

# 最適な「睡眠」を考える

人生 100 年時代！

くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋

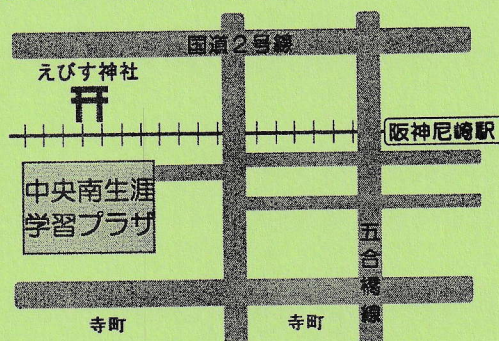
1 日時 2月6日(火)

午後1時30分～午後3時30分



2 場所 中央南生涯学習プラザ(サンシビック尼崎) 大ホール

尼崎市西御園町 93-2



3 定員 先着50名

4 受講料 無料

5 申込方法 1月5日(金) 9:00 から電話か直接中央地域課へ

6 問い合わせ 尼崎市中央地域課

尼崎市東難波町2丁目14-1 梅プラザ内

(平日: 9:00~17:30)

TEL06-6482-1760 FAX06-6489-9300

聴覚障害者などの理由により文字起こしを希望される方は

申込時にお知らせください