

ヨーガあそびを実演で解説する映像教材 DVD「みんなで楽しく まねまねヨーガ」

定価 **2,500円** (税込)
実演・監修 伊藤華野 著
(臨床心理士/子どもヨーガ研究家)

子どもたちのこころとからだの健康づくりに「まねまねヨーガ」をとりいれませんか



完成
しました!



足先や手先のこまかな動きのポイントをていねいに解説しています



DVDの収録内容

実技編

- まねまねヨーガ (子どもと一っしょ編)
- 赤ちゃんへのスキニシップヨーガのポジション
- スキニシップ・ヨーガ
- ふれあい歌遊びをつかったヨーガ
(A) 親が子どもに (B) 子どもが親に
- 歌「いのちさん」(親子で編)

レクチャー編

- まねまねヨーガ
- スキニシップ・ヨーガ
- ふれあい歌遊びをつかったヨーガ
(A) 親が子どもに (B) 子どもが親に

※伊藤華野の「なでなでヨーガ」は、スキニシップ・ヨーガ、ふれあい歌遊びをつかったヨーガなどの総称です。

●いとう・かの / 本名:伊藤佐子 (11月4日生まれ 午歳)
子どもヨーガ研究家。臨床心理士、福祉レクリエーションワーカー、保育士、介護福祉士。著書に、親子で楽しめるオリジナルのヨーガ・プログラムをかわいイラストで紹介した絵本『まねまねヨーガ』(京都通信社)、『はじめよう! キッズ・ヨーガ』(エンターブレイン)、共著に『あかちゃんからの自然療法』(クレヨンハウス)、『幼児体育』(樹村房) などがある。京都西山短期大学専任講師。

全60分
収録

わかりやすい字幕つき。
子どもたちと一っしょに歌ってね

白川美也子先生と著者(右)

トラウマに苦しむ人たちの支援にとりくむ白川美也子先生からご推薦のことばをいただきました!

華野さんの「まっすぐな願い」がつまったすてきなDVDです

華野さんとの出会いは講演に招かれた心理系研修会での朝ヨガでした。美しい姿勢と凛とした佇まい、澄んだ歌声に心惹かれました。ご縁を得て、発達に課題をもつ子どもへのヨーガの効果検証、児童養護施設での子どもたちへのセッションの提供、保育園での「まねまねヨーガ」の会などを支援するなかで、このDVDができあがりました。

子どもヨーガ研究家かつ臨床心理士であるという、複眼的な立場でヨーガを役だてたいという華野さんの真っ直ぐな願いが、DVDというかたちでみなさんのお手元に届き、たくさんのおとなと子どものこころとからだの健康、さまざまな現場でのより良い関係性形成に役だつことを祈ります。

しらかわ・みやこ ●精神科医・臨床心理士。
子どもの虐待、DVなど、対人暴力被害によるトラウマが専門。トラウマの連鎖を防ぐため、成人だけでなく、乳児院、児童養護施設、出産を扱う婦人保護施設など社会福祉施設での活動にも力を入れている。東日本大震災による子どものトラウマ支援も。こころとからだ・光の花クリニック院長。(院長としての業務は、戸籍名の「西美也子」で行なっている)

DVDに収録の「まねまねヨーガ」やスキニシップヨーガは、絵本「まねまねヨーガ」でも、くわしく解説しています。この機会に、ぜひあわせてお求めください。

DVD「みんなで楽しくまねまねヨーガ」のご注文は
制作・販売 株式会社アイ・フォスター

TEL 03-3556-4070
http://www.i-foster.jp/