

# 県民のための公開講座

「コロナ疲れを癒そう 一心身を整える健康づくり」

参加  
無料

2022  
1月15日

土

13:00～15:40

定員  
200名  
※要予約  
先着順

エルガーラホール 8F 大ホール

(福岡県福岡市中央区天神 1-4-2)

## 表彰式

第8回作文コンクール「心のふれあい大賞-わたしのまわりの医療体験」

### 講演 1

久留米大学学長 内村 直尚 先生

「良質な睡眠が心身の健康を守る  
—コロナに負けない免疫カアップの睡眠リズムとは—」

規則正しい生活リズムと良質な睡眠でコロナに負けない心身の健康を目指しましょう。



### 講演 2

RKB毎日放送 気象デジタルセンター  
専門部長 龍山 康朗 氏

「天気予報を見て、健康になろう」

暑さ寒さや紫外線、PM2.5、黄砂の飛来、光化学オキシダントなど、多くの天気に関する現象が、私たちの体に影響を与えます。天気を知って健康になりましょう！



## お申込み・お問い合わせ

・インターネットでお申し込み  
福岡県医師会HPよりご応募ください

・FAX・メールでお申し込み

FAX : 092-411-6858

MAIL : fpma-seminar@fukuoka.med.or.jp

氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・電話番号を記載して  
上記FAXまたはメールでご応募ください。

※参加には入場券が必要です。

申込確認後、入場券(ハガキ)を郵送致します。

1月13日(木)までにお手元に入場券が届かない場合は、  
お手数ですが、右記までお問い合わせください。

※応募締切 1月7日(金) 必着

URL <http://www.fukuoka.med.or.jp/>

福岡県医師会

検索

インターネットからの  
お申し込みが便利です！



### ※注意事項

- ・当日はマスクの着用・手指消毒をお願いします。
- ・会場内の飲食は禁止します。
- ・当日検温を行い、37.5度以上の方はご入場できません。

お問い合わせ

公益社団法人福岡県医師会総務課

TEL : 092-431-4564