

令和5年度 愛知県健康づくりリーダー再教育研修会(第5回)の実施報告

令和5年度 愛知県健康づくりリーダー再教育研修会(第5回)の動画をホームページに掲載し、令和6年1月20日(土)から2月3日(土)までの2週間を視聴期間として実施しました。動画視聴回数は220回であり、アンケートの提出数は84件でした。地区別のアンケート提出状況は下記のとおりです。

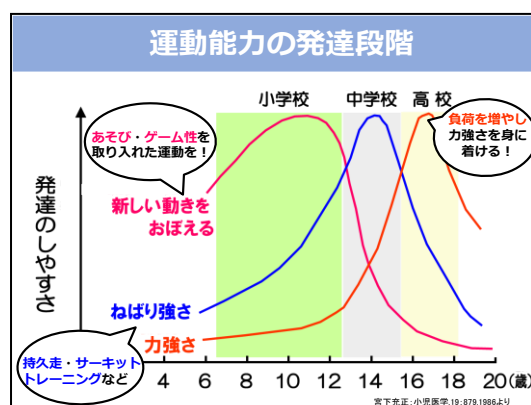
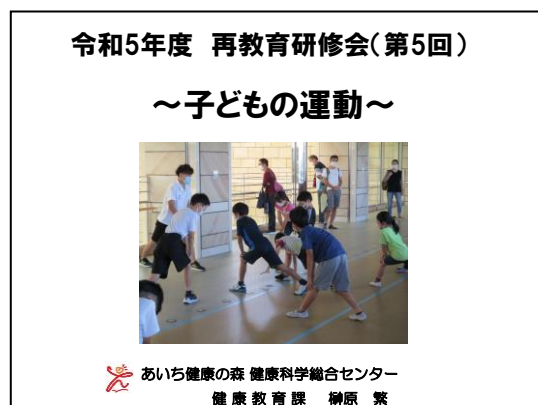
【地区別アンケート提出状況】

リーダー連絡協議会支部別				地域詳細	出席者数
				区及び市町村名	
①	名古屋	1	東・西	昭和・名東・千種・中・中川・中村	0
		2	南	瑞穂・港・南・緑・天白・熱田	1
		3	北	北・守山・東・西	1
②	尾張北部	1	瀬戸	瀬戸・尾張旭・長久手・春日井	2
		2	豊明	豊明・日進・東郷	4
		3	江南	江南・犬山・岩倉・大口・扶桑・小牧	3
		4	清須	北名古屋(師勝・西春)・清須(西枇杷島・清洲・新川・春日)・豊山	4
③	尾張西部	1	一宮	一宮(尾西・木曽川)	0
		2	津島	弥富(弥富・十四山)・津島・あま(七宝・美和・甚目寺) 大治・蟹江・飛鳥・愛西(佐屋・立田・八開・佐織)	3
		3	稲沢	稲沢(祖父江・平和)	1
④	知多	1	美浜	阿久比・東浦・武豊・美浜・南知多	0
		2	半田	半田	0
		3	知多	知多・常滑	6
		4	東海	東海・大府	2
⑤	西三河南部	1	岡崎	岡崎(額田)	6
		2	刈谷	刈谷・碧南・高浜	3
		3	安城	安城・知立	11
		4	西尾	西尾(一色・吉良・幡豆)・幸田	5
⑥	西三河北部	1	豊田	豊田(足助・下山・旭・藤岡・小原・稲武)・みよし	5
⑦	東三河	1	豊橋		4
		2	豊川	豊川(一宮・音羽・御津・小坂井)	0
		3	蒲郡	蒲郡	4
		4	新城	新城(鳳来・作手)・設楽(津具)・東栄・豊根(富山)	0
		5	田原	田原(渥美)	6
小計					71
連絡協議会に属さないリーダー					13
合 計					84

【カリキュラム】

内 容 (時間)	講 師
子どもの運動・体力向上 (約23分)	あいち健康の森健康科学総合センター 健康教育課 榊原 繁

【研修会の様子】



子どもの運動・体力向上について、あいち健康の森健康科学総合センター健康教育課の榊原より講義を行いました。

子どもの体力の変化や運動習慣の現状、デジタル機器使用時間と体力の関係について紹介し、運動能力の発達段階に合わせた運動の取り入れ方、運動・スポーツによる効果について説明しました。また、からだを動かす方法として、運動以外にも掃除の手伝いやおにごっこなどの遊びで生活活動を増やすといった工夫を伝えました。

受講後のアンケートでは「子どもロコモティブは初めて知った。地域小中学校のスポーツ指導の際に学んだ内容を有効に活用していきたいと思う」、「楽しく運動しながら発達に合わせてサポート出来るよう種目など工夫しながら、次にまた運動したいと思ってもらうよう心がけたい。」、「親子さんとの教室の中でお話と紹介ができるかなあと思った」、「孫に話してみようと思う」等の感想をいただきました。

今後も、皆様からいただいた意見を踏まえ、より良い研修会を企画していきたいと思います。