

劇団四季

ファミリーミュージカル

—こそあどの森の物語—

はじまりの樹の神話

生きるって、つながること。

原作：岡田 淳
「こそあどの森の物語 はじまりの樹の神話」
理論社刊

脚本・歌詞：南 圭一朗
演出：山下純輝
作曲・編曲：兼松 衆
音楽監督：清水恵介
振付：松島勇気
装置・パペットデザイン：喜多川知己
照明デザイン：井上登紀子
衣裳・ヘアメイクデザイン：射場茅乃

心に届く、心が動く。劇団四季が贈る壮大なファンタジー

2026年

8月8日(土) 16:00 開演

けいはんなプラザメインホール

想いを声にすれば、きっと伝わる、つながっていく。



ファミリーミュージカル『はじまりの樹の神話』の原作は、

日本児童文学界を代表する作家・岡田淳による「こそあどの森の物語」シリーズの第6巻。

初巻刊行以来、30年以上にわたって読み継がれてきた傑作です。

引込み思案で自分一人の世界を楽しんでいた少年が、ある出会いを通じて、

誰かの力になることやつながりの大切さに気づいていく、心の成長の物語。

想いを声にすれば、きっと相手に届く。——人と人とのつながりが薄れてきたように感じられる今、

自分の想いを伝え、つながることの大切さが胸に迫ります。

観る人の心を温かく包みこむ感動の舞台。待望の再演をぜひお見逃しなく！

詳しくは



ものがたり

木

々が生き茂る森の中。家で本を読むのが好きな少年・スキッパーは、自分一人の時間を楽しんで暮らしていました。ある夜、しっぽが光る

不思議なホタルギツネに頼まれ、巨大な樹にリュウのいけにえとして縛りつけられた少女・ハシバミを助けることに。大昔から来たというハシバミは森の住人たちと楽しい日々を送りますが、ある日スキッパーに「私は村に戻らなければならない」と告げます。「過去に戻り、逃げずに戦いたい」というハシバミに對して、反対する住人たち。その時スキッパーは——。



写真はこれまでの公演より

2026年 8月8日(土)

開演 16:00 (開場 15:15)

上演時間：約2時間5分(休憩含む)

けいはんなプラザ メインホール

料金
(全て税込)
指定席

〔一般〕

7,000円

〔ぶらZO会員〕

6,900円

〔小学生以下〕

5,000円

※当日券は500円アップ(ぶらZOは前売のみ)

インターネット予約

けいはんなオンラインチケットサービス

(24時間受付、発売初日のみ午前10時より)

【お支払い・お受け取り方法】

WEB予約後、セブンイレブンにて(所定の手数料が必要です)

※窓口販売・電話予約はございません。



けいはんなプラザの会員サービス



登録料・年会費
無料

ローソンチケット

Lコード 53200

(発売初日のみ午前10時より)

※Lコードがあれば直接店頭購入可能

SHIKI ON-LINE TICKET

http://489444.com

(24時間受付、発売初日のみ午前10時より)

●パソコン ●スマホ

489444



※インターネットで小学生以下料金のチケットをご予約いただく際には、お子様の安全面を考慮して、大人の方のご同伴を必須とさせていただきます。大人1枚につき子ども3枚までお求めいただけます。なお、特別な事情がある場合には、お問い合わせナビダイヤル(0570-008-110)までご連絡ください。

会場への
交通の
ご案内

- 近鉄京都線「新祝園駅」より路線バスにて「ATR」下車
- 近鉄けいはんな線「学研奈良登美ヶ丘駅」より路線バスにて「けいはんなプラザ」下車

〈お車の場合〉駐車場あり

※駐車場に限りがございます。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

5月16日(土)

午前10時より 一般発売開始!

