

健康教室

◇いい睡眠でちゃ～がんじゅ～

医師

◇食事で睡眠を変えよう！

管理栄養士

◇良い睡眠の為の運動をお伝えします！

健康運動指導士

日時：2024年9月4日(水)

時間：14:00～15:00

場所：名嘉村クリニック3階(受付は2階)