



札幌市立きくすいもとまち幼稚園

ポロップひろば

令和6年11月7日



講座の様子



今回は、健康運動指導士の宮本留美子さんをお呼びして、親子でのスキンシップ遊びをしました。親子で触れ合ったり、タオルなどの身近な道具を使ったりしながら、親子で一緒に体のいろいろな感覚を使って遊ぶことを楽しみました！



子育て講座「親子でカラダ遊び」

講師：健康運動指導士・MPP 協会認定メンタルコーチ

宮本 留美子先生



子どもは触れてもらおうと気持ちよくて喜びますよね。大人も子どもを摩ったり触れたりすることでリラックス効果があるんですよ。



面白かったです！家でも楽しみたいです。



タオルなど身近な物で楽しめるのが良かったです。



バルーンが大人気でした。

