

プレスリリース [ 令和6年10月24日 ]

(計1枚)

## 子どもの睡眠と健やかな育ちワークショップを開催します。 ～スマートフォンアプリ【ねんねナビ】でこどもスヤスヤ～

本市の子どもの睡眠習慣の改善と保護者の育児負担の軽減を目的としたスマートフォンアプリ【ねんねナビ】を開発した研究グループの講師によるワークショップです。

子どもの睡眠の大切さや発育・発達の影響、健やかな睡眠習慣を作るための方法等のおはなしと、保護者が抱える子どもの睡眠に関する疑問や悩みを直接睡眠の専門家に相談してもらうことによって、日ごろの育児に活かす内容となっております。

ご多用中、誠に恐縮ですが、取材をよろしくお願いいたします。

### 記

- |        |  |
|--------|--|
| 1 開催日時 | 令和6年11月5日（火） 10:00～11:30   |
| 2 開催場所 | かが交流プラザさくら2階 204会議室  |
| 3 参加対象 | 加賀市在住の就学前までのお子さんのいる保護者   |
| 4 講師   | 大阪大学小児科 准教授（小児科医師）毛利 育子氏<br>// 助教（公認心理師、臨床心理士）吉崎 亜里香氏<br>金沢大学子どものこころの発達研究センター 田中 早苗氏 |

本件へのお問合せ先  
加賀市子育て応援ステーション 担当:関、武藤 TEL 0761-72-7866