

令和7年度子育て応援講座のお知らせ

今、子ども達の脳は疲れている！ —子どもの睡眠と生活習慣—

R8. 1.10 土 午前 10時～11時半

いい睡眠に繋げるために、どのように生活習慣を整えればいいのか。
毎日の過ごし方のポイントを、具体的にお話します♪
ぜひお気軽にご参加ください！

会場

福祉教育センター集会室
(子育てサロン会場)

対象

子育て中の保護者の方、そのご家族
子育てボランティアに興味がある方

講師

三重県立看護大学
教授 宮崎つた子 様

費用

無料

お子様
見守りあり



主催 木曽岬町社会福祉協議会



0567-68-2760