

# 第1回 健康づくりのための睡眠指針の改訂に関する検討会

日時：令和5年7月31日（月）13:00～15:00

場所：オンライン開催

## 議事次第

### ○議題

1. 睡眠に関するこれまでの取組について
2. 指針改訂に向けた研究班のとりまとめ
3. 改訂に向けた論点について

### ○配布資料

- 資料1 健康づくりのための睡眠指針の改訂に関する検討会開催要綱
- 資料2 睡眠に関するこれまでの取組
- 資料3 指針改訂に向けた研究班のとりまとめ
- 資料4 改訂に向けた論点について

- 参考資料1 健康づくりのための睡眠指針 2014