

「睡眠」と「健康」の 知恵袋講座



「眠り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せんか？
眠りと健康の意外な関係をご紹介します

令和6年3月9日(土)
10:00～11:30

受講料：無料

会場：田主丸アリーナ 第2研修室
講師：明治安田生命久留米支社
定員：先着20名
携行品：筆記具



申込締切

3月6日(水)

17時まで

※会場外ロビーにて
「野菜摂取レベル測定」「血管年齢測定」
を実施します。

一時保育あります(無料)

・生後6ヶ月～就学前まで ・講座申込時に受付

【申込先】久留米市田主丸総合支所 文化スポーツ課

住所：久留米市田主丸町田主丸459番地11

電話：0943-74-4000 FAX：0943-73-4030

窓口・電話 9時～17時まで(土日祝日を除く)

FAX・電子申請 24時間受付



お申し込みは
こちらから
☞

切り取り
「睡眠と健康」の知恵袋講座 申込書

ふりがな		連絡先	-
氏名			-
住所	〒 -	一時保育	有 ・ 無