令和8年度　上野公民館指定事業

ベビーマッサージと
ほっとひと息親子時間

優しくふれて、見つめて、声をかけることで親子の『安心と絆（アタッチメント）』を育てるアタッチメントベビーマッサージ、触れ合う時間が情緒の安定や甘えられる土台作りに繋がります。マッサージのあとは、お母さん・お父さんもほっとひと息つけるストレッチやセルフマッサージを行いながら、ゆったりとした時間を過ごしましょう！

対　象　参加時に生後4ヶ月～10ヶ月の赤ちゃんとその保護者1名
（夫婦で参加希望は、お知らせ下さい。1歳以上のお子さんの同伴はご遠慮下さい。）

定　員　12組　（定員以上になった場合は抽選。定員に満たない回は、随時募集します。）

受講料　無料　（ただし、希望者に500円でマッサージオイルを販売します。オイルは次回以降も使えます。）

開催日　4/25（土）,5/10（日）,5/23（土）,6/7（日）,6/27（土）

5回連続の講座ですが、1回からご参加を受け付けます。

場　所　上野公民館

時　間　10時30分～11時30分

講　師　中村由香里　（ベビーマッサージインストラクター）

Baby Massage

●持ち物は講座受講が決定した方にお知らせします。

申込方法

右下のQRコードから、「募集案内Eメール申込」へお進み下さい。
または、下記申し込み先へ直接お申し込みください。電話でも受け付けます。
申し込みの締め切りは… **4月15日(水)**
●定員に満たない回は随時受け付けます。
4月22日（水）までに参加のご案内が届かなければ、お問い合わせください。

お問い合わせ先

〒476-0002　東海市名和町南之山10-4 上野公民館

電話番号　052-603-0304

お問い合わせ時間　9:00～17:00 月曜日休館