



2015

あひあい 子どもネットワーク



第1回目はベビーマッサージでした。様子をちょっとだけ覗いてみましょう。

ベビーマッサージは、赤ちゃんとお母さんとの肌の触れ合いで「気持ちいい」「しあわせ～」を味わいながら楽しむマッサージです。オイルはあったほうが気持ちいいと感じられますが、なくても大丈夫です。毎日お風呂上りなど時間を決めて行くと、続けて行いやすいですよ。右側の図を参考にして下さい。

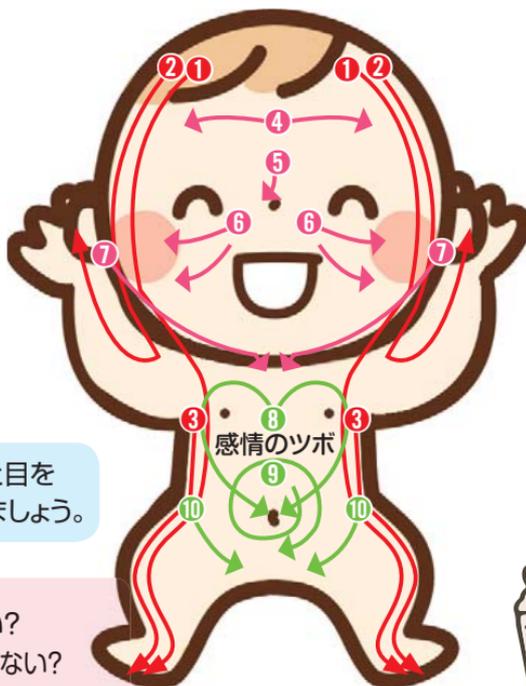
★ 顔はオイルなしで。

★ もし赤ちゃんがぐずってきたら終わらしましょう。

★ 慣れてきたら、赤ちゃんと目を見て話しながらやってみましょう。

ベビーマッサージ注意点

- 親子とも病気になっていない?
- 薄着の状態ではない?
- 疲れてない?めんどろじゃない?
- 冷房の風が直接あたってない?
- 赤ちゃんが空腹、満腹でなく、機嫌も悪くない?
- 照明がまぶしくない?
- 赤ちゃんが他のことに夢中でない?
- テレビ・ラジオを消している
- (24時間以内に) 赤ちゃんが予防接種を受けてない?
- (リラックスできるBGMはOK)



- ①左手(右手)同士で握手し、もう片方の手でなでる。
- ②手のひらではさんで前後に動かしながら指先で移動
- ③手のひらをやさしくモコモコ



- ④左手(右手)左足(右足)と握手をし、もう片方の手でなでる。
- ⑤手のひらではさんで前後に動かしながら指先で移動



- ⑥両足指のはらでトントンとリズムカルに押す



だっぴでぎゅっ!で

おしまい 終わったらミルクなど飲み物をあげましょう♪

お問い合わせ 生協もりやま診療所 ☎052-795-5885

又は 北医療生協事務局 担当: 中根 ☎052-914-4554