

令和8年度小川公民館子育て支援講座

(協力：社会と共に子どもの睡眠を守る会)

こどもの睡眠の大切さを学ぶ Season2

令和8年6月24日～7月8日 各水曜日

小川公民館 講座室 午前10時～正午まで

回数	日にち	学習内容&講師
	6月17日	保育オリエンテーション
1	6月24日	赤ちゃんの睡眠について 講師：永持伸子さん (Mam's Labo)
2	7月1日	幼児の睡眠支援アプリ「わんわナビ」による、AIを使った指導※ オンライン 講師：吉崎亜里香さん (大阪大学大学院連合小児発達学研究所附属子どものこころの分子統御機構研究センター、臨床心理士)
3	7月8日	眠りとプレコンセプションケア 講師：鈴木みおさん (早起きコーディネイター、生と性を語る会いのちの授業担当講師)

前回大好評だった「こどもの睡眠の大切さを学ぶ」がパワーアップして帰ってきました！受講できなかった方はぜひこの機会に！

<受講者の声>

- 具体的な話が聞けたので、すぐに生活に取り入れられました。
- 大学での研究や海外のデータなどをもとに実生活に参考になるお話が聞けました。
- 講師の明るく親しみやすい教え方のおかげで受講者の一体感が増していました。
- 発言しやすい雰囲気、休憩中にも受講者同士で交流できました。

募集の詳細は裏面→

お申し込みはこちらから

⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒



<問い合わせ>

小川公民館
小平市小川町1-1012
042-343-3620

募集詳細

対象：市内在住・在勤・在学で子育て中の方、
子育て準備期間の方を優先します

費用：無料

定員：16人（超えた場合は抽選します）

保育：10人（保育オリエンテーションを行う
6月17日時点で生後6か月以上）

申込：6月5日(金)までに申込みフォームか
電話（月曜・日曜日、祝日を除く午前9
時から午後5時）で、問い合わせ先へ

小川公民館マップ



最寄り駅 西武国分寺線／鷹の台駅（徒歩8分）
西武バス／水車通り（徒歩4分）
西武バス／鷹の台駅入りロ（徒歩4分）
都営バス・西武バス／中宿（徒歩15分）