

不眠症と過眠症

現在日本人の5人に1人が不眠を抱えているという調査結果もあります。眠れない悩みを持つ人の一方、眠りすぎて（昼間に眠くて）困る人もいます。今回はこれらについて簡潔にお話しします。

※今回もWebにて開催します！
どなたでも、パソコンやスマホでご自宅でご覧いただけます。



WEB
配信

2022年7月10日(日曜日)

午後1時～2時

喜多見駅前の心療内科

主催:石東(いしづか)クリニック

講師:石東嘉和 院長

医学博士

日本睡眠学会専門医

日本精神神経学会専門医・指導医

国立山梨大学医学部 臨床教授

レクチャーの視聴はコチラから！

QRコードにスマホをかざすと、街角レクチャーのライブ配信をご覧になれます。YouTube



PCでは <https://youtu.be/FFX83tY9HRI>