

# 病気を管理しながら元気に生きることを応援する 「ホッと & ハートの会」

慢性呼吸器疾患や循環器疾患、糖尿病などの生活習慣病で療養されている方やその家族の方々とお話したり、ためになる講話を聴いたり、ストレッチ等の体操をして、健康の維持・増進をはかってみませんか。

暑さの厳しい季節ですが、ぜひ、お気軽にご参加ください。

日時：7月8日 水曜日 午後2時～4時

内容：講義 「睡眠のお話」 大阪府立大学 角野雅春先生  
♪ラベンダーの香りとギターの音楽でゆっくりしたひとときを♪  
：健康相談・茶話会

場所：大阪府立大学 療養学習支援センター 参加費：無料

\* 駐車スペースが限られています。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

問い合わせ先：tel. 072-950-2111 (代)

大阪府立大学 地域保健学域 看護学類  
慢性看護学分野 南村二美代、旗持知恵子  
藪下八重、角野雅春

<http://www.nursing.osakafu-u.ac.jp/center/>

メールアドレス：

[minamimura@nursing.osakafu-u.ac.jp](mailto:minamimura@nursing.osakafu-u.ac.jp) (南村)  
[chiekos@nursing.osakafu-u.ac.jp](mailto:chiekos@nursing.osakafu-u.ac.jp) (旗持)

