

参加費無料

(先着50名様)

事前申込: 2/3~28迄

市民講座

この事業は泉佐野市から委託を受けて
自殺対策強化推進事業として実施しています

眠れていますか？

睡眠と健康

こころとからだの健康
は良い睡眠から

YouTuberとして登録者10万人
を超える睡眠専門医が語る！

よい睡眠
とは？

眠りが
浅い

疲労
ストレス
とれない

日程：令和7年3月6日(木)

時間：午後2時~3時半

場所：社会福祉センター
2階大会議室

参加対象：泉佐野市在住-在勤の方

講師：上島医院 南大阪睡眠医療センター

YouTuber 睡眠専門医 渥美 正彦氏

※希望があれば、手話通訳者を配置しますのでお申出ください

主催・申込
お問合せ

泉佐野市社会福祉協議会

基幹包括支援センターいずみさの

受付時間：9:00~17:15

TEL：072-464-2977

FAX：072-462-5400

2/28(金)申込締切

FAX 申し込み 072-462-5400

市民講座 「睡眠と健康」

日時: 令和7年3月6日(木) 14:00~15:30
場所: 社会福祉センター2階 大会議室
申込期間: **2/3~2/28迄**(定員: 先着**50**人)

フリガナ	
氏名	
年齢	
住所 (町名)	
電話番号 ※昼間連絡のつく	
配慮の 必要性	<ul style="list-style-type: none">・ 手話通訳・ 車いす・ その他 ()