

ひよこの様子

## 5/30 赤ちゃんのスリープ講座



赤ちゃんがぐっすり眠れる魔法の時間割メソッドを教えてくださいました☆  
睡眠時の環境、生活リズム、寝かし方のコツをお聞きし、最後は、お一人ずつ質問やアドバイスを受けて、  
とても参考になるお話しが聞けたことと思います

寝かしつけアドバイザー  
講師 鈴木 明日香先生



就寝1時間前には明かりを暖色系に  
切り替えて、ねんねモードにしてい  
きましょう☆



参加されたみなさん  
お疲れさまでした☆  
鈴木明日香先生  
ありがとうございました



講師 歯科衛生士  
宍生 治子先生

## 6/12 歯みがき講習会

8020運動!! 80歳になっても自分の歯20本保とう!



お口の中に入れる経験値をつけ  
てから、清潔なママの手・指でお  
口の周りを触りましょう。お口の  
周りを触って、下唇からトントン…  
慣れたら歯茎をそっと触ってあ  
げましょう



参加されたみなさん  
お疲れさまでした☆  
安生治子先生  
ありがとうございました

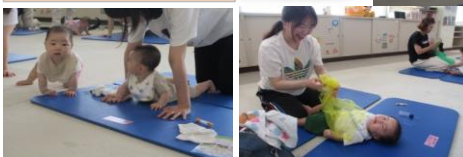


## 6/16 ベビトレヨガ

3歳までに五感をたくさん刺激しましょう♪



ベビトレヨガ  
講師 山中 志穂先生



参加されたみなさん  
お疲れさまでした☆  
山中志穂先生  
ありがとうございました

