

育児ふれあいサロン いり☆キッズだより



鶴丸 由梨香先生によるベビーマッサージ指導の様子です

第152回『ベビーマッサージ』



- ♪ 講師： 鶴丸 由梨香先生
- ♪ 日時： 2018年10月13日(土) 14:30~16:00
- ♪ 場所： 池田病院第二別館2階
- ♪ 参加者： 12組(参加17名)

内容

★ベビーマッサージとは？

赤ちゃんに優しく触れてマッサージをすることです。肌と肌で触れ合いながら親子のスキンシップをすることで、赤ちゃんに安らぎをもたらし、その心地よい刺激が赤ちゃんの心や体の発達に良い影響を与えているといわれています。

★ベビーマッサージを行う前に…

- ・手遊び等を取り入れてスキンシップを図る
- ・必ずしもオイルを使わないといけないわけではありませんが、使用すると滑りが良くなるため、肌の摩擦を防ぎ、赤ちゃんのデリケートな肌を保湿することができます。
- ・母が身につけている指輪やアクセサリーをはずす。

★マッサージ 1回10分~15分の目安で行う

手の平→「の」の字のマッサージ

足の裏→内側から外側に向かってもみほぐす

胸→中央からハートをつくるイメージで肩まで

もっていき肩からわき下にかけてながす

お腹→「の」の字マッサージで腸を動かすように圧

を加えてマッサージ

- ・マッサージが終わったら授乳・水分をとらせてあげましょう！

習慣づけることで離乳食が始まった時の便秘予防になります



参加者のお声

- ・マッサージ方法を学べお家に帰ったらマッサージしたいです
- ・手足が温かくなって気持ちよさそうでした
- ・子どもの肌にじっくり触れ合えた



11月のご案内

「セルフヘッドセラピー」～ママの癒しタイム～

講師：POLAU ヘッドセラピー

セラピスト&ティチャー豊 かおる先生

日時：2018年11月17日(土)

時間：14時30分~16時00分

場所：池田病院 第二別館2階

持ってくる物：フェイスタオル、卓上鏡、飲み物

募集人数：12組 要予約 参加費無料

会場は池田病院第2別館

参加費無料・要予約です。

託児受付はチックタック童

夢館 受付 14:10~

お誘い合わせうえ、どうぞご

参加ください。

ご予約やお問い合わせは、

チックタック童夢館

<099-255-3737>まで

お気軽にお電話ください。