



プロから学ぶ
睡眠セミナー

高齢者の睡眠マネジメントや
それだけは知ってほしい生活習慣のお話

日時 8/29 (月) 13:30~14:30

会場 郷州公民館 集会室

参加費 無料 対象 成人40人

講師 しんやしょうご 新矢昭吾氏 社)日本睡眠教育機構認定上級睡眠健康指導士



申込方法

電話申込のみ

受付開始 7月26日(火)9:30~

定員になり次第締切

申込先

守谷市中央公民館

TEL 0297-48-6731

コロナウィルス感染症対策について・当日、平熱を超える発熱がある場合には参加をご遠慮ください。

・参加の際には、マスク着用でお越しください。・感染状況により、中止になる場合もありますので、ご了承ください。