



♪ 子育てカフェ ♪

第4回 ♪ 親子ビクス ♪ R5.7月



7月28日(金)、銚田保健センターにて健康運動指導士の本澤先生のご指導のもと、親子ビクスを実施しました。親子で触れ合いながらアンパンマンやトロの曲に合わせて体を動かしたり、ママやパパ向けに軽快な音楽に合わせて少しハードな動きも取り入れながらのビクスを楽しみました♪



活動の様子



本澤先生

