

[日時]

2020年2月8日 (土)

開場：13:30 開演：14:00

[場所]

三鷹市公会堂 さんさん館
多目的会議室 (入場無料)

睡眠と心の健康

睡眠障害は多くの精神疾患の必発症状であり、精神状態のバロメーターでもあります。よりよい睡眠を確保することは精神疾患の改善に繋がります。睡眠を犠牲にする現代社会のライフスタイルそのものを見直す時期かもしれません。睡眠と精神疾患の関係とあわせて、今注目される「ライフスタイル医学」についても触れたいと思います。

[講師]

近藤伸介 氏

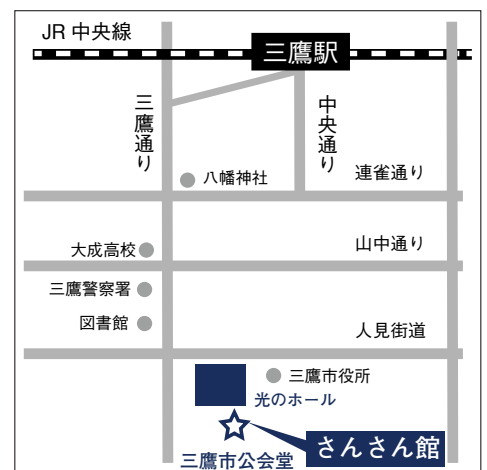
東京大学医学部附属病院 精神神経科

東京大学医学部卒業。東京大学医学部附属病院、国立国際医療センター、欣助会吉祥寺病院、カナダ・バンクーバー総合病院を経て、2003年に北原脳神経外科病院に精神科を開設。2007年、北原リハビリテーション病院院長に就任。現在、東京大学医学部附属病院 精神神経科特任講師。巣立ち会顧問医。米国精神医学会国際フェロー。

[主催]  社会福祉法人 巣立ち会

[後援] 三鷹市精神障がい者地域支援連絡会

[MAP]



[お申し込み・お問い合わせ]

社会福祉法人 巣立ち会 (担当：植田)

電話：0422-34-2761 FAX：0422-39-7781

E-mail：sudachi-kaze@sudachikai.eco.to

FAX でお申し込みの方は、右側のお申し込み欄にご記入の上お送りください。

[FAX お申し込み欄]

お名前：

ご所属：

電話番号：