

安房保健所地域・職域連携推進事業



あなたは睡眠に満足していますか？

# 質のよい睡眠をとるために



平成29年11月11日（土）

13:00～15:00

**参加費無料**

講師

東京ベイ・浦安市川医療センター

日本睡眠学会理事

子どもの早起きをすすめる会発起人

**神山 潤 先生**

場 所：館山市コミュニティセンター 1階第1集会室

館山市北条740-1

申 込：事前申込制（TELまたはFAX）

（定員100名・先着順）

下記問い合わせ窓口へ申込みください。

認知症と睡眠の  
関係は？

睡眠で十分休養を  
とるためには？

夜勤があるとき  
どう眠る？



千葉県マスコットキャラクター  
「チーバくん」

《ご注意》

- 講師へ質問がありましたら、申込みの際にお伝えください。
- 定員に達しなかった場合のみ、当日受付をいたしますが、なるべく事前に申込みをお願いいたします。



【お問い合わせ窓口】

安房健康福祉センター（安房保健所）

地域保健福祉課

TEL:0470-22-4511

FAX:0470-23-6694

(送付票不要)

## 睡眠講演会（11月11日）申込書

送信先：安房健康福祉センター地域保健福祉課 川原行

**FAX 0470-23-6694**

Email [n.kwhr5@pref.chiba.lg.jp](mailto:n.kwhr5@pref.chiba.lg.jp)

送信日	平成29年 月 日
ご所属	
電話番号	
担当者名	

下記により講演会への参加を申し込みます。

	ご所属	氏名	職種
1			
2			
3			
4			
5			
6			

先生への質問がありましたらご記入ください。

--

申込み締切：平成29年10月27日（金）まで