

おとなも子どももいっしょにそだちあおうよ
赤ちゃんまんなかでちいきの輪

こころとからだを ととのえるじかん

～10BHSと大人のツヤ出し体操～

10BHSって？

身体調和 (BodyHarmonizingSupport) 赤ちゃんの身体にやさしく触れて、落ち着く(呼吸)、飲む、食べる、出す(排泄)自分の体をうまく扱って動くことが整うようにその子のポテンシャルを引き出し、子どもも大人も育ち合う双方向の関りのことです。大人がやっても心地よく体が軽くなります！

大人のツヤ出し体操って？

子どもは大人をよーくみています。まずは大人がツヤツヤ健康で、ご機嫌なのがいいですね。それが子どものご機嫌につながります。体も心もツヤツヤになる体操をします。

6/30(火)10:00～11:00

(2回目～は第4金曜日)

会場 町民センター

赤ちゃん、子ども、妊婦さん、ママパパ
大人だれでも参加してください♡

参加費 大人1000円

<お申込み>

お問合せ
お母さんのこころとからだプロジェクト
okaasanproject@gmail.com

共催 子どもの権利フォーラム

