

平成29年度 きそ幼稚園



ベビーマッサージ & ヨガレッチ ご案内

初回目：平成29年5月26日(金)

ベビーマッサージ ☆首が座った子からハイハイ前までのお子さん

10:00~10:40 定員 6名

ベビーヨガレッチ ☆ハイハイから2歳児までのお子さん

①10:50~11:15 定員 12名

(希望者が多い場合、クラス増設も有)

場 所： きそ幼稚園 保育室

参加費： 無料です

ご案内

赤ちゃんと過ごす毎日。嬉しいこと、幸せなこともたくさんあるけれど、思い通りにいかなくてブルーな気分になることもありますね。今話題の、ベビーマッサージ・ヨガレッチで、赤ちゃんと一緒にエクササイズしてみませんか？

2014年9月にスタートしましたが、おかげさまで好評です。皆で楽しく身体を動かしましょう！ご興味のある方、ご参加お待ちしております😊

講師『内山綾子』プロフィール

短大卒業後、保育士の経験を経て結婚。一児(女兒)の母となる。子育てをしながら『チャイルドボディセラピスト』1級の資格習得。現在、ベビーマッサージをメインに、ベビーヨガレッチ・ベビーリフレクソロジー・赤ちゃんサイン・乳幼児食育のインストラクターとして活動中。



ベビーマッサージとは…

ベビーマッサージは『触れる・見つめる・話しかける』という赤ちゃんとの関係を築く大切な行為をすべて満たしています。

ママからの愛情をたっぷり受けた赤ちゃんは幸福感と共に心身健やかに成長していきます。

ベビーマッサージをすることによって健康面・脳の発達・情緒の安定の効果や、ママとの絆をより深めていきます。



ベビーヨガレッチとは…

ベビーヨガレッチは、ハイハイ・あんよなど動きができた赤ちゃん(幼児)がママと一緒にヨガの要素を含めたストレッチをしています。

『さする・つかむ』など今までない感覚でたくさんの刺激を与えています。効果はベビーマッサージ同様、健康面・脳や体の発達・情緒の安定などの他にバランス感覚を養い鍛えていきます。

また、ママには産後の体力、筋力の回復につながっていきます。

お申し込み方法

～いずれかの方法でお申し込み下さい～

- ① 幼稚園まで直接
- ② 電話 042-722-5144
- ③ メール kiso@kiso.ed.jp

お子さんの氏名・性別・生年月日をお知らせください。

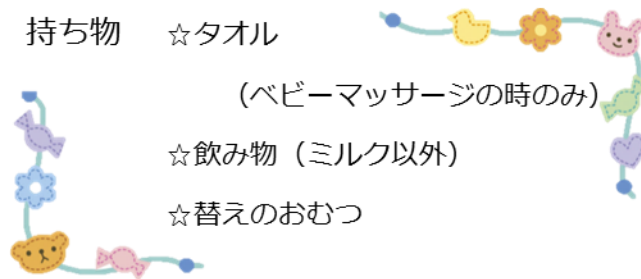


持ち物 ☆タオル

(ベビーマッサージの時のみ)

☆飲み物(ミルク以外)

☆替えのおむつ



♪動きやすい服装で
ご参加ください

