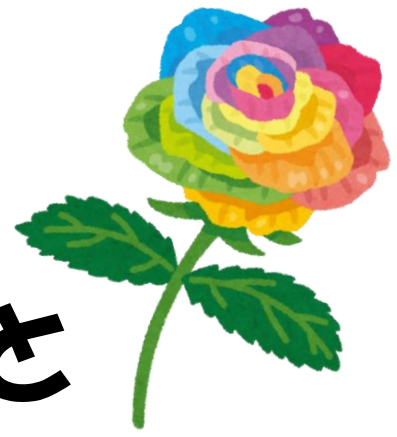


第24回（令和6年度）
メンタルヘルス講演会 in 朝倉



子どもの睡眠不足と 生活習慣病

睡眠不足のため朝元気がない子どもがたくさんいますが、その背景の1つに、スマートフォン・ゲームなどのメディアの低年齢化および長時間使用が考えられ、睡眠不足や生活リズムの乱れによる心身への影響も危惧されます。

このたび、島根県出雲市の 嘉村 正徳先生 をお招きし、多職種の連携や、子どもたちを元気にするために取り組まれた長年の活動について共有したいと思います。

日時 令和6年11月24日（日） 13時から
場所 高知大学 朝倉キャンパス
共通教育2号館 210番教室
講師 嘉村 正徳 先生
島根県出雲市 嘉村医院院長
出雲市立第一中学校校区すこやか委員会委員長
出雲医師会副会長

- 事前に参加のお申し込みをされる場合は、11月22日（金）17時までに高知大学 保健管理センター事務室（メール：hokekan@kochi-u.ac.jp または 電話：088-844-8158）まで御連絡ください。
- 参加費は無料ですが、本学はカーゲートを設置しているため、お車でお越し（構内に駐車）の場合は、駐車料金が発生します。何卒御了承ください。



主催：高知大学 保健管理センター
後援：高知県教育委員会

