



# 母と子のタッチケアの お知らせ

“タッチケア”のタッチとは「さわる」ことではなく「ふれ愛」の意味です。

赤ちゃんと一緒に語り合いながら優しくマッサージをして肌と肌を通じた「ふれ愛」を楽しんでみませんか？



## 対象

★1歳頃までの赤ちゃん和妈妈です。

どなたでもご参加いただけます！

※保育の都合上10組にさせていただきます。

参加ご希望の場合は事前にご連絡ください。

## 内容

★タッチケア ★ママのハンドマッサージ

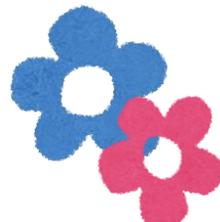
★保育士による手遊びうた

★ママたちのティータイムと専門職によるミニレクチャー

## 場所

★コムコム別館 2階（中消防署旭東出張所南隣）

住所：岡山市中区赤坂本町11-40 ※駐車場有り



## 参加費

★500円（組合員は300円）茶話会時のお茶・お菓子代

※初回のみ別途日本タッチケア協会パンフレット代100円必要

## 今後の予定

毎月第4水曜日 13時30分～15時（受付は13時から）

2月26日	3月25日
産後ストレッチ (講師 トレーナー)	口腔ケア (講師 歯科衛生士)

## 当日スケジュール

- 13：00～ 受付開始 ママのハンドマッサージ
- 13：30～ 自己紹介 保育士による手遊びうた
- 14：00～ タッチケア
- 14：30～ 先輩ママとお話をしながらティータイム  
専門家によるミニレクチャー
- 15：00 終了予定

## 持ち物

タオル  
バスタオル  
オムツなど

申し込み先  
岡山医療生協  
健康まちづくりセンター

086-271-7880