

# かむかむ Smile からのお知らせ

ママカフェタイム



Cache cache Bon bon の  
シフォンケーキ付き

10 /  
14

Wednesday

抱っこマイスター・堀 沙織さんの

歯ならびにも繋がる

おんぶ と 抱っこの仕方

& ベビーヨガマッサージ

あっ、楽！軽い！  
そんな おんぶ を体感

もっと早く  
知りたかった！

～ 自分がつかっている抱っこひも正しくつかえていますか ～

日時：10月14日（水）

- 開 場 10:15
- 開 始 10:30～ 12:00 終了予定
- 定 員 8組程度(先着)
- 対 象 0～2歳くらいまでの  
お子さまの親子  
パパ、おばあちゃんとの参加もOK
- 参加費 2,000円  
( Cache cache Bon bon の  
シフォンケーキと飲み物付き )
- 持ち物 お持ちのおんぶひも、飲み物



講師：堀 沙織さん  
(抱っこマイスター  
ママと赤ちゃんの笑顔の場ひまわり 主催)

保育士を10年間務めた経験と3人の母としての感覚  
を大切にしながら、現在は、子育てをみんなで楽し  
む場『ママと赤ちゃんの笑顔の場ひまわり』を  
主催。

抱っこマイスターだけではなく、ベビーヨガ  
マッサージや骨盤調整ヨガなども行っています。

『自分がつかっている抱っこひも  
正しくつかえていますか？』



正しくつかうことで ママの骨盤ケア や  
赤ちゃんの歯ならび、骨格形成にも つながり  
そして、赤ちゃんの体幹を鍛えることができます。

ベビーヨガマッサージ では、  
赤ちゃんの発達を高め、ふれあい遊びにより笑顔を  
引き出してあげることができます。



参加された  
ママからの声

- ・抱っこの仕方が変わるだけで、身体がとても  
楽になった！今日から取り入れたいです！
- ・子どもが重くなってきたので、軽く感じられる  
抱っこの仕方がわかって嬉しかった！
- ・おんぶしながら家事をしたいので、これからは  
楽に家事ができそう！

～ ママ カフェタイム ～

Cache cache Bon bon の



シフォンケーキ で ちょっとホッと  
できるママカフェタイム もありますよ♪



『氷見市』と 姉妹都市  
刃物のまち『関市』の 貝印さまより  
ご参加 の みなさまにプレゼント！



お問い合わせ

TEL (0766) 91-3077  
ホームページ <http://comecome-smile.com/>  
※各イベントページのオーダーフォームからどうぞ



食育クッキングスタジオ

かむかむ  
Smile  
by Shintani D.C.