

育児の伝承
女性・母・子のためのアーユルヴェーディック
ベビーマッサージ
&産後ヨガ

母と子のウェルネス研究会では、アーユルヴェーダの伝承医学から、日本の風土、日本の子育てに生かせる育児の伝承を大切にしています。インドで行われていたベビーマッサージをいち早く普及し、専門家の方へ、その知識をお伝えしています。

ベビーマッサージの本来の役割は、赤ちゃんの肌にタッチすることにより、赤ちゃんとのエネルギーの結びつきを深め、愛情のこもったタッチを受け入れることにより、子どもが心身共に満たされ、成長するだけでなく、お母さん自身もともに成長することを母子支援に役立てていただきたいです。

講座では、アーユルヴェーダの基本的な理論と実習を学びます。

ベビーマッサージの後は、お母さんのカラダを整える産後ヨガ！



産後ヨガは、お産のあと、開いていた骨格や靭帯を整えながら引き締め、筋力の低下を防ぐ効果があります。自律神経の働きとバランスを整え、育児のリズムを作りやすくなります。講座では、具体的な動きを体験しながら、指導に導入できるよう、アドバイスをしていきます。



講師

大坪三保子
助産師

たらちね助産院院長

日程	2016年11月23日 (水祝)
時間	10:00~15:30
参加費	7,000円 (資料・実習)
対象	母子支援に携わる方
場所	プチブレストセミナースタジオ 地下鉄 丸ノ内線「新中野駅」徒歩3分 (申込の方には詳細をご案内します。)
申込は、HP	http://hahaco.jp/reservation/