

ご予約制・少人数開催

ベビーとママのふれあいタイム

ベビーマッサージ *and* ママの産後のセルフケア教室

ベビーマッサージは、皮膚感覚を通じたコミュニケーション。
赤ちゃんの心と体を癒しながら脳の発達を促していきます。
ママの産後の体の整え方や自宅のできるセルフケアもお伝えします。

第二回は「ベビーマッサージとママの身体のコリを改善する方法」です。抱っこによる首・肩・手首のコリをほぐしながらめぐりを良くしていきます。



2026. 5.28 Thu

10時～11時

講師 キッズヨガ認定講師
南 美知子



横浜市指定 子育てひろば私立常設園

荏田北認定こども園

「えだいろルーム」

TEL 045-912-4828

HP <https://edakita.com>

横浜市青葉区荏田北3-6-14

江田駅より徒歩5分



9台完備

参加費
無料

対象年齢

生後3か月頃～9か月頃の赤ちゃん
と保護者

持ちもの

バスタオル、おむつ



水分補給できるもの

その他、赤ちゃんのお世話に必要なもの

申込開始

4/21 (火) 窓口予約開始

お電話でのご予約は4/22～

TEL 045-912-4828

窓口またはお電話にて先着順

募集人数 各回 5 組