

現地×オンライン
ハイブリット開催!

講師：佐藤弘道 先生
NHK「おかあさんといっしょ」
第10代体操のお兄さん



親子体操 普及員養成講座

2/24(土) 25(日)

会場 八戸学院大学短期大学部
体育館 (八戸市美保野 13-384)

受講料 ¥5,000

(親子体操普及員養成講座 修了認定者: ¥3,000)

定員 50名 (オンライン)
100名

※定員に達し次第、締め切らせていただきます

対象

- 親子体操に関心がある方
- 幼児体育、幼児教育に携わる方

親子体操普及員
大募集!!

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!

申込方法

QRコードからお申し込みください



※郵送・FAX・メール
の申込可能
(詳細は裏面をご覧ください)

申込締切: 2/9(金)

「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。



●主催・お問合せ先



青森県医師会附属
健やか力
推進センター

〒030-0801

青森市新町2丁目8-21 青森県医師会館6F

☎017-763-5590 (FAX 017-763-5591)

✉sukoyaka-kensyu2@lily.ocn.ne.jp

共催：弘前大学大学院医学研究科附属健康未来イノベーションセンター
青森県保育連合会、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
NPO法人はちのへ未来ネット

後援：青森県、八戸市、弘前市、青森県私立幼稚園連合会、八戸市教育委員会
あもり子どもの健康研究会、青森県生活協同組合連合会、青森放送株式会社



【親子体操普及員養成講座プログラム 目標】

- 身の回りの方々(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たり、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、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。

◆プログラム内容予定(健康教養に関連づけて親子体操を習得する) * 写真・動画撮影・録音行為は禁止となります

時間	テーマ	講師	小目標
9:30-9:40	オリエンテーション	健やか力推進センター	親子体操普及員とその活動を理解する
9:40-10:20	講義：親子体操が将来の子供に影響を与えるのか	中路重之	青森県民の健康状態を把握し、その生活習慣との関係について理解する
10:30-11:30	講義：親子体操とは 講義：親子体操指導法	佐藤弘道	・親子体操の目的とその効果を理解する ・親子体操実施の際に留意すべきことを観察し、深める
昼休憩 (60分間)			
12:30-12:45	講義：親子体操説明会	佐藤弘道	
12:45-14:45 ・12:45 受付 ・13:15 親子体操 ・14:30 見送り	実習：親子体操の指導方法 (親子体操教室)	佐藤弘道	・親子体操実施の際に留意すべきことを観察及び体験をし、深める
14:45-16:00	WS：感想発表 実践事例発表		
16:00-16:30	まとめ		

時間	テーマ	講師	小目標
9:00-9:10	朝礼	健やか力推進センター	
9:10-10:00	講義：栄養について		子どもを含めた家族全体の栄養について理解をする
10:10-11:00	講義：幼児の精神的・心理的特性		幼児期の精神的特性について理解する
11:10-12:00	講義：幼児の身体的特性		幼児期の身体的特性について理解する
昼休憩 (60分間)			
13:00-13:50	実習：運動遊び実践体験	SRC	運動遊びを学ぶ
14:00-14:40	確認テスト		
15:00	修了証授与		

◆申込方法◆

QRコード(表面)からお申し込みください。

郵送・FAX(下記の参加申込書をご使用ください)、メール(①氏名、年齢②電話番号③メールアドレス④自宅住所⑤所属先名、所属先電話番号⑥修了番号(受講歴がある方のみ)を明記)の申込可能。

※2月9日(金)までにお申し込みください。(本申込用紙は「青森県医師会 健やか力推進センター」HPからダウンロード可能です)

◆親子体操普及員養成講座 参加申込書◆

①氏名	ふりがな	②年齢	歳
③電話番号		④メールアドレス	
⑤自宅住所	〒		
⑥所属先名		⑦所属先電話番号	
⑧修了番号 (受講歴のある方のみ)		⑨参加方法 (どちらかに○)	現地 ・ オンライン

* 本申込書に記載された情報等は、本研修に関する情報のお知らせのみに利用いたします

* 記載されたメールアドレスに振込先をご案内いたします

* 参加者には2月上旬に研修案内・振込案内を郵送またはメールでお知らせいたします