

笑顔de子育て♥ ベビーマッサージ&ヨガ体操

大好きなママの優しいタッチ。五感をフル回転して愛情を全身でキャッチ。
互いにリラックスして親子の絆を深め、丈夫な身体作りにもとても効果的！
ママの産後ケアも意識して、楽しい笑顔いっぱいの時間を過ごしましょう♪

- 第1回♥ 7/5 (水) 心通わすベビーマッサージ♥♥♥
- 第2回♥ 8/2 (水) 症状別タッチ①便秘解消！？で丈夫な体になあれ
- 第3回♥ 9/6 (水) 症状別タッチ②夜泣き改善でママも熟睡！？
- 第4回♥ 10/4 (水) お座り期からのヨガマッサージ★
- 第5回♥ 11/8 (水) 親子で筋力アップ！めざせ美ママ☆
- 第6回♥ 12/6 (水) お家でもカンタンリラックス術(+ミニアルバム作り)

【講師】 柴田雅江

【場所】 みんなの森ぎふメディアコスモス おどるスタジオ

【時間】 10:30~11:30

【定員】 15組(応募者多数の場合は抽選)

【対象者】 2ヵ月~1歳前後の子どもと保護者・及び妊婦

【費用】 3,000円(保険料含+ミニアルバムを作りますよう戸)

【持ち物】 動きやすい服装・バスタオル又はヨガマット・飲み物

応募方法：

6月30日(金)までに下記お電話にてへお申し込みください。

申し込み・問い合わせ先：

岐阜市生涯学習センター 生涯学習係

〒500-8521 岐阜市橋本町1-10-23 ハートフルスクエアG内

TEL：058-268-1050 FAX：058-268-1057