

受講者募集！

令和4年度 くしま市民講座

**チョットした工夫で
睡眠満足度UP!**



<講座名>

『睡眠と健康の知恵袋』

開催日 7月15日（金）

時 間 10時～

会 場 道の駅くしま 市民交流施設

講 師 明治安田生命

～くしま市民講座とは～

市内外のスペシャルな講師を招き、
人生がきらめく市民講座です。

「くしま」を好きになる。

「くしま」の良さを語れる。

「くしま」の人が輝く☆彡

そして皆さんが“心ときめく”時間が過ごせる
市民講座を目指します。

<申込先>

生涯学習課

0987-55-1161

公式サイトで
年間予定を
Check!➡

