

睡眠時無呼吸症候群の診断と治療

睡眠には、さまざまな病気を防ぐ役割があることが近年わかってきました。この病気は、高血圧症、狭心症、心筋梗塞、脳卒中といった心臓血管病との関連が明らかにされ、昼間の眠気などの症状も引き起こします。より質の高い睡眠を手に入れるために、

- 第 1 回は、最高の睡眠を入手する方法、
- 第 2 回は、睡眠障害の代表である、睡眠時無呼吸症候群を取り上げます。メディアでの出演や講演会等でご活躍の先生が最新の情報をお伝えします。



毎回 水曜日 午後 2 時 ~ 4 時

月 日	講 義 内 容	講 師
8 月 21 日	より良い睡眠が病気を防ぐ ~最高の睡眠~	理事長 遠藤 誠 氏 医療法人 慈穂 えんどう耳鼻咽喉科クリニック
9 月 4 日	睡眠時無呼吸症候群とは ~その診断と治療~	日本耳鼻咽喉科学会専門医 日本睡眠学会専門医・学校医 足立区在住

会 場：足立区生涯学習センター（学びピア 21 内）
（足立区千住 5-13-5）5 階 研修室 1・4

受 講 料：無 料

定 員：30 名（抽選）

申込方法：往復はがきに、住所・氏名（フリガナ）・電話番号と
「睡眠時無呼吸 講座」と明記し下記へ郵送ください。（連名可）

申込先 & 〒 120-0034 足立区千住 5-13-5

問合せ先：足立区生涯学習センター内 あだち区民大学塾事務局
電話 & FAX 03-5813-3759（平日午後 1 時 ~ 5 時）

申込締切：令和 元年 8 月 10 日（土）必着

共 催

NPO 法人あだち学習支援ボランティア「^{がくがく}楽学の会」
足立区・足立区教育委員会

交通案内

常磐線・東武線・つくば ex・
地下鉄
「北千住」駅下車徒歩 15 分
都バス・東武バス「千住 4 丁目」
下車徒歩 3 分

