

わんぱく大作戦 NEWS #220

わんぱく親子体操 H30年 2月12日(月・祝)

広島県立総合体育館 小アリーナにて佐藤弘道さんによるわんぱく親子体操を開催！！137組の親子が集まってくれました♪

『わんぱく親子体操』の会場入口では、全労済からパンフレット、もみじ銀行・良和ハウスからクリアファイルのプレゼントの配布がありました♪



『おかあさんといっしょ』10代目の“体操のお兄さん”としてお馴染みの顔！佐藤弘道さん！！子どもたちの呼びかけで颯爽と登場し、早速親子体操のスタートです♪



ほっぺたたぺたたぎゅー♪弘道お兄さんは親子のスキンシップが大切であると、話してくれました。

軽快な音楽に乗ってダンス♪♪



背中ふみふみでマッサージ効果♪



バランス力のチェック！！片足をあげて、お父さん・お母さんのバランスチェック♪ゆらゆらする姿に、子ども達からがんばれーの掛け声☆



次は子どもを乗せて。バランスを取るのは、本当に難しそうでした(>_<)💦
でもうまくできるとうれしい♪♪



膝の上に乗って、両手を広げます！！
上手に出来ると、お父さんもお母さんとっても嬉しそうでした☆彡☆



佐藤さんが披露してくれた親子での体操!!
「お家でもやってみたい?」という問いかけに、子どもたちは、元気に「は〜い!」と答えてくれました♪



道具を使わず出来る遊びがたくさんです♪



子どもたちはもちろんですが、お父さん・お母さんも良い笑顔です(*^_^*)

『抱きかかえられるのは、今だけ!!』『スマホを持つ手をスマホから子どもの手に替えて、スマホを見る目をスマホから子どもに替えて、子供とのコミュニケーションを取る時間を作ってください!!』と、子どもとコミュニケーションを取る事の大切さを佐藤弘道さんは、保護者の方に伝えていました!! また、子どもと一緒に体を動かすことで、お父さん、お母さんの子育てストレスの軽減効果があることも話してくれました。これからも、親子でスキンシップ&コミュニケーションを取りながら、体を動かしてくださいね♪