



「のびのび：ボールあそび」

ボールの種類を変えて、ボール運び、キャッチ、ボール入れなどママと一緒にチャレンジしたね♪キャッチがとても上手だったり、慎重にボールを運ぶ姿が可愛かったり！みんなの動きに見とれてしまったよ！



「ひよこ・っこ：親子ピラティス」

身体の柔軟性やバランス感覚などを通して姿勢改善に少し役立ったようです。子どもたちもピラティス参加できたね。ふれあい遊びは親子で楽しく盛り上がりました！



「リフレッシュタイム&かねやまっこサロン：棒ビクス」

棒を使って血流を解していくエクササイズをやりました。肩や首のこり、筋肉疲労などコロコロしながらスッキリを実感できました。子どもたちも上手に遊んで待ってられました。



「のびのびプラス：ちょうちよになってみよう」

スカーフでちょうちよに変身！どこに止まろうかな？ピアノ曲に合わせて、ノリノリだったね♪初めは恥ずかしくて、返事や名前が言えなかった子もできるようになったよ！