『ぶらZO会員』先行予約
5月10日(日) 午前10時より

『四季の会』先行予約
5月9日(金) 午前10時より

※3歳未満の保護者膝上鑑賞は無料。
※前売で完売した場合、当日券の販売はございません。

主催＝(株)けいはんな 後援＝京都府／木津川市／京田辺市／精華町／精華町教育委員会(予定含む)

お問い合わせ：(株)けいはんな TEL:0774-95-5115 (平日10時～17時)



「四季の会」に入会しませんか? 四季の会

「四季の会」にご入会いただくと、いち早くチケットがご予約いただける先行予約など、さまざまな特典がございます。

お問い合わせ：劇団四季 TEL.0570-008-110 (ナビダイヤル)

ピアノカの魔術師 マジカルコンサート

驚きの超絶テクニック
鍵盤ハーモニカのイメージが
ガラリと変わる!?

TikTokなど
SNSで6億回
再生されたあの曲を
演奏しているのは
“ピアノカの魔術師”

ミュージック
ビデオは
こちら♪



※メンバー編成はコンサートと異なります。

子どもも大人も楽しめるカッコよさ!!
アツい! 楽しい! エンターテインメントミュージックショー

2026.

9.19

土

開演 14:00
(開場 13:30)

京都府立けいはんなホール メインホール

料金 —
【前売券】一般 2,500円 ぶらZO会員 2,300円 小学生以下 1,500円 親子ペア券(一般+小学生以下) 3,500円
当日: 500円アップ(ぶらZO会員・親子ペア券は前売のみ)
※税込・全席指定 ※3歳未満の膝上鑑賞無料

販売 — ◎けいはんなオンラインチケット
(※座席指定可能・24時間受付)

◎ローソンチケット Lコード: 52344



けいはんなプラザ会員サービス
けいはんなプラザ
ぶらZO ぞう
登録料/年会費 無料

登録は
コチラから▼

出演メンバー

ピアノカ: ミッチュリー
キーボード: 西江 花梨
ドラム: 下野尻 高明
パーカッション: TOY森松

演奏曲例

♪ クラシックメドレー
♪ ルパン三世のテーマ
♪ この素晴らしき世界 ほか

チケット発売
6月19日(土)
10:00~

子どもたちの教育楽器として学びに使うことが多かった鍵盤ハーモニカ。 そのイメージがガラリと変わるライブです。

今までに想像もできなかった音色と奏法でのパフォーマンス、かつ、それぞれがプロとして数々の舞台で活躍している腕利きのミュージシャン達による想像を超えた発想力が見もののエンターテインメントミュージックショー。

子ども達に人気の曲では想像力を膨らませて、誰もがどこかで聴いたことのある曲ではスタイリッシュな大人の演奏から情緒あふれる美しい音色にまで。かつていいアレンジを加えたカバー曲からオリジナル曲まで、音楽を通じて、五感と心で感じる無限の可能性を是非お楽しみください。ピアノカの可能性は無限大！

ピアノカの魔術師

2015年より「ピアノカの魔術師」として活動開始。日本で唯一の鍵盤ハーモニカが主役のインストゥルメンタルバンド。誰もが吹いたことのある鍵盤ハーモニカの、今まで見たことのないパフォーマンスが話題を呼び、全国の小学校・ファミリーコンサート・野外フェスなどに出演し、そのステージ数は年間200本を超える。一度見たら忘れられない鍵盤ハーモニカの吹き方が子ども達にも影響を与え、同じ奏法で演奏する子ども達が急増中。また、ミッチュリーに師事する子ども達の演奏動画が各SNSで話題を呼び(130万回再生)、NHK Eテレ『沼にハマってきいてみた』にて大きく紹介され、師弟初共演を果たす。BSテレ東『おんがく交差点』他、テレビやラジオなど多くのメディアにも出演。

