

子育てサロン(高瀬・佐久平・田口)

R3. 5.26
6.16
6.22

親子体操 の 育児講座をしました♪

ケイジン健康運動センターの三石淳志先生に講師をして頂き、親子体操の育児講座をしました！
乳幼児期の運動機能は生後 6 年間で成人の 90%近くまで発達。親子で運動遊びをすることでコミュニケーションの能力の向上にもつながり、 ルールの解釈・理解等にも発展するそうです。親子で関わりながら、楽しく体を動かす遊びをたくさん教えて頂いたので、お家でもまたチャレンジできるといいですね。お父さんお母さんの体も鍛えられるかもしれませんよ♪



くぐってジャンプ！
大人の足のトンネル潜って
ジャンプ！



丸木ごろりん
お母さんと一緒にごろりん！



UFO キャッチャー
逆さまで床の物をキャッチ！



シーソーゲーム
大人の足をシーソーに！