

2019 第 363 回

# 生活習慣病研修会

1 月 16 日 (水)

(一般の方向け)

## 睡眠障害と生活習慣

5 人に 1 人が睡眠になんらかの問題を抱える現代において、睡眠障害は誰でも罹りうる病気です。睡眠不足や睡眠障害は、多くの身体疾患を引き起こすだけでなく、うつ病などの精神疾患の原因ともなります。なぜ、睡眠は大事なのか、睡眠はどのような役割を果たしているのかをお話したうえで、生活習慣病（高血圧症や糖尿病など）と睡眠の関係や実際に治療で使われているお薬について、そして最後にお薬との上手な付き合い方についてお話したいと思います。

講師：天正 雅美先生  
(さわ病院 薬剤部長)

司会：木戸友幸  
(ジェックス参与)

日時：平成 31 年 1 月 16 日 (水)  
午後 2 時～3 時 30 分

場所：ジェックス研修センター  
大阪市淀川区西中島 4-6-17  
新大阪シールビル 4 階

受講料：ジェックス会員：無料  
会員でない方：500 円

申込は不要です。  
直接会場にお越し下さい。

(大阪府薬剤師会生涯教育研修制度認定研修会《5 単位》)

※大阪府薬剤師会会員の方は受付で薬剤師章をご提示ください。

## 主催

公益社団法人  
臨床心臓病学教育研究会  
(ジェックス)

大阪市淀川区西中島 4 丁目 6-17

Tel: 06-6304-8014

Fax: 06-6309-7535

