

平成26年度 家庭教育講演会

# 子どもの発達と睡眠

-ウサギとカメの寓話の罪!?-



早起き・早寝、睡眠が大切なのは誰もが知っています。  
では、子どもたちにどうして大切なのかを説明できますか？  
子どもだけでなく大人にとっても大切な睡眠。生活リズムの乱れがもたらす様々な事例を交えながら、早起き・早寝の大切さや夜更かしの危険、生活習慣と子どもの発達の関係などを科学的に解明します。

講演会を機会に「なんとなくわかっている」親から  
「お子さんに説明できる」親になりませんか。

講師

こうやま じゅん

神山 潤 氏

《プロフィール》

東京ベイ・浦安市川医療センターCEO  
日本子ども健康科学会理事、日本睡眠学会理事、  
日本小児神経学会評議員、日本臨床神経生理学会  
評議員、子どもの早起きをすすめる会発起人。

睡眠、特にレム睡眠を脳機能評価手段の一つとして捉える臨床的な試みに長年取り組み、旭川、ロサンゼルスで睡眠の基礎的研究に従事。

米国から帰国後、日本の子どもたちの睡眠事情の実態（遅寝遅起き）に衝撃を受け、社会的啓発活動を開始している。

3月1日 日  
午後2時 ~ 4時

会場 中央区立月島社会教育会館 4階ホール  
対象 家庭教育に関心のある方 200名(先着順)  
託児 1歳以上の未就学児の託児あり

希望者は申込時にお子さんの氏名、年齢、月齢をお知らせください。(先着30名)

申込み方法 2月2日(月)~電話で申込み  
(受付は平日の午前9時~午後5時)

申込み・問合せ先

中央区地域家庭教育推進協議会事務局  
(中央区区民部文化・生涯学習課内)

☎ (3546) 5526

主催 中央区地域家庭教育推進協議会 後援 中央区PTA連合会