



# ママサロンたより

H26/4月号(Vol・9)  
NPO 法人こそだてシッフ

大分春らしくなりました。植物の赤ちゃんも、土の中で目を覚まし始めています。

## 抱っこホルモン＝オキシトシン



自分の子供をギュッと抱きしめる時、じんわりと幸せを感じて体の中がポカポカします。まるで温泉に入ったみたいで、「アー、可愛いなあ。」ってところから感じますよね。これは愛情ホルモン「オキシトシン」が働いているからです。

このオキシトシンは、子宮を収縮させて出産を促したり、母乳を出したりしてくれるママと赤ちゃんのためのホルモンです。育児がつらくなったり、イライラしたら、まずは子供を抱っこして目を見つめましょう。オキシトシンがどんどん出てきて、気が付いたらイライラが消えているかも。オキシトシンはパートナーとのハグでも分泌されるので、疲れちゃったら旦那さんにギュっとしてもらうのもいいですね。

優しいママの笑顔が子供のお日さま。無理せずパートナーと助け合って、笑顔の花をふくらましましょうね。

場 所	カメラアホール	米崎コミセン
日 時	5月14日(水) 10:00~15:00 (日程変更です!)	5月20日(火) 10:00~15:00
ベビールーム	★ベビーマッサージ 佐藤助産師	★皆で踊ってリフレッシュ ベビードンス♪♪ 高橋佳奈先生
キッズルーム	★お外で遊ぼう! みどり町公園ピクニック (雨天 ダンボールで遊ぼう) ★お話ころりん	★英語で遊ぼう! ステファニー先生 ★お話ころりん

お問い合わせTEL 0192-27-9839  
(伊藤)