

親子でチャレンジ!



楽しく運動遊び



親子や家族でふれあいながら、りょうすけ先生と一緒にたくさんからだを動かして楽しく遊びましょう。広いホールで遊びます。運動遊びについてのミニ講座もあります!

2026年2月15日(日)

時間	①9:30～10:30 2歳くらい～3歳くらいの親子 ②11:00～12:00 3歳～就学前の親子
対象	市内在住者
定員	各回20組(先着順)
場所	もりんぴあこうづ 2階 MORI×MORIホール
講師	東京女子体育大学講師 堀内亮輔先生
持ち物	飲み物・汗拭きタオル・上履き(はだし可) 親子ともに動きやすい服装

*開始10分前までに来て下さい。

★申し込み：2月1日(日)より受付開始

公津の杜なかよしひろばにて お電話でも申し込みいただけます。

TEL:0476-27-7300



講師：堀内亮輔先生

- ・東京女子体育大学こどもスポーツ教育学科 講師
- ・社会福祉法人葛飾福祉館 運動遊び専任保育士
- ・『おかあさんといっしょ』さすらいのポーズマン監修
- ・アイデス株式会社あそび方アドバイザー
(ミッフィー・ブルーナボンボンほか)
- ・全国各地で親子で楽しめる運動遊びを紹介しています。
7歳、3歳の女の子のパパです。

からだ遊びが育む
未来のチカラ!



「幼児期の運動遊びで大切なことってなあに？」

幼児期の運動遊びに関する仕事をしていると「逆上がりができるように指導してください！」「卒園までに跳び箱が跳べるようになっていないと小学校で困りますよね？」「運動能力が伸びる習い事はなんですか？」といった依頼や質問をよく受けます。もちろん、子どもにとって逆上がりや跳び箱は運動能力を伸ばす楽しい運動遊びの一つです♪ただ、幼児期に逆上がりができなくても問題ありませんし、跳び箱が跳べなくても小学校体育で困ることもありません。また、特定のスポーツに特化した習い事は時に幼児期の特性には見合っていない場合もあります。

幼児期は毎日 60分以上楽しく体を動かすことを通して様々な動きを身に付けていく時期だと言われています。

「親子で遊べば子どもが育つ！」

一回しかない、そしてあっという間に過ぎてしまうこの幼児期に、親子で触れ合い、楽しく体を動かして遊ぶ時間を大切にしてほしいと思っています。

堀内亮輔

キ リ ト リ

親子でチャレンジ！楽しく運動遊び申し込み				月	日
参加したい時間	①9:30～ ②11:00～				
ふりがな 保護者氏名①		ふりがな 保護者氏名②			
連絡先					
ふりがな お名前	年齢 歳 カ月				
ふりがな お名前	年齢 歳 カ月				
ふりがな お名前	年齢 歳 カ月				

*講座の様子を撮影します。(市への報告などに使います) 写真撮影について○をつけて下さい。OK NG

※本申し込み書は、目的以外には使用いたしません