

講演会

「こどもの成長と運動の重要性」

将来を見据えた理想的な子育てには、食事・運動・睡眠を整えることが最も大切であるといわれています。子どもにとって十分な睡眠時間の確保が必要であり、またバランスのとれた食生活が大切です。そして、のびのびと体を動かすことにより、体力も向上していきます。しかし近年、子どもの体力が低下し、大きな問題として取り上げられています。では、どのようにして体力を向上すればいいのでしょうか。子ども将来のために、健康・教育における運動の重要性についてお話をさせていただきます。

日時 : 2007年11月25日(日) 13:30 ~ 15:30

集合場所 : 茨木市彩都西小学校 多目的教室

講師 : 大阪教育大学教授 三村 寛一 氏



1946年加古川生まれ。大阪教育大学付属池田中学校長。
専門は運動生理学。子どもの体力低下や運動と学習の関係など研究。

参加費用 : 無料 定員100名(先着順)

注意事項 上履きと靴をいれる袋を持参下さい。 駐車場はございません。

主催 : 彩都建設推進協議会

後援 : 大阪健康サービス産業創造協議会

申し込み先 : 彩都健康イベント実行委員会 講演会係

大阪市北区東天満2 - 10 - 17 中本ビル1F 関西スポーツ文化振興協会内

ご質問等は、E-MAIL: info@needs-souzou.com まで

切り離さず FAX 06 - 6354 - 1320 までお送り下さい。

E - MAIL : info@needs-souzou.com でも受付しています。

満席のときのみご連絡いたしますので、この用紙を当日会場にお持ち下さい。

住所		氏名	
連絡先 (TEL、FAX また E-mail)		年齢	
同伴者氏名		同伴者氏名	
同伴者氏名		同伴者氏名	