

～家族教室～

2月18日(日)10:00～

テーマ：「睡眠の話」



～どのくらい？どうやって？～

「薬を飲んでもうまく眠れない…」と悩んでいませんか？

解決できるアイデアを紹介します！

自分でも工夫できる快眠法を一緒に考えてみましょう！

担当：深井医師、外来看護師

★講義は患者様・ご家族一緒に参加できます★

意見交換会(約20分間) 医師やスタッフとのQ&Aも！

☆☆皆さんで経験や悩みなど分かち合いましょう☆☆



病気の知識を学ぶ以外にも、回復を手助けしよりよく生きるために学ぶことはたくさんあります。御家族皆さんのためにも、ぜひ参加してみてください。

参加をご希望の場合はスタッフまでお声かけください。