



一般社団法人ふくしまをリハビリで元気にする会 理事長 作業療法士 岡本広二先生から「内転筋」を鍛える「効果的な運動方法」を「毎月1回」実施しております。また、「効果的な運動方法」を職員も学ばせていただき、日々の保育活動に取り入れることで、子ども達の「体力増進」を図っております。



綱引きなどの「身近な遊び」を通じて、腕や足腰などの「全身の筋力」が育める運動を行っております。