

参加費
無料

2026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してパパ・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15日・5月20日・6月17日・7月22日
8月19日・9月16日・10月21日・11月18日
12月16日・1月20日・2月17日・3月17日

時間：13:00~14:00

※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
((株)ボディセンス・インスティテュート 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。

パパもママも
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

