



チャイルドボディケア教室のご案内

幼児期は、運動能力の基礎が出来上がる時期で、神経系の発達が著しく5歳頃までに成人の80%の成長を遂げ、12歳までにほぼ100%まで達すると言われています。この時期に多くの刺激を与える、多種多様な動きを経験させることが重要です。

ベビーマッサージ、ヨガレッチはお子様にも保護者にとっても良い効果ばかりです！

また、乳児期から沢山触れ合ってコミュニケーションを取っていくことはとても大事なことです。一緒に楽しくレッスンをし、良い効果を実感しませんか？

レッスンを通して、親子の絆を深めながら、お子様の身体の発達を促していきましょう😊



🌀ベビーマッサージとは？

保護者がお子様の身体を優しくさすったり身体を動かしてあげる事、また眼と眼で見つめ合ったり、優しく声をかけてあげる事もその一環です。

コミュニケーションを繰り返すことで、お子様はもちろん、保護者の情緒の安定にも繋がります。

🌀ベビーマッサージの効果

🌀ヨガレッチとは？

ヨガレッチは、「ヨガ」と「ストレッチ」を合体させた造語です。

ヨガレッチでは、お子様を抱っこしながらお母様の産後の骨盤調整、体力回復を目的とした、ストレッチやポーズ（アーサナ）を行い、お子様にもポーズを取らせ様々な姿勢や刺激を行うことで柔軟な身体へ導き、脳の発育トレーニングにもなります。

🌀ヨガレッチの効果

* バランス感覚を養う * 体幹を鍛える * 正しい姿勢作り * 五感を育てる * 栄養吸収率の向上

【お申し込み方法】

記載のQRコードを読み込みLINEの友達追加をして頂き、以下の内容を記載の上、お申し込みをお願い致します。

* 保護者氏名、性別、生年月日、住所、連絡先、お子様氏名、性別、生年月日、年齢、その他お子様のことで気になること等記載

* 申し込み後、登録完了通知をLINEで送付します。

レッスンの詳細や連絡等はLINEにて行います。

※申し込みが定員に達した場合、次回のコースへの申し込みをお願いする場合がございます。

LINE @053cnfwn



レッスンについて

【ベビーマッサージ】

●乳児クラス（首がすわった3ヶ月頃～0歳児）

- ・日時：月曜日 10：00～11：00（幼稚園がお休みの日はありません）
- ・場所：第二幼稚園 遊戯室
- ・料金：12000円（6回レッスン）
- ・定員：10組（先着順）
- ・持ち物：大きめのバスタオル1枚、お子様と保護者の飲み物、おむつ数枚、お子様の着替え等

※お子様、保護者は動きやすい服装でお願い致します。

（洋服を着たまま行えるベビーマッサージです。）



【ヨガレッチ】

●乳児クラス（腰がすわった5か月頃～0歳児）

- ・日時：水曜日 10：00～11：00（幼稚園がお休みの日はありません）
- ・場所：第一幼稚園 遊戯室
- ・料金：12000円（6回レッスン）
- ・定員：10組（先着順）
- ・持ち物：大きめのバスタオル1枚、お子様と保護者の飲み物、おむつ数枚、お子様の着替え等

※お子様、保護者は動きやすい服装でお願い致します。

●未就園児クラス（1歳児～2歳児）

- ・日時：火曜日 10：00～11：00（幼稚園がお休みの日はありません）

- ・場所：第一幼稚園 遊戯室
- ・料金：12000 円（6回レッスン）
- ・定員：10 組（先着順）
- ・持ち物：大きめのバスタオル1枚、お子様と保護者の飲み物、おむつ数枚、お子様の着替え等

※お子様、保護者は動きやすい服装でお願い致します。

※新規開講につき、ただいま入会金は頂いておりません！

 講師：IHTA 国際ホリスティック協会認定 チャイルドボディセラピスト 新倉ほなみ
Child body care school

