２０２３年度

赤ちゃんの ねんね講座 Zoom

赤ちゃんが夜ぐっすり寝るための秘訣あります。

夜の授乳は当たり前と勘違いしていませんか？

保育園の生活が始まる前にお聞きください。

これから出産という方こそ、ぜひご参加ください。

夜の睡眠には昼間の過ごし方にポイントがあります。

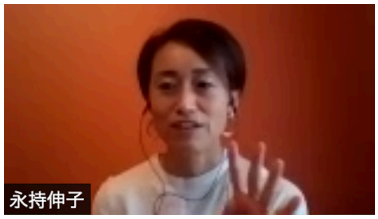
Mam’s Salon

参加の申し込みは、千代田せいが保育園

電話　　０３―６８１１－６６８６

メール　c.seiga@chiyodaseiga.ed.jp

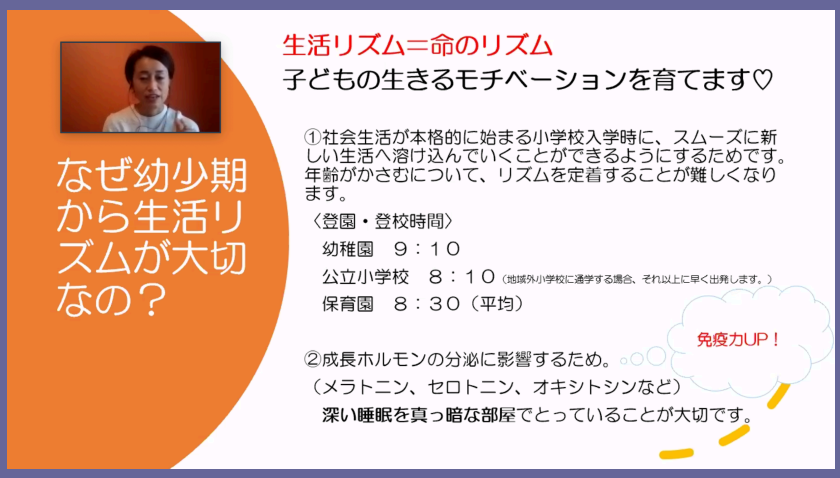
園のホームページ⇑↵



講師は睡眠のスペシャリストで、学べるママサロン Mam’s Labo を主宰する 永持伸子さんです。

「ぐっすりねんねのコツお教えします 」

分かりやすい内容で大好評のねんね講座。妊娠したら、出産したら、乳児のうちに、幼児になっても、小学生でも「もっと早く聞いておけばよかった」との感想が寄せられる内容です。ぜひ、思い立った時がチャンスです。

1	5月12日	金
2	5月26日	金
3	6月9日	金
4	6月23日	金
5	7月21日	金
6	8月22日	火
7	9月12日	火
8	9月30日	土
9	10月10日	火
10	10月27日	金
11	11月10日	金
12	11月25日	土
13	12月12日	火
14	1月12日	金
15	1月23日	火
16	2月9日	金
17	2月20日	火
18	3月8日	金

時間はいずれも午前１０時～１１時