

テーマ

## 生活習慣を見直す～遊びと睡眠を中心に～

NPO法人たいらか、メインEラボ・スペースでは、保護者の方に向けた子育てや発達支援についての学習会を定期的を開催しています。

第26回目となる今回は、「生活習慣を見直す～遊びと睡眠を中心に～」をテーマに開催します。「ゲームはどのくらいまで許可していいのか」「スマホを使うためのルールはどのように決めればいいのか」「睡眠はどのくらいの時間必要なのか」「最近、寝付けないようだ」など、主に子どもの生活習慣について、遊びと睡眠を中心に、具体的事例をまじえながらお話しします。ぜひご参加ください。

日時

2017年6月21日（水） 10：15～11：45（90分）

※次回は7月19日（水）を予定しています。8月はお休みです。

会場

NPO法人たいらか／メインEラボ・スペース 三田ルーム

東京都港区三田5-4-4 リッツ三田（田町・三田・白金高輪・麻布十番駅 徒歩約10分）

定員

12名 定員に達し次第、締め切らせていただきます。

参加費

1,500円（税込）

※たいらか塾の塾生が、実習として受付やお茶やコーヒーをお出しします。ご協力をお願いします。

講師

山崎 衛

たいらか塾 メインEラボ・スペース 指導主任 / 臨床発達心理士・特別支援教育士  
東京都公立中学校教諭を経て現職

申込方法

お電話にて事前にお申し込みください。

03-3360-1775（メインEラボ・スペース）