

# 乳幼児の睡眠と食の大切さ

— 子どもの生活習慣と心身の健やかな発達 —

日本人の生活習慣はこの半世紀に大きく変化しました。睡眠時間は短縮し夜型化しています。食生活も半ば西欧化するとともに、加工食品があふれています。子どもは否応なしに大人の生活習慣の影響を受けます。

現代型栄養失調の問題と睡眠・生活リズムの問題とが相互に影響しあい、発達に強く影響します。

現状は果たして子どもの心身の健やかな発達にとって望ましいものなのでしょうか？現状をただ受け入れるのではなく、批判的に見つめ直して、改善するにはどのような工夫をしたらよいか、一緒に考えてみませんか。

□ 日時 2019年 11月 21日(木)

18:30~21:00

□ 会場 北とぴあ 7階第2研修室

東京都北区王子 1-11-1

JR 王子駅北口より徒歩 3分

□ 講師 杉田 義郎

大阪大学名誉教授

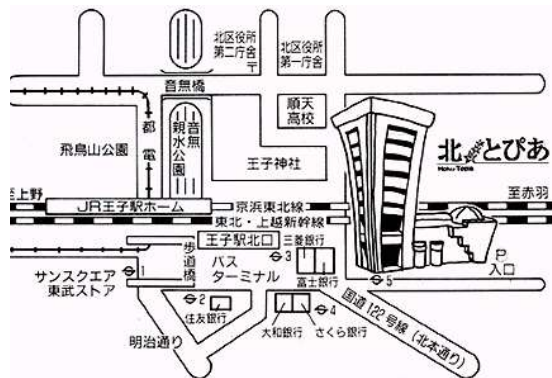
関西学院 保健館 学校医・産業医(非常勤)

□ 料金 新医協会員 2,500円 一般 3,500円

□ 定員 先着 100名様で切

□ 主催 新医協(新日本医師協会) 〒171-0021 東京都豊島区西池袋 1-10-2 日高ビル 405

☎:03-3988-8387 FAX:03-3983-6165 e-mail: honbu@shinikyoo.com



申込方法

この申込書を 03-3983-6165 まで FAX したのち、受講料を郵便局備え付けの振込用紙で下記口座にお振込みください。

郵便振替 00110-4-193012 新日本医師協会東京支部

※通信欄に講演名と参加者名を明記してください。

ご入金を確認後、受講票をお送りします。

2019年 11月 21日(木) 乳幼児の睡眠と食の大切さ (講演会申込書)

氏名: \_\_\_\_\_ 職種: \_\_\_\_\_ 一般・会員

勤務先名: \_\_\_\_\_ 勤務先 Tel: \_\_\_\_\_

受講票の送り先:(自宅・勤務先)〒 \_\_\_\_\_

領収書: 要・不要 ※要の場合宛名 \_\_\_\_\_

意見・質問 \_\_\_\_\_