

平成29年度 第3回体力向上イベント

大人も子どもも動きを楽しもう 「運動好きのススメ」

講師 お茶の水女子大学 文教育学部教授 水村真由美先生

神経系の発達がめざましい幼児期から小学校までに、たくさんの動きを体験することは、一生続く「運動好き」の基礎を作ります。一人で運動するよりは、身近な親しい誰かと運動するほうが、ずっと楽しいものです。普段の生活の中で行う動きや遊びを工夫することで、ちょっと難しい、ちょっと汗をかく運動が始まります。楽しく運動好きの第一歩を踏み出しましょう。（保護者の方も一緒に動いていただきます。運動しやすい服装でご参加ください。）

- 日時：平成30年**3月24日（土）** 10時00分～12時00分
- 会場：**お茶の水女子大学 体育館**（文京区大塚2-1-1）
※当日は正門からしかお入りいただけませんので、ご注意ください。
- 対象：区内在住・在学の**年長児～小学2年生とその保護者**
- 募集人数：40組（先着順）
- 持物：**室内用運動靴**
- 申込み方法：3月10日（土）より電話で下記へ
- アクセス：東京メトロ丸ノ内線「茗荷谷」駅 徒歩7分
東京メトロ有楽町線「護国寺」駅 徒歩8分
都営バス「大塚二丁目」停留所 徒歩1分