

みんなでのしく
からだをうごかさう！

ひろみちお兄さんの

親子体操 全国大会

2026
11.23 MON
PUBLIC HOLIDAY

1部 9:45 ▶ 10:30
2部 11:15 ▶ 12:00
青森中央学院大学



佐藤弘道先生
直伝!

NHK
「おかあさんと
いっしょ」
第10代体操の
お兄さん



中路重之
先生
監修!

弘前大学
名誉教授

入場料

親子1組

1,000円

追加申込1名 500円

(保険代込)

0~2歳児は無料です。

※見学のみの方も有料になります。

参加親子大募集!

対象は未就学(3~6歳)と
その保護者

各回
限定

60組

※定員に達し次第、締め切らせていただきます。

※対象外の年齢のお子様も参加可能です。

申込方法



締切

11.6 FRI

QRコードを読み取り
お申込みください。

郵送・FAX・メールの申込可能!
(詳細は裏面をご覧ください)

その場で結果が分かる
QOL健診も体験できる!



親子いっしょに
たのしい体操!

ひろみちお兄さんの 親子体操全国大会

※写真・動画撮影・録音行為は禁止です。



■日時 2026年11月23日(月・祝)
【1部】 9:45~10:30(受付開始 9:15~)
【2部】 11:15~12:00(受付開始 10:45~)

※希望した時間帯が定員に達した場合、他の時間帯へご案内することがございます。ご了承ください。

■対象 未就学児(3歳~6歳)、その保護者
■会場 青森中央学院大学(青森県青森市大字横内神田12)
■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のホームページからダウンロード可能です。

申込締切：11月6日(金)

■入場料支払方法

事前に口座振込でのお支払いとなります。申込後にFAXまたはメールでご案内いたします。

■参加申込書

①参加希望時間	※参加希望する時間の方を○で囲ってください 【1部】 9:45~10:30 ・ 【2部】 11:15~12:00					
②保護者氏名	年齢	歳	③お子様氏名	年齢	歳	
保護者氏名	年齢	歳	お子様氏名	年齢	歳	
④電話番号	⑤メールアドレス					
⑥住所						
⑦備考・ご要望						
⑧本イベントを知ったきっかけを教えてください						

*申込書に記載された情報は、本イベント関連以外には使用いたしません。

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

■お申込み・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

MAIL: sukoyaka-kensyu2@lily.ocn.ne.jp

HP: <http://www.aomori.med.or.jp/common/sukoyaka.html>