

参加費
無料

2025年度

あかちゃんの やわらか抱き方講座

あかちゃんにとって安心する抱っこって？

ふんわりやわらかく、あかちゃんにとってもパパ・ママにとっても

心地良い抱っこをしたい！そんな声におこたえて

パパ・ママの身体の負担を軽減する抱き方のコツや

抱っこ紐の調整の仕方などもお伝えします



水曜日

4月2日・5月7日・6月4日・7月2日・8月6日・9月3日

時間：11:00～12:00

※講座後、ご希望の方には抱っこ紐の調整をします



【対象】 1歳くらいまでのあかちゃんと保護者の方・妊婦さん

【場所】 とことこおやこひろば

【持ち物】 お手持ちの抱っこひもやおんぶひも、
おくるみかバスタオル、水分補給できるもの
＊動きやすい服装でお越しください。

【定員】 5組（先着順）

【講師】 中保子さん
(やわらか抱き方講座 骨盤調整ヨガ講師・歯科衛生士)

【申込み】 お電話もしくは、申込フォームからお申込みください。

パパやおばあちゃん
おじいちゃんも
一緒にどうぞ



ご参加の方には、
こちらのテキストブック
を差し上げます。



申込フォーム

◆ お問い合わせ・お申込み ◆

武蔵野市関前4-17-10ユリイカ1階

とことこおやこひろば

0422-27-7195

