

## 「食育&体育、2つの『育』で子育て支援」セミナー

全国体力テストにおいて、北海道の子どもたちの体力レベルが全国平均を大きく下回った状態にあります。体力の低下は集中力の低下をもたらし、学力にも大きく影響することが明らかになってきました。加えて、体力不足は病気になりやすく、怪我もしやすい状況にも陥ります。

11月10日（土）と11日（日）の2日間、白石区民センターにおいて、2つの「育」（食育、体育）にスポットを当て、お母さん（保護者）には「食」の面から、育ち盛りの小学生には「体」の部分から、第一線で活躍する栄養士とスポーツトレーナーが持っている知識や経験を生かし、子どもたちの体力向上と発育を支援するセミナーを開催いたします。

※「第2弾」は、1月上旬（冬休み時期）に予定しています。

**日 時** 平成24年11月10日（土）10時～11時30分

11月11日（日）10時～12時30分

**会 場** 白石区民センター（札幌市白石区本郷通3丁目北）

**定 員** 親子30組（60名）

※体育＝お子さんは、小1～小4までとします。

**参加料** 4,000円（親子、2日間）

※親子料金（お1人 1回あたり1,000円）

スポーツ安全保険・食材費・消費税は含まれています。

**内 容** 食育：

11月10日（土）「食育」の考え方（座学、Q&A）

11月11日（日）栄養士の指導による調理実習

※調理後、親子一緒に食事をします。

体育：

11月10日（土）スポーツトレーナーによる運動指導①

11月11日（日）スポーツトレーナーによる運動指導②

**主 催** 特定非営利活動法人 北海道スポーツコンシェルジュ

**協 力** 公益社団法人 北海道栄養士会、

※お申し込みは、裏面の申込書にご記入の上、FAXにてご送付をお願いいたします。

お問い合わせは、FAXかEメールでお願いいたします。

応募の締め切りは11月3日（土）までとさせていただきます。

応募多数の場合は、厳正なる抽選の上、当選された方のみ11月6日（火）までにFAXでご連絡を差し上げます。

お申し込み、お問い合わせは

特定非営利活動法人 北海道スポーツコンシェルジュ

# 「食育&体育、2つの「育」で子育て支援」セミナー 申込書

（ふりがな） こども 氏名 ※体育参加者	学年（ <input type="checkbox"/> 小1、 <input type="checkbox"/> 小2、 <input type="checkbox"/> 小3、 <input type="checkbox"/> 小4） 性別（ <input type="checkbox"/> 男子、 <input type="checkbox"/> 女子）
（ふりがな） 保護者 氏名 ※食育参加者	
ご連絡先	〒      ー  TEL :                              FAX : 携帯 :                              E-mail :
・この講座で 知りたいこと  ・ご希望される こと  ・質問事項 等	

※ご記入いただいた個人情報については、本講座の開催に必要な連絡調整、講師等への告知、今後の講座や関連事業等のご案内のみで使用いたします。

**お申し込み**

特定非営利活動法人 北海道スポーツコンシェルジュ