

ベビーマッサージで スキンシップ

ベビーマッサージを通して親子の絆を深めながら、
子どもの発達を促しましょう。
やさしくマッサージをしながら見つめあったり、やさしい声かけを
繰り返すことで、赤ちゃんはもちろん、
ママやパパの心の安定にもつながりますよ。

お家でもできる ベビーマッサージ

足の裏には全身に作用するスイッチ(反射区)が集中しているので、足裏
全体を刺激することで赤ちゃんの身体の調子を整えることができます。

ママの親指の腹を使って、
赤ちゃんの足裏全体を
やさしく押してあげましょう。



● 赤ちゃんの足指の付け根を持ち、
● くくる〜と時計回りに回してポンと離します。
● 親指から小指まで1本ずつ回していきましょう。

効果 赤ちゃんのお腹の調子を整
えたり、代謝が良くなったり
免疫効果が高まります。

効果 足指回しのマッサージは気持ちが良い
ので赤ちゃんも喜んでくれますよ。足の
指は目・耳・鼻などにも刺激がいきます。

どちらもオイルがなくてもできる
マッサージなので、ぜひお家でも
毎日してあげてくださいね〜!!

ハーツきつず学園
井口 泰子



ハーツきつずのベビーマッサージ講座

ハーツきつず各施設にて開催を予定しています。
開催日時などの詳細はホームページをご覧ください。

※新型コロナウイルス感染状況によっては、開催を見合わせたり、人数を制限したりする場合があります

講師紹介

- 子育てマイスター(助産師) 川端 起代美氏
- 子育てマイスター(保育士) 井口 泰子(ハーツきつず)
- 子育てマイスター(教員) 姉崎 千絵美氏
- RTA認定ベビーマッサージ講師 下村 千智氏

昨年の様子
ハーツきつず羽水
2019年



参加者の声

発達に大切なことなどをたくさん聞くことができたので、参加して良かったです。
子どもとスキンシップがたっぷりできて、温かい気持ちになれました。
家でもして、ふれあいを大事にしていきたいと思いました。
同じような月齢のお子さんやママたちの参加で、お話もできて
楽しく参加できました。ありがとうございます。



お問い合わせ先 ※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、受付時間が変更になる場合がございます。ご了承ください

- ハーツきつず(はるえ・羽水・学園・志比口・さばえ・たけふ)
(受付時間)月~金・10:00~15:00(祝日は除く)
- ハーツきつず児童クラブ(湊・日之出・啓蒙)
(受付時間)平日・14:00~18:00(祝日は除く)



詳しくはホームページをご覧ください。

ハーツきつず 検索