

ベビーマッサージデビューしませんか？

春爛漫、桜吹雪の木場公園の陽だまりで、お母さんと赤ちゃんのグループが楽しそうにしています。

5年前だったでしょうか。「公園デビューが出来ないので、助産所で何かやってくれませんか」という声にお応えして始めたのがベビーマッサージでした。オイルを使ってスキンシップを楽しむ方法で、あの頃は少し珍しかったことでしたが、あっという間に皆の知るところとなりました。体を道具にして泥んこ遊びをするような感じで、赤ちゃんに触れ合うことができます。一对一の時間を持つこともできるので、上のお子さんがいる方などは、赤ちゃんと思いきり向き合える貴重なひと時となるようです。神経質そうな赤ちゃんでも、伸び伸びした表情に変わっていくのは、とても嬉しいです。ご家庭でも簡単に出来るので試してみませんか。

ゴマ油、馬油、ピーナッツ油等、身近にあるものでかまいませんが、100%純粋なものが良いでしょう。

手にたっぷりオイルを取り、話しかけながら赤ちゃんの体に擦り込んでいきます。

心地良い状態が大事なので、できる部分からで良いでしょう。香りや音楽がプラスされれば最高です。

たまにアレルギーが出る赤ちゃんもいます。

後から体全体を見て赤くなっているようでしたら、シャワーで洗い流してください。

湿疹など皮膚に病気がある時は、お医者様に相談してから始めてくださいネ。

知っているようで知らない赤ちゃんの体をじっくり観察するよい機会にもなります。

赤ちゃんの肌は柔らかくて気持ちよく、お母さんもリフレッシュできますよ。