

子育て支援センターふぁみりこ
託児付きイベントのご案内

今回は・・・

『赤ちゃんねんね講座 -今日からできる10のこと-』

ねんねの基礎講座です。

眠りやすい環境について・ぐっすり眠るためのルーティーン・活動時間について…のお話です！お子さんのねんね事情にお困りの方、ぜひお申し込みください！

※ひとりひとりに合わせた詳しい改善方法はこの講座ではお伝えできませんのでご了承ください。

日にち

令和7年7月11日（金）



時間

10:00～11:00

場所

ふぁみりこらぼ3階303研修室
（託児は302交流室）

対象

0, 1歳のお子さまがいらっしゃる保護者

（0, 1歳優先ですが、2歳のお子さまの保護者の方もお申し込みいただけます。）

講師

睡眠コンサルタント 西道 朋子先生

持ち物

筆記用具・飲み物



費用

無料

託児

無料（生後6ヶ月～未就学児）

予約

6月10日（火）～6月24日（火）

※申し込み多数の場合は抽選となります。

結果は6月27日（金）に申込者全員にメールでお知らせいたします。

ご予約はこちらから

