



「いつかは寝てくれるようになる・・・」そう我慢してつらい思いをしていませんか？赤ちゃんの睡眠を改善することは、ママやパパの子育てを楽にしてくれるだけでなく、赤ちゃんの成長にもよい結果をもたらします。今回の講座は、赤ちゃんのねんねの悩みを解消するためのヒントがたくさんつまっています。ぜひご参加ください！

日時：**11月25日(月) 10時30分～11時30分**

場所：**文花児童館 体育室**



対象：**乳幼児保護者(子ども同伴可) 定員：先着 15人**

申込期間：**11月5日(火) 10:30～** 電話または児童館受付にて先着順

持ち物：**普段のお出かけグッズ・筆記用具・水分補給用の飲み物・バスタオル等の敷き物(お子さんがねんねの場合)**

国際認定資格 IPHI 乳幼児睡眠コンサルタント **せつだ きえ**
講師：**赤ちゃんねんねの専門家 説田 貴恵さん**

講師紹介

「“寝ない・夜泣きを0に”ママと一緒に改善！！」をモットーに活動。自身の娘が10か月になるまで抱っこでしか寝てくれず心身共に疲弊。その経験から「赤ちゃんのねんね」について勉強し専門家へ！国際認定資格 IPHI 乳幼児睡眠コンサルタント所有。



- ・申し込みの際にお子さんのお名前・年齢(月齢)・連絡先・ねんねについてのお悩みを教えてください。
- ・今年度(2024年度)文花児童館の緊急連絡登録票をご提出されていない方は、当日ご記入ください。
- ・ご本人のみの予約となります。