

少子化を克服した国
フランスのベビーマッサージ
日本初上陸

フランス式ベビーマッサージガイド

Le guide des massages de bebe

JHA



フランス式

ベビーマッサージの目的は「触れ合うこと」

フランス式ベビーマッサージはお母さんと赤ちゃんに素晴らしい効果をもたらしてくれます。赤ちゃんは優しく触れてもらうことで「愛されている」と感じて、心からやすらぎを感じるのです。特徴としてはストレッチと東洋のヨガの技法が入っていることで、原始反射の統合を促して自然治癒力を高めていきます。生まれた直後の赤ちゃんの神経は、すごい勢いで発達しており、脳も大きく成長しています。この時期にベビーマッサージをすることで、赤ちゃんの心と身体の発育を促し健康で情緒豊かな頭の子供に成長する基礎を築いていくことができます。

フランス式 ベビーマッサージの10の効果

- ①リラックスして表情が穏やかになります
- ②背骨関節が柔らかくなり、首の座りがしっかりしてきます
- ③骨盤が安定し、お座りできるのが早くなります
- ④おなかの調子を整え、便秘が解消されます
- ⑤手足の抹消の血流が良くなります
- ⑥成長時の関節の痛みが緩和されます
- ⑦呼吸器を丈夫にします
- ⑧肌を健やかに保ち、免疫力を高めます
- ⑨ストレスからくるさまざまな症状を緩和します
- ⑩よく眠れるようになります

さあ、ベビーマッサージを始めましょう

● 準備するモノ・コト

- | | |
|----|--|
| モノ | <ul style="list-style-type: none">・SKINHAPTICSマッサージオイル・赤ちゃんが包める大きさのバスタオル・防水布や濡れても大丈夫なシート |
| コト | <ul style="list-style-type: none">・お部屋の温度は25度～26度に設定します・リラックスできる音楽を選びましょう。心地よい音量で♪・赤ちゃんに当たらないようにアクセサリー類は外します・赤ちゃんに触れる手は清潔に、そして適度に温めます |

● マッサージのポイント

- ・マッサージの時間は10～15分
- ・マッサージオイルはたっぷり使います
- ・優しく穏やかなタッチ、程よい力加減のストレッチでメリハリとリズムを楽しみましょう
- ・必ずしも全身を行う必要はありません
- ・体のバランスが良くなるように、なるべく左右対称に行いましょう
- ・赤ちゃんが嫌がる時は、中断しましょう
- ・赤ちゃんがして欲しいことに寄り添いましょう

こんな時はお休みしましょう

予防接種後24時間以内 ・ 気分が乗らない ・ 肌トラブルや傷がある
熱がある ・ 赤ちゃんが寝ているとき ・ 授乳直後

フランス政府公認SKINHAPTICS ベビーマッサージオイル



ベビーマッサージでお肌もすこやかに

スキンハプティクスは赤ちゃんから大人まで「すこやか肌」を重視して特別に開発された製品です。
ベビーマッサージの途中に赤ちゃんがもし手や足を口にしても大丈夫、成分はすべて食用レベルです。
冷却圧搾により抽出されたコットン、プラム、ヒマワリの植物性ミックスオイル配合で、これらのオイルはビタミンEを多く含み、お肌に潤いとほのかな香りを与え、すこやかに保ちます。

- ・無鉱物油
 - ・防腐剤無添加
 - ・パラベン無添加
- 皮膚科医監修のもとでパッチテスト済

※すべての方にアレルギーが起こらないということではありません