



寅嶋 静香

北海道教育大学岩見沢校芸術スポーツ文化学科
ヘルスプロモーション研究室

この度、シンポジウム 20（30日；14時20分～；女性の健康と睡眠）にて登壇させて頂くことになりました、北海道教育大学岩見沢校の寅嶋静香（とらしましずか）と申します。

何卒、宜しくお願い致します。

今回は産後女性の方々への健康講座にて、毎年調査中の「産後期の睡眠状況・睡眠時間と関連した心身の健康問題」をご紹介させていただきます。

この定期講座に訪れる、産後母たちの切実な声に、少しでも耳を傾けて頂ければ幸いです。