

時 $\boldsymbol{\exists}$

2019年 11月 27日 (水) 13:30 ~ 14:30

場所

東地区活動拠点センター 地域サークル室 北海道稚内市潮見3丁目1-1

参加費

¥1,000 (資料代含む)



ご興味のある方ならどなたでも。 お子様連れでご参加ください。

お問合せ

r.kawa@coucou-luna.com

お申込み

クークールナ予約サイトより お申込みください。





クークールナ予約サイト QR ⊐− ド

内容

- 1. 月齢別よくある睡眠の悩み
- 2. 赤ちゃんの睡眠の発達と夜泣きの原因
- 3. 夜泣きの予防・解消のポイント
 - ・安全で快適な眠りの環境を整えよう
 - ・夜泣き寝ぐずりを防ぐ生活リズム
- 4. ネントレは必要?成功の秘訣
- 5. お悩み質問





子どもの睡眠相談室 COUCOU-LUNQ

代表 川口 リエ



妊婦と子どもの睡眠コンサルタント。 2 児の母。自身の育児の経験をきっかけに夜泣 きの原因や解決方法について根拠ある情報を集 め、米国の睡眠コンサルタント養成講座で資格 取得。2018年より本格的に全国の子どもの睡眠 に悩む家族への個別コンサルテーションや講座 を実施。医師や医療従事者向けの講座も行う。 これまでに国内外の300件以上のお悩みにアド バイスをしている。