

上智大学教職協働イノベーションセミナー

仕事と育児の両立に大切な 子どもの健康管理

～親子で良い睡眠習慣を～

2017年6月28日(水)

11:40~13:00

ランチ持参で参加ください

対象：教職員

(先着30名予約制)

場所：四谷キャンパス
2号館16階 1630室

主催：教職協働イノベーション研究
協力：ダイバーシティ推進室

親の仕事の都合や子どものために良かれと思っている親の行動が、子どもの睡眠時間を減らし、子どもの心身の健康に大きな影響を及ぼしていることがわかっています。脳や体の発達過程にある子どもに必要な配慮とは？

子どもの健やかな成長のための「食う・眠る・遊ぶ」の3要素から、「眠る」についての知識を深め、自分が生き生き働くために、子どもや家族の健康のためにできることを情報交換しませんか？お子様連れの参加も大歓迎です！

<セミナースケジュール>

11:40～ 講義

テーマ：「睡眠習慣を整えて
キラキラ輝く自分に」

講師：臼杵礼司 氏
(社)日本睡眠教育機構認定
睡眠健康指導士

12:30～ グループトーク

申し込み/問い合わせ

藤原 麻野 内線3776

馬場園章子 内線6151

Email: [seminor20170628](mailto:seminor20170628@sophia.ac.jp)

@sophia.ac.jp

6月26日(月)までに

お申し込みください