

保護者会 “いちごサークル” 活動

～ ママビクス ～

=H25. 8. 29=

家事と育児には休日がありません..  
肩凝りや腰痛  
何とかしたいよ!!  
そこで、今日は  
わたしたちの為のママビクス☆  
子どもたち、みんな  
応援してね♡



おいしいよ♪  
すでにキツイかも...!?

ママが生き生きしてる～♡  
赤ちゃんにも伝わるお母さんパワー☆



★おんぶで安心して  
頼もしくママたちは  
たくましいママの味方★  
いつでも子どもの味方★

お母さんでなくても  
甘えられる♡  
「おばちゃんのポンポン  
使いたいの? これ、どうぞ♡  
一緒に踊ろう★」



お母さんたちの  
楽しそうな雰囲気  
子どもたちもノリノリ♪  
親子それぞれのペースで  
音やリズムや身体の動きを楽しんでる☆



うきうきするような音楽やリズム♪  
楽しそうなママたちの息づかい…♪  
思わずあかちゃんもキョロキョロ♡



★ベビーコーナー★  
母親ならではの  
あたたかい配慮♡  
お母さんからは  
赤ちゃんが  
赤ちゃんからは  
お母さんが見える☆

子どもたちと保育士が  
ママを支える♡



★子どもと遊びながら  
ストレッチ★



★ママのエネルギー源★  
時間を忘れるくらい  
楽しさに没頭♪  
充電したエネルギーは  
子どもたちと家族のために♡