ミッチュリー **ピアノカ**

3歳より電子オルガンを始める。19歳でメジャーアーティストへの楽曲提供をきっかけに音楽家としてプロ活動をスタート。ピアノカでは今までありえなかった両手奏法や独特な息づかいでピアノカの固定概念を覆し、世界各国での演奏活動も行う。2015年よりピアノカの新たな魅力や音楽の楽しさを伝えるため、幼稚園・小中学校などの教育現場を中心に“ピアノカの魔術師”公演を開始する。初めて見るピアノカの華麗でカッコイイ演奏は瞬間に人気となり、子どもたちへの熱いメッセージも支持され、全国で年間220公演を超えるコンサートを毎年行なっている。親子で楽しめる“ピアノカの魔術師FES”や、一流のミュージシャンを集めた“ピアノカの魔術師DREAM Live”を定期的開催(主催)し、世代を問わず幅広い層から愛され、その実力だけではなく想像を超えた発想力が高い支持を得ている。ソリストとしてオーケストラとの共演も行う。BSテレ東・NHK総合・NHK Eテレなどに出演。



TOY森松 (といもりまつ)

パーカッション

10歳より打楽器を始める。中学・高校と吹奏楽部で打楽器を担当。1991年Pops Band「B#」でSONY RECORDSよりデビューアルバム4枚シングル5枚をリリース。現在はライブサポートやスタジオワークの他、ワークショップ、年間100ステージを超える芸術鑑賞会等、後進の育成にも力を入れている。2007年より活動を再開した『おかげ様ブラザーズ』。2012年に結成したインストバンド『水曜日は海へ行こう』。2014年より『ピアノカの魔術師』のメンバーとして活動中。『彩り・飾る POP PERCUSSIONIST』



下野尻 高明 (しものじり たかあき)

ドラム

和歌山県出身。10歳よりドラムを始め、高校卒業後 ヤマハ音楽院大阪のドラム専攻科に入学。金子敏男氏に師事。在学中から自己のバンドやセッションなどの活動を始め、現在は自己のバンド・ユニットでの活動のほか、アーティストのライブサポートのメンバーも務め、国内にとどまらず海外遠征も行いライブ演奏に精を出している。楽器店のドラムスクールで大人・キッズの講師も担当。



西江 花梨 (にしえかりん) **ピアノ**

3歳からエレクトーン、10歳からピアノを習い、18歳からジャズを学ぶ。クラシックピアノ、エレクトーンともに様々なコンクールで賞を受賞。小学校6年生から関西を中心に、商業施設などで演奏している。現在はCMソングの制作や、レコーディング等にも参加、ジャンルを問わず幅広く活動している。



けいはんなプラザ
京都府立けいはんなホール
京都府相楽郡精華町光台1丁目7



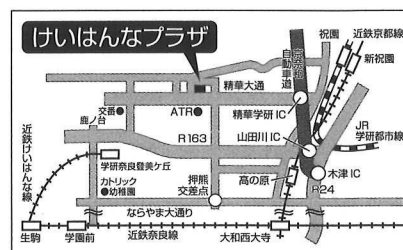
問い合わせ
(株)けいはんな (京都府立けいはんなホール 指定管理者)
TEL:0774-95-5115 平日:10~17時

【アクセス方法】

○祝園駅バスのりばから
学研奈良登美ヶ丘駅行きで
「ATR(けいはんなプラザ東)」
バス停下車すぐ

○学研奈良登美ヶ丘駅バスのりば
から 祝園駅行きで
「けいはんなプラザ」バス停
下車すぐ

○駐車場(有料)は台数に限りがございます。公共交通機関の利用にご協力ください。



けいはんな本気講座

はじめての 上方落語

毎年大好評につき、
今年も開催！

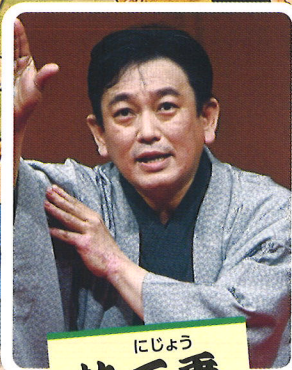
各回先着
120名

参加費
無料



落語のしぐさをやってみよう！
実際に落語を聞いてみよう！

落語のはじめの一步を
わかりやすく解説！



にじょう
桂二乗



だんじろう
桂團治郎



にまめ
桂二豆

日時

令和8年

8月23日

午前の部:10時00分～11時10分
午後の部:13時00分～14時10分

会場 けいはんなプラザ 3階 ナイル

持ち物 扇子、手ぬぐい (なければハンカチとボールペンでもOK!)

