

おやこの睡眠 & 育児相談会

開催のお知らせ

主催 子育てサークルいっしっし
協賛 石野を考える会

家族全員が、ぐっすり眠れる毎日を

赤ちゃんのママへ

夜泣きや、寝かしつけに悩んでいませんか？
いつもいつも抱っこして、疲れてしまっていないですか？

幼児さんのママへ

なかなか寝ない、朝起きれない、そんなお困りごとはありませんか？

お子様のすこやかな成長を、よい睡眠から育んでいきましょう！
それはご家族みなさんの睡眠の改善とも直結し、
日中の育児やお仕事のパフォーマンスの向上にも役立ちます。



ミニ講座 & お悩み相談会

開催日・開催場所

日時：6月20日(火) 10:30~12:00

場所：石野交流館 中会議室

参加費：無料

その他：もちろんお子様連れOK！
見守り[]のスタッフがいます

お申し込み・お問い合わせ
ishino.de.kosodate@gmail.com

講師プロフィール

こじまこ (小嶋真子)

看護師・保健師・小児スリープコンサルタント

日本の小児科・産婦人科・保健センターや
海外（アフリカ）での周産期センターにて活動。
自身の子の夜泣きをきっかけに、睡眠改善を専門として独立。
保健師事務所 Et Plus（エプリュ）代表

