



夜泣き・早起き・寝ぐずりがひどい、寝かしつけに時間がかかるなど、お子さまの睡眠お悩みはありませんか？これらを改善する際に確認するのが「睡眠の土台」です。現在お悩みのある方はもちろん、この機会に睡眠を見直したい方も大歓迎です。ぐっすりねんねに向けて一緒に考えていきましょう。

日 時 2月27日（金） 10:00～11:00

**講 師 IPHI乳幼児睡眠コンサルタント
渋江 祥子 氏**

場 所 子育て支援センターつばめ

対 象 0歳～2歳児程度（町内在住）

定 員 8組程度

持ち物 水分補給用飲み物

申込フォーム 2/2(月) 9:00～

<https://logoform.jp/form/xJdf/1325416>



お問合せ
子育て支援センターつばめ
☎0282-86-0132
(9:00～16:30)