

暮らしと健康講座」第1回

「睡眠」と「健康」の

知恵袋講座

主催：巨勢まちづくり協議会・巨勢公民館

「眠いたくてもなかなか眠れない」、
「年齢とともに眠りが浅くなった」など、
睡眠のお悩みはありますか？
暮らしに役立つ睡眠と健康の知恵袋。
皆様のご参加をお待ちしています



- 《日時》 12月6日(水) 13時～15時
- 《場所》 巨勢公民館集会室
- 《講師》 明治安田生命保険相互会社 佐賀支社講師
- 《申込》 10月18日(水)から巨勢公民館で受付
(先着30名様・無料)
- 《主催》 巨勢まちづくり協議会、巨勢公民館

お申し込み・お問い合わせ
電話/FAX 26-9218 巨勢公民館