

# ベビーマッサージサロンのご案内



当院では、2017年12月よりベビーマッサージサロンを始めました

## ♡ ベビーマッサージって何？どうやってやるの？

### 親子のスキンシップの一つです

マッサージオイルを使用し、お母さんが赤ちゃんに優しくマッサージを行います。

ベビーマッサージサロンでは、当院助産師が3回に分けてお母さんにマッサージ方法を説明します。

## ♡ ベビーマッサージの効果



**親子の絆が深まります**・・・◎肌と肌が触れあうことで赤ちゃんを一層愛おしく感じます  
赤ちゃんもお母さんの愛情を感じ取り親子の絆が深まります

赤ちゃんにとって・・・◎**脳の発達を促します**

(触覚を刺激され脳の働きが活発になります)

◎**免疫力がアップします**

(皮脂の分泌やリンパ液の流れを促進し抵抗力が高まります)

◎**運動機能が発達します**

(筋肉や関節が柔軟になり成長痛も緩和できます)

◎**精神的に安定します**

(リラックスでき眠りが深くなります)

◎**便秘が改善されます**

(マッサージすることにより腸の動きが活発になります)

◎**スキンケア効果があります**

(オイルマッサージをすることで皮膚の乾燥を防ぐことができます)

お母さんにとって・・・◎**ストレスが減ります**

(肌に触れることでオキシトシンという幸せホルモンが分泌されます)

## ♡ ベビーマッサージは いつからできるの？

当院では、**生後2～6ヶ月**の赤ちゃんを対象に実施しています。



## ♡ ベビーマッサージサロンの日時・料金

**日時：** 毎月第2・3・4水曜日 10:00～11:30  
(3回 1クールです)

**場所：** JCHO 北海道病院 講堂

**対象：** 生後2ヶ月～6ヶ月の赤ちゃんとお母さん

**定員：** 10組(予約制)

<b>料金</b> ◆当院で出産された方	1クール 3,000円
◆当院で出産した方のお友達 (一緒に参加した場合)	1クール 3,000円
◆他院で出産された方	1クール 4,500円



## ♡ ベビーマッサージサロンの持ち物

バスタオル、おむつ、授乳用品



## ♡ その他

- 3回中2回または1回しか参加できなかった場合、**翌月以降に振り替え**できます。
- 母乳を飲ませたり、お母さん同士の交流会があるため**男性の参加はご遠慮願います**。
- **双子での参加も可能**です。

お母さんが1人で赤ちゃんが2人の場合、料金は1人分です。

お母さんの他にもう1人参加して2人ともマッサージする場合、料金は2人分となります。

## ♡ お願い

- 赤ちゃんが予防接種を受けた場合、**予防接種後48時間以上経過**してから参加してください。
- 赤ちゃんやお母さん、一緒に暮らしているご家族に**感染症**または**胃腸炎**症状がある場合は、参加をご遠慮いただくことがあります。

詳しくは

産婦人科外来まで



# ベビーマッサージサロンの様子



## 参加されたお母様方の声

- ・赤ちゃんがすごく笑うようになった。
- ・和やかな雰囲気楽しい時間を過ごすことができた。
- ・マッサージを教わる以外にも、他のお母さんの様々な体験談が聞いて楽しかった。
- ・難しすぎず、楽しんでできた。
- ・子どもとスキンシップがとれた、自分の気分転換になった。

- ・上の子にもやってあげると、  
とても喜んでくれた。
- ・育児に忙しい中、赤ちゃんと同じ向き合う時間になった。
- ・マッサージの後にぐっすり昼寝をしてもらえるようになった。
- ・他の赤ちゃんやお母さんと交流でき、助産師さんのお話も聞いて良かった。



- ・上の子がいって、下の子と二人きりで向き合う時間がなかったので、とても楽しかった。
- ・お家でやると、とても喜ぶようになったので、続けたいと思う。
- ・外に出る良い機会になった。

