

ねんねと育ち



～お子様の成長に、睡眠が大切な理由～

子どもの心身の成長に十分な睡眠は不可欠ですが、日本の子どもの短時間睡眠は世界的に有名です。子どもの睡眠問題は育児ストレスと関連があり、子育て中の養育者の悩み事の1つです。

加賀市では、大阪大学、金沢大学と共同で、「ねんねナビ®」という双方向睡眠教育アプリを取り入れた研究事業を行っています。本講演会では、本アプリの開発者で共に研究を進めている谷池先生をお招きし、子どもの睡眠と発達についてお話していただきます。



日時：令和4年1月16日（日）

13時30分～15時00分

会場：加賀市市民会館大ホール
(加賀市役所向い)

講師：谷池 雅子 先生

(大阪大学大学院 連合小児発達学研究所 教授
附属子どものこころの分子統御機構研究センター長)



対象：加賀市民 定員：100名

費用：無料 申込：不要

※手話通訳・要約筆記がつきます

※託児室があります

ご利用希望の方は1月7日(金)までに
健康課までお申し込みください
(先着12人、生後6か月以上)



問合せ先：加賀市健康課 母子保健グループ

TEL:72-7866 FAX:72-5626