



睡眠と健康

心身の健康と生活の質を高めるために大切な睡眠。
睡眠の基礎知識や健康との関係についてお話しします。

日時

2025年 9 月 27 日（土） 10:30 ～ 12:30

会場

掛川市生涯学習センター第 4 会議室
（掛川市御所原 17-1）

募集

80 名（申込先着順）

参加費

無料



【講師】新島邦行さん

中東遠総合医療センター人間ドック・健診センター診療部長兼睡眠医療センター診療部長。産業医科大学卒業後、病院や企業の産業医を経て現職。

お申込み・お問合せ

ライフサポートセンターしずおか西部事務所（平日9時～17時）

TEL 053-466-6307 FAX 053-466-6273



お申込み

*取得した個人情報は、本講座の運営にのみ使用いたします。災害その他やむを得ない事情により、中止とさせていただく場合がございます。
*ロッキーカーレッジは、静岡県労働金庫の会員が拠出した「地域役立資金」を活用しています。

主催：公益財団法人静岡県労働者福祉基金協会

後援：静岡県 掛川市 東遠地域労働者福祉協議会 静岡県労働者福祉協議会 静岡県労働金庫

こくみん共済 coop 静岡推進本部 静岡県生活協同組合連合会

生活協同組合ユーコープしずおか県本部 ライフサポートセンター友の会



ロッキーカーレッジ



ホームページ