

親子でできる
生活改善!

子どもの発達 は生活リズムが大事!

～早寝 早起き 朝ごはん!～

子育て支援の専門家による、
「子育ての悩みを解消し、楽しみながら子どもとともに成長する」
ための具体的なヒントが満載の講演会です。



日 時：平成30年3月3日（土）
午前10時30分から11時30分

場 所：さわやかちば県民プラザ 大研修室

講 師：鈴木 みゆき 先生（独立行政法人国立青少年教育振興機構 理事長）

対 象：子育て中の方（お子様も同伴可）、子育て支援に興味のある方、幼稚園教諭、保育士

定 員：100名（申し込み多数の場合は抽選）

参加費：無料

その他：会場内に託児スペースがあります。

※受け入れ人数に限りがございますので、事前にご相談ください。

講師 鈴木 みゆき 先生（国立青少年教育振興機構 理事長）



【経 歴】お茶の水女子大学大学院家政学研究科児童学専攻 修了 医学博士
和洋女子大学人文学群こども発達学類 教授を経て現職

【公務関係】文部科学省 中央教育審議会生涯学習分科会委員
文部科学省 「早寝早起き朝ごはん」指導者用資料作成委員
東京都教育委員会 第7期生涯学習審議会委員

【主な著書】「初めての育児0～3歳」（鈴木羊・鈴木みゆき著）西東社
「早寝・早起き・朝ごはん」（鈴木みゆき著）芽ばえ社
「早起き脳が子どもを伸ばす」（子どもの早起きをすすめる会著）けやき書房 他

◆申込方法◆

以下の（1）～（3）のいずれかの方法で申し込む。【申込締切】2月24日（土）必着

- （1）往復はがき： 往診 → ①講座名②氏名③電話番号（昼間連絡がつくもの）、④託児希望の有無を記入
返信 → 宛名面に返信先住所・氏名を記入。
（2）来所：返信用ハガキを持参して、総合受付にて申し込み。
（3）WEB：①県民プラザHP→②講座・イベント情報→③子育て講演会→④WEB申し込み

【申込先】さわやかちば県民プラザ事業振興課

〒277-0082 柏市柏の葉4-3-1 TEL:04-7140-8611



WEB申込用
QRコード
（スマホ用）

～ 交 通 案 内 ～

【電車・バスを利用の場合】

最寄駅	バス会社	乗り場・ゆき	最寄バス停 (乗車時間)	プラザ まで
柏駅 〔JR常磐線 東武アーバンパークライン〕	東武バス	西口バスターミナル(西柏01) 2番乗り場「県民プラザ」ゆき または 「県民プラザ経由国立がん研究センター」ゆき	県民プラザ (約20分)	徒歩 1分
江戸川台駅 (東武アーバンパークライン)	東武バス	東口バスターミナル(西柏04) 「国立がん研究センター経由柏の葉キャンパス駅西口」	駒木台北 (約10分)	徒歩 5分
	東武バス	東口バスターミナル(西柏10) 「みどり台経由柏の葉キャンパス駅西口」ゆき	東大西門前 (約15分)	徒歩 5分
柏の葉キャンパス駅 (つくばエクスプレス)	東武バス	西口バスターミナル(西柏03) 「流山おおたかの森駅東口」ゆき	県民プラザ (約15分)	徒歩 1分
	東武バス	西口バスターミナル(西柏04) 「江戸川台駅東口」ゆき	東大西 (約10分)	徒歩 5分
流山おおたかの森駅 〔東武アーバンパークライン つくばエクスプレス〕	東武バス	東口バスターミナル(西柏03) 「柏の葉キャンパス駅西口」ゆき	県民プラザ (約20分)	徒歩 1分
	流山 グリーンバス	西口バスターミナル 美田・駒木台ルート (時計回り11分、反時計回り16分)	県民 プラザ前	徒歩 2分

【車を利用の場合】

自動車 国道16号「十余二工業団地入口交差点」から約5分(約2.5km)

国道16号「呼塚」交差点から約20分(約7km)

※駐車場 283台(最初の1時間無料、以後1時間毎に100円(中型車300円))

