

小規模保育園ナナ 子育て広場『ナナであそぼう』

ベビーマッサージ

～お母さんとお子さまのリラックスタイム～

昨年のベビーマッサージの際、講師の先生から

「無理なことはせず、お母さんがリラックスすることが大事です。」というお話がありました。

お子さまとのスキンシップを楽しみながら、お母さまへのリラクゼーションとお母さま同士の交流も踏まえ、心地よい時間を過ごしませんか。

日時：1月15日(土) ①AM10:30～11:30

②AM13:00～14:00

場所：保育園ナナ

定員：各回4組 大人1名・子ども1名(首が座ってから12カ月まで)

持ち物とお願い

- ・バスタオル(オイルで汚れても良いもの)
- ・動きやすい服装でおこしてください。
- ・ごきょうだいの参加はご遠慮ください。
- ・飲食は禁止です。
- ・当日は健康チェックを行います。
- ・当日までの2週間の間に、親子共に発熱などの体調不良がある場合は参加できません。また、予防接種1週間未満の方もご参加いただけませんので、ご了承ください。



講師：久保木 み規さん(セラピスト)

日本アロマ環境協会認定：アロマセラピスト

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

心地よいカラダ・ココロ・クラシをコンセプトにフリースタイリストの後、2000年にセラピストに転職。アロマセラピーやアーユルヴェーダを中心とした自然療法を健康管理の面だけではなく、衣食住といった暮らし全般に活かし、身近なケア方法として取り入れてもらえるよう提唱。活動としては産婦人科病院での施術をメインに介護施設、会社、個人宅などご希望の場所へ伺っての訪問ケアや看護師やセラピスト等専門家向けの講師・講演活動、一般の方向けのワークショップを行う。