

パパと  
赤ちゃんのための

## こちよ抱っこ&パピラティス



「抱っこがしっくりこない。」「赤ちゃんとのふれあいが難しい。」  
「もっと一緒に遊びたい。」そんなパパ集まれ～！  
ぴったりと密着することで、するのもしられるのもこちよ抱っこへ。  
そして肌と肌がふれあうことで、パパと赤ちゃんに特別な関係がうまれます。  
赤ちゃんとのふれあいながらパパの運動不足も解消でき、  
ママはちょっと一休み、そんな一石三鳥のクラスです。



日時：6月30日（日）10:00～11:30

会場：アートフォーラムあざみ野 3階健康スタジオ

田園都市線・横浜市営地下鉄「あざみ野駅」徒歩5分

対象：首すわりからよちよち歩きまでの赤ちゃんとおパパ

定員：10組

参加費：1組1000円

申込方法：5月30日（木）よりメールにて先着順

[karadaomocha@gmail.com](mailto:karadaomocha@gmail.com)

※お名前、電話番号、お子様の月齢、ママが見学を希望される方はその旨を明記の上お申し込みください。



アートフォーラムあざみ野 男女共同参画センター横浜北  
〒225-0012 横浜市青葉区あざみ野南 1-17-3  
※駐車場は予約制(有料) 電話045-914-5910

保育：1歳6ヵ月～未就学児（予約制・有料）

希望日の4日前までに「子どもの部屋」へご予約ください（TEL：045-910-5724）

企画実施：からだおもちゃ箱

※この事業は、男女共同参画センター横浜北との協働事業として実施します。

※提供された個人情報は、今回の事業実施のみに利用し、その他の目的で利用することはありません。



講師：北川ななみ  
ピラティスインストラクター

幼少よりクラシックバレエ、コンテンポラリーダンス、  
日本舞踊、民族舞踊など様々な舞踊を学び、ニューヨーク  
にダンス留学中にピラティスに出会う。妊娠・出産を経験し、  
身体の奥深さに感銘を受け、ピラティスという入り口  
からこころとからだに潜ってゆく道先案内人となる。

講師：夏井英子

ベビーウェアリングコンシェルジュ

NPO法人 Umiのいえスタッフ

5歳女子の母。抱っことおんぶの専門家。

赤ちゃんを身にまとうような、こちよ抱っこ  
おんぶをお伝えします。抱っこやおんぶの時間が、  
親子の愛おしく楽しい時間になりますように。

