＊ベビーマッサージ教室＊

「ベビーマッサージ」って
聞いたことはあるけど、
どんなもの？

ベビーマッサージは、愛情を込めてお子さんにタッチしたり、マッサージしたりすることによって、親子の絆を深めるスキンシップの一つです。そして、お子さんの情緒の安定や発育にも効果があると言われています。お子さんの目を見て話しかけながら、肌に触れてみましょう！

☆～教室の日程～☆

令和５年４月22日(土)	令和５年10月21日(土)
令和５年５月20日(土)	令和５年11月18日(土)
令和５年６月17日(土)	令和５年12月16日(土)
令和５年７月22日(土)	令和６年 １月20日(土)
令和５年８月26日(土)	令和６年 ２月17日(土)
令和５年９月30日(土)	令和６年 ３月16日(土)

【対　象】おおむね4～12ヶ月のお子さん
【場　所】保健福祉センター2Ｆ　はぐくみルーム
【時　間】10：00～12：00頃（受付9：50～10：00）
【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

【申し込み方法】**3日前（水曜日）までに健康推進課**までお電話ください。☎ 0193-22-0179

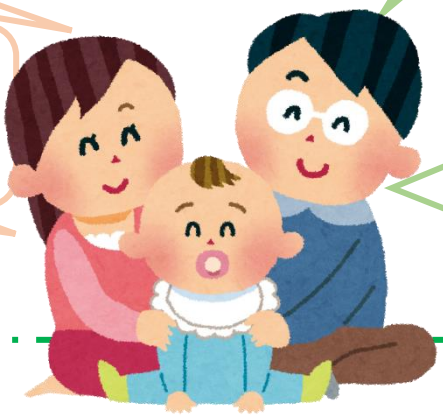
☆～教室の内容～☆

＊**身体測定**（赤ちゃんの体重・身長がどれくらい大きくなったかな？！体重・身長計測します。）
＊**ベビーマッサージ**（保健師が教えます！皆と一緒にベビーマッサージにチャレンジ！）
＊**パパママ準備教室のパパママとの交流タイム♪**（先輩パパママとしてこれから出産・育児を迎えるパパママと一緒にお話しましょう！）

参加したパパ・ママの声

ベビーマッサージ　―ママ編―
同年代の子とふれあう機会が少なかったので、とても良い経験になりました。家でもベビーマッサージやってみます！

ベビーマッサージ　―パパ編―
土曜日だったので来ることができた。初めて夫婦でこういう教室に参加することができた！

ベビーマッサージ　―ママ編―
子どもが気持ちよさそうにしていた。家でもパパと一緒にやってみたいです。

ベビーマッサージ　―パパ編―
マッサージをこれからも続けて、子どもとふれあう機会をさらに増やしていきたいです。