



支援センター職員が
活動場所に訪問しま
した！

～いずみ区民活動支援センター～

訪問記

=訪問日=
平成29年12月6日

ベビーマッサージ教室「ETbebe(エトベベ)」に行ってきました。

ETbebe (エトベベ) とは、「赤ちゃん」という意味のフランス語です。赤ちゃんとお母さん、赤ちゃんとお父さん、赤ちゃんとおばあちゃん…など、ベビーマッサージを通して、赤ちゃん和家人の楽しいひと時を過ごして欲しい・赤ちゃんの頃にしかできない、素敵な思い出をたくさん残して欲しいという思いから教室を開催されたそうです。2カ月から1歳までのかわいい赤ちゃんとお母様、そして優しい先生の笑顔のたえない教室でした。

「ベビーマッサージ」とは、「赤ちゃんとお母さんの愛情を深めるスキンシップのひとつ」です。先生のお話によると「親子のスキンシップをすることにより、赤ちゃんに安らぎをもたらし、その心地よい刺激が赤ちゃんの心や体の発達に良い影響を与える」と考えられているとのこと。取材当日は5組の親子が参加されていました。

1・コンディションチェックとお母さんのストレッチ

手や体を温めるために、まずはお母さんのストレッチから。産後は体の代謝が鈍っているので、ストレッチで整えます。そして赤ちゃんのコンディションチェック。顔色は悪くないか・湿疹やかぶれがないか、頭の中や耳の裏などもしっかり丁寧にみます。お母さんの顔が近くにくると、赤ちゃんは皆ニコニコ笑顔です。



2・ベビーマッサージ

お部屋もお母さんの手も温まったところで、赤ちゃんの服を脱がせてオイルを塗ります。ベビーマッサージは、あまりやりすぎても赤ちゃんの体に負担になるそうで、保湿を中心に20分くらいを目安に行います。「足をうかせ、おしりの下に手をいれてゆらすと、小さな動きだけど脳を活性化してくれるんです。」など、ひとつひとつのベビーマッサージの効能について先生が丁寧に説明しながら行います。赤ちゃんは皆、本当に気持ちよさそうです。ベビーマッサージの後は水分補給が大切なので、授乳も忘れずに行いま



3・読み聞かせと手遊び

その後は、絵本の読み聞かせと手遊びです。絵本や人形に興味津々の赤ちゃんたち。自然と参加者同士のコミュニケーションが広がります。



なにかなあ？
優しい先生の近くに集まります



絵本の「いないいないばあっ！」は視覚から脳に直接刺激がいくので、とてもオススメです。

参加された方に伺ったところ、皆さん「ベビーマッサージに来た日は、とても良く眠ってくれて助かります。」とおっしゃっていました。先生の経験談が聞けたり、参加者同士 育児の悩みを相談したりできるのも教室の魅力の一つです。地域にこういう場があることは良いなと感じました。赤ちゃんもお母さんもりフレッシュできる素敵な教室です。ぜひ参加してみてください。

★新メンバー募集中

対象： 2か月～1歳までの赤ちゃんとお母様
活動日時： 第3水曜日 10:00～11:30
(第2水曜日に変更の場合あり)
会場： 立場地区センター
費用： 1,000円/回

団体の連絡先・取材希望・ご相談・各種情報提供

いずみ区民活動支援センター

電話 800-2393 Fax 800-2518

E-mail iz-kuminkatsudou@city.yokohama.jp

