

ハートつながる キッドビクスの日





8月10日

ハート

日本こどもフィットネス協会は

8月10日を

ハートつながる キッドビクスの日 として

記念日登録しました

2024年5月23日申請済、正式承認待ち



わたしたちの
想い

1986年に オリジナルプログラム「キッドビクス®」を開始して以来、
日本中の子どもたちを元気にする！をミッションに掲げ
全国に広がる指導者とともに、活動を続けてきました。

子どもが元気であるためには
家族の健康と幸せが最も大事だと考え、
幼児期の大切な時間を親子で触れ合えるフィットネスをお届けしています。



これからも

キッドビクス®は、来年2025年に40周年を迎えます。

これから先も

子どもの笑顔と元気を守るために、家族も元気にする！を使命に
活動を続けてまいります。

毎年8月10日『**ハートつながる キッドビクスの日**』は
キッドビクスをもっと多くの親子に体感してもらうため、
日本中でワークショップやイベントを開催していきます



キッドビクスの キュン♡ポイント

キッドビクスは、2歳～12歳（特に2歳～6歳の幼児期）の大切な時期に親子で触れ合い、親子の絆を深めることができるプログラム。

親子であたたかい感情や達成感を共有できる
キュンがいっぱい生まれます。

幸せホルモン・オキシトシンもUP 



HUG

ギュ



LOVE

だいすき

I DID IT!

できた



HAPPY

幸せ～

キュンを届けたい



Laugh

おもしろい



Kyun

キュン

♡ SMILE

笑顔



SURPRISE

びっくり



GOOD JOB

すごいね



キュンを感じてほしい

ドキドキ



♡ たのしい



♡ TRY IT
やってみよう

こうした思い=キュン[♡]を
より多くの家族、親子へお伝えするための
イベントを開催します

イベント開催
決定

2024年8月10日

ハートつながる キッドビクスの日を記念して

『キュンとする親子ワークショップ』開催

日 時	2024年8月10日(土) 午前9時～11時
会 場	大田区田園調布せせらぎ公園 多目的広場 (予定)
内 容	親子で一緒に身体を動かして楽しむアクティビティ
対 象	未就学児～小学生の家族・親子
参加費	無料
主 催	一般社団法人日本こどもフィットネス協会
後 援	未定

♥ ハートつながる キッドビクスの日記念『キュンとする親子ワークショップ』

♡ 会場

多摩川に近い大田区田園調布に広がるのどかな公園です。
開催場所の多目的広場は、
日頃から親子がくつろぐ憩いの場となっています。



会場の多目的広場

♡ 内容

今回のワークショップでは、
屋外で楽しめるキッドビクスのプログラムをご用意します。
リズムに合わせて体を動かしたり、
みんなで一緒に大きなバルーンテントで風を感じたり、
小さなお子さんから楽しめるアクティビティとなっています。
ぜひ親子で参加して、たくさんのキュンを感じてください。



アクティビティの一例

ハートつながる キッドビクスの日記念『キュンとする親子ワークショップ』

仮PLAN

♡ 8月10日(土)スケジュール

9:00～9:25 受付

9:30～10:00 キッドビクス①未就学児向け（小学生も参加OK）

10:00～10:25 受付

10:30～11:00 キッドビクス②小学生向け（未就学児も参加OK）

♡ 申し込み方法

不要

事前申込みをいただくと、受付がスムーズです。

事前申し込みは、日本こどもフィットネス協会ホームページより専用ページにアクセスください

♡ 中止

雨天荒天時は中止となります。

中止の場合は、開催日当日午前8時までに、日本こどもフィットネス協会ホームページにてお知らせします

ハートつながる キッドビクスの日記念『キュンとする親子ワークショップ』

実施アイデア

♡ ハート音頭（盆踊り）を輪になってみんなで踊る

オリジナルソングでハート音頭を制作

♡ 受付でハート型シールを配布し、名前を記載して貼ってもらう

♡ スタッフのドレスコードは、ハートやピンク

（参加者にドレスコードを設けるのはハードルが上がるので設けない）

♡ 当日、「ハートあつめ」＝ハートポーズで写真を撮り、# キッドビクス でSNSにアップしてもらう

アップしてくれた方には〇〇をプレゼント

♡ みんなでハートアートを完成させる

ハートシールにお子さんへの愛のメッセージorパパママへのメッセージを書いてもらい、シートに貼ってもらう

みんなのハートが集まると大きなハートが完成

♥ ハートつながる キッドビクスの日記念『キュンとする親子ワークショップ』

♡ アクセス



- 所在地** 〒145-0071 東京都大田区田園調布1丁目53-12
- 電車でお越しの方** 東急東横線・目黒線・多摩川線「多摩川駅」下車 徒歩1分
- 自転車でお越しの方** 駐輪場：東門 約50台 / 北門 40台
利用時間：東門 公園の開園時間と同じ / 北門 9:00 - 22:00
駐輪場利用料金：無料
- お車でお越しの方** 駐車台数：20台 (内、身障者専用1台)
利用時間：6時30分～22時30分
駐車利用料金：入庫後30分毎100円
※台数に限りがありますので、ご来園・ご来館の際は出来るだけ公共交通機関や乗り合いなどでお越しください。



多目的広場

この大田区でのイベントの他にも
同日8月10日は、
大阪府・兵庫県・長野県・岩手県において
キッドビクスを広めるイベントを開催します

詳細は決まり次第、
日本こどもフィットネス協会ホームページにてお知らせします

♡おしまいに♡



子育てを
応援しよう

コロナ前の今から4年前、「ハートつながる キッドビクス」を
日本中の親子へ届けたい！との思いで、
日本こどもフィットネス協会では、1本の動画を制作しました。
動画に出演いただいた親子は、当時1～6歳でしたが、
今は5～10歳へと成長しています。

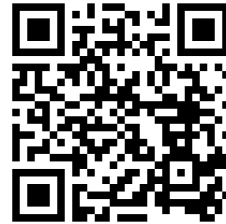
皆さんもご存知の通り、子どもの乳児・幼少期はあっという間に過ぎていきます。
毎日忙しく目まぐるしく過ぎていくママやパパの日々が
どうか幸せで、楽しくあってほしい。

ママやパパの笑顔が子どもたちを幸せに、元気にする！と信じています。

幸せな子育てができる家庭を増やすことで、
幸せな子育てができる地域が増え、
幸せな子育てができる国になっていくと願って
この「ハートつながる キッドビクスの日」を記念日登録します。

2024年5月 一般社団法人日本こどもフィットネス協会

動画「ハートつながる 心つながる キッドビクス」は YOUTUBEからご覧いただけます



ハートつながる 心つながる キッドビクス【ママ・パパ編】

644 回視聴・4年前

© 一般社団法人 日本こどもフィットネス協会

日本中の子どもたちを元気にしようを使命として日本一を目指します。2歳から6歳までの大切な時期に親子でふれあおう。