

子育て講座 赤ちゃんの 防災と睡眠



防災のことはわからない…。夜泣きの毎日…。

そんな不安を解消！災害時に役立つ知識や、赤ちゃんがぐっすり眠れる環境の整え方を専門家が教えます！

岸 美緒さん

こもれば room 理事長
・助産師・防災教育指導者



こもれば room では、助産師・保育士・理学療法士・言語聴覚士などの子育て専門家チームで、オンラインでサポートしている。自衛隊看護学校に入隊し、11年勤務。2018年岡山で西日本豪雨を経験し、防災を親子で勉強し始める。3児の母。

9 / 3 (火)
～防 災～

子育て中のママの観点
から災害対策や備え
について学びます



9 / 10 (火)
～睡 眠～

赤ちゃんの睡眠のメカニ
ズムや睡眠の質を上げる
ためのポイントを解説



赤ちゃんねんね
の専門家

柳澤 あやさん

わが子の寝かしつけでノイローゼになった経験から、乳幼児睡眠コンサルタントの資格を取得。ねんねの専門家として起業し、寝かしつけ相談所を立ち上げ、300件以上の相談実績から得られた経験と知識で、眠りを整えるお手伝いをしている。



講師と会場をオンラインでつなぎます！

参加しやすい環境を整えています

1. 赤ちゃんと一緒に参加OK

見守りスタッフがママの講座参加をサポート。お子さんと離れなくてもよいので安心。

2. ミルク用お湯を完備

ママは荷物がいっぱい。湯冷ましだけお持ちください。

3. おもちゃ持込みOK

いつもの慣れたものが安心。

4. どちらか単日のみの申込みもOK

ご都合に合わせてお申込みください。

5. ご家族の方も一緒に受講OK



新商品



9/3「防災」では、防災リュック、防災グッズもご紹介！船山株式会社様よりご協力をいただいております。



9/10「睡眠」では、ねんねグッズのご紹介も。見附市からもらえるおくるみがあれば、お持ちください。（なくても大丈夫です）

日時

9/3（火）10:00～11:30（防災）

9/10（火）10:00～11:30（睡眠）

会場

葛巻地区ふるさとセンター・葛巻公民館

対象

妊娠8ヶ月以降～未就学児のママおよびその家族

定員

各10組

参加費

無料

申込

QRコードの申込フォームよりお申込みください。



〒954-0085 見附市反田町 2480
葛巻地区ふるさとセンター・葛巻公民館



問合せ 葛巻公民館 62-0222

主催：見附市公民館

協力：船山株式会社、見附子育て支援センター
見附市こども課