講師 桂二乗、桂團治郎、桂二豆

対象 小中学生と保護者 (ひと家族4人まで・小学生は保護者同伴願います)

申込み

7月13日(月) 10時～8月13日(木) 13時

右の二次元コードからお申込みください→

* 定員に達しましたら申込みを締め切ります。

* 8月17日から参加確認メールを順次配信します。

けいはんなプラザのホームページの
イベント情報からもお申込みいただけます。



9月27日(日)には、桂二乗さんも出演する落語会「桂米朝一門会」があります!!

主催・問合せ: けいはんな学研都市活性化促進協議会

TEL.0774-95-5034

平日:9～12時、13～17時

会場: けいはんなプラザ

〒619-0237 京都府相楽郡精華町光台1-7

桂米朝一酉会

けいはんな寄席

会場
けいはんなプラザ
メインホール

桂南光

桂米團治

日時
令和8年
9月
27日

13時30分開演
(開場: 12時45分)

桂弥彦

桂南天

桂二乗

料金 全席指定・税込

前売
一般... 3,000円
25歳以下... 1,000円
当日
一般... 3,500円
25歳以下... 1,500円
(全席指定、税込み)

◎けいはんなオンラインチケット(けいはんなプラザHPから予約し、セブンイレブンで発券・所定の手数料がかかります)
◎ローソンチケット(Lコード: 52546 所定の手数料がかかります)
◎精華町役場 企画調整課(5階)
平日10時~12時、13時~17時
注)チケットの電話予約・けいはんなプラザでの窓口販売はありません。
※未就学児のご入場はご遠慮ください。
※25歳以下のチケットをご購入の方は当日年齢のわかる書類をご持参ください。

けいはんな
オンラインチケット

チケット販売
8月4日(火)
10時から



主催・問合せ: けいはんな学研都市活性化促進協議会
TEL. 0774-95-5034 平日: 9~12時、13~17時

(公社)関西経済連合会 京都府 大阪府 奈良県 木津川市 京田辺市 精華町 (公財)関西文化学術研究都市推進機構
(独)都市再生機構西日本支社 (株)けいはんな (公財)国際高等研究所 (株)島津製作所基盤技術研究所
後援(予定含む): 奈良市 奈良市教育委員会 生駒市 生駒市教育委員会 制作協力: 米朝事務所

会場: けいはんなプラザ
〒619-0237 京都府相楽郡精華町光台1-7

○祝園駅バスのりばから学研奈良登美ヶ丘駅行きで
[ATR(けいはんなプラザ東)]バス停下車すぐ
○学研奈良登美ヶ丘駅バスのりばから
祝園駅行きで「けいはんなプラザ」バス停下車すぐ
○駐車場をご利用の方は駐車券を受付へお持ちください。(当日無料)
台数に限りがございます。公共交通機関をご利用ください。

けいはんな映画劇場 2026

No.368



雪風 YUKIKAZE

生きて帰る 生きて還す

多くの仲間を救い続けた艦（ふね）、「雪風」の史実に基づく物語

■監督／山田敏久
■脚本／長谷川康夫 飯田健三郎
■出演／竹野内豊 玉木宏 他

（2時間/日本）

たった80年前、海は戦場でした。

真珠湾奇襲攻撃による日米開戦以降、ミッドウェイ、ガダルカナル、ソロモン、マリアナと、すべての苛烈な戦いを生き抜き、どの戦場でも海に投げ込まれた多くの仲間たちを救い、必ず共に日本に還って来た一隻の駆逐艦があった。その名を「雪風」。いつしか海軍ではこの艦を「幸運艦」と呼ぶようになる。それは沈着冷静な艦長の卓越した操艦技術と、下士官・兵を束ね、彼らから信頼される先任伍長の迅速な判断によるものだった。時にぶつかりながらも、互いに信頼し合っていく二人。そして「雪風」は、ついに日米海軍が雌雄を決するレイテ沖海戦へと向かうことになる…。

8月

15日（土）10:30、14:00

16日（日）10:30、14:00、17:30

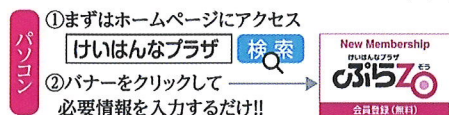
©2025 Yukikaze Partners.

