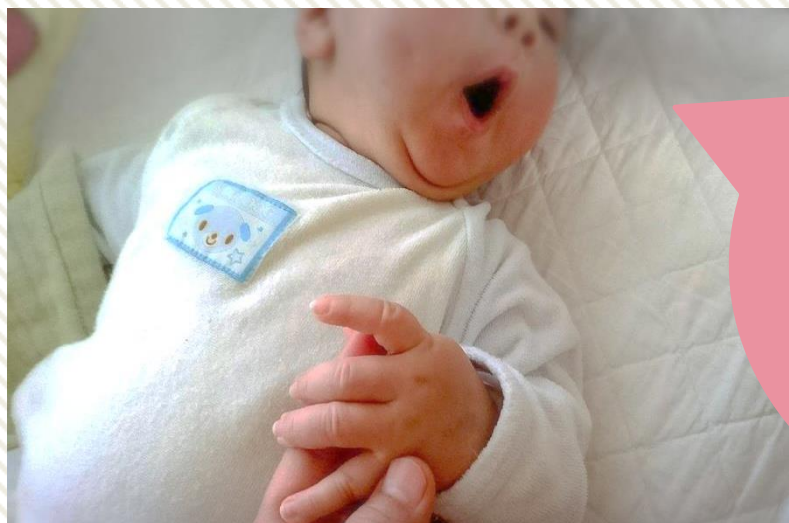


都 智華子 × gomacro

産後ケア

& ベビータッチセラピー



ベビータッチって？

親子のスキンシップの一つ。手の平から伝わるお母さんの優しい温もりが「守られている、愛されている」という、赤ちゃんの自尊心を育み親子の絆が生まれます。さらに、ママの気持ちのゆとりにもつながります。

6/30 (金)

10:30~13:30

参加費：4320円 (税込)

※山田製油のマッサージオイル付き！

定員：5組 (親子ペア)

対象年齢：首が座っている赤ちゃん

内容

- ① 赤ちゃんを負荷にしてお母さんのエクササイズ
- ② ベビータッチ
- ③ 寝不足ママの呼吸を整える！心身リラクゼーション
- ④ お母さん同士でオイルハンドマッサージ
- ⑤ コミュニケーションタイム
(リラックス効果の高いハーフティー付き)

OPTION！！

gomacro特製お弁当

特別価格1,080円 (税込)

授乳期におすすめ！
植物性のみ使用のヘルシーなお弁当です。

講師：都 智華子

鍼灸師・ボディケアセラピスト・誕生学アドバイザー・Neoベジタリアン料理指導士
女性が日々を心地よく生きられるように『からだを整え、こころを緩める』こと。
子どもたちが自分を好きになり『自分のからだを大切に扱えるようになる』こと。
そのココロ・カラダ・食を整えるお手伝いをしています。



ご予約・お問合せ

gomacro Salon 075-257-5096

予約ページ <http://gomacro.resv.jp/>