

# 赤ちゃんの会

～ハンドタッチケア・給食試食会・ふれあいあそび～  
皆さんで楽しみながら色々お話しませんか？



講師：素肌美容家 MOONPEACH 開発者 ハンドタッチケア講師 **うずき 友美さん**

月桃との出会いから独自の方法によるスキンケア製品研究を開始。その3年後、月桃製油を混ぜた手作り化粧品である「MOONPEACH」を誕生させる。

2008年、スキンケア講座とともに手と脳の関係に気付き、ハンドタッチケア講座をスタートさせ、「ハンドタッチケア講師」として福祉大学に招かれ、その後、論文発表を納める。

## 親子でハンドタッチケア



大好きなパパやママに優しくふれてもらって気持ちい～♡最高のリラックスで心が安定し、幸せホルモンがたくさん出るよ。実は触れているパパやママもリラックスするんだよ^^♪パパとママでやってみるも良いよ！緊張感の強い赤ちゃんも自然と緊張が解けて、身体の柔軟性も出てくるから、これから歩行へ向かっていく時期にもとっても大切なんだよね！

## ふれあいあそび

進級する頃には、だんだんとおしゃべりが上手になってくるころかも？  
大事なのは、身近な人の声で優しく話しかけてもらうことと、心地良い経験の積み重ねがとっても大切。だからたくさんの玩具で遊ぶのも大好きだけど、昔からあるわらべ歌遊びも大好きだよ♪身近な大人の優しい声で歌ってもらえたら、もう最高♡



## 給食試食会



これからはどんどんミルクの量が減り離乳食の量が増えて、だんだん大人の食事にも近づいていくよ。**大切なのは素材の味をしっかりと知る**こと！無理をせず咀嚼のちからに合わせたものを食べさせてね。無理をすると事故のもとだよ。この時期の経験が実は生涯の味覚の土台を作ると言われているんだ！だからできるだけ薄味で素材本来の味を知ることが大切なんだよ。

☆今回は**0歳児向け**で開催☆

日時：**11月9日(土) 9:45 集合 10:00 開始 12:00 終了予定**  
(終了時刻は早くなる場合があります。)

問い合わせ先：ピオーネ雑司が谷保育園

Tel：03-3980-1161

Mail：p\_zoushigaya@isto.or.jp

