

令和2年11月11日(水) 子育てひろば

親子ふれあい体操～杉町先生～

ようやく子育てひろばの行事が始められる事になりました。

エアロビインストラクターの杉町先生に教えていただき、親子ふれあい体操、親子4組8名での開催です。

子ども達の大好きな明るいテンポの音楽からスタートしましたが、慣れていない子ども達はお母さんにくっつき気味でした。

感染症予防の為、先生には大きな人形を子どものかわりにしてもらい、見本をお願いしました。

子どもを抱っこしたまま座って前後に移動したり、おんぶをした子どもをクルッと回して抱っこしたり、手と手を握ってバランスのとり方を自然に覚える事ができるそうです。

運動不足の解消もかねて子どもと身体を動かすのもストレス発散になります。家でもチャレンジしてみましよう。

☆参加者☆ 親子4組(大人4名・子供4名) スタッフ4名



次回の 子育てひろば は
12月8日(火)人形劇&クリスマス会です。
お楽しみに～♪

