

# 下松市・記者発表（配布）資料

令和8年1月9日

学 校 名	校 長 名	担 当	連 絡 先（直通）
下松市立豊井小学校	小西 恵理	西村 俊彦（教頭）	0833-41-0531
1. 件 名	豊井小学校 第3回学校保健安全委員会 講演会 <b>演題：「正しい姿勢と動ける身体作り ～体軸体操～」</b>		
2. 目 的	予防医学や脳科学からうまれた、文部科学省認定の「体軸体操」を通して、身体の正しい使い方の重要性を学ぶ。日常的に体軸を意識しながら生活し、地域の皆の、健康・安全な人生につながることを期待する。		
3. 日 時	令和8年1月22日（木）11：10～12：00 受付10：50～		
4. 場 所	下松市立豊井小学校（体育館）		
5. 主催者	下松市立豊井小学校 下松市立豊井小学校PTA		
6. 内 容	講師： 体軸体操指導者養成講師 ふかまち かずこ <b>深町 和子 様</b>  ・身体の正しい使い方が身につけば、姿勢が良くなり、運動神経も良くなる。それが、けがや病気を予防することにもつながる。体軸を意識すれば、体が楽に動くことが実感できる。  詳細は別紙フライヤー		
7. 参加者	豊井小学校児童・教職員・保護者・地域の方		
8. その他			

# 下松市立豊井小学校 第3回学校保健安全委員会

## 演題：「正しい姿勢と動ける身体作り ～体軸体操～」



講師：体軸体操指導者養成講師 <sup>ふかまち かずこ</sup> 深町 和子 様

【日時】 令和8年1月22日（木） 11：10 ～ 12：00  
受付・開場 10：50 ～

【場所】 豊井小学校体育館

【対象】 豊井小学校全児童、保護者、地域の方

\* \* \* \* \* 講演・実技講習 \* \* \* \* \*

姿勢が良くなる！

けがや病気を予防する

正しい身体の  
使い方が身につく

運動が苦手、運動が嫌いってホント？

よちよち歩きのころは、あちこち行きたくて制限無く自由に動き回っていたはず！

身体が楽に動くことが実感できる、身体の軸をつくる体軸体操をやってみませんか？

身体の正しい使い方が身につけば、姿勢もよくなり、運動神経もよくなります。ただ、やり方を知らないだけです。予防医学や脳科学から生まれた、文部科学省認定の体軸体操ですので、安心してご参加いただけます。

心と身体を整えて、いつまでも元気いっぱい動ける身体作りをしましょう！



参加希望の方は、会場準備等がございますので、左記2次元バーコードから 1月15日（木）までに、参加申し込みをお願いいたします。  
申し込みを取り消す場合も、同様にお知らせください。

