

平成29年度

助産師の赤ちゃん体操



赤ちゃん体操をすることによって、赤ちゃんの体のバランスがとれて、お母さんの負担を軽くし、より楽しい子育てが出来るようになります。

赤ちゃんの発達段階に応じた姿勢と赤ちゃんの気持ち良さに注目し、体操・毎日の抱っこや授乳・寝かせ方・遊びなどを通して、体のバランスを整え、健やかな成長を促します。

場所: 二宮町保健センター

対象: 二宮町在住の、主に4か月前後の乳児と保護者の方

日時

4月	13日(木)	10月	12日(木)
5月	18日(木)	11月	9日(木)
6月	15日(木)	12月	11日(月)
7月	10日(月)	1月	11日(木)
8月	10日(木)	2月	22日(木)
9月	14日(木)	3月	15日(木)

内容

- ①抱っこの仕方
- ②授乳姿勢
- ③寝かせ方
- ④体操
- ⑤発達に合わせた遊び方

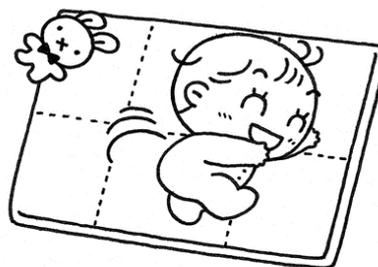
時間: 13時20分～14時50分

(受付: 13時15分～13時20分)

申し込み: 1日前までに電話でお申し込みください。

定員: 10名

持ち物: 母子健康手帳、バスタオル、室内履き



注意事項: 町の「赤ちゃん訪問」が済んでからお願いします。
変更する場合がありますので広報誌等でご確認ください。



【母乳育児相談】

赤ちゃん体操後に開催します。

定員: 2名 (予約制)

時間: 15時～15時半 (1人15分程度。相談のみで乳房ケアはできません。)

※赤ちゃん体操に参加しなくてもお申し込みできます。

問い合わせ・申し込み: 二宮町保健センター

☎71-7100

