

# 田村 典久 先生

たむら のりひさ

広島大学大学院人間社会学研究科心理学プログラム 准教授

1984年6月5日生まれ、広島県安芸郡府中町出身

## 【略歴】

- 2007年 広島国際大学人間環境学部卒業
- 2013年 京都府立医科大学医学部・客員講師
- 2014年 広島国際大学大学院博士課程修了
- 2014年 東京医科大学医学部睡眠学講座・助教
- 2016年 神経研究所附属睡眠学センター・客員研究員
- 2017年 兵庫教育大学学校教育研究科・助教
- 2019年 兵庫教育大学学校教育研究科・講師  
広島大学大学院教育学研究科・准教授
- 2020年 広島大学大学院人間社会科学研究科・准教授  
同志社女子大学看護学部看護学科・嘱託講師

## 【専門】 睡眠改善を通じた子どもと高齢者の脳とこころのヘルスプロモーション

2011年より、広島にて、子どもや高齢者の睡眠の問題を軽減するため、睡眠教育や睡眠マネジメントに関する研究に取り組んできました。2014年からは東京医科大学にて、薬を使わずに不眠症状を軽減する不眠症の認知行動療法というカウンセリングも行ってきました。2017年からは兵庫教育大学にて、2019年10月からは広島大学にて、臨床心理士や公認心理師を目指す学生の教育を行うとともに、地域と連携した快眠教室や、学校での児童・生徒・教職員を対象とした睡眠教育・睡眠指導の実践と普及に取り組んでいます。

また、日本睡眠改善協議会の認定資格「睡眠改善インストラクター」、および日本睡眠教育機構の認定資格「睡眠健康指導士」の養成にも従事しています。

【趣味】食べログを検索して3.5点以上のお店を食べ歩くこと、音楽・映画・ドラマ鑑賞、旅行、読書、甘味