

## 医療安全管理部とカエルプロジェクトのコラボ研修

上級睡眠健康指導士による

# 睡眠 *Sleeping Seminar* セミナー

のご案内



医療職の多くが患者の安全を守りケアに当たるため、夜勤を含む交代制勤務に従事しています。夜勤、交代制勤務のため疲労が蓄積してしまうことがあります。心身共に元気でケアを実践するためには、質の良い睡眠を取るための工夫が必要になります。

そこで「上級睡眠健康指導士」をお招きし『睡眠セミナー』を開催します。睡眠のメカニズムを学び、良い睡眠について皆さんで考えてみませんか？今回はコーヒーとお菓子のサービスもありますので是非お越し下さい。

日時：11月15日（木）17時30分～



場所：尾道市立市民病院 新館4階 大会議室

講師：上級睡眠健康指導士 濱田 隆晴先生

