

# 活動報告書

名 称	神戸元気体操 産後ママ編
報 告 者	平田智恵
開催場所	コムスタ神戸
実施日時	平成28年 12月12日 木曜日 10時半～ 11時半
参加人数	男性 人 女性 人
サポート者	おおとちはるさん
目的	ママ為の運動 コミュニティー作り

今回も初めての方が、3組。  
すぐに参加者さん同士で話されてました。  
子供と一緒にだと、共通点もたくさんあるので話も弾みます。  
ずっと、参加してくださっているお子さんがドンドン成長しヨチヨチ歩いたりママから離れて他のお友達  
達の所へ行って触れ合ったりする場面がよくみられます。  
ヨチヨチ歩いたり、ママから離れてしまうとママはなかなか集中でいないようで、周りの方にも気を使  
われてました。  
その時々でベビちゃんの機嫌もさまざまです。  
身体を動かすのはもちろん大切ですが、運動以外の所でもフォローしていきたいと思います。



返信先 NPO法人健康づくり推進機構BTB

FAX : 078-330-8893 MAIL : info@kenko-btb.org