

# 成田赤十字病院公開健康講座

## より自然な睡眠が得られるコツ

講師

第一精神神経科部長

齋賀 孝久

日時

2023年9月23日(土)

午後2時~3時30分

会場

赤坂ふれあいセンター 大会議室

成田市赤坂2丁目1番地14  
(ボンベルタ成田店アネックス館B棟2階)

定員

80人

8月28日(月)

(無料)

申込み開始

申込み・問い合わせ

成田赤十字病院 社会課  
〒286-8523 成田市飯田町90番地1  
TEL 0476-22-2311

電話か当院ホームページからお申込みください。  
※当院ホームページから専用申込フォームに入力



お申込みは  
こちらから▼



# 令和5年度 開催予定表

開催日程	演題	会場	受付 開始日
6/24(土)	いびき、眠気、生活習慣病にひそむ疾患 「睡眠時無呼吸症候群」	赤坂ふれあいセンター	6/1 (木)
7/22(土)	家族で知ろう、辛い月経の症状の対処法 ～子供から大人まで知っておくべき性教育の第一歩～	赤坂ふれあいセンター	6/26 (月)
8/19(土)	足の痛みとしびれの原因は腰にある？ ～腰椎脊柱管狭窄症の症状と治療について～	富里中央公民館	8/1 (火)
9/23(土)	より自然な睡眠が得られるコツ	赤坂ふれあいセンター	8/28 (月)
10/14(土)	(子供の) 夜間救急受診の仕方	赤坂ふれあいセンター	10/2 (月)
12/2(土)	更年期障害 (仮)	赤坂ふれあいセンター	11/1 (水)
1/27(土)	高齢者のための薬の知識	赤坂ふれあいセンター	1/4 (木)
3/2 (土)	心不全 (仮)	赤坂ふれあいセンター	2/1 (木)



公開健康講座について  
はこちら



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

成田赤十字病院  
Japanese Red Cross Society Narita Hospital

