

子育て講演会

おしえて先生！

「健やか家族の生活習慣」



2023.12/20 (水)

13:30~15:00



毎日元気に健やかに過ごしたい！
でも、子どもと大人、生活リズムが違いますよね。
家族みんなの生活習慣について、
何に気をつけたらいいんでしょう？
「子どもの生活習慣病」ってご存じですか？
気になる「家族の生活習慣」のこと、
小児科医の先生に聞いてみましょう。

ベビーカー乗り入れ可！
お子さんとご一緒にどうぞ！



対 象：未就学のお子さんのいる保護者、祖父母

会 場：千葉市生涯学習センター 3F 大研修室

定 員：30人（先着。定員に達し次第受付終了。）

費 用：無料

申込方法：必要事項を明記の上、メールでお申し込みください。

※お申し込み後4日経っても返信がない場合はお問い合わせください。

◆必要事項

①講座名「健やか家族の生活習慣」

② 郵便番号・住所 ③氏名（ふりがな） ④年齢 ⑤ 電話番号

※お子さん同伴の場合、事前にご連絡ください。

◆宛先 manabi.kouza@ccllf.jp



◇お問合せ◇

千葉市生涯学習センター学習推進グループ

Tel:043-207-5820 (受付時間：9時~17時)

子育て講演会

おしえて先生！ 「健やか家族の生活習慣」



◇講師プロフィール◇

大濱 洋一 先生

千葉市中央区松波にある大濱医院の院長。

先生のお父様がこの地に大濱医院を開業したのが昭和34年。平成10年からは先生が後を継ぎ、長きにわたって地域医療、小児医療に貢献されているお医者さんです。

平成13年から、弁天保育所の嘱託医も務められています。



◇学習内容◇

- ・ 発育、年齢や季節に合わせた生活リズム
- ・ 夜更かしや食事時間の乱れと発育の関係
- ・ 健やかに過ごすコツ、大人と子どもの生活習慣
- ・ 子どもの生活習慣病についての解説と診断方法
- ・ 質疑応答



<千葉市生涯学習センターへの交通のご案内>

★JR千葉駅から徒歩8分

★千葉モノレール千葉公園駅から徒歩5分

※有料駐車場がありますが、台数に限りがあるため
できるだけ公共交通機関をご利用ください。