



生活リズムをととのえよう！

なかなか起きられないなあ、睡眠時間が短いみたい……
少しずつ生活リズムをととのえよう！

令和8年2月19日（木）

第1部 10：00～11：30（内20～30分程度）

★通常の開室内での開催となります。予約は3日前（16日）からとなります。
参加ご希望の方は、子育て広場の来室予約をお願いいたします。【定員10組】

予約：戸田公園駅前子育て広場 048-420-9741

受付時間 10時～17時（12時～13時は除く）

