第２回

ベビーヨガ教室のお誘い

対象・・・首が座った３か月くらいから 12 か月くらいまでの赤ちゃんとお母さん
日時・・・７月１１日（金）　１０：００～１１：００
場所・・・さいわいこども園
持ち物・・・バスタオル　飲み物等
服装・・・体を動かしやすい服装

ベビーヨガは親と赤ちゃんがペアになって行います。ベビーヨガは産後の母親の健康を回復させ、赤ちゃんの発育を促します。さらに、親子の結びつきをよりよいものにしていきます。赤ちゃんの様子を見ながら無理のない動きで行っていきます。

♪ベビーヨガのメリット♪

① 赤ちゃんとのきずなを深める
赤ちゃんとのスキンシップは絆を深めます。肌と肌がふれあいにっこりと見つめあうベビーヨガの時間はお互いに楽しくかけがえのないひと時になるでしょう

② 赤ちゃんの健康づくり
全身に心地よい刺激を受けることでリラックスした赤ちゃんはストレスホルモンの分泌が減少し。免疫機能が高まると言われています。

③ コミュニケーション能力を高める
一緒に体を動かしたり笑顔と笑顔で見つめあうことで、まだ言葉がわからない赤ちゃんとのコミュニケーションを活発にします。

上記以外にもメリットは
たくさん！！

申し込みは
さいわいこども園まで
０４２－７４７－８０００