

定員50名

申込締切2月25日(金)

*定員になり次第、締切となります

親子体操

普及員養成講座

健やか力推進センターは、親と子がふれあいながら体を動かし、子育て世代や子供の健康づくりを推進することを目的に、「親子体操普及員養成講座」開講します。保育園や幼稚園のプログラムとして活用できる知識・技術を習得できます。

養成講座終了後は、「親子体操普及員」として、各々のフィールドで健康づくりに関連づけて“親子体操”を普及していきます。



とき

令和4年 3月12日(土) 9:15 ~ 17:15
3月13日(日) 9:00 ~ 12:30

ところ

むつマエダアリーナ メインアリーナ
(むつ市総合アリーナ) ... むつ市真砂町9-1

対象

親子体操の普及に意欲のある方

受講料

5,000円(資料代、保険代込み)

講師

佐藤弘道先生 ほか

(NHKおかあさんといっしょ第10代体操のお兄さん)

持ち物

内履き、昼食、飲み物、筆記用具など

服装

動きやすい服装(体を動かす実習があります)

申込方法・スケジュール ※裏面参照

申込・お問合せ先 青森県医師会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

TEL 017-763-5590 FAX 017-763-5591

E-mail sukoyaka-kensyu2@lily.ocn.ne.jp

主催 青森県医師会 健やか力推進センター

共催 青森県保育連合会

弘前大学COI研究推進機構

弘前大学大学院医学研究科健康未来イノベーションセンター

後援 青森県 青森市 弘前市 むつ市

青森県私立幼稚園連合会

【親子体操普及員育成プログラム 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たり、地域保健活動の指導・サポートといったボランティア活動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	内容
9:15-9:30	オリエンテーション	健やか力推進センター 弘前大学 杉村嘉邦 先生	親子体操普及員とその活動を理解する 実施プランの作成説明
9:30-10:15	講義:親子体操と効果 休憩(10分)	佐藤弘道 先生	親子体操の目的とその効果を理解する
10:25-11:05	講義:親子体操の指導の基本 休憩・移動(10分)	佐藤弘道 先生	親子体操実施の際に留意すべきことを理解する
11:15-12:00	体験演習:親子体操の実際 昼食・移動(60分)	らくがきっ子 体操クラブ	現場の状況を踏まえながら、模擬親子体操を体験し、その効果を理解する
13:00-13:50	講義:幼児の精神的・心理的特性 休憩・移動(10分)	弘前大学 森裕幸 先生	幼児期の精神的特性について理解する
14:00-14:50	実践実習:親子体操の指導方法 (保育園園児) 休憩(10分)	佐藤弘道 先生	親子体操実施の際に留意すべきことを観察し、深める
15:00-15:50	講義:幼児の身体的特性 休憩(10分)	弘前大学 上野秀人 先生 名久井小学校 田中宏輝 先生	幼児期の身体的特性について理解する
16:00-16:40	普及員活動報告	弘前大学 杉村嘉邦 先生	普及推進員による発表(2~3名)
16:40-17:15	演習:実践事例発表	弘前大学 杉村嘉邦 先生	普及推進員の活躍と取り入れ方を知る

時間	テーマ	講師	内容
9:00-9:10	親子体操指導の注意点	佐藤弘道 先生	
9:10-9:30	親子受付・誘導	らくがきっ子 体操クラブ	イベント準備体験
9:30-10:30	見学実習:親子体操の指導方法 (一般応募者)	佐藤弘道 先生	親子体操実施の際に留意すべきことを観察し、深める
10:30-10:40	休憩・移動(10分)		
10:40-11:30	講義:幼児の栄養 休憩(10分)	青森県立保健大学 熊谷貴子 先生	幼児期の栄養について理解する
11:40-12:20	講義:親子体操が将来の子供に影 響を与えるのか	弘前大学 中路重之 先生	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
12:20-12:30	修了証授与	中路重之 先生 佐藤弘道 先生	

◆申込方法◆

メール、またはFAX(下の参加申込書をご使用ください)に ①氏名、年齢 ②メールアドレス ③電話番号、FAX番号 ④自宅住所、⑤所属先名、所属先電話番号を明記し、※2月25日(金)までにお申し込みください。

◆親子体操普及員養成講座 参加申込書◆

①参加者氏名	ふりがな	①年齢	歳	②メールアドレス	
③電話番号				③FAX番号	
④自宅住所	〒				
⑤所属先名		⑤所属先電話番号			

* 本申込書に記載された情報等は、本研修に関する情報をお知らせするために利用いたします

* 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

* 参加者には開催日10日前頃に最終案内を送付いたします