けいはんなプラザ



登録料・年会費 無料

パソコン・スマホ・タブレットから簡単にご登録いただけます。



①まずは右記のQRコードを読み取る
②画面から必要情報を入力するだけ!!



会員特典

- ① メールマガジンの配信 ☆割引クーポン付き
- ② チケットかんたん予約 (けいはんなオンラインチケット)
- ③ 主催・共催公演のチケット割引
- ④ 主催・共催公演のチケット先行予約

※メールマガジンの配信を希望されない場合は、割引クーポン・キャンペーン割引時の会員特典は受けられません。メール配信希望の有無は登録後も「会員マイページ」から変更いただけます。※チケット割引・先行予約の適用がない公演も一部ございます。

映画割引クーポンについて

会員サービス「ぶらZO」にご入会いただくと、メールマガジンで「けいはんな映画劇場」の割引クーポンが届きます。購入時にスマホ画面（プリントアウトでも可）をご提示で、鑑賞券が800円に！

クーポンは上映日の1週間ほど前にメールでお届けします
お早目にご登録ください♪

けいはんなプラザ 京都府立けいはんなホール メインホール

<入場料金>

一般（高校生以上）	1,100円
小・中学生・シニア（60歳以上）	800円
ぶらZOメール割引クーポンご提示	800円

※ぶらZO映画割引クーポンをお持ちの方は
スマホ画面もしくはプリントアウトしたものをご提示ください。

お問い合わせは・・・

☎0774-95-5115
京都府相楽郡精華町光台1丁目7

交通のご案内

- 近鉄京都線「新祝園駅」、JR「祝園駅」より奈良交通バスにて「ATR（けいはんなプラザ東）」下車
- 近鉄けいはんな線「学研奈良登美ヶ丘駅」より奈良交通バスにて「けいはんなプラザ」下車

駐車場をご利用の方は
駐車券を映画受付まで
お持ちください。
（当日無料）

台数に限りがございます。
公共交通機関をご利用ください。

近隣商業施設への駐車はご遠慮ください

けいはんな映画劇場 2026 特別上映会

No.369



栄光のバックホーム

横田慎太郎を、決して忘れない。

今を生きるすべての人に捧ぐ、
28年の《真実の物語》

■企画・監督・プロデュース／秋山 純

■脚本／中井由梨子

■出演／松谷鷹也 鈴木京香 他

■原作／「奇跡のバックホーム」横田慎太郎（幻冬舎文庫）

「栄光のバックホーム」中井由梨子（幻冬舎文庫）

（2時間15分/日本）

彼の夢を支え、ともに歩んだ道のり。それぞれのドラマ。

2013年のドラフト会議で阪神タイガースに2位指名された横田慎太郎、18歳。甲子園出場は逃したが、その野球センスがスカウトの目に留まり、大抜擢された期待の新人だ。持ち前の負けん気と誰からも愛される人間性で、厳しいプロの世界でも立派に成長を遂げていく慎太郎。2016年の開幕戦では一軍のスタメン選手に選ばれ、見事に初ヒットを放つ。順風満帆な野球人生が待っていると思われたその矢先、慎太郎の体に異変が起こる。ボールが二重に見えるのだ。医師による診断結果は、21歳の若者には残酷すぎるものだった。脳動脈瘤。その日から、慎太郎の過酷な病との闘いの日々が始まる。ただ、彼は孤独ではなかった。母のまなみさんをはじめとする家族、恩師やチームメイトたち、慎太郎を愛してやまない人々の懸命な支えが彼の心を奮い立たせる。そして、2019年9月26日、引退試合で慎太郎が見せた「奇跡のバックホーム」は人々を驚かせ、感動を呼んだ。しかし、本当の奇跡のドラマは、その後も続いていたのだ...

