

赤ちゃんとの絆を深めましょう♪



ベビーマッサージ & 産後ヨガ



開催 おおむね隔週水曜日
時間 10:00 ~ 11:00
場所 J-STEP 会議室 5 (和室)
料金 ¥4,000 (全5回分)
対象 1ヶ月検診～歩きはじめの
赤ちゃんとその保護者 ※

※ パパ・ママおふたりの参加も歓迎です！

柴田 真理子



優しく声を掛けながらマッサージを行うことで赤ちゃんに愛情がたっぷりと伝わり、情緒が安定します。また、いろいろな部位を刺激することで夜泣きや便秘の改善、免疫力UPにも効果的です。産後ヨガで体の不調も改善し、心も体も健康的になりましょう！

- ・ベビーマッサージ、ヨガインストラクター
- ・マタニティ、産後ヨガインストラクター
- ・リトミックインストラクター
- ・幼稚園教諭、保育士免許

お申込みは裏面の日程及び詳細をご覧の上、指定の方法にてお手続きをお願いします。





日程

2018 シーズン：第3 コース
9/5、9/19、10/3、10/17、10/31 (全5回)

申込方法

参加申込書 : 必要事項を記入の上、J-STEP 総合フロントまでお持ちいただくか、または FAX にて送付。
ホームページ : J-STEP 公式サイトから所定のフォームに必要事項を入力の上、ご送信ください。

注意事項

- ◎ 当日の体調を確認・把握し、無理なくご参加ください。
- ◎ 赤ちゃんのために爪を短くそろえ、動きやすい服装でご参加ください (スカート不可)。
- ◎ 肌のすべりを良くするために、事前に手のお手入れを心がけましょう。
- ◎ 赤ちゃんが裸になるため、室内温度は 23℃前後に設定してあります。

こんなときは教室をお休みしましょう

- ◎ 熱がある場合 (目安は 37.5℃以上)、嘔吐しているとき
- ◎ 皮膚の炎症があるとき
- ◎ ウィルス性の感染症にかかっているとき
- ◎ 明らかに赤ちゃんの機嫌が悪い、体調がすぐれない (ミルクの飲みが悪いとき)

同意事項

- ◎ 事前に赤ちゃんの体調管理をかかりつけの医師と相談の上、教室にご参加ください。
- ◎ 当センタースタッフが記録として、今後のイベント宣伝、機関誌等への報告、インストラクターによる活動報告用として、カメラによる撮影をさせていただきます。

designed by freepik.com

- きりとり -

参加申込書

保護者

(ふりがな)

氏名

年齢

歳

お子様

(ふりがな)

氏名

男の子

女の子

月齢

ヶ月

連絡先

郵便番号

TEL :

住所

FAX :

緊急連絡先

(ふりがな)

氏名

TEL :

続柄

注意事項・同意事項をご確認の上、承諾された場合下記の欄にチェックしてください。

必要事項および同意事項を確認し、承諾いたします。

J-STEP 記入欄

整理番号	受付日	受付者
		印