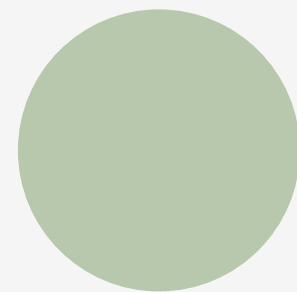


# EIKO's 発育ダンス

発育ダンスとは？





いわぬま  
**岩沼**

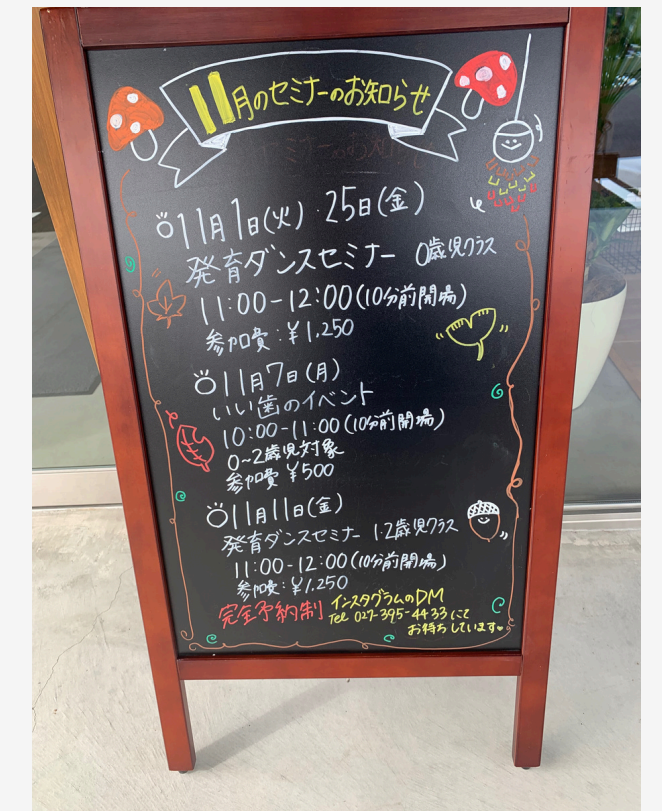
えいこ  
**英子**

1984年生まれ 群馬県前橋市 在住  
3児の母（10歳、7歳、1歳）

ダンスインストラクター 16年  
発育ダンス認定講師 2021年開始  
ニュートラルマインド Nmama講座考案

# 活動状況

- ・各ダンススタジオ
- ・歯医者さん
- ・結婚式場イベント開催出展
- ・住宅展示会イベント出展
- ・地域バザー・地域イベント 出張レッスン
- ・オンラインレッスン



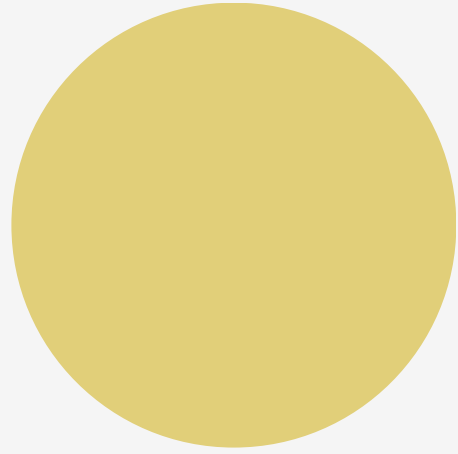


# 発育ダンスとは？

ダンサーNAZUKI 考案。  
認定講師は全国で50名以上（群馬2名）。  
0歳から親子で行えるダンスレッスン。

## 心×ダンス をモットーに

ダンスを通して、五感を刺激し、  
脳育へアプローチ。  
リズム感や体感はもちろん、  
経験を通して“できた”を増やし、  
心と体の土台づくりの場所をつくっている。



# 五感の発達は 幼児期 子どもの脳を活性化

幼児期は脳が急速に発達する時期

五感の発達すると...

五感の刺激

聴覚 視覚 味覚 嗅覚 触覚

シナプス

神経細胞 (ニューロン)

