

# 親子で楽しく



## 第2弾

# からだをうごかさう!

### 場所

島田療育センター 多摩  
厚生棟 (多摩市中沢1-31-1)

### 対象

ひとりで座位をとることが  
難しい就学前のお子さん  
と保護者

### 定員

10名

### 費用

1000円



3 / 19  
(木)

10:00~11:00  
(受付9:30~)

### 内容

①身体をあたためよう!

準備体操 (ストレッチ)

②アクティブに!

座布団やミニバランスボールを使って、ゴロゴロ

③ゆらゆらふわふわ感を!

大きなバルーンでリラックス



### 先生からのメッセージ

お家で身体を使った動き、遊びをしていますか? 今回は家にあるもの(座布団、毛布、ペットボトル、なども)等を使って日常的に全身を動かす運動をしていきます。

出来るだけ癒し効果のあるスキンシップを多くして、ママも笑顔でいて欲しいと思っています。子育て大変?!でも楽しい!とちょっとでも思える時間を”一緒に”増やしていきましょう。

### 申し込み/お問い合わせ

申し込み用紙にご記入の上、FAXで送信いただくか、またはホームページ内の申し込みフォーム、あるいはE-mailにて(件名を「運動療法」とし、氏名・電話番号・居住地・参加人数・アンケートの回答を記入の上)お申し込みください。(アンケート項目は申し込み用紙を参照)  
島田療育センターの総合案内でも申込書をお受けいたします。  
定員に達しお断りさせて頂く際に、折り返しご連絡を申し上げます。

#### 島田療育センター 支援部地域連携情報室

電話: 042 (374) 2101 (直通) 月~金 9時~17時45分

FAX: 042 (374) 2089

Mail: info-room@shimada-ryoiku.or.jp

http://www.shimada-ryoiku.or.jp



### 場所



助成  
公益社団法人あゆみの箱