下松市・記者発表（配布）資料

令和７年７月１５日

部 課 名	課　　長	担　　当	連 絡 先（直通）
学校教育課	田谷　義和	小林　桂子	４５－１８６８

１．件　名	第２５回「けんこう教室」の開催について
２．目　的	基本的生活習慣を見直すことにより、よりよい生活習慣の形成を図り、将来にわたって心身共に健康な児童を育成するとともに、家族の健康についても考える機会とする。
３．日　時	令和７年７月２５日（金）　１３：５０～１５：４０
４．場　所	下松スポーツ公園体育館（トラックワンアリーナ） （下松市大字河内字恋路１０１４０）
５．主催者	下松市学校保健会　　下松市教育委員会
６．内　容	★講演・実技講習★ テーマ：　「動ける土台作り　～体軸体操～」 ～体軸は生きるすべての土台になる～ 講　師：　体軸体操指導者　深町　和子　様
７．参加者	下松市内小学生とその保護者・中学生　７８名

第25回　けんこう教室

テーマ：「動ける身体の土台作り　～体軸体操～」
～体軸は生きる全ての土台になる～

講演・実技講習　（対象：小学生とその保護者、中学生）

講師：体軸体操指導者　深町　和子　様

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！

【受付】１３：３０～

【日時】**7月25日**（金）１３：５０～１５：４０

【場所】下松スポーツ公園体育館（トラックワンアリーナ）

主催　下松市学校保健会　下松市教育委員会