

🌙 睡眠について語ろう 🌙

「睡眠を助けるツボ」

よく眠れるようになるための工夫をみんなで話し合ひましょう

金子 聡一郎

東北大学病院
総合地域医療教育支援部・漢方内科



川越市
マスコットキャラクター
ときも

日時 平成27年 8月23日(日)

18時開場 18時10分～20時頃

会場 ウェスタ川越 2階 活動室2

埼玉県川越市新宿町1-17-17 電話049-224-6017
JR・東武東上線 川越駅 西口から 徒歩5分

対象 どなたでもご参加できます。

教材費 会員300円、非会員500円

申込み 事前申し込み不要。

埼玉県の川越駅前にて毎月開催しております。主に双極性障がい(躁うつ病)・統合失調感情障がいの方やご家族、興味関心のある一般の方・医療福祉関係者の集いです。日ごろの疑問を一緒に解決しましょう。今月は、NPO法人ノーチラス会(電話03-6429-8026)の会員の方だけでなく、申し込み予定の方も、今回のみのご参加の方も、当日お気軽にお立ち寄りください。詳細はホームページやフェイスブックをご覧ください。

★途中退出、途中参加は自由です。配布資料あり。

埼玉小江戸倶楽部 (ノーチラス会川越支部)
事務局 萩原遥

メール hgwr.kawagoe@gmail.com



会場:ウエスタ川越のご案内



Saitama Koedo Club



所在地

埼玉県川越市新宿町1-17-17

- JR川越線、東武東上線「川越駅」西口より徒歩約5分
- 西武新宿線「本川越駅」より徒歩約15分

〈本川越駅よりバスをご利用の場合〉

- 西武バス乗り場 ①番
 - *新所02、本55 系統「川越駅西口」前下車 徒歩5分
 - *本53、本54 系統「南公民館入口」前下車 すぐ
- 西武バス乗り場 ②番
 - *川越35、川越35-1 系統「南公民館入口」前下車 すぐ

