

親子で参加する講座

遊びがチカラになる！

理学療法士と体の基礎を育てよう

幼児期は心と体の土台がぐんぐん育つ大切な時期です。遊び方を少し工夫するだけで、運動能力だけではなく、集中力や社会性などさまざまなチカラを育てることができます。理学療法士の視点を取り入れた体の基礎を育てる「遊び」を親子で体験してみませんか？

2026. 10. 31 土

10:00～11:45 開場9:30 受付9:40～

場所 すみだ保健子育て総合センター

1階 多目的ホール (墨田区横川5-7-4)

参加
無料

当日の内容

親子運動、子どもの姿勢・運動のお話

対象・定員

区内在住の満3～5歳のお子さまとその保護者 30組

＊お子さま1人につき保護者1人以上のご参加をお願いします (事前申込制・先着順)

持ち物など

飲み物、タオル

＊当日はお子さま、保護者ともに動きやすい
服装と運動用の靴を着用し、お越してください

その他

- ・当日、ごきょうだい向けに保育をご用意しております (事前申込制・先着順)
(対象年齢：生後6か月～就学前)

▼申込みはこちらから▼



申込期間
10/12まで

講師紹介

たかいし

ともひろ

高石 知洋 氏 (理学療法士)

「ケガなく運動神経アップ」をモットーに関東圏の保育園・児童館などで乳幼児から小学生を対象に運動指導を実施。日常生活や運動に必要な多様なスキルを経験できるプログラムを提供し、運動への苦手意識の克服や挑戦することの楽しさを育む活動をしている。



お問合せ

墨田区保健所 健康推進課 地域保健担当

TEL 03-3622-9152

