

国立病院機構金沢医療センター公開講座
なっとくのいく話シリーズ すこやかな生活のヒント

脳と心の癒し術

睡眠改善の鍵はなんだろう？

日時：平成30年9月20日（木）
15:00～15:40

場所：金沢医療センター南東病棟2階
地域医療研修センター第1研修室

講師：金沢医療センター附属金沢看護学校
専任教員 小西 千恵子
谷 優美子
山田 良子

福寿体操をして、脳と心の健康アップ
を試してみませんか(^)

