

令和元年10月23日



担当課	保健対策課
担当者	松岡、植野、浅田
電話	(073) 488-5117
内線	

## 令和元年度和歌山市睡眠市民講座の 開催について

和歌山市保健所では、よりよい睡眠習慣を整え、健康的な生活を送る手助けができるよう、睡眠市民講座を開催します。今年度は和歌山県立医科大学名誉教授<sup>しのさきかずひろ</sup>篠崎和弘先生を講師にお招きし、ご講演をいただきます。

1 日時 令和元年10月26日(土) 午後1時30分から午後3時30分

2 場所 和歌山市保健所 3階大ホール

3 講師 篠崎 和弘 先生(和歌山県立医科大学 名誉教授)

4 テーマ 「睡眠は健康のパートナー～睡眠障害の予防と治療～」

5 受講料 無料

6 定員 100人程度

7 お申し込み方法

電話・FAX・メール・ハガキのいずれかの方法で、氏名・参加人数・連絡先を下記までお知らせください。

住所：〒640-8137 和歌山市吹上5丁目2-15 和歌山市保健所  
保健対策課 ころの健康対策班

電話：073-488-5117 FAX：073-431-9980

メール：[hokentaisaku@city.wakayama.lg.jp](mailto:hokentaisaku@city.wakayama.lg.jp)