

おやこうんどう しょくいきょうしつ 親子運動・食育教室



【主催】宮城県学校保健会、宮城県教育委員会

むすび丸

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11月28日（土）午前9時30分～午後2時

2 会場：気仙沼中央公民館

（住所：気仙沼市内の脇1丁目16-6 電話：0226-22-6760）

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

9:00～ 9:30	9:30～ 9:45	9:45～11:15 【90分】	11:15～ 11:30	11:30～12:30 【60分】		12:30～13:30 【60分】	13:30～ 14:00
受付	開講式	親子で 運動指導①	休憩・ 移動	児童 保護者	運動指導② 食育指導	食事・ 栄養指導 (昼食)	閉講式



6 内容

(1) 運動指導①・② 講師：鈴木 純（宮城教育大学教育学部 講師）

(2) 食育・栄養指導 講師：山城秋美（尚絅学院大学健康栄養部門 教授）

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11月6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。

【問い合わせ先】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）【申込 QR コード】

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/20189330h/oyakokyoushi tu. html>



<https://x.gd/iDLAe>