

# 出張！ゆつこ助産院

令和7年3月18日

親子教室

いいさか子育て支援センター

「ぼっぼ」

今年度最後の出張！ゆつこ助産院は「お母さんのためのストレッチ」でした。つかの間の時間でしたが、みんなで体を動かして、心も体もホカホカになりました。

瀧野ゆかりさん、

ありがとうございました。

4月からも

よろしくお願いします。

ゴルフボールのマッサージ、気持ちいいね

まずは足首を回してみよう  
次に指を回したり開いたりしてほぐしまへす



ストレッチで普段使わなない筋肉を伸ばしますよ



なかなか体も動かさずここかならぬので、とてモスッパリました！家でも出来ることはしたいなと思います！！また参加したいです！ありがとうございました☆



♪ママにのってゆられてる〜と歌いながら、お尻歩きで骨盤矯正！



前回とは違ってストレッチで、身体がホカホカになり、少し眠くなってしまいましたが気持ちよかったです。子どもにも参加合せて、自分の身体を解りやすくしてあげたいなと思います。ありがとうございました。

ゆつこストレッチで、妊娠中ふやけすこすこスリムなママさんたちから育児の時間が取れやすくなる！家でも出来るのでぜひ！ありがとうございました！



支援センターで開催していただき、子どもと安心してお母さんご自身の環境でゆつこ体をくまぐまごころよからたごさつ、また来たいです。ありがとうございました。



とても良い運動になりましたと思います。今度は家で息子と遊ぶべしなうやうやって行きたいと思っております。



絵本も読んでもらいました。赤ちゃんとの触れ合いの楽しさが伝わるお話でした。