



2021年4月14日、「子どもの睡眠～寝つきの悪い子はいませんか?～」というテーマで、現代の子どもの睡眠状況、睡眠の役割、睡眠の仕組みと“メラトニン”“セロトニン”、よい睡眠をとるには、の4つを医学的知見も含めてお話しさせていただきました。

39名の方にお申込み、ご参加いただきました。誠にありがとうございました。

文責 品川