

育児講座のお知らせ



# 赤ちゃんのねんね講座

「なかなか夜にまとまって寝てくれない」「だっこで寝せてもおろすと起きちゃう…」「睡眠不足かな？成長が心配」「もう慢性的に寝不足でムリ～」「ネットにしたほうがいいのかな？難しいのかな？」

悩みの尽きない赤ちゃんの睡眠。特効薬はないかもしれないけれど、みんなで話したら気持ちが楽になるかも。

妊娠中の方も育児の本音を聞きに来てください。（赤ちゃんの眠りの仕組みを知っておくと出産後も慌てずに済むかもしれません。）

✿講師紹介✿

横澤比呂美さん

元保育士。産後ドゥーラ・絵本講師・乳幼児睡眠アドバイザーとして市内の保育園などで活動していらっしゃいます。



【日 時】 令和4年6月24日（金）

午前10：00～10：45（予定）（9：50～お部屋にはいれます。）

【会 場】 南浅間保育園 かんがるーむ（育児支援室）

【対 象】 未就園のお子さん（満1歳以下）と保護者の方 8組  
妊娠中の方 2組

【申込方法】 下記の二次元コード（または下記のURL）より

お申込みください。※電話ではお申込みになれません。

6月3日（金）9：00～受付開始



<https://shinsei.city.yokohama.lg.jp/cu/141003/ea/residents/procedures/apply/0a3e2ac0-5d39-4d70-b886-7291a9e17408/start>

【お問合せ】 横浜市南浅間保育園電話 （045）312-0942（月）～（金）9：00～16：00

- \*感染症の拡大、天候不良、気象警報発令などにより中止になることがあります。（緊急事態宣言発令中は中止となります。）
- \*新型コロナウイルス感染症対策を講じながら事前予約制で実施いたします。大人の方はマスクの着用をお願いいたします。園の入り口で検温、体調チェックを行っております。
- また、入室時には手洗い、手指の消毒のご協力をお願いいたします。
- \*発熱、咳などの風邪症状がある場合は、ご参加をご遠慮ください。