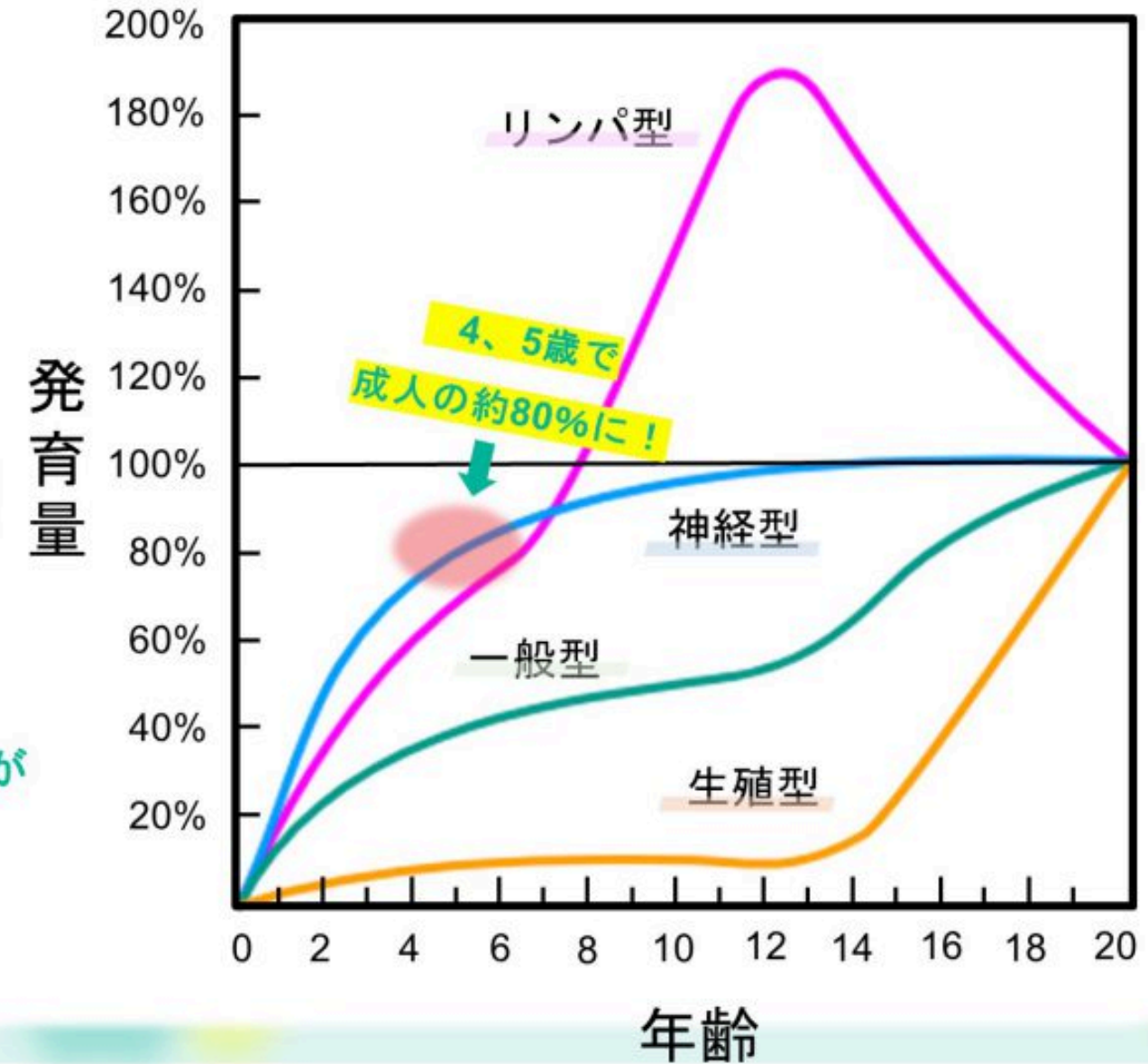
五感の刺激はシナプスを増やす!

発想力  
直感力  
危機回避能力  
豊かな情緒  
表現力 ...

- 発育ダンスでは、
- ・空間認知力
  - ・模倣力
  - ・体力
  - ・体幹力

# スキャモンの発育曲線

- ▶ **神経型**：脳、脊髄、視覚器など  
体を動かすことの器用さが発達します。
- ▶ **リンパ系型**（胸腫、リンパ節など）  
免疫力を向上させるリンパ組織等の発達です。
- ▶ **一般型**（呼吸・消化器、筋・骨、血液量など）  
身長・体重や胸腹部臓器の発育です。
- ▶ **生殖器系型**（睾丸、卵巣など）  
男性ホルモンや女性ホルモン等の性ホルモンの分泌が多くなります。14歳あたりから急激に発達します。



@CONOBAS

脳が完成するまでのこの時期に、遊びやスポーツを経験することが大事。  
またここでの経験が自信につながる。“根拠のない自信”はここからではないか？



## 0歳から発育ダンス

対象：首が座った頃～ハイハイ期よちよち期くらいまで

抱っこをしながらリズムを取ったり、ふれあいを大切にした遊びなどを取り入れ、赤ちゃんの五感を刺激。脳育へとアプローチするとともに、親子のスキンシップを大切することで、赤ちゃんの心を満たす時間に。産後のママの体にもアプローチした動きも取り入れている。

## 2歳から発育ダンス

2歳以上～低学年くらいまで

ダンスに結びつく“ケンパー”や“足じゃんけん”などを取り入れながら、基礎のリズム取りや振り付けにも挑戦。アイテムを使って、体感やバランス力などにもアプローチ。

習い事を始める前の準備、“やってみよう”の練習の場。“できた”を体感し、自信を身につける。

# EIKO's発育ダンスが 目指していること

- 子どもたちが無限の可能性を開花できる場所
- 親子で踊ることを思いきり楽しめる場所
- ママとお子さんのスキンシップタイムと笑顔の場所
- ママが深呼吸できる場所

