

2025 年度日本認知・行動療法学会 SIG 活動報告書

1. 日本認知・行動療法学会 SIG 名 (睡眠 SIG)
2. 記入者 (高野 裕太)
3. 一年間の活動実施報告 (各企画の日付、SIG の参加者、実施した活動の内容や成果、業績などについて報告してください。なお、SIG で開かれる活動において、年会費や参加費などで収入が発生した場合、収支報告 (様式任意) を別途提出してください。)

	活動内容、成果、業績等
8月23日	日本認知・行動療法学会 第51回大会 自主企画シンポジウム7 不眠治療における認知行動療法の位置づけと実際の臨床 (睡眠 SIG シンポジウム) 企画・司会：高野 裕太 (東京医科大学睡眠学寄附講座) 話題提供者：岡島 義 (東京家政大学人文学部カウンセリング学科) 板東 瑞季 (東京家政大学大学院人間生活学総合研究科) 町田 奈穂 (大阪カウンセリングセンターBellflower) 睡眠 SIG の設立目的、不眠治療における認知行動療法の研究動向のレビュー、症例紹介 (SIG における活動を想定したデモンストレーション含む)
その他	睡眠 SIG と連携した活動として紹介された睡眠行動科学研究会 (代表者：岡島義) に、シンポジウムに参加されたフローアの方が新規加入し (睡眠 SIG にも加入)、睡眠というキーワードでつながるといふ睡眠 SIG の目的に沿った活動が開始された。

4. 次年度の活動予定(300字程度)

2025 年度は睡眠 SIG が設立されたことをシンポジウムで告知することができた。来年度は、症例ベースの検討会を年次大会開催中に実施する予定である。また、睡眠 SIG としてのシンポジウムを企画する等、認知行動療法の実践における睡眠の位置づけを議論できる活動を継続して行う (日本認知・行動療法学会第 52 回大会においても自主企画シンポジウムに応募する予定である)。来年度に限らず、睡眠 SIG の企画に参加し、活動に関心を持っていただけた方とのネットワーク構築にも努めていきたい。