

## 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

5月13日(火) 7ヶ月～11ヶ月の親子

5月20日(火) 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 時までにお願  
いします。  
来園時に、検温と消毒にご協力いた  
だきます。よろしくお願  
いいたします。

### 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:4月25日(金)からの  
13:00～16:00(土・日・祝以外)にお電話下さい。

甲南山手保育園

ひだまり分園 078-411-5000

