皆様

今年も恒例の「睡眠の日、市民公開講座」を開催いたします。

昨年は「不眠症とうまく付き合おう」をテーマにしましたが、今年はもっと踏み込んで「ストップ　ザ　不眠」です。今、働き方改革で睡眠も注目されています。睡眠に関心をお持ちの方、不眠に悩まされている方、どなたでも自由にご参加ください。

公益財団法人　神経研究所
精神神経科学センター

高橋清久