

親子ふれあいタイム『赤ちゃん体操講座』を開催しました！

日程：2020年9月29日

9月29日（火）にオンラインで親子ふれあいタイム『赤ちゃん体操講座—ベビーヨガ・ママの体操—』を開催しました。講師は、幼児教育学科の松本希先生（赤ちゃん体操）、秋山真理子先生（ピアノ）でした。当日は4組のお母さまと4か月から8か月の赤ちゃんが参加してくださいました。

まずは、いっぽんばしこちょこちょ♪で、お母さんとふれあいタイムの始まりです！ とん、とん、ぱ♪のリズムに合わせて右手と左足、左手と右足を合わせたり、ラララぞうきん♪の歌に合わせて手足を曲げたり伸ばしたり、他にもチューリップやどんぐりころころ、おつかいありさん、ぞうさん等のいろいろな歌に合わせて、体操をしました。赤ちゃんのおなかの上を、二本指で、てくてく、と、「の」の字を描いて動かしてあげると、便秘予防にもなるそうです。赤ちゃんは意外と肩が凝っていることも多く、肩や背中を軽くたたいてマッサージしてあげると、赤ちゃんは気持ちいいそうです。お母さんのお膝の上に赤ちゃんをのせて、前に進んだり、後ろに戻ったりする体操もありました。お母さんにはちょっと大変な体操でしたが、お母さん方も頑張ってくださいました。

それから、リラックスタイム。お母さんが立って、赤ちゃんを抱っこしてゆらゆら～。赤ちゃんにはバランスをとる練習になるそうです。最後に、絵本の読み聞かせや遊びの紹介もありました。

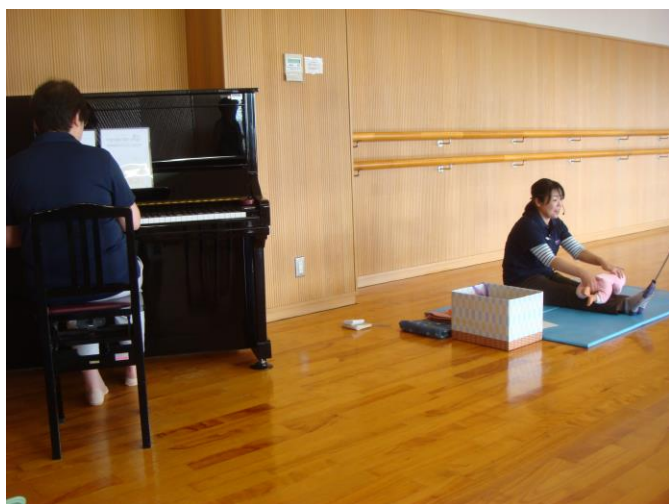
赤ちゃん体操のあと、教育学研究科長の石原先生（臨床心理士・公認心理師）からお母さん方へのメッセージがありました。

～子育てって楽しいけど大変。いいお母さん、100点をめざさなくて大丈夫。60点から70点でちょうどいいんです。身近な人の手を借りて過ごしていただけたら。就実大学には心理教育相談室もありますので良かったらご連絡ください。～

ご参加くださった、お母さまと赤ちゃん、ありがとうございました！

就実教育実践研究センターでは、今年度、毎月オンライン親子ふれあいタイムを実施しています。

次回は10月31日（土）です。詳細は後日、ホームページに掲載いたします。ご参加をお待ちしています！



ピアノに合わせて体操しました



オンラインで参加してくださった皆様



いない いない ばあ～！



バスタオルを使って、ゆらゆら～



 就実教育実践研究センター
 子育て支援事業

オンライン
親子ふれあいタイム

あかちゃん体操講座

- ベビーヨガ・ママの体操 -

2020年
9月29日(火) 10:30~11:15

◎主催：就実教育実践研究センター
 ◎講師：松本 希（体操：就実短期大学幼児教育学科 准教授）
 秋山 真理子（ピアノ：就実短期大学幼児教育学科 非常勤講師）
 ◎対象：首すわりから一人歩き前までの赤ちゃんと保護者
 ◎定員：8組 ◎参加費：無料 ◎持ち物：バスタオル
 ◎内容：ベビーマッサージやベビーヨガを体験したことがない方も大歓迎です。
 わらべ歌と体を通したふれあい遊びを体験してみませんか。

◎開催方法：オンライン講座（Google Meet）

- ◎参加に必要なオンライン環境：
 - ・ご自宅でのWi-Fi
 - ・インターネットに接続可能なパソコン
 （Google Chromeの最新版をインストールする必要あり。マイクやカメラが付いていることが望ましい）
 または、Wi-Fiに接続できるスマートフォン（Google Meet）のアプリをインストールする必要あり
- ◎オンライン講座に向けてのお願い：
 - ・Meetへの接続をサポートする教員も参加します。また、記録のため講座の様相を録画する場合があります。
 - ・パソコンでオンライン講座に参加できる方も、スマートフォンにもアプリを入れておいてください。
 - ・参加者相互のプライバシー確保のため、ご自宅からの参加をお願いいたします。

◎申込方法：
 下記の情報を**9月26日(土)までにメールにてお知らせください。**
 メールアドレス：kyoken-c@shujitsu.ac.jp

①保護者の名前 ②電話番号 ③お子さんの名前 ④お子さんの年齢
 ※②の電話番号は、オンライン講座の接続がうまくいかない時等の連絡に使用させていただきます。
 すぐに連絡がつく電話番号をご記入ください。
 ※参加費には講座の前日に、オンライン講座のURL および参加方法の詳細をメールでお送りいたします。
 ※講座の様子を写真を、ホームページや報告書等で活用させていただきますので、ご了承くださいませ
 ようお願いいたします。

就実教育実践研究センター
 〒703-8258 岡山県岡山市中区西川原1丁目6-1 就実大学・就実短期大学内
<https://www.shujitsu.ac.jp>

『親子ふれあいタイム』第2回チラシ