

令和7年度福島県地域で支える子育て推進事業助成事業

みんなおいでよ！

市民公開講座

おやこde

リズムジャンプ！

2025.10.26 日 10:00-12:00

in おおまちてらす (旧星総合病院跡地・郡山市大町2丁1-16)
@ 2階 スポラボ (SPO LABO)

対象・参加人数

内 容

講 師

STAR
Sports Training Association of Ryūmō

年少児～小学3年生

※2部制で行います

各回 10組程度

参加費 無料

☆音楽に合わせてリズムジャンプをすることでリズム感・バランス力・集中力UP！！

☆お家でも簡単にできる体幹を鍛えるトレーニング！！



星総合病院 理学療法士
スポーツリズムトレーニング協会
インストラクター

添田 健伸



星総合病院 理学療法士
BASI ピラティスマット
インストラクター

中原 奈美

第1部

第1回 10:00～

第2回 10:30～

年少児～年長児対象に
親子で一緒にリズムジャンプ☆

見る・聞く・待つ・集中・周りと行動を
合わせるといった集団生活に役立つ！！

第2部

第3回 11:00～

第4回 11:30～

小1～小3を対象に
リズムトレーニング☆

脳（運動前野）の血流が良くなることにより、判断力や記憶力といった認知機能の向上！！

動作の強弱が学べて動きにキレが出る！

お申込み

下記のQRコードからお申込み下さい。

※定員に達し次第締め切らせて
いただく場合がございます。

※キャンセルにつきましては、電話
またはメールにてご連絡ください。



締め切り：10月22日（水）

◎子育て相談会も実施中！

※相談料は無料です

お問い合わせ

公益財団法人星総合病院 法人こども事業部事務局 本田

☎ 024-983-5511（代表）

✉ kodomo-jim2@hoshipital.jp