9月

25日（金） 10:30、14:00、18:00

26日（土） 10:30 ★

★MBT みんなで守るいのちの映画祭を開催

けいはんなプラザ 京都府立けいはんなホール メインホール

<入場料金>

一般（高校生以上） 1,100円

小・中学生・シニア（60歳以上） 800円

ぶらZメール割引クーポンご提示 800円

※ぶらZ映画割引クーポンをお持ちの方は
スマホ画面もしくはプリントアウトしたものをご提示ください。

お問い合わせは・・・

☎0774-95-5115

京都府相楽郡精華町光台1丁目7

交通のご案内

○近鉄京都線「新祝園駅」、JR「祝園駅」より奈良交通バスにて「ATR（けいはんなプラザ東）」下車

○近鉄けいはんな線「学研奈良登美ヶ丘駅」より奈良交通バスにて「けいはんなプラザ」下車

駐車場をご利用の方は
駐車券を映画受付まで
お持ちください。

（当日無料）

台数に限りがございます。
公共交通機関をご利用ください。



難病克服支援

※ MBT みんなで守るいのちの

第5回

映画祭

申込不要
入場無料

「入賞作品」けいはんな上映会

日本語字幕付き

日時：2026年9月26日（土） 開場：14時 開始：14時30分

MBT (Medicine-Based Town: 医学を基礎とするまちづくり) コンソーシアムは、奈良県立医科大学と連携し、医学を通して社会貢献活動を推進する一般社団法人です。

難病克服支援「MBT みんなで守るいのちの映画祭」は、希少な疾患ゆえに社会から孤立しがちな難病患者的苦境を多くの人にご理解いただき、難病研究者や治療に携わる人々を支援する「難病克服キャンペーン」の一環として、2021年より取り組んでおります。

この第5回映画祭は2026年1月17日日経ホールにて開催し、応募61作品の中から6作品が入賞、4作品が各賞を受賞されました。けいはんな上映会では、入賞6作品を上映致します。

最後までごゆっくりと鑑賞ください。

上映作品

<最優秀作品賞>

【題名】器

【監督】柴田明良氏



最優秀賞作品

舌癌を患った妻と、
行き場を失った少女たちが紡ぐ、静かな再生の物語

<優秀作品賞>

【題名】誰もが青春を謳歌できるわけじゃない

【監督】長橋生真氏

<特別賞>

【題名】さわる

【監督】濱本敏治氏

<特別賞>

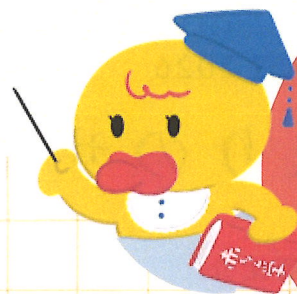
【題名】꿈이라도 좋아 (Dream Of You)

【監督】반유진 (バン・ユジン) 氏

ほか

（終了予定時間 16:30 / 出入り自由）

けいはんな赤ちゃん学講座 2026



参加無料

事前申込制

人の はじまりの サイエンス

「赤ちゃん」について知ることは、

「ヒト」について知ること。

「ヒト」の成長や発達に関心のある

すべての方に。

10.03 (土)

●「食べる」のはじまり

10.24 (土)

●音とことば

～子どもはどのように音をきいているか

11.28 (土)

●「眠り」の役割

時間

各日 13:30 - 15:00 予定

(13:00 受付開始)

会場

けいはんなプラザ

3 階「ナイル」

京都府相楽郡精華町光台 1 - 7

赤ちゃん学とは、人のはじまりである赤ちゃんの運動・認知・感覚・言語および社会性の発達とその障害のメカニズムの解明から心の発達までを対象とする学問です。人の起点は胎児にはじまり、その発達は連続する変化のプロセスです。心と体の発達とその関係について、多彩な研究分野が協力、共同して研究を進めています。

