

第4回

# 齋藤公子さくらんぼリズム遊び 講習 in Hiroshima

動き出す、心が躍り出す！保育の現場に、笑顔と感動の花を咲かせよう！

開催日 2026年4月18日(土)

時間 ① 9:45～12:30 (受付 9:30～)  
② 13:30～16:15 (受付 13:10～)

場所 JMS アステールプラザ2階 多目的スタジオ  
〒730-0812 広島市中区加古町4番17号  
最寄り駅：広島電鉄6号線「舟入町駅」より徒歩5分  
【ホームページ】<http://h-culture.jp/access/>

参加費 保育者1人につき  
1 枠：6,600円(税込)  
2 枠：13,200円(税込)



## プログラム

① 9:30 受付開始／9:45 開始 (～12:30)

テーマ：乳幼児期の土台作り～足指と体幹から安心の根っこを張る。  
心を通わせるダイアログ～

【歌】

【座学】「齋藤公子さくらんぼリズムを導入するための第一歩」

【リズム遊びの実践と雑巾掛け】

金魚、どんぐり、両生類ハイハイ、うさぎ、こうま、うま、かめ、あひる、雑巾掛け、手押し車、五色の玉

【響きあうダイアログ～身体の声を聴き、子どもの姿に重ねる～】

② 13:10 受付開始／13:30 開始 (～16:15)

テーマ：つなぐ～年長の誇りへ。縄跳び作りと1年の実りを見通すリズム～

【歌】【年長リズム遊びの実践】

兄弟すずめ、ランアンドストップ、つばめの乱舞、とんび、ていーちでいーる、スキップ、ポルカ、おふねはぎっちらこ、海だ海だ

【ワークショップ】

「縄跳びを作って跳んでみよう！～手仕事から跳躍へ～」

## 第4回 斎藤公子さくらんぼリズム遊び講習

### キャンセルポリシー

4 日前までのキャンセル→80%ご返金  
3 日前～当日のキャンセル→ 30%ご返金

### 定員

各回 60 名 (定員に達し次第受付終了)

### 持ち物

『イラスト版 斎藤公子 さくら・さくらんぼリズム遊び』  
※本書を使って講習会を行います。事前、事後販売も承ります。  
当日、書籍、DVD の販売ブースもあり。

### 注意

当日は裸足で行います。動きやすい服装でご参加ください。  
録音、録画は禁止とさせていただきます。



### 講師プロフィール



### 湯谷理栄子

広島県在住。「斎藤公子さくらんぼリズム遊び」講師。リズム遊び指導歴 17 年、延べ 1500 人の子どもたちを指導。幼稚園・保育園での保育経験は 26 年。保育士講座や親子リズム、保育施設への訪問を行い指導・援助。

### 前回参加者 Y.O さんの声

昨日は丁寧な講座ありがとうございました！

私は、母親として脳疾患のある我が子のために、何かしたいという思いから参加しました。特に斎藤公子先生の本を読んでからは実際にさくらんぼリズムを体感したい、知りたいという思いが強くなり、参加して本当によかったです。

まず、座学の方では点と点が繋がったような気持ちになったことがありました。

脳の三位一体理論というのを知りました。中心部から外に向かって爬虫類脳、哺乳類脳、人間脳の3つに分かれていて、必ず中心部から育まないといけないと学んでいました。進化の過程と乳児の動きは重なること知り、金魚やどんぐり、両生類ハイハイが基本の動きになる理由

がっとなり腑に落ちました！

爬虫類脳を刺激するための爬虫類の動き、魚類はもっと中心部の脳への刺激なんだと感動し、本当に科学的で凄く響きました！

実際のリズム遊びを通しては、医療的ケア児を持ってからは社会からも離れざるを得ず、人との関わりも忘れてしましそうなくらい孤立した状態でしたが、久しぶりにあんなにたくさんの大人と接し、優しくて明るい方たちと体でリズムをめいっぱい楽しみ、本当に楽しかった。歌も、みんなで歌うなんてめっきりなかったので、もっと「さくらんぼリズム」が広がればいいなと心から思いました。家でも少しずつ楽しみながら取り入れたいと思います。本当に胸が高鳴る1日でした！

お申し込み・お問い合わせは、こちらの QR コードから

主催：湯谷理栄子 yutanirieko.sakuranbo@gmail.com

