

令和7年度

# 子育て広場 ベビーマッサージと ベビィヨガレッチ



赤ちゃんに優しいベビーマッサージとベビィヨガの講座が始まります。  
オイルを使わないから安心、親子のコミュニケーションにも最適です。  
マッサージの後はママ（パパ）が赤ちゃんを抱っこして一緒に体操します。  
お友だち作りも兼ねてお出かけください♪ご参加お待ちしております！

**日時：毎月第1木曜日 10時30分～11時45分**

4月お休み	5月1日	6月5日	7月3日
8月7日	9月4日	10月2日	11月6日
12月4日	<sup>2026</sup> 1月お休み	<sup>2026</sup> 2月5日	<sup>2026</sup> 3月5日

**場 所：清水ヶ丘地域ケアプラザ 多目的ホール**

**対 象：親子(0歳2ヶ月～1歳位)**

**講 師：チャイルドボディセラピスト**

**参加費：200円(定員：10組)**

**申込方法：電話または窓口へお申し込みください。**

**持ち物：親子とも飲み物、バスタオル、だっこひも**



講師  
齋藤あき子氏

▼▼ お申込は ▼▼

1ヶ月前から(前月の講座開催日からのお申込みとなります)

横浜市清水ヶ丘地域ケアプラザ

045-253-0071(担当：地域活動交流)