

入場  
無料

今日から実践!

次なる  
茨木へ。

# こどもがぐっすり ねむれるコツ!

～親子で育むねんね習慣～

日時 令和8年1月31日(土) 10:00～受付開始  
(11:15 終了予定)

対象者 乳幼児とその保護者 定員100名

講師 神戸大学 准教授 古谷 真樹 氏

場所 おにクル1階 きたしんホール



## おとなもこどもも わくわくがたくさん!

わくわく その1

絵本の読み聞かせ  
コーナーがあるよ!

★10:10から



わくわく その2

寝る子は育つ?  
成長とともに変わる  
こどもの睡眠について  
のお話し

★10:30から

わくわく その3

参加してアンケートに  
回答すると  
プレゼントが貰える!

※数量限定



いばらき童子もくるよ!



←事前申し込み・詳細はこちらから!

担当: 茨木市健康医療部 健康づくり課(茨木市保健医療センター内) ☎072-625-6685