

## みんなで足裏癒しタイム

「英国式リフレクソロジー」という 1 人 20 分程度の施術です。

足にある多くの反射点を刺激し、身体の不調を改善することが期待できる民間の健康法です。「治療」ではありません。

10:00～12:00（施術の時間は20分程度）

講座料 ¥ 500（お釣りのないようお願いします）

### 定員 4 組

各 20 分程度の施術です。順番はお子さんのご機嫌や遊ぶ様子を見ながらスタッフがお声をかけさせていただきます。ご了承ください。施術はつどいのお部屋内で簡単なパーティションで区切って行います。

施術の間お子さんは、他のお母さん方とスタッフで見守るようにしています。お子さんは、普段の「ゆっくりあそぼう」のように遊んでもらえます。

## 持ち物:バスタオル 2 枚 フェイスタオル 2 枚(長方形のもの)

## ひざ下が出しやすい服装でお越しください

### 注意事項

- ・妊娠されている方、重い食事後、熱のある方、高血圧の方、心臓病の方、脳の病気の方、水虫の方、捻挫されている方、血液循環に問題をお持ちの方などは、対象外です。
- ・保護者の方単独でのお申し込みはご遠慮願います。
- ・施術の時間のみのご利用はご遠慮ください。

保護者の方が施術を受けておられる間、お子さんはスタッフや他のご利用者さんに見守られながら、過ごしていただきますが、お母さんと離れることに抵抗があるお子さんは、近くで遊んだり、抱っこしてもらいながら施術を受けていただくこともあります。

お母さんにもお子さんにもいい時間を過ごしていただけるイベントになるようご協力をお願いします。

★講師の方の体調不良等により、突然中止になる場合があります。その場合は、当日の朝（9:30 ごろ）に変更のご連絡をさせていただきます。申し訳ありませんがご了承ください。