

令和8年度  
松江市立病院

# 市民公開講座

日時 2026年 5月30日(土) 13:30-15:00

会場 松江市立病院 がんセンター3階講堂

定員 100名 **参加費無料**

講演1

皆さん、ねむれてますか？  
～ぐっすり睡眠で毎日ニコニコ～

講師 精神神経科科長 板倉 征史

講演2

ストレスは絶対に悪なのか？！  
～ストレスに歩み寄る～

講師 精神科認定看護師 田村 圭裕

お申込み

二次元コードからWEB申込

お電話からのお申込みも可能です

松江市立病院 総合支援センター

☎ 0852-60-8083

申込締切 2026年5月29日(金) 17時00分まで



WEB申込はこちら！