

パパと一緒に

おしゃべりタイムで
ママ友・パパ友をつくらう

ベビーマッサージ3回コース

& 快適な抱っこ紐講座

※ベビーマッサージ3回と抱っこ紐講座1回の合計4回の講座です

パパと一緒に参加しませんか？ベビーマッサージには、赤ちゃんの発育促進・情緒安定・安眠効果・肌や爪が丈夫になるなどイイことがたくさん。また、最終回では、快適な抱っこ紐講座を開催します。安全で正しい抱っこ紐のつけ方はもちろん、親子双方が快適になり、赤ちゃんの発達を促す抱っこが学べる講座です。



レッスン日 11月6日・13日・20日・27日 (全て土曜日)

時間 13:00～14:00 (レッスン)
14:00～15:00 (おしゃべりタイム)

場所 さらら仁川公益施設 多目的ホール

受講料 2500円(ベビーマッサージ3回+抱っこ紐講座1回)

対象 生後3～12カ月の赤ちゃん和妈妈とパパ
※赤ちゃん和妈妈のみの参加もOK

定員 10組

講師 ベビーマッサージ講師 **伊藤 亜依**(ロイヤルセラピスト認定講師)
抱っこ紐講座講師 **堀内 千賀子**(整体師・ベビウエアリングアドバイザー)

持ち物 バスタオル・オムツ・飲み物など

★会場内でおむつ替えが可能です。授乳スペースもございますのでご安心してご参加ください。

★各種予防接種後 24 時間以内の場合は参加をお控えください。

1回目

・マッサージとオイルについて
・あんよのマッサージ
ママorパパもオイルマッサージを体感。あんよを刺激して成長を促します。



2回目

・お腹とお胸のマッサージ
便秘の改善や免疫を高めたり深い睡眠を促していきます。



3回目

・背中へのマッサージ
・おさらい

背中を刺激して体幹を鍛えます。全体を通して自宅でも実践可能にします。



4回目

・抱っこ紐講座

正しい抱っこ紐の付け方を学び、親子ともに心地よく、発達を促す抱っこをご体験ください。



申込方法

受付窓口・お電話または、右のQRコードよりお申込みください。先着順となりますので定員に達し次第受付終了となります。



お問い合わせ先

■ 宝塚市仁川北2丁目5-1
さらら仁川北館3階公益施設
■ 仁川駅東口から徒歩1分
<https://takarazuka-koueki.com/salala/>
☎ **0798(52)7686**
(9:00～20:00)

新型コロナウイルス感染症の影響により内容が変更または中止になる場合がございます。

安心・安全を守るためにエチケットにご協力ください



主催



さらら仁川公益施設



宝塚市公益施設指定管理者
国際ライフパートナー(株)

後援 宝塚市