ママにもリラックスしてほしい・・・





# ママの発散 息抜きの大切さ

子どもの未来はママ次第・・・？

遺伝は2～3割。環境が大事。

環境をつくるのは親の役目。

そして、みんな大好き！ママの存在は影響力大！

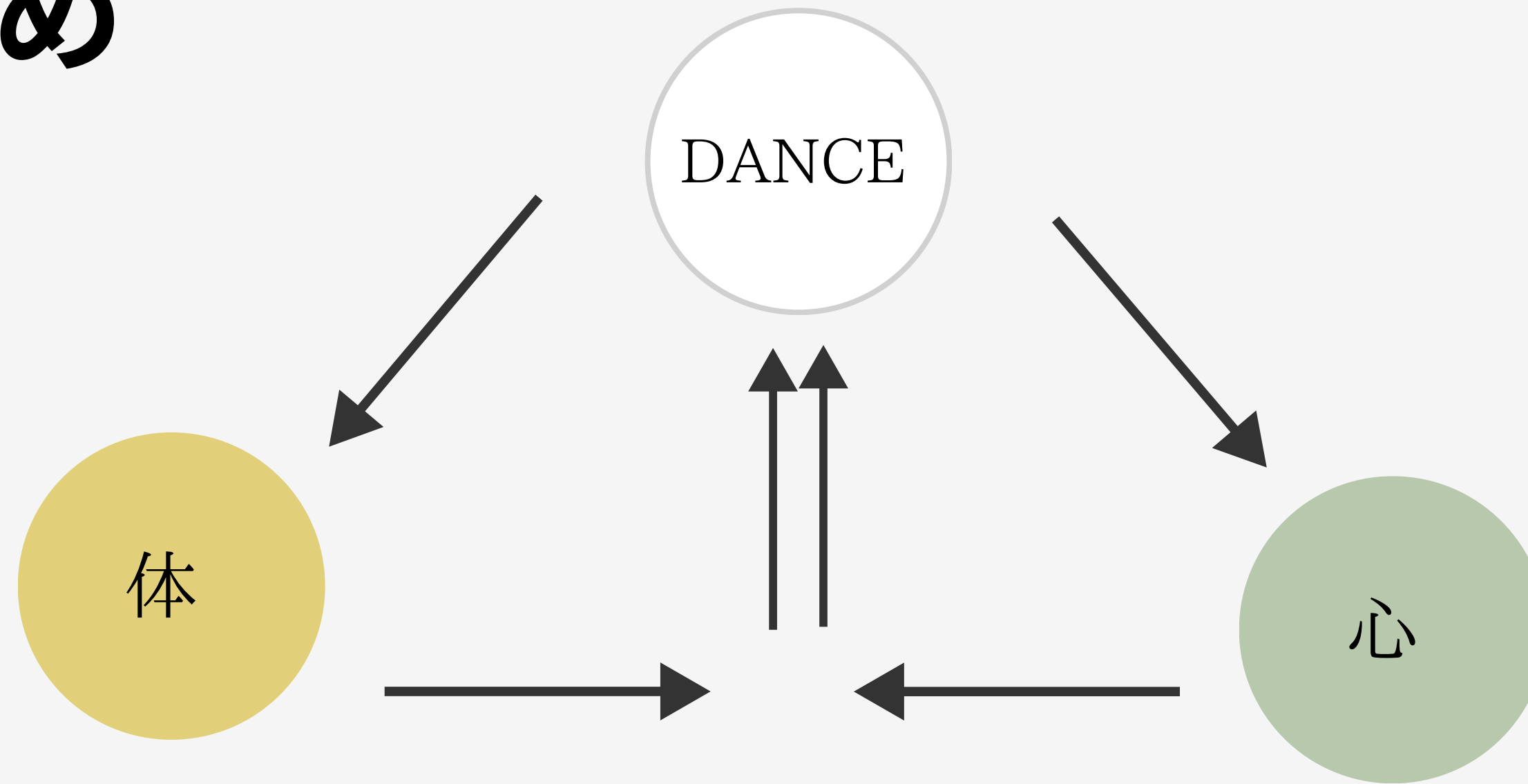
ママの心の余裕は、子どもの安心につながる。

ママにとっても息抜きができたり、  
同じ時期に子育てをしているママとお話しできる、  
楽しい時間になってほしい。

子どもの安心で安全の基地（家）を築くために、  
ママが自分自身を大切にすることが重要。



# まとめ



発育ダンスは、ダンスを通して五感を刺激して、  
脳育・発育に繋がり、成功体験によって自信を持つ材料を増やすことができる。  
体と心ともに、成長していく上での大事な土台づくりの時間になると同時に、  
ママと子どものコミュニケーションの場、ママのリラックスとリフレッシュの場になる。



**Thank You**

ご視聴ありがとうございました。