

参加
無料

西宮市

日時 2024年 2月4日 (日)

市民
公開
講座

13:30~15:40 (開場:13:00)

会場 西宮市大学交流センター

西宮市北口町1番2号 ACTA西宮東館6階

※ Webでも視聴が可能です

“ねむり” や、
“不眠” について考える

開会メッセージ 13:30~13:40

松永 寿人 先生 兵庫医科大学病院 精神神経科 主任教授

講演 13:40~14:10

「学齢期の睡眠について」

春原 千夏 先生 兵庫県臨床心理士会 スクールカウンセラー専門委員会 委員長

「睡眠の不足感とメンタルヘルス ~働き世代の睡眠について~」

林 知里 先生 兵庫県立大学 地域ケア開発研究所 教授

快眠体操 14:10~14:30

木下 友恵 先生 ホリスティックハッピー代表 健康運動指導士

~ 休憩 ~

講演 14:40~15:10

「不眠へのアプローチ」

田中 禎 先生 ただしメンタルクリニック 院長

質疑応答 15:10~15:40

松永 寿人 先生 田中 禎 先生 春原 千夏 先生 林 知里 先生 木下 友恵 先生



会場で聴講する

※ 申込先着順 100名様

<https://x.gd/Gjhc0>

申込み
方法

Webで視聴する



<https://x.gd/p37VP>

ウェビナーID:83754508622
パスコード:Eisai0204

主催: エーザイ株式会社

後援: 西宮市、西宮市教育委員会、西宮市医師会、兵庫県精神神経科診療所協会、西宮市薬剤師会、
兵庫県臨床心理士会、兵庫産業保健総合支援センター

お問合せ先) エーザイ株式会社 担当:新井 裕幸 (h7-arai@hmc.eisai.co.jp)

会場での聴講のご案内



会場で聴講する
※ 申込先着順 100名様

申込み
方法

<https://x.gd/GjkhO>

13:30~15:40 (開場:13:00)

阪急 西宮北口駅より北東へ徒歩2分 ACTA西宮東館6階

・ 駐車場

ACTA西宮 東館・西館地下 (約600台収容)

30分ごとに150円

西宮市大学交流センターの来館者は、最初の30分無料。

駐車券を窓口へお持ちください。



Webでの視聴方法のご案内

申込み
方法

Webで視聴する



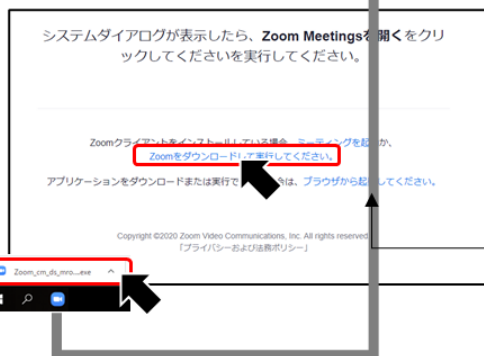
<https://x.gd/p37VP>

ウェビナーID: 837 5450 8622

パスコード: EIsai0204

Zoomアプリをお持ちでない場合

Zoomをお持ちでない場合は、「ブラウザが何も起こらなければ **ダウンロードして開始してくださいZoom**」を選択します。インストールを実行してアプリを起動してください。



既にZoomアプリをお持ちの場合

「**Zoom Meetingsを開く**」ボタンをクリックしてご参加ができます。



「Zoomをインストールが出来ない環境の場合」
「**ブラウザから起動してください**」を選択するとお使いのブラウザでご参加が可能となりますが、安定したご参加、視聴のためにはインストールを行ってからのご参加を推奨しております。

* 事前質問やご不明点等がございましたら下記までご連絡ください

エーザイ株式会社 担当:新井 裕幸 h7-arai@hmc.eisai.co.jp

- ▶ 本講演会の内容(話される内容や投影される文字、写真、図、イラストなど)の無断での複製、転載、改変その他の二次利用はお控えください。
- ▶ 当該個人情報の管理責任者はエーザイ株式会社です。
- ▶ エーザイ株式会社の個人情報保護方針(<https://www.eisai.co.jp/privacy/>)に基づき安全・適切に管理します。