



ママと赤ちゃんの ふれあい講座

赤ちゃんに触れ合い親子の絆を深めませんか？

- ・ベビーマッサージで赤ちゃんがたくさん触れ合い、ママもリフレッシュ😊
- ・救急法講座でいざというときに赤ちゃんを守る手立てを知ろう！

毎回、保健師や管理栄養士、利用者支援専門員（看護師）などが入りママたちの交流会も開催しています。悩みや喜びの共有、情報交換の場としてぜひ活用してください。



開催日程											
令和3年									令和4年		
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
			◆				◆				
7日 (水)	11日 (火)	8日 (火)	6日 (火)	11日 (水)	14日 (火)	5日 (火)	9日 (火)	7日 (火)	12日 (水)	8日 (火)	8日 (火)

◆マークの日は救急法講座を行います。日程が決まり次第お知らせします。
詳しくは市HPをご確認ください。

- 【対象】 生後2ヶ月後半から1歳未満
- 【場所】 仙北市健康管理センター（角館庁舎となり）
- 【時間】 「ベビーマッサージ講座」・「赤ちゃんの救急法講座」
9:10～ 9:30 受付
9:30～ 11:30 実技講座とママたちの交流会
- 【講師】 ベビーマッサージ：ママと赤ちゃんサロン「はなはな」黒丸寿美子氏
救急法：日本赤十字社秋田県支部 稲岡一枝氏ほか
- 【持ち物】 バスタオル・フェイスタオル・ミルク・水分
※ママもからだを動かします。ズボンなど動きやすい服装でお越しください。
- 【申し込み先】 仙北市保健課 TEL43-2252 080-2813-0835
FAX55-1117

FAX(FAX送信票は別紙)または電話でお申込みください。



託児があります。上のお子さんも同伴可能です。申込み時にお知らせください。

資料や必要物品を準備の都合上、5日前まで必ず申込みをお願いします。



☆参加者のみなさんの声☆

- 毎回楽しい手遊びや普段やらない抱き方を覚えることができました。
- マッサージをしたらニコニコになりました。
- 家でもやってあげたらとても喜んでいました。
- たくさんのお友達と会えたり、他のお母さん方との交流ができて息抜きになりました。