

睡眠を制するものが

人生を制する!!

適切な睡眠が健康寿命やQOL(生活の質)の向上をもたらす!!

日時 2024年 11月17日 日 13:30~15:00

会場 久留米市野中生涯学習センター 軽運動室

お申込み 10月25日(金)10時から先着順  
※定員になり次第締め切ります。

申込方法 電話、FAX、WEBにて  
TEL 0942-34-4996  
FAX 0942-34-5018  
※番号はお間違えのないようお願いします。



WEBはこちらより

参加費  
無料

対象 一般成人 定員 50人 ※先着順



講師 内村 直尚氏  
久留米大学 学長



久留米市野中生涯学習センター(公益財団法人 久留米文化振興会)

〒839-0862 福岡県久留米市野中町1075-2 TEL.0942-34-4996 FAX.0942-34-5018 <https://www.nonaka-gakushu.jp/>  
【開館時間】9:00~21:00(日曜日は17時まで) 【休館日】第1・3月曜日/国民の休日/年末年始