

# 3月のママサロン



3月はベビーウェアリングコンシェルジュでアルプスママの谷口美土里さんによる正しいベビースリングの使い方、兵児帯の使い方などを教えて頂きます。

そして更に、理学療法士でもある先生に、ママの身体に負担のない動き方も相談できます！  
● レクチャーを受けながら出産や育児体験などを楽しくシェアして頂ければと思います。

◎股関節脱臼になりやすいからスリングは良くない・・・

◎買って見たがうまく使えない・・・

◎スリングにも興味がある・・・

◎抱っこ・おんぶ・・・ママも体が辛い・・・

などなど気になるママさん！ぜひ参加して体験してみてください！

● 15kgまで使用できるそうで、実際に重～いわが子で体験してみました！

最近『抱っこして欲し～の』と言われても、重たい上に色々することもあって十分に要求に応えきれず・・・結果カンシャクを起こされ

● それに対してイライラしてしまったり、そんな自分に自己嫌悪してみたり・・・

いままではスリング・兵児帯は使った事のない私でしたが、びっくりしました。

子供との体の密着感がなんとも言えない心地よさ！！自分の手で抱いている時と同じで子供もすっかりお気に入りで一気に満面の笑み！そしてすぐ眠そうに！！

そして体への負担が少なく楽ちん！これなら長く抱っこしてあげられそう！！

● そして今回は兵児帯も登場です！！肩が痛くない！！

● この感覚を是非体験して頂けたらなと思います！（安藤も）

● ★日時 3月3日 午後1時～3時

● ★場所 アルパルクリニック 多目的ホール

● ★定員 10名まで

● ★会費 1500円

● ★対象 育児中の方・妊娠中の方

● 当日は穀物コーヒーとママにも子供にも優しい焼き菓子もつきます！

● たくさんの方の参加をお待ちしてます！

