき次第、メールにて受講証をお送りします。セミナー当日は、メール内容をプリントアウトしたもの、もしくはメール本文を確認できるスマートフォン等をご持参ください。
※申込書と受講料入金両方の確認が取れた後、お席確保となります。

記入日： 月 日

御社名	
ふりがな	
お名前 (部署/役職)	(部署： / 役職：)
お電話番号	
メールアドレス	

■催行中止・日程変更について

最少催行人数に達しない場合や、その他の事情によりセミナーを中止、または日程を変更することがあります。その場合には、決定次第速やかに通知いたします。

■受講料の返金について

1. 受講者の都合によるキャンセルの場合は返金いたしません。
2. 受講料を返金する場合
① 最少催行人数に達しない場合、その他の事情により弊社の都合でセミナーを中止する場合。
② 弊社の都合によりセミナーの日程を変更したために、参加が不可能になった場合。
③ 地震・台風などの自然災害による交通機関への影響等でやむを得ず欠席した場合。
3. 返金は、受講者の指定する銀行口座に振り込む方法により支払います。
4. 受講料を返金する場合でも、受講に伴う交通費・宿泊費のキャンセル料等につきましては弊社は責任を負いかねますので予めご了承ください。

個人情報の取り扱いについて

プライマリー・アシスト株式会社（以下「当社」という）は、当社が提供するサービスにおいて お預かりする個人情報を以下の様に適切に管理致します。

- 1) 個人情報取り扱い事業者の名称 プライマリー・アシスト株式会社
- 2) 個人情報保護管理者 坂本忠義
- 3) 取得する個人情報と利用目的
お客様氏名、電話番号、Eメールアドレス、ファックス番号、職業等
個人を識別できる情報をお問い合わせ回答、当社が行うセミナーや
キャンペーン等のサービスご案内に利用させていただきます。
- 4) 個人情報の第三者への提供
お預かりした個人情報は、利用目的の範囲内で利用するものとし、次のいずれかに
該当する場合を除き、第三者への開示及び提供は行いません。
・個人情報提供者の事前の書面による承諾がある場合
・ご本人又は当該ご本人と接触する第三者の生命が危険にさらされる恐れがある
当社が判断した場合
・法令等により開示が求められた場合
- 5) 個人情報の委託
個人情報の取り扱いの全部又は一部を第三者に委託する場合は、当該第三者について
厳正な調査を行い、取り扱いを委託された個人情報の安全管理が図られるよう、
当該第三者に対する必要かつ適切な監督を行います。
- 6) 個人情報の「開示等の求め」に応じる手続き等
個人情報の変更（訂正）、又は個人情報の開示・抹消等については、
「個人情報に関するお問い合わせ窓口」までご連絡下さい。
尚、手続きに関する手順等については、ご連絡いただいた際にご説明致します。
- 7) 情報提供の任意性（個人情報を入力、提出される際の留意点）
お客様が個人情報を当社に提供されるか否かは、お客様の判断にお任せ致します。
ただし、必須記入の表示がされている箇所にご記入がない場合は、
一部サービスを受けられない場合がありますのでご了承ください。
- 8) 書面による個人情報の保管期間
当社に提出頂いた個人情報は、取得時より期間を定めることなく保管しております。
返却は致しませんので、あらかじめご了承ください。
- 9) 個人情報に関するお問い合わせ窓口
個人情報保護に関するお問い合わせ、苦情等については、以下にご連絡下さい。

プライマリー・アシスト株式会社
TEL: 03-4226-3856 / FAX: 03-4226-3853

お問合せ先

プライマリー・アシスト株式会社
セミナー関西事務局

TEL: 06-7174-8948