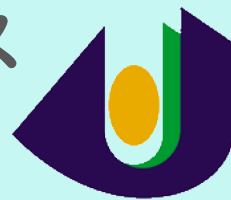


受講料
無料

島根県立大学 出雲キャンパス 益田市での公開講座



2026年度開催テーマ：
健康づくりのための睡眠

会場：益田市・EAGA (定員20名)

	講座名	開催日時	講師
1	人にとっての睡眠 ：良質な睡眠に向けて	2026年7月4日(土) 14:00～15:00	看護栄養学部・准教授 平井 由佳
2	食事と睡眠	2026年7月25日(土) 14:00～15:00	看護栄養学部・准教授 澤 幸子
3	生活習慣と睡眠	2026年8月8日(土) 14:00～15:00	看護栄養学部・講師 横山 淳美
4	こころと睡眠	2026年9月12日(土) 14:00～15:00	看護栄養学部・講師 松谷 ひろみ

申込・お問い合わせ
島根県立大学
出雲キャンパス管理課
TEL:0853-20-0200

申込フォーム

