

9/3 秋の「すいみんの日」

3/18 春の「すいみんの日」

秋の「すいみんの日」 市民公開講座2014 秋田

身近な眠りの病気について

現在、日本では国民の5人に1人以上が睡眠障害を抱えており、自覚していない人も含めると、さらに多くの方が睡眠にかかわる健康に問題があるといわれています。そこで春と秋の「すいみんの日」を3月18日と9月3日に制定。今回9月6日に開催される市民公開講座のテーマは、「身近な眠りの病気について」です。眠れない人、朝起きられない人、イビキの人、寝言の人も一度ご自身やご家族の睡眠の問題を見直してみませんか。

日時 平成26年9月6日[土] 14:00—16:00 [受付13:30]

会場 秋田県総合保健センター 大会議室

〒010-0874 秋田市千秋久保田町6番6号
JR秋田駅より徒歩5分

250名様ご招待 [無料]

事前申し込みは不要です。
当日の受付時間に来場ください。

●主なプログラム

司 会：清水 徹男 [秋田大学医学部精神科 教授]

講 演：過眠症について … 神林 崇 [秋田大学医学部精神科 准教授]

睡眠時無呼吸症について … 勝田 光明 [御所野ひかりクリニック 院長]

不眠症とむずむず脚症候群について … 越前屋 勝 [えちぜんや睡眠メンタルクリニック 院長]

質疑応答：講師一同

講師の先生が皆様のご質問にお答えいたします。

受講に関するお問い合わせ先

「すいみんの日」市民公開講座2014秋田 事務局
(秋田大学医学部精神科医局内)

TEL：018-884-6122

問い合わせ時間：月～金 10:00～16:00(土日祝および8/13～8/15は除く)

●共催：睡眠健康推進機構・アルフレッサ ファーマ株式会社
●後援：日本睡眠学会