

口腔ケアグッズ プレゼント！

その いびき

睡眠時無呼吸症 かもしれません！

「いびき」で困っているかたはいませんか？

いびきがうるさくてパートナーが眠れない・・・だけでなく、本人も睡眠中に何度も呼吸が止まる「睡眠時無呼吸症」の可能性があります。「睡眠不足」はもちろんのこと、「糖尿病」「夜間のトイレ」「高血圧」など、「睡眠時無呼吸症」が引き起こす問題はいっぱい！

「毎日の質の良い眠り」を求めて、意外と知らない「いびき」についてのお話を睡眠専門の”**歯医者さん**”に聞きましょう。

十分な睡眠で、身体も心もリフレッシュ！！
ご家族一緒に、お気軽にお越しください！！



12月2日（土） 14時～16時

場 所 箕面市立総合保健福祉センター 2階 大会議室

講 師 大阪歯科大学 睡眠歯科センター 奥野 健太郎 氏

受講料 無 料

アスマイルポイント付与！

申込み 不 要



箕面市 健康福祉部 地域保健室（みのおライフプラザ内）

TEL:072-727-9507 FAX:072-727-3539