



# 0歳ベビーのHAPPY子育て



今しかない0歳ベビーとの大切な時間♪笑顔になれるHAPPY子育てを一緒に始めましょう♪

出産で疲れたママのケアも忘れずに♪

## 第1回 『ママとベビーのための おはなし』

- ・はじめましての自己紹介
- ・ママとベビーのためのこころとからだのおはなし

4月13日(金) 10:00~11:30

講師：保健センター

## 第2回 『骨盤ケア』

産後の骨盤ケアをしましょう！

5月11日(金) 10:00~11:30

講師：山田 百合子さん  
(理学療法士)

持ち物：ヨガマット又はバスタオル  
★動きやすい服装でお越しください

## 第3回 『夏のアロマセラピー』

安心・安全虫よけスプレーを作り  
ましょう。アロマのお話も。

6月8日(金) 10:00~11:30

講師：松尾 あや子さん  
材料費：500円

## 第4回 『ミニコンサート』

♪ みなさまもごいっしょに  
歌いましょう ♪

7月13日(金) 10:00~11:30

講師：山田 美穂さん  
(兵庫県認定音楽療法士)

## 第5回 『ベビーリトミックと リズムマッサージ』

ベビーと一緒に音楽を楽しみましょう

9月14日(金) 10:00~11:30

講師：井口智子さん  
(リトミック講師)

- ★対象：0歳ベビーとその保護者
- ★定員：10組
- ★参加費：全5回 2000円 (1回 500円)  
妊婦さんの参加もお待ちしています。



★お申込み・お問い合わせ★

伊丹市立女性・児童センター

〒664-0855 伊丹市御願塚6-1-1

TEL 072-772-1078 (休館日：火曜日・祝日)

メールからのお申込み ☒salon@itami-danjo.jp