

ベビー マッサージ

ベビーマッサージとは



ベビーマッサージはお母さんがお赤ちゃんとのふれあいを通して、愛されていることを実感、情緒的にも肉体的にも健やかに成長すると言われています。

ベビーマッサージはお母さんと赤ちゃんとの「心のコミュニケーション」です。

効果

- ベビーマッサージによって赤ちゃんはリラックスでき、安心してよく眠るようになったり、ミルクの飲みもよくなります。
- 親子の絆を深め、愛し愛される関係が築けます。
- 赤ちゃんの成長や体の変化が分かるようになります。
- 育児に対する自信とゆとりを得られ、お母さんのストレスも軽減します。

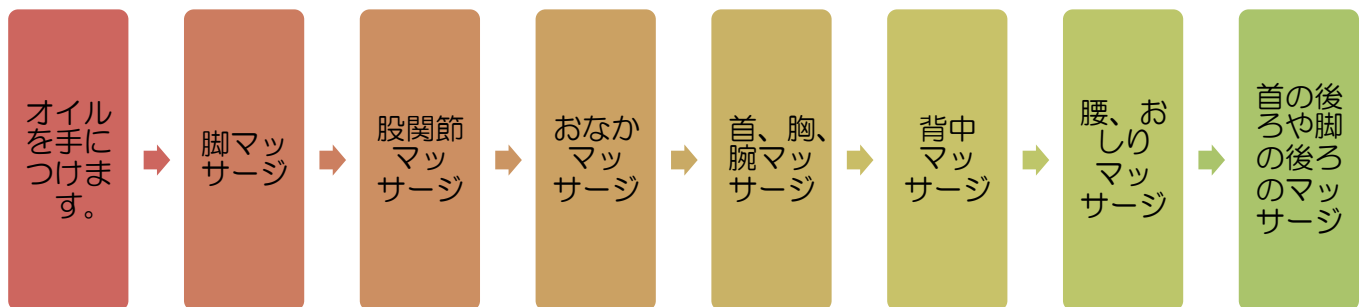
準備するもの



- ・タオル2枚
- ・オイル 無添加のもの（事前にパッチテストをした方が安心です）

手順

※部屋の温度は28度程度(寒くない温度に)
※約10分



最後に

マッサージ中は、「気持ちいいねー」「楽しいねー」など声掛けをすると喜んでくれます。気持ちが落ち着きます。歌を歌いながらリズムに乗ってマッサージするのも効果的です。