

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！

眠りが
浅い

よい睡眠
とは？

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