

野村病院 公開講座



睡眠で健康寿命 を延ばそう

～専門医が教える快眠の秘訣～



日時

令和8年3月14日（土）
15:30～17:00



場所

野村病院 予防医学センター
センターラウンジ



定員

40名（予約制・先着順）



講師

野村病院

小川 和雅 医師

日本睡眠学会認定総合専門医

人間ドック・予防医療学会認定人間ドック検診専門医

日本内科学会認定内科医・総合内科専門医・指導医 他



申込先

① 電話：平日9時～17時
三鷹市連雀地域包括支援センター
☎ 0422-40-2635

② インターネット：右上の2次元コードより

