府中町ファミリーサポートセンター公開講座

「ベビーマッサージ・ハンドマッサージ」

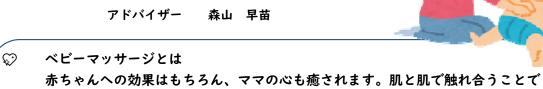
~笑顔でホッとリフレッシュ!~

子育て・孫育てをされている方、応援したい方 興味がある方など、どなたでも参加できます。 (参加費は無料です。託児もあります。)

令和4年3月3日(木) | 0:00~|2:00 日時 ふれあい福祉センター4階 研修室 場所

バスタオル2枚・飲み物等 持参物

> 講師 府中町ファミリーサポートセンター アドバイザー 森山 早苗



ハンドマッサージをすると \mathfrak{C} 手には多くのツボがあり、それを刺激してあげることで老廃物が流れやすくなり 血流が良くなります。冷え性や肩こり等の緩和にもつながります。

子育てに自信もできます。手のひらから赤ちゃんに伝えられる愛情です。

幸せホルモンが分泌され、ストレスや不安から解放されてリラックスすることで



子どもがいても 見てもらえるので 安心です

体がポカポカ!(^^)!

マッサージをすると



申し込み締め切り 1月28日金曜日

申込み・お問合せ 府中町ファミリーサポートセンター 電話・FAX (082)281-0581

※参加される方はふれあい福祉センター2階の非接触型体温計で検温し、マスク着用でお願いします。