



ひろばコラムⅡ 「リラックスフラ♪」

秋の風がよそよそと吹き始めた今日この頃。皆さま、いかがお過ごしですか。平日の「親と子のひろば」は、9月までお休みをいただいております。子どもたちのいないひろばはとても静かで、なんだか寂しい雰囲気です。早く皆さまにお会いして、夏休みの思い出などたくさんおしゃべりしたいものです。

さて、今回のコラムは ユラユラユラユラ フラ～ダ～ンス～♪ のおはなし。「親と子のひろば」では、7月からフラ教室がスタートしました★。フラ歴15年ほどのインストラクターでもあるひろば担当者が“お母様方のちょっとした癒しの時間になれば”と、“子どもたちに表現の楽しさを伝えたい”との思いで始めさせていただきました。ひろばの保育室内で行いますので、子どもたちはお母様方と離れることはありません。もちろん「お母さんのそばにいたい」「一緒に踊りたい」等子どもたちその時その時の気持ちを受け止めながら、楽しく進めます。



初回、ドキドキしながら恐る恐るお母様方にお声かけしてみると、、、なんと反応の良いこと!! 毎回皆さま、積極的に参加して下さいます。嬉しい限りです。





「1曲踊ってみたい!」「衣装を見てみたい!」「ステージで発表、いいですね〜」等々、想像以上に反響も多く、10月からはどう進めていこうか、策を練っている担当者です。

学生たちもフラの時間が始まると、より一層、気を引き締めて子どもたちを見て対応してくれています(学生たち、いつもありがとう)。保育者として基本的な心構えでもある「子どもから目を離さない」という視点を現場から学んでいるようです。

フラは、ステップを踏みながら手の動きで言葉や感情を表現していきます。とても魅力的な踊りです。ゆったりとした動きですが全身をバランス良く使い、代謝を高めながら血行も良くします。痩せやすい身体を作り、むくみや冷え性なんかの改善も期待できますよ。

皆さまも、ひろばで一緒にリラックス〜、リフレッシュ〜してみませんか?



ばちばちばち〜👏
子どもから拍手が!
みんなほっこり笑顔♪



ひろばは10/5(水)から始まります。
ぜひ遊びにいらしてください!



(こども保育コース 長久保和子)