

桐生厚生総合病院

第19回ハッピー健康相談室

平成30年3月

開催のお知らせ

平成30年3月8日（木）

①よりよく眠れるためのヒントパート1：午後2時～午後3時

講師：（社）日本睡眠教育機構認定 睡眠健康指導士 はまだ たかはる 濱田 隆晴

②睡眠と上手な付き合い方：午後3時～午後3時30分

講師：薬剤部 薬剤師主任 おおて なおき 大手 直樹

③よりよく眠れるためのヒントパート2：午後3時30分～午後4時

- ・肩こり・肩甲骨のこり改善方法
- ・薬剤師に睡眠薬に対する疑問や不安なことを聞いてみよう

場 所：1階正面玄関脇情報コーナー

参加費：無料（事前申し込み不要）

駐車場：無料

桐生厚生総合病院の駐車場をご利用ください

問い合わせ先：地域医療連携室 0277-44-7150

企画 看護部