講義の後には質疑応答の時間を設け、参加者で共有します。

会場には授乳スペースもご準備しますので、赤ちゃんも一緒に参加できます。

主催・問合せ：けいはんな学研都市活性化促進協議会

TEL：0774-95-5034

kasseikyou@ml.keihanna-plaza.co.jp

共催：同志社大学赤ちゃん学センター



人のはじまりのサイエンス

講座スケジュール・講師紹介

10.03[±]

「食べる」のはじまり

私たちは日々、火を使って調理をし、実にさまざまなものを食べます。これらはいずれも、人類の進化に関わる「ヒト」に固有の特徴です。しかし私たちは、生まれた直後からさまざまなものを食べるわけではありません。生まれてしばらくの間、ミルクだけを口にしていた赤ちゃんは、どのように食べるようになっていくのでしょうか。その過程にもまた、「ヒト」らしさがつまっています。「食べる」のはじまりをキーワードに、子どもたちの食を育むヒントや「ヒト」らしさについて考えます。

講師：上野 有理 先生
滋賀県立大学人間文化学部 教授



研究から
わかってきたことを
ご紹介！

どなたでも参加できます

- ・育児中のご家族
- ・これから親になる方
- ・子どもに関わる仕事の方
- ・医療関係者の方はもちろん
- ・「ヒト」の成長や発達に関心のある全ての方に！

10.24[±]

音とことば

～子どもはどのように音をきいているか

にぎやかな部屋やお店、BGMが流れている時など、子どもは大人とは違った音の聞き方をしていること、ご存知でしょうか？聞こえの違いを知ることで、はじめて「子どもにとっての音環境」を、私たち大人も理解することができそうです。また、音環境は、子どもの育ちのさまざまな側面—ことば、認知、集中力やストレス、自己制御の力など—に意外に広く影響を及ぼしており、子どもの聞こえに合わせた環境づくりはとても大切です。子どもの育ちを支える「音」について考えます。

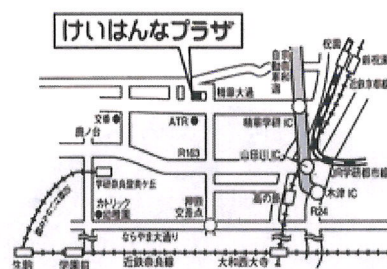
講師：嶋田 容子 先生
同志社大学リサーチ・イノベーション推進
機構 脳科学研究科 助教
赤ちゃん学研究センター 嘱託研究員



会場

けいはんなプラザ
3階「ナイル」

京都府相楽郡精華町光台1-7



- 祝園駅バスのりばから学研奈良登美ヶ丘駅行きで「ATR（けいはんなプラザ東）」バス停下車すぐ
- 学研奈良登美ヶ丘駅バスのりばから祝園駅行きで「けいはんなプラザ」バス停下車すぐ
- 駐車場をご利用の方は駐車券を受付へお持ちください（当日無料）。台数に限りがございます。

11.28[±]

「眠り」の役割

子どもの健やかな成長に欠かせない「睡眠」。本講座では、胎児期や乳幼児期から思春期・中学生に至るまで、それぞれの発達段階における眠りの重要な役割と、心身の成長に与える影響を分かりやすく解説します。睡眠は記憶の定着やメンタルケア、生きる力の基盤となります。「夜泣きが続く」「朝起きられない」といった日常の悩みへのヒントから、学力・体力を伸ばすための最適な睡眠リズムの作り方まで、科学的データや臨床経験をもとにお伝えします。

講師：渡部 基信 先生
国立病院機構 南京都病院 小児科医
同志社大学赤ちゃん学研究センター 副センター長
日本眠育推進協議会理事



申込方法

右の2次元コードから、各開催日の3日前までに
お申し込みください。
各回独立講座（1回でも複数回まとめてでもお申し込み可能）
各開催日の2日前までに参加確認メールを送信します。
※けいはんなプラザのホームページのイベント情報から
もお申し込みいただけます。



参加費

3日間とも

無料

事前申込制

定員

各日 **40** 人

定員を超えた場合は抽選