



★つくしっこひろば★ ベビーマッサージ教室

7組の親子が参加してくれました



11月11日(金)

仙台を中心に活動している hana*fwari の門脇梢先生を講師に招いてベビーマッサージ教室を開催しました。初めに手遊びや親子ヨガをしながら体と心をほぐしていきました。産後の骨盤や腹筋を調節する運動もあり、体がポカポカと温まり、楽しい動きに笑顔があふれていました！ベビーマッサージは一人一人のペースに合わせ、ゆったりとオイルを使ってすすめていきました。「お家でもやってみます」との声もあり、とても穏やかで素敵なひと時となりました。

