

# 赤ちゃんの眠るチカラを 引き出すねんね講座

夜泣き、背中スイッチ、夜何度も起きるなど…  
子どものねんねトラブルがあると本当に大変ですよね。  
子どもの成長にとっても、睡眠はとても大切です。  
この講座では、子どもが眠りやすい環境や生活習慣など、  
子どもの力を最大限に引き出して、寝かしつけをスムーズにするポイントをお伝えします。  
今、ねんねに悩んでいる方だけでなく、  
良いねんねを続けていきたい方もぜひ、お気軽にご参加ください。



## 詳細

日時 令和8年2月7日（土）午前10時～11時30分

場所 子ども総合支援センターほっぷ（4階 プレイルーム大）

対象 4ヶ月～通園していない就学前児とその保護者（八尾市内在住）

定員 20組（申込順）

申込 電子申請（令和8年1月5日（月）午前9時～）

※申込み後、参加の可否をメールにてご連絡いたします。

※定員となり次第、締め切りとなります。

電子申請  
システム



### 講師の紹介



### <プロフィール> 鈴木 美沙央（すずき みさお）

- ・助産師
- ・IPHI 妊婦と乳幼児睡眠コンサルタント

#### <経歴>

- 2011-2017年  
総合病院産婦人科・NICU 勤務  
2019-2022年  
保健センター勤務  
2022年～  
フリー助産師、  
睡眠コンサルタントとして活動



※午前8時の時点で八尾市に気象警報が発令されている場合は中止となります。

※駐車場有り（有料）

八尾市 子ども健康課（子ども総合支援センターほっぷ）

TEL 072-924-1282 FAX 072-924-9304