

後援：一般社団法人北海道ヘルスケア産業振興協議会*、一般社団法人睡眠ヘルスケア協議会*

一般社団法人 ETA・AAL 推進協議会、センシングIoT データコンソーシアム*、一般社団法人セキュアIoT プラットフォーム協議会*

*は予定です。

北の1000人快眠プロジェクト

Phase 2 キックオフイベント

あなたの眠りを知ることから、
快眠への一歩が始まります。

北海道 1000 人の睡眠を“見える化”し、
快眠につながるヒントを探るプロジェクト。

Phase 2 の始動を記念し、基調講演と成果報告を行います。

睡眠を
見える化



行動変容へ



健やかな
未来へ



2026 年 8 月 7 日 (金)



16:00-18:00 | 18:00-19:00
(受付 15:30) | 快眠関連ミニ展示・交流会



会場参加 + オンライン参加



参加無料・事前申込制



申込時に参加方法を選択



会場：HOOK
札幌市中央区北一条西 5 丁目 1-4
アーバンネット札幌リンクタワー 4F イベントラウンジ

基調講演

後平泰信 先生

札幌もいわ徳洲会病院 院長

睡眠障害・睡眠時無呼吸の
可視化と対策



イベント内容

1



Phase 1
成果報告

2



Phase 2
計画紹介

3



快眠関連
ミニ展示・交流会



お申し込みはこちらから

詳細は、お申し込み後メールにてご案内



イベントプログラム

オンライン配信
同時開催



- 16:00 開会・挨拶
- 16:10 基調講演
「睡眠障害・睡眠時無呼吸の可視化と対策」
後平泰信 先生（札幌もいわ徳洲会病院 院長）
- 16:50 <休憩>
- 17:00 Phase 1 成果報告
これまでの取り組みと成果のご紹介
- 17:20 Phase 2 計画紹介（質疑応答含む）
今後の取り組みと目指す未来
- 17:40 「札幌市のウェルネス推進の取組」の御紹介
- 17:50 北海道ヘルスケア産業振興協議会におけるプロジェクトの御紹介
- 18:00 閉会
- 19:00 快眠関連ミニ展示・交流会
最新の快眠サービスやアイテムをご紹介

基調講演

後平泰信 先生

札幌もいわ徳洲会病院 院長



睡眠医療の第一人者として、
睡眠障害や睡眠時無呼吸症候群の
診療・研究に長年携わる。
最新の可視化技術と対策について、
わかりやすくお話しいただきます。

主なご専門

- ・睡眠障害全般の診療・研究
- ・睡眠時無呼吸症候群の診断・治療
- ・睡眠の可視化とデータ活用
- ・生活習慣改善による予防医療

北の 1000 人快眠プロジェクトとは？

北海道の 1000 人の睡眠を“見える化”し、快眠につながるヒントを探るプロジェクトです。
Phase 2 では、さらに多くの方のご参加と、実生活に役立つ具体的な取り組みへと進化します。



Phase 1 の成果



多くの方にご参加いただき、貴重な睡眠データを収集



睡眠の課題や傾向を分析し、成果を見える化



快眠につながるヒントや気づきを多く得られました

Phase 2 の取り組み



さらに多くの方の参加でデータを拡充



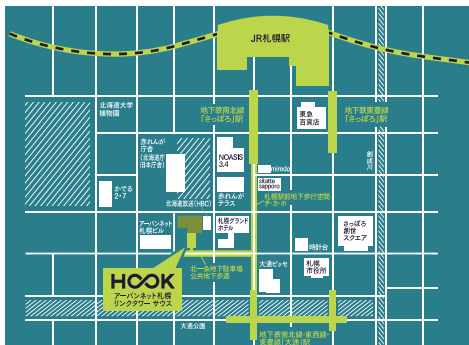
睡眠改善につながる具体的な施策を推進



快眠が日常になる環境づくりを目指します

会場のご案内 北海道札幌市中央区北一条西 5 丁目 1-4
アーバンネット札幌リンクタワー
4F イベントラウンジ

HCOOK



アクセス

地下鉄「大通駅」徒歩 6 分
JR「札幌駅」徒歩 10 分
北一条地下駐車場公共地下歩道 直結

■お申し込み方法

参加無料・事前申込制

■申込期限

2026 年 8 月 6 日（木）17:00 まで

申込はこちらから



■申込時にご選択ください

- ・会場参加
- ・オンライン参加（ライブ配信）

■ご参加にあたって



どなたでも
ご参加いただけます



オンライン参加の方には、
配信 URL を申込後に
ご案内します



当日は質疑応答の時間を
設けております

こんな方におすすめです

- ✓ 睡眠の質を改善したい方
- ✓ ご家族の睡眠が気になる方
- ✓ 医療・健康・福祉の関係者の方
- ✓ 睡眠研究やデータ活用に興味がある方