

特別
企画

キッズマッサージ講座



年度当初の予定にはありませんでしたが、特別企画として「キッズマッサージ講座」を行うことになりました。

12月に中央0歳児学級で行ったベビーマッサージ講座が大変好評でした。おかあさんの手が子どもの肌に触れることで、子どもは安心し心が満たされます。おかあさんも肌と肌のふれあいを通して、わが子への愛おしさをより感じられるようになることでしょう。

肌と肌のふれあいであるマッサージは、触覚を刺激し脳の働きを活発にするとされています。また、免疫力アップや運動機能の発達などにも効果があり、深い眠りを促したり、便秘が解消されたりすることもあるそうですよ。この機会に、ぜひ体験してみませんか！！

今回は、ベビー期よりも上の子でも楽しみながらできるマッサージを中心にキッズマッサージ講座と題して実施します。たくさんのご参加、お待ちしております。

◇日 時：1月31日（水）10時～受付
◇会場：中央公民館2階研修室（和室）
◇参加対象：全館学級生親子
◇内容：キッズマッサージ

・10:25～あいさつ
・10:30～講座
・11:10～歌、お話、親子体操など
・11:45～あいさつ、解散

*導入として、親子でふれあいながら楽しめる遊びも紹介させていただきます。

◇講師：磯田 彩佳 氏
（ロイヤルセラピスト協会認定講師）

◇持ち物：水分補給用飲料（*親子ともに）

授乳中の場合
おっぱい
ミルクで
十分です。



*普段、ご自宅で使われているベビーオイル（マッサージオイル）があればご持参ください。
ない場合は、こちらで用意するオイルを使用することになりますが、アレルギー対策のため、事前にパッチテストをさせていただきます。

◇服装：服を脱がなくてもできる手と足のマッサージを中心に行います。親子共々動きやすい服装でご参加ください。

◇申し込み：準備の都合がありますので、参加希望の親子は、以下のとおり申し込みください。

*キッズマッサージとなっていますが、0歳のベビーにも対応できます。

★申込期日：1月26日（金）

*各公民館窓口、電話（75-2146）・FAX（75-0750）・メール（tyou@betsukai.jp）〈それぞれ中央公民館〉にて受け付けます。

☆1月31日（水）「キッズマッサージ講座」に参加します。

学級生（母親）氏名

所属学級（中央・西・東）