令和８年度

ベビーマッサージ＆ベビーヨガ講座

要申込み
※原則１人１回

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）
令和８年４月13日（月）	令和７年11月～令和８年１月生まれ
5月18日（月）	令和７年12月～令和８年２月生まれ
6月15日（月）	令和８年１月～３月生まれ
7月13日（月）	２月～４月生まれ
8月17日（月）	３月～５月生まれ
9月28日（月）	４月～６月生まれ
10月19日（月）	５月～７月生まれ
11月16日（月）	６月～８月生まれ
12月14日（月）	７月～９月生まれ
令和９年1月18日（月）	８月～10月生まれ
2月　8日（月）	９月～11月生まれ
3月15日（月）	10月～12月生まれ

赤ちゃんとのふれあいを楽しみませんか？

- 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
- 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。上のお子さんの来所はお控えください。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。

上里町保健センター☎　0495-33-2550