

# 大切にしていますか？



健康財団マスコットキャラクター  
けんぞうくん

## あなたの眠り！

寝付けない、夜中になんども目が覚めるなど、睡眠の困りごとはありませんか？生活環境の変化や、生活習慣に関係するともいわれる「睡眠」をテーマにし、講演いただきます。睡眠に関して疑問に思うこと、知りたいことなどあれば、お聞かせください。（裏面に質問をご記入ください）

日時

7月6日（木）  
13：30～16：00

会場

尼崎商工会議所 7階 701 会議室  
尼崎市昭和通3-96 TEL06-6411-2255

内容

- ◆ 総会
- ◆ 健康体操の実践
- ◆ 講演「大切にしていますか？あなたの眠り！」  
三木メンタルクリニック 院長

みき かずしげ  
**三木 和茂 氏**



三木メンタルクリニック  
院長 三木 和茂 氏

会場



お持ちの方は  
ご持参ください

- ◆ 阪神尼崎駅→北へ徒歩3分
- ◆ JR尼崎駅→市バス阪神尼崎行  
「総合文化センター」下車徒歩1分
- ◆ 阪急塚口駅→阪急バス阪神尼崎行  
「尼崎文化センター前」下車徒歩1分

申込

チラシ裏面の参加申込書に、必要事項を記入のうえお申込みください。

FAX：0797-38-1340 締切：6月28日（水）必着

（公財）兵庫県健康財団阪神南支部 〒659-0065 芦屋市公光町 1-23（兵庫県芦屋健康福祉事務所）

TEL0797-32-0707 Fax 0797-38-1340

事務局：兵庫県健康財団阪神南支部 新谷宛  
FAX：0797-38-1340

## 健康ひょうご21 県民運動阪神南会議総会・研修会

### 参加申込票

日時：平成29年7月6日（木）13:30～16:00

場所：尼崎商工会議所 7階 701会議室

#### 所属団体

ご氏名

講演テーマ「睡眠」について質問があればご記入ください。（時間の都合上、お答えできない場合もありますが、ご了承ください。）

申込期限：6月28日(水)

※当会議では「健康ひょうご21 県民運動阪神南会議総会・研修会」参加募集に伴う個人情報の使用については、当総会・研修会以外の目的で使用することはありません。