

# ママと赤ちゃんの ふれあい時間



## 講座内容

- \* ママのためのストレッチ  
ママ自身のリラックス&身体のケアを♪
- \* からだあそび  
楽しい刺激が成長と発達へと繋がります。
- \* ベビーマッサージ  
ママの愛を赤ちゃんに。

講師 安井 貴子 先生

日時

**10月24日(木) 11:30~12:45**

場所 西ふれあいセンター 3階 ふれあいホール  
(授乳スペースを用意しています)

受講料 630円

対象 首がすわった生後3か月から1歳未満の乳児とその母親

定員 親子20組程度

締切 10月14日(月・祝)必着

\*受講生自身が講師の指導のもと行う講座です。

\*ママと赤ちゃん2人1組で参加をお願いいたします。(きょうだいの入室はご遠慮ください)

\*講座前日に予防接種を受けた赤ちゃんは、健康のため参加をご遠慮ください。