

ずっと健康に働き続けるための

睡眠セミナー

睡眠不足は、生活習慣病や仕事のパフォーマンス低下にも影響します。
本セミナーを通じて睡眠への理解を深め、働く人の健康づくりのために
職場でできる取組みを一緒に考えてみませんか。

日 時 2026年11月13日(金) 14:00~16:00

内 容

- ・講演 「生活習慣と睡眠の病気」

講師 愛知医科大学病院 睡眠科 特任教授 篠邊 龍二郎 氏

- ・グループワーク



対象者 企業・団体の人事労務・健康管理等担当者、
市・商工会議所の職員等

定 員 35名(先着順)

参加費 無料

会 場 豊川保健所 2階 大会議室
豊川市諏訪3丁目237
0533-86-3188



申込み 二次元コードからお申し込みください。
締切 10月30日(金)

