

令和8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です。
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2日	5月7日	6月4日	7月2日
8月6日	9月3日	10月1日	11月5日
12月3日	²⁰²⁷ 1月7日	²⁰²⁷ 2月4日	²⁰²⁷ 3月4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)