

ベビーコース

体験に来ませんか？

4ヶ月～3才までのお子さま

歩ける様になると

体操参加もOK！

月・火・木・金曜日

13:30～14:10



水曜日

10:20～11:00

土曜日

土曜日は多くのパパ達が一緒に楽しんでくれています。

10:30～11:10

一度見に来ませんか？

えっ？こんな事が出来るの？

と、びっくりするかも。。

ヘルパーを付けて1人で動き
潜ったり・高い所からジャンプ
したり出来る様になります。

ママからはこんな声も
よく寝てくれる様になり
助かりま～す。

ベビースイミングの効果

1. 水への恐怖心がなくなる

もともと赤ちゃんはママのお腹の羊水の中にいたので、水中を怖がることは無いと言われていました。しかし実際は成長とともにさまざまな理解が出来るようになるにつれ、水への恐怖心も出てきます。赤ちゃんの頃から水に慣れ親しんでいるとその心配がほぼなくなるでしょう。

2. スキンシップにより親子の愛情が深まる

ベビースイミングは親子一緒に行います。ママ・パパとプールに入ることによって肌と肌が触れあい、スキンシップの時間が増えます。お互い向き合っ、言葉を掛けながら行われるベビースイミングは信頼関係が深まり、赤ちゃんの気持ちを安定させ、親子の愛情がより深まるでしょう。

3. 健康増進と脳の発達にも効果が期待できる

水中で全身を動かすことにより、心肺が丈夫になったり、血流がよくなり新陳代謝が高まり、丈夫な体を作ることに繋がります。また水中では、普段とは違う五感への刺激も行われ、脳をまんべんなく刺激し、発達させる事も期待出来るでしょう。

4. 生活のリズムが整いやすくなる

小さな赤ちゃんにとっては、水中で身体を動かすことは、大人が思っているより体力を使うものです。その為、お昼寝もぐっすりでき、また授乳や食事が進むでしょう。それにより、メリハリがつき、生活リズムが整いやすくなるでしょう。

5. 赤ちゃんやママの友達ができる

同じくらいの月例の赤ちゃんとそのママが通っていますので、お友達ができやすいです。一緒にプールに入ることによって、共通の話題ができ、また育児の不安を相談しあったり、情報を交換しやすくなるでしょう。親子でお友達になるといいですね。

6. 運動機能がアップする

ベビースイミングは運動機能の発達に大いに役立ちます。なぜなら、ベビースイミングは空気よりも抵抗のある水の中で体を動かすからです。さらに、体温よりも低い水の中で行われるため、体温を維持するために通常よりも多くのエネルギーが必要になります。そのため、ベビースイミングは赤ちゃんの体力づくりにも良いといわれています。

