



# よく眠れていますか？ 睡眠と健康

10/10  
(木)



港北公会堂

【13時開場】 無料  
港北区大豆戸町 26-1

14時10分～16時20分 講演会 (1階ホール) 先着 500人 (事前予約不要)

開講あいさつ

14:10～

①港北区医師会 白濱 龍太郎 (医師)

14:20～

RESM 新横浜 睡眠・呼吸メディカルケアクリニック

15:00

良質な睡眠～ストレス社会の睡眠コントロール術～

②港北区歯科医師会 片山 慶祐 (歯科医師)

15:00～

横浜市港北区片山歯科医院/昭和大学歯科病院歯科補綴学講座 兼任講師

15:40

睡眠に対する歯科のアプローチ～睡眠と歯科って関係あるの？～

③港北区薬剤師会 和田 野歩 (薬剤師)

15:40～

坂本調剤薬局

16:20

薬と睡眠の話～あなたはどこまで知っている！！ウソ？ホント？～

★講演会の開始前にお立ち寄りください★

13時～14時 健康コーナー (2階会議室) 先着 50人 (事前予約不要)

港北区医師会による動脈硬化測定、医療相談

何でもお気軽にご相談ください！



港北区医師会・港北区歯科医師会・港北区薬剤師会・港北区福祉保健センター  
問合せ：港北区福祉保健課健康づくり係 電話 540-2362 FAX 540-2368

