

# 最甜蜜的40週胎教-懷孕的飲食.運動.按摩



[最甜蜜的40週胎教-懷孕的飲食.運動.按摩 下載鏈接1](#)

著者:學園社編輯部

出版者:

出版时间:2010-3

裝帧:

isbn:9789868538689

本書特色

飲食胎教 運動胎教 按摩胎教 必備讀本

胎教的投資報酬高於產後教育

韓國胎教權威 朴文日教授親自撰文

史上最強的胎教訊息全搜查

現今最潮的史生狄克式胎教法 非學不可

媽媽們最愛的胎教經驗分享 非知不可

名人撰文最無私的貢獻

韓國東醫寶鑑權威 申載鏞博士

韓國有氧運動國際裁判 全善惠教授

韓國第一號腳部管理師 金秀子教授

全方位胎教法 實戰教授

預約一個天才寶寶，內容是準爸媽們不可或缺的好幫手

## 第一章 社會胎教才是真正的胎教

孩子從平和美麗的另一個世界來到塵世間，一定有不可動搖的理由。出生並非是沒有意義的事情，所有的孩子都有自己重要的人生目標。為了將其實現，孩子選擇了您作為最適合自己的母親。而寶寶也會透過自己的一生，把感謝和摯愛不斷地獻給自己的母親。所以說，母親與孩子之間深厚的情感早已超越了今世而成為永恆。世界上所有的母親，還有那些不知何時會成為母親的年輕女性們，真希望你們能牢記並理解上面的這段話。

## 第二章 從受孕胎教開始一直到體內胎教

胎教並不是在懷孕之後才進行的，而應該從制訂懷孕計畫的時候就開始。這就是受孕胎教。為了生下健康、聰明的孩子，在懷孕之前，夫婦兩人做出周詳的計畫是不可缺少的。夫婦兩人應當一起確定懷孕的日期，在接受健康檢查的同時，積極鍛鍊身體，並採取營養均衡的飲食方案，為胎兒的到來做好充分的準備。

## 第三章 與丈夫一起進行的每週胎教

懷孕40週是每位女性一生當中最耀眼的時光，儘管可能要忍受嘔吐等因懷孕帶來的各種問題，甚至要忍受病痛的煎熬，隨著小生命的到來，她將完成向世界上最偉大的角色——母親的轉變。因此，為了生下健康的、聰明的、有才智的孩子，母親對生活的熱愛在此刻達到頂點。

## 第四章 讓胎教效果更上一層樓的主題胎教

胎教的最後目的是產下身心健康的寶寶，讓我們將這樣的祖訓銘記於心：「胎兒在母親腹中所接受的10個月胎教比出生之後的10年苦讀更加重要。」在聽覺發育時期讓胎兒聆聽美妙的音樂；視覺發育時期給胎兒欣賞美麗的圖畫；大腦發育時期食用堅果類的食物並進行有氧運動……用積極的態度和行動來迎接寶寶的到來吧！

作者介绍:

目录:

[最甜蜜的40週胎教-懷孕的飲食.運動.按摩 下載链接1](#)

标签

按摩

## 评论

[最甜蜜的40週胎教-懷孕的飲食.運動.按摩 下载链接1](#)

## 书评

[最甜蜜的40週胎教-懷孕的飲食.運動.按摩 下载链接1](#)