



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 **3** 月 **8** 日 (土) 10:00~11:30

会場 プラザおおるり 3 階 大会議室 (島田市)

駐車場(おおるり・市役所)に限りがありますので、
近隣有料駐車場や公共交通機関をご利用下さい。

募集 50 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中部事務所 (平日9時~17時)

TEL 054-270-3963 FAX 054-272-0014



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きます
がございます。予めご了承下さい。

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 島田市 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。



ホームページ