

ベビーボックスでみんな一緒にリフレッシュ

ベビーボックスとは、ベビーマッサージとベビーエクササイズを組み合わせたもので下記のような効果があると言われています。

私達と一緒にベビーボックスをして、みんなでリフレッシュしませんか。

ママ友が欲しい、育児の相談に乗って欲しい、などのご要望でも大歓迎です。

【お子さんへの効果】

- ・スキンシップにより情緒的に安定する
- ・緊張感をほぐしストレスを減らす
- ・リラックスして良く眠れるようになる
- ・自然な運動発達を促す
- ・新陳代謝を活発にする
- ・胃腸の調子が良くなり便秘を防ぐ
- ・中枢神経を目覚めさせ神経系、ホルモン系の機能を活発にする
- ・肌を丈夫にして免疫力を高める



【お母さんへの効果】

- ・精神的に安定しリラックスできる
- ・育児に対する自信が持てる
- ・赤ちゃんが体で発するサインを上手にキャッチできる
- ・成長の過程を観察できる



開催日時：平成 26 年 11 月 2 日 土曜日

午前 10 時～11 時 30 分

*受付開始は 9:30～（体温測定とオイル使用による皮膚アレルギーテストをして頂きます）

場 所：関西福祉大学 3 号館（看護学部棟）2 階 第3実習室 ※敷地内の駐車場をご利用下さい。

参 加：無料

対 象：1 歳頃までのお子様とお母さん（先着 20 組）

※当日、普段と変わりなく体調の良い状態であることが参加条件です。

ご兄弟がおられる方はお預かりいたします。※事前予約要（先着順）・無料

持 ち 物：母子手帳、バスタオル、お子様の着替えと飲み物、おむつ、お尻拭き、普段使用しているマッサージオイルがあればお持ち下さい。（オイルは準備してありますがお肌に合わない場合に使用。）

申し込み：ホームページからお申し込み <https://w2.axol.jp/entry15/kusw/step01?f=13>

み下さい。締め切りは平成 26 年 10 月 20 日(月)※定員になり次第締め切りとさせていただきます。

問い合わせ：E-mail：c-kawasaki@kusw.ac.jp



⑧3 号館（看護学部棟）

⑩駐車場