

「Hiwahiwa Baby (ヒワヒワベビー)」

講師 鈴木 裕子

はじめまして、藤沢市在住の鈴木裕子です。

ベビーマッサージの資格を取得してから、地元を中心に活動をしています。

協会で学んだ知識・施術方法の特技を亀井野保育園をお借りして、お伝えしています。

みなさまの育児にお役立てしていただければ嬉しいです。

ベビーマッサージ⇒「親子の触れあいを大切にし絆を深めること」を目的としています。

楽しく・気持ち良く、親とお子さんがゆっくり向き合える時間を提供できればと思っています。

ご都合がよろしければ是非、ご参加下さい。

ベビーマッサージの目的

- 赤ちゃんへの心身の発達を促し、精神を安定させる
- 親に育児への自信とゆとりをもたせる
- 親と子の強い絆をつくる

効果

- 赤ちゃんへ…● 脳の発達を促し、ストレスを減らし、免疫システムが高まる
- リラックスする事を覚えさせ、ストレスを解消させる
 - 運動機能・内臓機能を高めます

- 親へ…● バーストラウマ（出産時心的外傷）を癒す
- 精神安定や育児への自信が高まる
 - 親の身体の血液循環を良くし、リラクゼーション効果により体調を良くする

※体験レッスンとして、行なわせていただくコースは2コースです。



【内容】

①身体もあんよもポッカポカコース

(代謝を良くし、免疫力アップ)

内容：リラクゼーション・足のマッサージ

②ママの手でお腹もスッキリコース

(楽しく便秘を解消しましょう)

内容：リラクゼーション・お腹のマッサージ

★年間…6回 ①5/28 ②6/25 ③9/24 ④10/29 ⑤1/21 ⑥2/25

※都合により日時が変更される場合があります。ご了承下さい。

★参加人数…1回に3組の親子限定（予約制）

★対象年齢…2ヶ月～8ヶ月

★時間…60分（10：30～11：30）

★持ち物…バスタオル・水分補給の飲み物（ミルク・白湯等）・普段のお出掛けセット

※ご自宅で使っているベビーマッサージオイルがある方は、お持ちいただいても構いません。

注意事項…●熱が37.5℃以上ある赤ちゃん

●ベビーマッサージをする際、オイルを使用致しますが、強制ではありません。

●予防接種前後24時間はマッサージを避けたほうが良いとされています。

(予防接種とマッサージの日の間を1日置く事をお勧めします)

参加の際は、予防接種等の日程をご確認下さい。

以上