すやすや
よくねて
すこやかに

中野みなみ保育園の 出前保育

よい睡眠で
こころも からだも
元気に！

健康と睡眠について



中野みなみ保育園のスタッフが来館して、
健康と睡眠についてお話をしてもらいます。

お子さんの睡眠やご自身の睡眠についてなど、
健康と睡眠について聞いてみませんか？



日時

2026年 11月27日（金）
午前 11:00～11:45
（パンダちゃんタイム内）

申込み

申し込みはいりません。
この時間にいらしてください。



問い合わせ先

みなみ児童館
☎ 03(3382)7399