

ベビーマッサージ体験教室

と き：水曜コース 10月24日・31日・11月7日
金曜コース 10月26日・11月2日・9日
(各コースとも全3回)

時 間：10:00~12:00

ところ：旭区民センター 3階和室

参加費：5,000円(教材費含む)

対 象：生後1ヶ月~1歳ぐらいまでのお子様とママ

定 員：5組(先着順)

申 込：参加費を添えて旭区民センターまで

TEL 06-6955-1307

さあ、ママと一緒に
ベビーマッサージを
体験しよう!



ベビーマッサージの目的と効果

<目的>

- ・赤ちゃん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。
- ・親と子の強い絆を作る。

<効果>

- ・赤ちゃんの脳の発達を促し、ストレスを減らし、免疫システムが向上する。
- ・赤ちゃん自身がリラックスの感覚を覚え、ストレスが解消される。
- ・赤ちゃんの運動機能・内蔵機能を高める。
- ・母子双方のバーストラウマを癒す。
- ・親の精神安定・育児への自信
- ・親の身体の血液循環を良くし、リラックス効果により体調も良くなる。

※ベビーマッサージの前後24時間は
予防接種を控えて下さい。

主催：(財)旭区コミュニティ協会