

# にこにこ親子体操・支援者編

	五所川原会場	青森会場
開催日時	11月22日(日) 13:30~15:30	11月23日(月)13:30~15:30
開催場所	五所川原市中央公民館	アピオあおもり
講師	親子体操普及員、弘前市健康増進リーダー、あんよセラピー主宰 境 江利子さん	
対象	子育て支援関係者及び子育て支援に興味のある方	
参加者数	4名	12名
講座内容	親子や子ども達への同時の声かけのポイントと、ストレッチを解消しリラックス効果のある運動を体験します。	
感想	<ul style="list-style-type: none"> <li>・共感できる内容(話)がたくさんあり、とても充実した時間でした。</li> <li>・子どもへのアドバイスの仕方がわかりました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体と心の健康の大切さを改めて感じることもできましたし、体を動かしてとても楽しかった。</li> <li>・今日の経験をたくさんのお母さんに伝えたいと思います。</li> </ul>

五所川原会場



青森会場

