

「令和7年度 疾患別医療・介護連携事業「心疾患」多職種連携研修」令和8年1月13日開催 Web 配信
”よく眠れていますか？”が命を守る－ 高齢者ケアに活かす睡眠の知識－

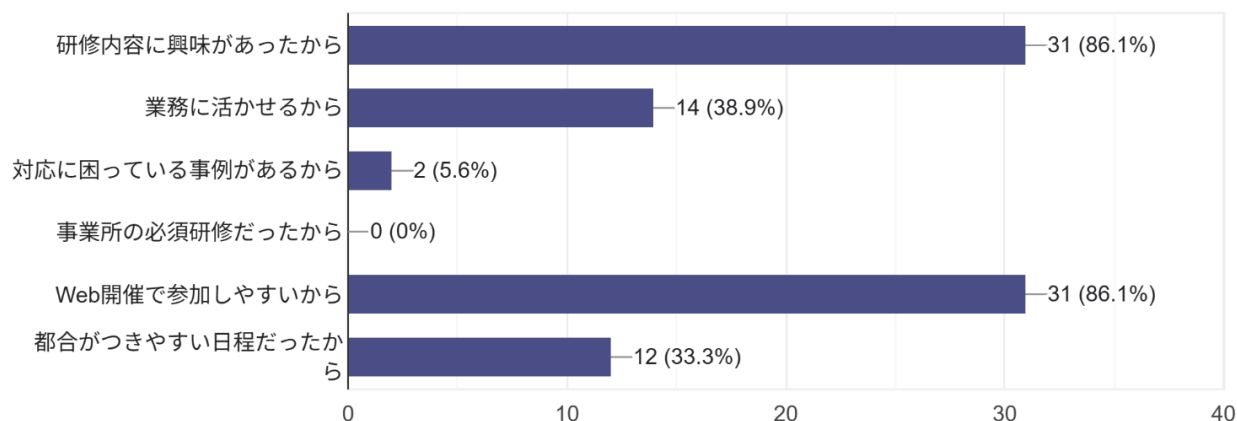
講師 橋本 信行 医師

医療法人リブウェル 橋本内科・循環器内科 院長・聖マリアンナ医科大学臨床教授

日本睡眠学会総合専門医

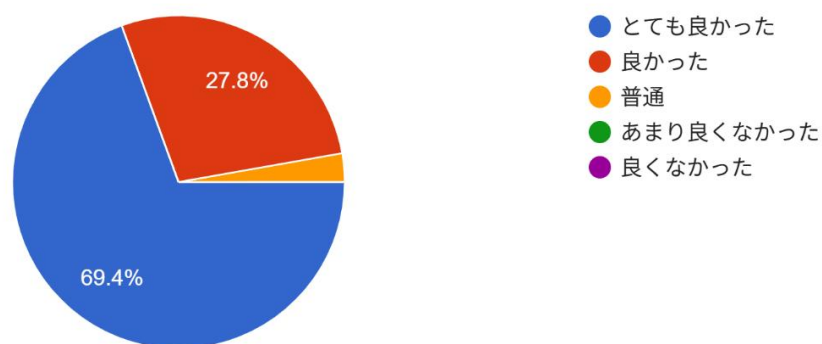
1. 今回研修に参加した理由を教えてください（複数回答可）

36 件の回答



2. 研修はいかがでしたか？

36 件の回答



理由を教えてください 28 件の回答

主な意見分類と件数

- ・ 分かりやすく実践的だった……10 件
- ・ 睡眠と心疾患の関連が理解できた……6 件
- ・ SAS（睡眠時無呼吸症候群）の理解が深まった……6 件
- ・ スライド・説明が明確だった……3 件
- ・ 興味深い内容だった……2 件
- ・ 市民講座より専門的で良かった……2 件
- ・ その他（途中参加・既知の内容など）……1 件

要点

- ・ 患者や家族にそのまま説明できる内容だった

- CPAP とマウスピースの適応の違いが理解できた
- AHI の解釈など臨床で役立つ知識が得られた
- 加齢と睡眠の関係が分かりやすかった

4. 今後に活かせるような内容はありましたか。あればご記入ください。18 件の回答

主な意見分類と件数

- 睡眠状況を確認する視点を活かしたい……5 件
- SAS の評価・治療の理解を活かしたい……4 件
- 生活指導（睡眠時間・床上時間など）に活かしたい……4 件
- 家族・患者への説明に活かしたい……3 件
- 潜在的な SAS 患者の掘り起こしに役立てたい……1 件
- 学生指導に活かしたい……1 件

要点

- 「よく眠れていますか？」と声かけする習慣をつけたい
- 起床時間から逆算した床上時間の調整
- CPAP だけでなくマウスピース治療の選択肢を理解
- 簡易 SAS 検査の数値解釈ができるようになった

6. 今後開催を希望する研修内容があれば、教えてください。7 件の回答

- 良眠のための運動・寝具・環境設定
- 診療報酬改定の影響と対策
- 精神疾患
- 高齢者の排便コントロール
- 睡眠テーマのさらなる深掘り（第二弾希望）
- 困難事例の事例検討

5. 研修全体を通じてご感想・ご意見などありましたらご記入お願いします。15 件の回答

主な意見分類と件数

- 分かりやすく有意義だった……7 件
- 睡眠の重要性を再認識した……3 件
- 動画視聴の要望……1 件
- 企画への感謝……3 件
- その他（アンケート記入に関するコメントなど）……1 件

要点

- 「大変分かりやすかった」「興味深かった」との声が多い
- 睡眠の質を社会全体で考える必要性を感じた
- アップルウォッチなど睡眠計測への関心が高まった