



はじめての親子運動あそび

—幼稚園の準備 集団生活のデビューにも最適！—

親子向け



効果



スキンシップ



発育・成長 促進



リズム感

運動量

★★★★☆

難易度

★★★★☆

実施日

(火) 10:20~11:20

対象年齢

1歳6か月~3歳6か月



こんな方におすすめ

- ☆ 「遊び」を通して、いろいろな動きを楽しみたい
- ☆ 親子で楽しく年齢に合った運動遊び（マット・平均台・鉄棒・リズム遊び等）をしたい
- ☆ 体を動かす事が自然と好きになりたい



参加者の声

- ☆ 「続けて参加するにつれ、子どもの出来ることが増えていく事が嬉しいです！毎回楽しく参加させてもらっています」
- ☆ 「毎回様々な動きを取り入れてくれているので、“跳ぶ” “ぶらさがる” などできることが増えました！」