第30回 地域医療シンポジウム

今日から始める 快眠生活

①特別講演

16号整形外科院長・山田朱織枕研究所代表　山田 朱織 氏

キーワードは寝返り！ 整形外科医が教える「正しい枕の条件」とは

イラスト制作　橋本　薫 氏　ボールペン画アーティスト

②シンポジウム

★シンポジスト

もりた耳鼻咽喉科・いびきクリニック
院　長　森田 武志 氏

「いびきは睡眠の質を悪くする？」

いしむら腎泌尿器科クリニック
院　長　石村 武志 氏

「夜中おしっこで目が覚めないようにするには」

近畿中央ヤクルト販売株式会社
総務統括部 広報課 係長
健康管理士　戸川 真早美 氏

「眠れていますか？ より良い睡眠のための健康管理」

③パネルディスカッション

★コーディネーター

神戸市東灘区医師会 地域医療部
副部長　小林 恵三 氏

入場無料

事前予約不要

とき 令和7年 10/25(土) 14:00▼16:30

ところ 東灘区文化センター5階「うはらホール」
JR住吉駅南側すぐ

主催：神戸市東灘区医師会、東灘区医療介護サポートセンター、東灘区役所
協力：東灘次世代医療人材育成コンソーシアム
お問い合わせ：神戸市東灘区医師会 TEL. 078-811-2265　https://higashinada-med.jp

ご来場者様プレゼント
Yakult 1000
糖質オフ