

「なないろはあと」事業～うみとつきとあかちゃんと～

マタニティヨガ・胎児の心音聴音

ベビー&ママヨガ・母乳相談♥乳幼児用おやつ試食

=H27. 6～8=

講師：助産師 藤原 恵先生・牧野 共美先生

マタニティヨガ



お産は頭で考えてもできない。
こわいと思うと体が固まるので、
緊張した時こそ息を吐いて (* *) ☆☆



♪このせかいに♪
藤原先生の優しい歌声に
ママたちがほっこり♡
お腹の赤ちゃんも
聞いているね(^_^)♪



ママがリラックスすると、
お腹の赤ちゃんがよく動く♪
ママといっしょに
楽しんでいるね♡



☆座談会☆
子育て中の講師だから
こそ気軽に話せます♪

牧野先生
ベビー&ママヨガ



自分の身体とじっくり向き合う大切な時間☆)



☆育児支援員さん大活躍☆



気持ち良くて眠くなっちゃった!

ママが安心して受講できるのは
育児支援員さんのおかげさま♡
いつもありがとうとママたちが感謝☆

ヘルスメイトさんによる
♡こども用おやつを試食♡



☆かぼちゃスコーン☆

地域の子育て先輩による

簡単でおいしい

おやつを紹介♡