

「早寝早起き」や「朝ごはん」は大切

乳幼児保護者対象に研修会

豊橋保育協会
豊橋市公会堂

豊橋保育協会母の会連合会(高井千佳会長)と豊橋保育協会(中島章裕会長)は17日、豊橋市公会堂で乳幼児の保護者らを対象に「研修会」を開催。乳幼児期の「早寝早起き」や「朝ごはん」の大切さについて勉強した。

高井、中島両会長のあいさつ、佐原光一市長ら来賓あいさつに続き、和洋女子大学人文学群心理・社会学類人間発達学専修科でも発達支援コースの鈴木みゆき教授が「子どもの発達と生活リズム」乳幼児期に育てたいもの」と題して講演した。

鈴木教授は、昔に比べて夜10時以降に寝る2歳児が増えていることを紹介。早寝早起きの科学的根拠を説明し修正されるから早起き

研修会

豊橋保育協会・連合会



子どもの発達と生活リズムについて話す鈴木教授 | 豊橋市公会堂で

は重要「成長ホルモンや第二次性徴を抑える」
「メラトニン」は夜中に分泌される。できる限り幼児は午後9時半までに寝かせて」などと

花粉症に負けるな

20日に公開健康講座

の院
井病
坂山
小青

花粉症の認識、理解を深めましょう。小坂井町道地の総合青山病院(瀬川昂生院長)は、20日午後1時半から5階講義室で第15回公開健康講座を開く。

この日は、「アレルギー性鼻炎の予防と治療

「農」と「福祉」キーワード

みかわ市民生協は、21日午前10時から午後3時まで、豊橋市牟呂町松崎の同生協ふれあいコープあ・ん・ず横で第4回「みかわ旬彩市」を開く。農(地産地消)と福祉をキーワードにした地域と協力して開くふれあいイベント。

自慢の農産物を生産者が直接、販売。主なもの、アツミ産直セン