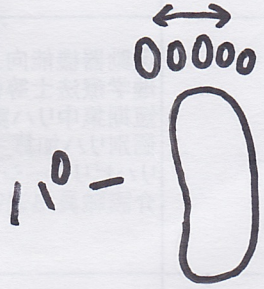


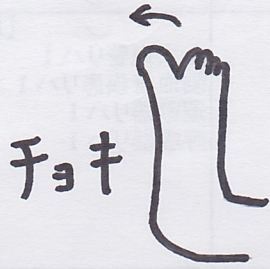
こんな時だからこそ!!

できるかなエクササイズ" 

① 足指ジャンケン



指の間を広げよう

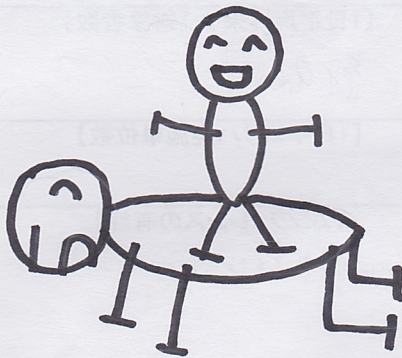


親指だけを上下に動かす



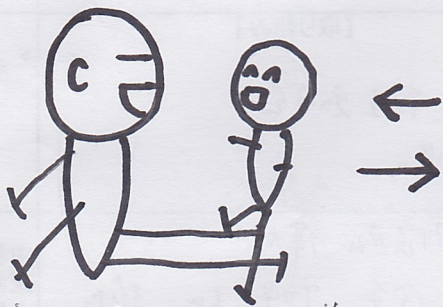
全部の指を丸める

② 親子どトレーニング!!



親の背中の上に立つ

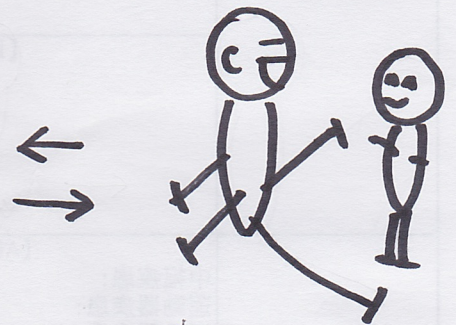
立ち回らグルグル回れるかな?



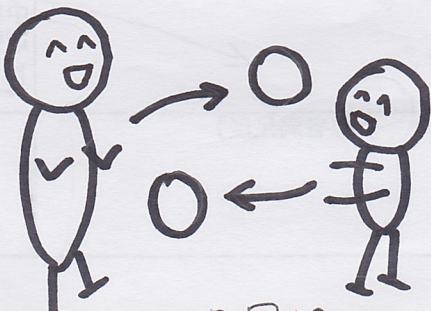
親は足を閉じてグー
子は足を開いてパー



子はジャンプ



親はパー
子はグー



ボールを同時に
入れかえる



ボールをかゆせるかな?