

睡眠の質を向上させる 生活習慣と環境改善

～今日から実践！！ 質の高い眠りへの第一歩～

令和7年 **2月1日(土)**

14:00～16:00 (受付13:30～)

くわなメディアライヴ
多目的ホール

桑名市中央町三丁目79番地
(桑名駅より徒歩8分)

★ 講師

三重県立こころの医療センター

作業療法士 **三好 哲也 氏**

定員:約90名(先着順)

参加費
無料!!



★ 申込方法

二次元バーコードまたは下記申込書(FAX)、電話にてお申込みください。

URL: <https://logoform.jp/form/8vMX/781175>

締切 令和7年1月29日(水)

二次元バーコード



★ お問い合わせ・申込先

桑名保健所 健康増進課

電話:0594-24-3625 FAX:0594-24-3692

<留意事項>

- ・申込みは先着順とし、ご参加いただけない場合のみご連絡させていただきます。
- ・個人情報は本講演会集計以外には使用いたしません。

令和7年2月1日(土)開催

「こころと身体の健康づくり講演会」参加申込書 (FAX:0594-24-3692)

お名前	お勤め先又は住所	ご連絡先(TEL)