小学校1年生から3年生の児童と保護者の皆さんへ

親子運動・食育教室

むすび丸

【主催】宮城県学校保健会、宮城県教育委員会

おうちの人と一緒に運動をして、一緒にお弁当を食べて、健康な体をつくろう！

病気にならないで健康にすごしていくためには、体を動かすこと、バランスよく食べること、よくねることなど、自分の体を大事に生活することが大切です。

1　日　時：令和8年1月17日（土）午前10時～午後3時

2　会　場：東松島市矢本東市民センター
（住所：東松島市小松下浮足100－20　電話：0225－82－1180）

3　対象者：親子30組　※応募者多数の場合は、先着順となります。
（小学校1年生から3年生の児童と保護者）

4　参加費：無　料
※参加者には、お弁当を準備します。費用は一切かかりません。
※お弁当は、全員同じ物で個別のアレルギー対応はできません。

5　日　程

9:30～10:00	10:00～10:15	10:15～11:45		11:45～12:30	12:30～13:00	13:00～14:50	14:50～15:00
受付	開会行事	児　童	運動指導①	食事 栄養指導	休憩	親子で 運動指導②	閉会行事
		保護者	食育指導				

6　内　容
（1）運動指導①・②　講師：亀山耕平（元オリンピック体操選手）
（2）食育・栄養指導　講師：岩田　純（仙台大学スポーツ栄養学科長）

7　準備物　上履き、タオル、飲み物

【申　込】右下の申込QRコードでお申込みいただくか、裏面様式に必要事項を御記入いただき、FAXまたはメールで12月12日（金）まで送信してください。
※参加対象以外の児童等が参加したい場合は、事務局まで御連絡ください。

【問合わせ先】宮城県教育庁保健体育安全課　学校保健給食班（宮城県学校保健会事務局）
TEL：022－211－3666　FAX：022－211－3796
e-mail：hokenah@pref.miyagi.lg.jp
詳しくは、「宮城県教育委員会保健体育安全課学校保健ホームページ」をご覧ください。
https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/hotai/hokentop.html

【申込QRコード】