

NHK「おかあさんといっしょ」
第10代体操のお兄さん

佐藤 弘道 先生

楽しく健康を学んで
短命県返上！



弘前大学特別顧問・名誉教授

中路 重之 先生監修！

現地×オンライン
ハイブリッド開催

ひろみち先生と2日間で学ぶ



全国親子体操 普及員養成講座

日時

11/23 日 9:30～16:30

11/24 月休 9:00～16:00

申込QR

申込必切
11/7 金



郵送・FAX・メールからの申込可能
詳細は裏面をご覧ください

場所

青森県武道館

昨年の様子



受講料

現地・オンライン 5,000 円

定員 現地 150 名
オンライン 200 名

※定員に達し次第、締め切らせていただきます

こどもの身体、発達、栄養といった健康に関する
多角的な知識を専門家から学ぶことが出来ます。
ひろみち先生と2日間、頭と身体を使って
親子体操について学びませんか？

お申込み先



☎ 017-763-5590 📠 017-763-5591

✉ sukoyaka-kensyu2@lily.ocn.ne.jp

【主催】 青森県医師会健やか力推進センター / 弘前大学健康未来イノベーション研究機構

【共催】 弘前大学教育学部附属次世代ウェルビーイング研究センター / 弘前市

【後援】 青森県 / 青森県保育連合会 / 青森県私立幼稚園連合会 / あおもり子どもの健康研究会 / 青森県生活協同組合連合会 / 青森放送 / 弘前地区小学校教育研究協議会体育部会 / 弘前地区小学校教育研究協議会保健部会 / 青森県教育委員会 / 青森県社会福祉協議会 / 青森県歯科医師会 / 青森県薬剤師会 / 青森県看護協会 / 青森県栄養士会 / 青森県理学療法士会 / 青森県作業療法士会 / 日本健康運動指導士会青森県支部 / 全国健康保険協会青森支部 / 青森県商工会議所連合会 / 青森県食生活改善推進員連絡協議会

親子体操ってなに！？



親子体操は、親子の心と体の健康度を上げる体操（運動）です。

親と子が協力または、競い合いながら行う体操（運動）で、親子のコミュニケーションの促進、親子の絆・信頼関係を深めることができるなど、その他にも様々な効果があります！

「親子体操普及員」に認定されるとなにができるの？

各々のフィールド（職場等）で「親子体操普及員」として、親子体操プログラムを活用することができます。

幼児（子）だけではなく、子育て世代（親）を巻き込んだ指導をすることができ、現場で役立つ内容が盛りだくさん！

幼児の運動指導だけではなく、親子で参加するイベントや参観日等で活用することができます。

親子体操普及員養成講座プログラム 目標

●身の回りの人々（家族、同僚、友人）に対して自身の生活圏内（地域、職域、学校）で健康に関する知識や行動を広め、地域保健活動の指導・サポートをおこなう人を育てる。

●幼児・児童に関わる関係者に、発達・発育に合わせた指導方法を習得してもらい、園内・学内・地域の親子イベント企画をおこなう人材を育てる。

■ 申込方法

①申込フォーム⇒QRコードを読み取り、お申込みください。

②郵送・FAX・メール⇒下記参加申込書を記入し、お申込み先へお送りください。

*本申込用紙は、『健やか力推進センター』ホームページよりダウンロード可能です。

申込 QR



申込締切:11月7日(金)

■ 参加費支払方法

口座振込でのお支払いとなります。

詳細につきましては、申込後に FAX またはメールにてご案内いたします。

■ 参加申込書

① 氏 名	フリガナ	② 年 齢	
③ 電話番号		④ メール アドレス	
⑤ 住 所	〒		
⑥ 所属名・所属先電話番号			
⑦ 修了番号(受講歴がある方のみ)			
⑧ 参加方法(どちらかに○)		現地 ・ オンライン	
⑨ 申込されたきっかけがあればご記入ください			
⑩ 本講座に関して、ご意見・ご要望等があればご記入ください			

*申込書に記載された情報は、本講座関連以外には使用いたしません。

*お申込後に上記連絡先へ詳細をお送りいたします。お間違えがないようご記入をお願いいたします。