

足はこんなに  
きもちいい

# 親子あしもみスキンシップ

お子さんの元気な足をつくり、  
健康なからだをつくり、  
忙しい ぱぱ・ママ が明日も元気であるために。

## こんなことをやります

たのしく  
あしのもみっこで遊びます。



「痛い痛いのとんでけ〜！」  
「ダンゴムシ体操」もやります。  
こどもは足もみが大好き！  
はじめキヤーキヤーって、転げまわりますが、  
やがてまったり。  
なんだかおとなしくなったりします。  
保護者の皆さんの肩こり・腰痛にも効果抜群。

持ち物 バスタオル（親子で1枚）  
ひざ上まであがるゆるゆるな服で  
おいでください。はだしになります。

時間 30分～60分  
マッサージクリーム代：親子で100円  
お持ち帰り容器入り。  
アレルギーのない米ぬかオイルを使っています。



講師

東 順子

(ひがし じゅんこ)

セラピスト、  
身体づくりインストラクター  
(足の健康法が専門です)

NPO 法人  
日本セラピー普及会 代表  
施術室優しい手 代表

美里町桜木町 60-1  
(ファミリーマート素山店向い)  
TEL/FAX 32-5473



お問合せ

NPO 法人日本セラピー普及会  
(施術室 優しい手)  
公式 HP <http://yasashiite.online>

〒987-0011 宮城県遠田郡美里町桜木町 60-1

TEL/FAX 0229 (32) 5473

e-mail [therapy2@wit.ocn.ne.jp](mailto:therapy2@wit.ocn.ne.jp)