

H29年11月8日(水) 子育てひろば

親子ふれあい体操～杉町先生～



今月はエアロビクスインストラクターの杉町先生に、親子で遊びながら出来る体操を教えてくださいました。

「日々、大きくなる子ども、今しか出来ない、今だから出来るスキンシップを大切にしましょう」とお話しされながら、子ども達の大好きな音楽に合わせて体を動かしました。

そして、手と手の握り方、体の支え方を教わり、『空中ブランコ』や『飛行機』をしました。

初めは緊張していた子ども達もすぐ慣れて、杉町先生にどんどんリクエストしてぐるぐる回してもらったり、空中で1回転してもらったり、とても楽しそうで、お母さん達も普段しない動きに汗を流していました。

幼少期に反射神経や体のバランスを発達させる事は大切です。お家でも親子でスキンシップしながら体をほぐしてみましょ。

★参加者★ 親子6組(大人6名・子供7名) スタッフ5名



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

