令和5年度

ベビーマッサージ＆ベビーヨガ講座

ベビーマッサージ＆ベビーヨガ講座で赤ちゃんとのふれあいを楽しみませんか？

本講座では赤ちゃんとのふれあいの他、育児の不安や悩みについて、助産師・保健師と相談をすることができます！
同じくらいの月齢の赤ちゃんを育てている方が集まり楽しくお話する時間もあるので、仲間づくりもできます。

ご参加をお待ちしております♪

日　程	対　象　児（生後２か月から5か月程度）
4月25日（火）	令和4年11月～令和5年1月生まれ
5月15日（月）	令和4年12月～令和5年2月生まれ
6月20日（火）	令和5年1月～3月生まれ
7月10日（月）	2月～4月生まれ
8月29日（火）	3月～5月生まれ
9月25日（月）	4月～6月生まれ
10月24日（火）	5月～7月生まれ
11月27日（月）	6月～8月生まれ
12月18日（月）	7月～9月生まれ
令和6年　1月29日（月）	8月～10月生まれ
2月20日（火）	9月～11月生まれ
3月18日（月）	10月～12月生まれ

◆受　　付 ： 午前10時20分～10時30分
◆講　　座 ： 午前10時30分～11時30分
◆場　　所 ： 上里町保健センター　２階大会議室
◆定　　員 ： 10名（定員になり次第締め切ります）
◆内　　容 ： 助産師によるベビーマッサージとベビーヨガの実施
◆持　ち　物 ：母子健康手帳／バスタオル／筆記用具／赤ちゃんに必要なもの／保護者の水分補給用の飲み物
◆注意事項 ：予防接種の後は、２日あけてください。体調がすぐれない、湿疹等がひどく治療中の場合は、ご遠慮ください。
マッサージには自然由来のオイルを使用します。使用する前にパッチテストを行います。
◆申し込み ：上里町保健センターへ、前日までにご連絡ください。
キャンセルの場合もご連絡ください。

☎　0495-33-2550