

## “ねんね期クラス”のお知らせ

ご出産おめでとうございます。生後1ヵ月～3か月くらいのねんね期の赤ちゃん対象のクラスです。赤ちゃんの健やかな成長のために、毎日の育児の中で家族ができる働きかけをアドバイスします。下記の日程において行いますので、ぜひおいでください。

記

期 日	令和8年4月28日（火）
時 間	13:30～15:00 （受付 13:20～）
場 所	金浦保健センター
対 象	令和8年1月～3月の生まれの赤ちゃんとおパママ ※先着6組 ※パパも参加できます



### 講 師



あい助産院 菊地 世智子さん

助産師 呼動バランス操体 感覚トレーナー

トコカイロプラクティック学院ケア師2級

様々な悩みを持つママたちに寄り添い、赤ちゃんの発達を促す育児法やママの体のメンテナンスやセルフケアの方法など、個別訪問の助産院を運営している助産師さんです😊

### 内 容

- ① 胎児期から首がすわるまでの基本姿勢
- ② 赤ちゃんのからだをこわさない基本育児（首を守ろう）
- ③ 赤ちゃんの発達を促すあやし方、遊び方
- ④ やさしく抱っこできるママのからだづくり