

みなさんのしゃべり場

4/12

# 花カフェ

申し込み不要  
ドリンク1杯100円

だれでも気軽に立ち寄っていただけるコミュニティカフェです。花ハウスの生活相談員、地域包括支援センターの職員もテーブルを囲みます。1時間ほどの講話の後は、ゆっくりお過ごしください。

日時: 2015年4月12日(日) 13:30~15:30

会場: 特別養護老人ホームよみうりランド花ハウス

(川崎市多摩区菅仙谷4-1-4)

講師: 長谷川診療所院長 精神科医 長谷川 洋氏

テーマ: 「質の良い眠りとうつ予防~認知症との関連~」

睡眠障害と密接な関係にある、うつ病。どんな症状が現れ、どう向き合えば良いのか。予防のために、どんな睡眠を心がけたら良いのか。うつ病と認知症の違いや関連性、予防に向けた生活習慣などについて、心のスペシャリストである長谷川氏に語っていただきます。

※無料駐車場がありますので、お車でのご来店もどうぞ!



【講師紹介】 1995年、聖マリアンナ医科大学卒業後、同大神経精神科に入局。2002年から同大東横病院精神科主任医

長として勤務し06年に川崎市中原区に長谷川診療所を開院した。

精神保健指定医、日本老年精神医学会専門医、日本精神神経学会専門医、神奈川県精神神経科診療所協会副会長。

※マイカーやバス、徒歩などでご来店いただくことが難しい場合、送迎について、4月7日(火)までに、ご相談ください。

【問い合わせ先】 044-969-3111 (大槻・後藤)

主催: 社会福祉法人 読売光と愛の事業団