

自然と笑顔になる♪からだを使ったコミュニケーション

ベビービクス講座

定員5組の少人数制で1回あたり50分程度の赤ちゃんと一緒に楽しめるエクササイズです。産後の健康管理や育児アドバイス、ママ同士の情報交換やフリートークなど盛りだくさんです♪普段とちがうスキンシップを通じて、赤ちゃんといっしょに心も体もリフレッシュしましょう😊



親子の絆を
深める

運動発達の
促進

ベビービクスの
効果

愛情と信頼関係を
育てる

知的発達や
情緒性の発達

第1回 令和6年 8月29日(木)

第2回 令和7年 3月5日(水)

時間：10:00～10:50

場所：三川町子育て支援センター
テオトル(うんどうスペース)

対象：生後5～7か月頃から1歳ごろの
ころころ期の赤ちゃんとお母さん

参加費：無料

🌸 持ち物 🌸

動きやすい服装でおいください。母子健康手帳、赤ちゃん必要なもの(おむつ、ミルク、お湯など)



【講師】 佐藤 しおり さん

健康運動指導士・マタニティ&アフター
ビクスインストラクター



【問い合わせ・申し込み】 申し込み締め切りは開催日の1週間前まで

お電話は土日、祝日を除く8:30～17:00まで、メールは随時受け付けます。

❖定員になり次第、申し込みを締め切る場合がございますのでご了承ください。

❖メールの件名は、「ベビービクス」とし、①参加日 ②町内会 ③参加されるお母さん(お子さん)のお名前

④日中連絡のつく電話番号を記入してください。

※二次元コードをご利用ください↓

❖当日聞きたいことや相談したいことがある方はご記入ください。

三川町母子健康包括支援センター(三川町役場健康福祉課健康係内)

TEL: 0235-35-7033 MAIL: kenkou@town.mikawa.yamagata.jp

