

平成 29 年度

堺市小学校 PTA 協議会研修会・教育会のつどい

みんなく 「眠育について」 ～その効果と意義～



やる気が出ない、いつもイライラする、
なんかしんどい、という不調の原因は、
睡眠不足にあるかもしれません。

講師 三池 輝久医師 (熊本大学名誉教授)

講師プロフィール

熊本大学名誉教授・小児科医・小児神経医
熊本県玉名地域保健医療センター
兵庫県立子ども睡眠と発達医療センター (特命参与)
アート・チャイルドケア (顧問)
30 年以上、子どもの睡眠障害について臨床・研究
されてきた講師が「早寝早起き朝ご飯・眠ること」の
大切さを医学的根拠をもとにお話いたします。



平成 30 年 1 月 20 日 (土) 午後 2 時～4 時
会場：堺市産業振興センター イベントホール



◎南海高野線中百舌鳥駅北出口より約300m
◎地下鉄御堂筋線なかもず駅B着出口より約300m
※駐車場は、隣接の来客用駐車場(有料)がございますが、
できるだけ電車・バスなどの公共交通機関をご利用ください。



<堺市小学校 PTA 協議会事務局・堺市教育会中支部事務局>
堺市立八田荘小学校内
TEL: 271-0335 FAX: 273-9070

主 催：堺市小学校 PTA 協議会・堺市教育会中支部