

1.お家でベビーマッサージ

- ・ベビーマッサージってどんなことするの？
- ・大勢の教室に行くのはちょっと・・・。
- ・寒いし、暑いし、外に赤ちゃんを連れ出したくない。
- ・赤ちゃんが泣いてマッサージを受けられるか不安。
- ・外に出ていく余裕がなくて・・・。
- ・ベビーマッサージを受けたけど、やり方を忘れちゃった。

などなど、数人～大勢でのベビーマッサージを受ける講習会などに行く前に、または外出するのがちょっと・・・という方に、こちらからご自宅に訪問しベビーマッサージを一緒にさせていただきます。

バスタオルと1畳ほどのスペースをご用意頂ければ大丈夫です。

【訪問予定時間】

月	火	水	金
10:00~10:45	10:00~10:45	10:00~10:45	10:00~10:45
12:00~12:45	12:00~12:45	12:00~12:45	12:00~12:45
14:00~14:45	14:00~14:45	14:00~14:45	14:00~14:45

【出張範囲】

世田谷区 下馬、野沢、上馬、代田、北沢、若林、その他ご相談ください。

【対象者】

3ヶ月～1歳くらいまでの赤ちゃんと保護者の方

【内容】

- ・赤ちゃんにオイル（純植物性・香料なし）のパッチテスト
- ・ベビーマッサージの手順説明
- ・一緒にベビーマッサージ

赤ちゃんを裸にしたり、赤ちゃんの集中力は短いこともあり、1回45分で全身全てのマッサージをお伝えできるわけではありません。

初回は、お腹や足を中心に行い、2回、3回と続けて頂くと、赤ちゃんにもお母さん・お父さんにも負担が少なくてできます。

また、子育てのお悩みなどもご相談ください。

2回目、3回目では上腕部や背中、全身を通したマッサージを行えます。

さらにお家で赤ちゃんと一緒に出来る遊び歌やおススメの絵本もご紹介致します。

赤ちゃんはすぐに大きくなっていきます。

赤ちゃんにしてあげられること・お母さんお父さん自身に今、出来ること。今すぐ始めませんか？

出張においてもアタッチメント理論を大切にした考え方でベビーマッサージをお薦めしています。

アタッチメントとは？

「愛着」とも訳されますが、つまりは親子の相互作用による愛情の形成です。

生後一年間に発達し、一生を通して強化されていきます。

赤ちゃんはお母さん（お父さん）に認められ、愛されることで自分の存在価値を見つけ出します。また、赤ちゃんを通じ合っている！という実感が「この子が産まれて本当に幸せ。」とお母さん、お父さんも優しい気持ちになります。

アタッチメントが上手く育めると、子どもの感情が豊かに形成され情緒も安定するため、物事にじっくり取り組んだり、他者とのコミュニケーションも上手にとれることにつながります。

なぜ赤ちゃんにマッサージ？

ベビーマッサージを始める4、5ヶ月前後の赤ちゃんは「これが僕の足！」「お手々をなめると温かい？」と身体と自分自身の思考がつながり始める時期でもあります。

従って、指をマッサージする時なども赤ちゃんが見えるように（自分の身体だと分かるように）マッサージすることで、脳神経細胞も活性化し、よりよい発達を促すことが出来るのです。

オイルを使うのは何故？

赤ちゃんは生後3ヶ月以降小学生くらいまでは乾燥肌です。

オイルを使ってのマッサージで乾燥を防ぎ、またマッサージ時の肌への負担を少なくします。

肌に直接マッサージするのがいい！のは「乾布摩擦」などで先人の証明済みです。

保育園・幼稚園さらに小学校に入っても風邪などでゼーゼーしたり咳で苦しい時などは、胸を開いて呼吸をしやすくするマッサージをすることがあります。

それもベビーマッサージで赤ちゃんの時からしていれば抵抗なくできます。

【料金】

1回体験のみ・・・2,500円+実費交通費

3回チケット・・・6,000円+実費交通費（2,000円/回）

【予約方法】

お電話またはメール、[お問い合わせフォーム](#)にて受け付けております。

訪問予定時間をご確認の上、ご希望の日時をスタッフまでお知らせください。

電話 03(6431)0161 Hug&Smiley（受付時間：平日10時～17時）

メール baby@shimouma-pha.co.jp 担当：山村さとみ

どうぞお気軽にお問い合わせ下さいませ。

【出張講師】

山村 さとみ

- ・子どもや赤ちゃんが絶え間なく訪れる下馬薬局で15年間勤務
- ・ABMベビーマッサージインストラクター
- ・育児セラピスト
- ・AKMキッズマッサージインストラクター
- ・AGMキッズジムインストラクター
- ・登録販売者
- ・幼稚園教諭第一種
- ・小学校教諭第一種

などの資格を有し、現在2歳の子育て奮闘中。

子育てってどうしていいかわからない。

子育てって楽しくないとダメな母親？

疲れて、発散どころが見つからなくて・・・。

そうなる前に！いえ、そうなっていても、まずは一度お気軽にご連絡くださいませ。

お待ちしております。

2.お家or別スタジオ出張レッスン

【訪問予定時間】

ホームページ上のスケジュールをご確認の上、予約可能日にてご相談願います。

現在、以下の時間帯を予定しております。変更する場合がございますので、予めご了承下さい。

- ・火曜日14:00~16:00の間でご希望の時間
- ・日曜日11:00~14:00の間でご希望の時間

【出張範囲】

世田谷区 三軒茶屋～二子玉川近辺、その他ご相談ください。

【内容】

以下のレッスン内容を予約時にお選び頂き、1回60分～90分の間で時間もお選びください。

内容の詳細は[ホームページ](#)をご参照願います。

ご不明な点はお気軽にお問い合わせ下さいませ。

- ・マタニティピラティスヨガ
- ・産後ママ回復促進ピラティス
- ・パートナーヨガ（妊娠力UP期&マタニティ期&産後期）
- ・ベビーマッサージ&ベビ体操
- ・その他ご相談ください

【料金】

出張レッスン料（4,500円～）＋実費交通費

※レッスン時間の長さや内容によって変わってきますので、詳細はご相談願います。

【予約方法】

お電話またはメール、[お問い合わせフォーム](#)にて受け付けております。

訪問予定時間をご確認の上、ご希望の日時をスタッフまでお知らせください。

電話 03（6431）0161 Hug&Smiley（受付時間：平日10時～17時）

メール info@hug-smiley.com 担当：中山知子

どうぞお気軽にお問い合わせ下さいませ。