

協会理念

親子体操とは家族が協力して行う体操です。

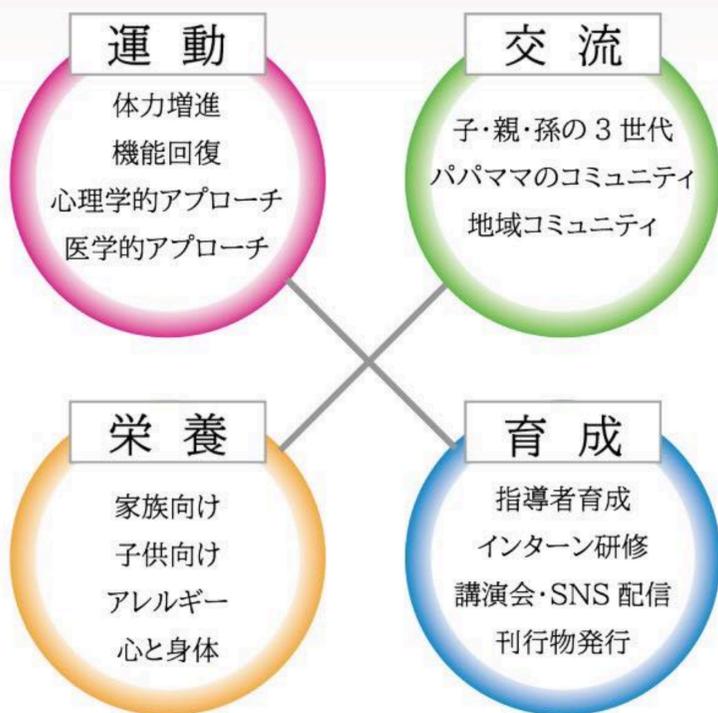
この体操を通じて親子が触れ合う機会を創出し、様々な親と子供のコミュニケーションを促進し社会性の育成を図ります。

また、親と子の運動不足を解消し体力を増加させ疾病予防等に貢献します。

親子体操は様々な親及び子どもの心身の健全化を図り、健康的な日常生活を送ることをサポートします。



当協会が大切にしていること



受託事業実績

(イベント・講座・教室)

行政委託事業

東京・千葉・埼玉・神奈川・静岡・山形・岐阜
大阪・兵庫
公益財団法人・スポーツ事業団等
地域総合型スポーツクラブ・公民館
専門学校等

医療機関

東京・千葉・静岡等の病院
産婦人科医院・助産院・整骨院・鍼灸院・クリニック
産前産後クラス
(全国で年間延べ3000組6000人以上指導)

メディア

NHK・TBS・テレビ朝日・東映・フジテレビ等
映画・ドラマ・アニメの振付監修・運動指導

その他

全国各地での親子体操イベント開催
ご当地体操監修・企業体操監修
介護予防体操サポーター養成
各種オンライン講座、グループレッスン

DVD 監修・製作販売

「親子でできる！ベビータッチングとママボディメイク」
「簡単！マタニティエクササイズ」

お問い合わせ先

一般社団法人

日本親子体操協会 事務局

〒107-0062

東京都港区南青山 6-10-3-501

TEL: 050-5317-6970

E-mail: contact@oyakotaisou.or.jp

Web: <https://oyakotaisou.or.jp>

日本親子体操協会



日本親子体操協会は
「オレンジリボン運動」に賛同しています。

一般社団法人

日本親子体操協会

Japan Exercises For Parent And Child

個人用パンフレット



日本親子体操協会は

親と子のコミュニケーションを促進し
心身共に健康的な日常生活を送ることを
全力でサポートいたします

親子体操 (0歳～3歳)

ベビータッチング、ストレッチ、親子ピラティス、抱っこ紐体操など。
赤ちゃんと一緒に参加できるプログラム。
子の発育発達を促しお母さんの産後の体を引き締め整えるエクササイズを行います。



親子キッズアジリティ・ジュニアアジリティ

ペナルティボックス®やサンドベル、新聞紙、ボールなどを使って、
プレゴールデンエイジ/ゴールデンエイジ期に大切な基礎運動を遊びながら
ゲーム感覚で習得できるよう導きます。



マタニティストレッチ/ヨガ

妊娠13週からできるストレッチやヨガプログラムを行います。
適度な運動により、妊娠中の運動不足を解消し、むくみやしびれなどの
マイナートラブルを軽減します。



ベビータッチング&ママケア (産後ケア)

赤ちゃんにタッチングすることで赤ちゃんともママの間にコミュニケーションが生まれ、
赤ちゃんの脳の発達、心身の発育を促します。また、産褥期のママの
心と体のケアを行っています。



活動内容

年齢・発育発達に合わせたプログラム



指導者養成講座・講習会・セミナー

安全で効果的な産前産後の親子体操を普及するために、当協会では次のような指導者資格を設定し、その資格を取得するための講習会を実施しています。

- 親子体操インストラクター (ベーシック/アドバンス)
- 親子キッズアジリティインストラクター
- 親子ジュニアアジリティインストラクター
- ベビータッチング&ママケア
- ヨガベーシックインストラクター
- マタニティストレッチ/ヨガインストラクター
- 介護予防体操サポーター
- アロマベーシックインストラクター
- 子ども体操インストラクター
- 親子水中プログラムインストラクター (2022年始動予定) など



Oyako Academy

- アロマスクール (赤ちゃんにも使えるアロマセラピー)
- カルチャースクール (料理・手芸など)
- スキルを持つママの活躍の場の提供
- 子育て・家族相談員普及
- ベビー・キッズ・パパ・ママモデル派遣事業
- ヨガベーシック
- 女性の身体の勉強会ナーディメソッド®



日本各地・海外でも活動しています

各地で認定インストラクターが活躍しています

☆北海道・東北地区
山形県 宮城県

☆関東地区
東京都 埼玉県 千葉県 神奈川県
栃木県 茨城県

☆東海地区
静岡県 長野県 山梨県

☆関西地区
大阪府 京都府 兵庫県

☆中国地区
広島県 山口県

☆九州地区
熊本県

☆海外
アメリカ 台湾



◇ 賛助会員の募集 ◇

当協会では協会の理念に賛同していただける個人会員を募集しております。
講習会やセミナー等を会員価格で受講していただけるなどの特典もあります。
詳細はホームページをご覧ください。

