

## 甲南山手保育園 ひだまり分園

# ベビーとママのフィットネス

フィットネスインストラクターの方をお招きして、赤ちゃんとお母さんのスキンシップを基本に、ベビーマッサージとベビーエクササイズからなるプログラムで“ベビーフィットネス”をしていただきます。また、赤ちゃんと一緒に行うことのできる“ママフィットネス”もさせていただきます。ぜひ親子で楽しんでください。ご参加お待ちしております。(予約制です)

参加費 無料  
先着順  
各6組

1月 24日(金) 7ヶ月～11ヶ月の親子

1月 27日(月) 1歳～1歳半の親子

★感染症拡大防止のため、変更または中止になる場合があります。  
当日9時半までに、園のHPでお知らせします。

場 所： 甲南山手保育園 ひだまり分園

時 間： 10:00～11:00

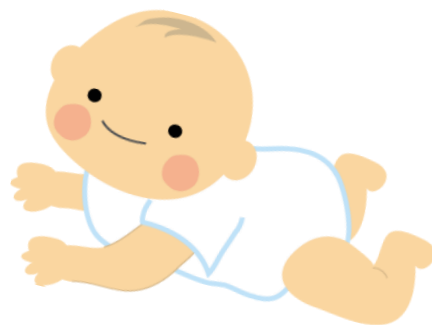
持 ち 物： 汗拭きタオル・親子の水分補給

体調が良くない場合、参加をお控え下さい。

キャンセルの連絡は、  
当日9時までお願いします。

### ベビーフィットネスの効果

- ☆赤ちゃんの能動的な動きを活発にします
- ☆赤ちゃんの生理的な機能を活発にします
- ☆赤ちゃんの食欲や睡眠等の日常生活のリズムを整えます
- ☆赤ちゃんの情緒的な安心感や信頼感が高まります
- ☆赤ちゃんの好奇心が引き出され、応答性が高まります



\*駐車場はありません。

\*公共の交通機関でお越しください。

受付:12月25日(水)から

13:00～16:00(土・日・祝以外)にお電話下さい。

予約受付は前日までとなります。

甲南山手保育園

ひだまり分園 078-411-5000

