

いつでも！ ところでも！ たのしく  
**親子ふれあい体操**



……会場の様子……

開催日時	令和3年11月28日(日)10:30~12:00
開催場所	アピオあおもり イベントホール
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	6~8 歳児(年長~小2)の子どもと保護者
参加者数	23人
講座内容	~遊び感覚で体操を楽しんで、心と体のリフレッシュ！~ 親子の体力づくりの向上と体を動かす習慣を身につけるきっ かけづくり
感想	・子どもとたくさん目を合わせてふれあい一緒に笑って楽しか ったです。 ・初めての参加でしたが、楽しく参加できました。家でもやって みたいと思いました。

