

# 『ママとあかちゃんのリラックスタイム』

## ～ベビーマッサージ～

楽しくおしゃべりしながら、ベビーマッサージを開催します。

お子様とのふれ合い（スキンシップ）はお互いの気持ちの安定につながり、絆も深まります。また、実際にお肌に触れる、体に触れることによって体調や心の様子なども、わかりやすくなっていきます。最後はハーブティでリラックス。育児に奮闘中のママも、たまにはゆったりとした時間を過ごしませんか。

---

|     |                                                                                                                                                      |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日 時 | 7月26日（水）10：30～12：00<br>8月28日（月）10：30～12：00<br>11月20日（月）10：30～12：00<br>2月22日（木）10：30～12：00<br>(5分前には会場にお入りください)                                       |
| 定 員 | 親子6組 0歳～満1歳くらいまで                                                                                                                                     |
| 参加費 | 無料                                                                                                                                                   |
| 持ち物 | タオル お子様の着替え類                                                                                                                                         |
| 服 装 | 汚れても良い動きやすい服装でご参加ください。                                                                                                                               |
| 講 師 | 久保木み規さん<br>日本アロマ環境協会認定：アロマセラピスト<br>日本ホリスティック医学協会認定：生活習慣病予防指導士                                                                                        |
| 内 容 | お子様へのタッチングケア<br>授乳など（ハーブティーを飲みながら少しブレイク）<br>お母さんのリラクセーション（寝そべてリラクセーション）                                                                              |
| 会 場 | 認定こども園モモ<br>相模原市南区鵜野森1-21-4<br>JR横浜線町田駅、小田急線町田駅よりバス<br>町田バスセンター10番線から「グリーンハイツ循環」にて<br>「鵜野森1丁目」下車徒歩2分<br>☆ 駐車場はありません。公共の交通機関をご利用ください。<br>☆ 保育はございません。 |

---

お申込み・お問い合わせ 社会福祉法人蒼生会 認定こども園モモ

電話 042-767-8470（月～金10:00～16:00）

