

あなたの子育てを応援します！

子育て応援コラム

ザザシティにある「浜松こども館」では、毎月、保育士や助産師による「子育て支援プログラム」を開催しています。今回は生後1カ月くらいから参加できる「助産師さんのベビーマッサージ」を紹介します。

浜松こども館の「助産師さんのベビーマッサージ」に参加してみよう♪

ベビーマッサージとは

ベビーマッサージはスキンシップを通して親子の絆を深め、赤ちゃんの発達を促します。赤ちゃんはマッサージを通して、やすらぎを得られるため、心や体の発育に良い影響をもたらします。



助産師の「こばなし」

浜松こども館のベビーマッサージには、育児のヒントになる助産師の「こばなし」の時間があります。「生活リズムとねんね」「スキンケア」「防災のはなし」など、毎回テーマを決めて話します。

助産師の個別相談

ベビーマッサージ終了後、希望者に対し、助産師が個別の相談を受けます。最近の相談内容をちょっとのぞいてみました。

授乳のリズムや
離乳食について

ねんねのことや
便秘について

向き癖について

その月齢ならではのいろいろな悩みに対し、助産師が赤ちゃんを観察しながら話します。

浜松こども館では、ベビーマッサージ以外にも0歳児向けのプログラムが充実しており、ねんね期・寝返り期・ハイハイ期など赤ちゃんの成長に合わせて参加できます！

利用者の声

友達と一緒に来ました。家ではSNSなどを見てベビーマッサージに挑戦してみるんですが、今日は実際に助産師さんに教えてもらって正しいやり方や力加減などが分かって良かったです！

左：小林莉子さん、
律翔ちゃん(5カ月)
右：大城綾香さん、
ふたば二葉ちゃん(5カ月)



助産師からのメッセージ

ベビーマッサージは、赤ちゃんの“ご機嫌”もありますが、まずはパパやママに、リラックスして楽しみながら参加してもらいたと思います。日常から離れて、何も考えず何も気にせず赤ちゃんに向き合う時間にしましょう。赤ちゃんにとっては、外に出ている刺激を受けることが大事。浜松こども館のイベントを利用してみてください。

(助産師 山田美由貴さん(左)、
柳谷幸さん)



- ◆場所：ザザシティ中央館6・7階(中央区鍛冶町100-1)
- ◆開館時間：10:00～17:00(土・日曜日、祝日は10:00～18:00)
- ◆休館日：年末年始(12月29日～1月1日)※臨時休館あり
- ◆利用料：大人 200円、小・中・高校生 100円、就学前児童 無料(保護者同伴)※イベントには有料のものがあります。詳細はホームページを確認
- ◆駐車場：専用の駐車場はありません。市営ザザシティ駐車場などのPクーポン契約駐車場を利用した場合、割引サービスがあります(200円分のPクーポン)
- ◆問合せ：浜松こども館(☎450-9111) **HP**▶浜松こども館

