

楽しく健康を学んで
短命県返上！

全国親子体操 普及員養成講座

弘道先生と2日間学ぶ！

11/22 日 9:30～16:30

* 23 月 9:00～16:30

中路 重之
先生監修！

弘前大学
名誉教授

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
先生直伝！

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できます。
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？

場 所 青森中央学院大学

定 員 100名
※定員に達し次第、締め切らせていただきます

受講料 7,000円
既普及員 4,000円



申込QR

申込〆切

11/ 6 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

早期申込特典

受講料 7,000 円のところ

7月31日 までにお申込をいただくと

※当日消印有効

6,000 円で

受講できます

★お問合せ★



青森県医師会附属
健やか力
推進センター

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/青森中央短期大学/青森市健康寿命延伸会議

★後援★

青森県/青森市/青森県保育連合会/青森県私立幼稚園連合会/あお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/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/弘前学院大学/青森県立保健大学/青森大学/青森中央学院大学/陸奥新報社/東奥日報社/デーリー東北新聞社

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。

申込締切：11月6日（金）



■ 参加費支払方法

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 本講座に申込されたきっかけ(又は本講座を知ったきっかけ)があればご記入ください			
⑨ 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。