

# 妊婦さん～ん!

6月9日(土)  
10:00 ~ 12:00

## 土曜ひろば

北町地域センターで 開催します。

2階和室では。。。

仕事に家事に忙しい日々をお過ごしと思います。赤ちゃんを身ごもって変化していくご自身のカラダとココロに目を向けて、日常の中でできるセルフケアを体験します。

助産師がいます。お産に向けて、心配なことなど、お気軽にご相談ください。

1階フロアでは。。。

親子で過ごせる「親子ひろば」を開催。いつものひろばスタッフがおります。お父さんも一緒に、どうぞ。

ファミリーサロン新聞

【発行】

母と子のサロン

ファミリー

サロン

### スリング講習会 のご紹介 (at ファミリーサロン)

毎月第4木曜日 10時～12時 抱っことおんぶの専門家 ベビーウェアリング  
コンシェルジュが来て、スリング、へこ帯、おんぶひもなどの使い方を、丁寧に  
教えてくれます。お手持ちのスリングでかまいません。

買ったけどうまく使えない、おんぶで家事をしたいけど一人でやるのは自信が  
ない、などありましたら来てみてください。お持ちでない方も、いくつかサン  
プルがあります。まずはお試しください。

～ディベロプメンタルプログラムス～

# Baby Shiatsu

## Baby Shiatsu で学ぶこと :

赤ちゃんが歩き始めるまでに獲得する動きの大切さ、筋肉や感覚、情緒の発達について知り、あなたの赤ちゃんは今何ができるのかをしっかりと観察し、受け止めます。そしてあなたの赤ちゃんの今を理解しながら、次のステップに進むためのポイントを学び、必要な動きを促し、強化するための手当てやエクササイズを行います。

## お母さんと赤ちゃんクラス

このクラスは生後2ヶ月から6ヶ月くらいまでの赤ちゃんを対象に行います。毎回1まとまりのケアを学び、最後の日は復習を兼ねて全体のケアを行う4週連続のクラスです。赤ちゃんの持つ力を発揮できるような抱き方、移動の仕方、オムツの替え方なども覚えましょう。

Baby Shiatsu は家で毎日行えます。赤ちゃんの今を観察し、何を求めているかを知り、赤ちゃんの変化に気づく力を養います。それはお母さんの大きな喜びと自信につながることでしょう。

## 4週間、一緒に楽しく Baby Shiatsu を学びましょう！

★4週連続 (各回 60分 1500円) 定員6名

- ① 6月 6日 (水) 10:00～
- ② 6月 13日 (水) 10:00～
- ③ 6月 20日 (水) 10:00～
- ④ 6月 27日 (水) 10:00～

★ご希望の方にはプライベートレッスンも行います。  
お気軽にご相談ください。(1回45分×4回 各2000円を予定)



ファミリーサロン・鍼灸師 安田晶子

---

## ファミリーサロンのフリーマーケット

毎月第3木曜日、11時から2時ごろまで開催。  
ベビー服など、基本1枚100円です。  
新品も混じっています。帽子やスタイ、靴など。  
ベビーのものだけでなく、マタニティウエアなど  
もあります。  
時には超お買い得なおオモノにも出会えるかも  
しれません。  
お散歩がてら、のぞきにきてください。

