



H26年11月19日(水) 子育て広場



～ 親子でエアロビ ～

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、色々な体操を紹介していただきました。

まず、『アンパンマン』『おさかな天国』の音楽に合わせて準備体操をしました。その後、おんぶから肩車し、またおんぶに戻ったり、お母さんのからだを右へ左へと一周する人間ジャングルジムなど、親子で楽しく出来る体操を教わりました。

また、杉町先生から『子どもと親が、からだごと触れ合える時期は限られていて、今しかありません。今だけしか出来ないことを幸せに思い、大切にしてください。』とメッセージをいただきました。

お母さんたちは毎日の子育てに大変ですが、ぜひ今日の体操を、幼児期に欠かすことのできない大切な親子のスキンシップの1つに取り入れて頂きたいと思います。

☆参加者☆

親子9組(大人9名・子供10名)

スタッフ10名(民生委員含む)



次回の子育て広場は 12月16日(火)

クリスマス会 です。 お楽しみに～♪