

# サングラム中込 つどいの広場

R3.623

## ベビーマッサージの 育児講座をしました

柳沢明子先生に講師をして頂き、ベビーマッサージの育児講座を行いました。

マッサージをする前は手を温めて、「今からマッサージするよ」と一声かけてからするといいそうです。また、マッサージ後は体力を消耗するそうなので、水分補給をしてあげてくださいね。

マッサージが初めてで嫌がるお子さんもいたかと思いますが、寝る前やお風呂上がり等、習慣にすることで、マッサージは気持ちいい時間ということをお子さんも覚えて、その後の眠りもスムーズになるそうですよ。赤ちゃんも触ってもらって気持ちの良い場所と嫌いな場所があるそうなので、たくさん触って好きな場所を見つけてあげるといいですね♪

コミュニケーションを取りながら、マッサージして愛情をたくさん伝えてあげてください。

