

ふれあい平塚ホスピタル 1月の医学講座

快眠のツボ！

～もう睡眠薬に頼らない～

加齢と共に内服薬が増えていませんか？1剤でも減量するために、睡眠の環境を見直しましょう。睡眠薬が必要か再評価し、可能なら中止しましょう。

今回は快眠のツボについて副院長の兼坂医師より、皆様にわかりやすくご説明します。

講座終了後には、病院長との懇話会も開催いたします。また個別相談、病院見学会も受付いたしますので、お気軽にご参加ください。

日時：1月25日（木）13：30～15：00（13：00 受付開始）

場所：ふれあい平塚ホスピタル 5F 会議室

ふれあい平塚ホスピタル

講師：兼坂 茂 副院長

集中治療専門医
日本救急医学会専門医
日本循環器学会専門医



お問い合わせ先

TEL 0463-22-4105（総務課）

医療法人社団 健齡会
ふれあい平塚ホスピタル
FUREAI HIRATSUKA HOSPITAL

〒254-0813 神奈川県平塚市袖ヶ浜 1-12
URL <http://www.fureai-g.or.jp/fhh/>
E-mail hrt-gad@fureai-g.or.jp

※各種健康診断、予防接種承っております。お気軽にお声かけください。

中学生・高校生のリハビリテーション科職場体験受付中！（保護者の方同伴でもかまいません）
将来リハビリテーションの仕事に興味のある方は遠慮なく見学に来てください。



ふれあい平塚ホスピタル リハビリテーション科 大島 奈緒美 TEL：0463-22-4105