

ベビーマッサージ教室

毎週水曜日 約50分 定員5組

- 《時間》 午前10:30~11:20
《料金》 5250円（オイル代金：1本含む）
《対象》 1ヶ月健診後～ハイハイベビーとママ
《場所》 多目的ホール内
《持ち物》 バスタオル2枚 オムツ おしりふき
ミルク（母乳のかたは要りません）
お着替え お気に入りのおもちゃ
ビニール袋（小）



第1回 ベビーマッサージの説明および実技

オイルを使って

第2回 手と足のマッサージ

オイルを使って

第3回 胸・お腹・背中 of マッサージ

第4回 復習編「全身のマッサージ」

抱きしめられることで 赤ちゃんは安心感に包まれます。
肌と肌を触れ合うことが 親子の絆を深めるきっかけになり
母親にも素晴らしい効果をもたらすのがベビーマッサージです。
スキンシップで 親子ともに 心と体を豊かに成長していきましょう。

ベビマ&ヨーガコース

第2・第4火曜日 約50分 定員15組

- 《対象》 ベビーマッサージ受講者（～生後8ヶ月）
《時間》 午前10:30~11:20
《料金》 ベルフレンドクラブ会員：300円
一般：600円

《場所・持ち物 上記同様

ベビーマッサージでママと赤ちゃんのスキンシップし信頼を深めます。
ベビヨーガと産後ヨーガを取り入れた運動で、親子ともに体と心を緩めましょう。
先輩や後輩ママ・ベビーとお互いの成長を喜び、刺激しあうことができます。

お申し込みは受付・予約システムで予約受付中です。

※教室利用者は上のお子さんの託児が無料です。

詳しくは受付までお問い合わせ下さい。