

平成30年6月27日  
石川県立大学 教養教育センター  
宮口 和義 教授  
076-227-7493

## 石川県立大学で親子(幼児)を対象に足育セミナーを行います

### 1 取り組みの概要

最近、子どものロコモティブシンドローム(運動機能障害)が問題になっています。「姿勢が悪い」「体が硬い」子どもが増え、「よく転ぶ」等の異変が、教育現場で頻繁に見られるようになってきました。県立大学・体育学研究室では、これまで日常の草履サンダル着用が姿勢矯正や転倒予防に効果的であることを報告してきました。また、ロコモ改善に有効な運動遊具(チビラダー、揺らぎ平均台[実用新案取得])を開発するとともに、子ども達に健康三原則(運動・栄養・睡眠)の大切さを伝える紙芝居も創作してきました。本セミナーではこれらを用いるとともに、学生達が用意したアイデアあふれる遊びを通して、体力づくりの基盤である良い姿勢と正しい歩き方について楽しく学んでもらいます。

### 2 日時

平成30年7月1日(日) 13:30~15:30(開場:13:00)

### 3 場所

石川県立大学 体育館 (野々市市末松1丁目308)

### 4 内容

紙芝居(参上!つちふまず忍者)の読み聞かせの後、親子ペアで様々な体操を行なってもらいます。次いで簡単な測定(土踏まず、浮き指、左右バランスチェックなど)を行ったり、学生が用意した楽しい遊び(動物のマネをして歩く、缶ぽっくり、平均台歩きなど)を体験してもらいます。また、インストラクターによるお母さんのための素敵な歩き方レッスンもあります。その他、子育て相談コーナーも設置しています。

### 5 参加者 石川県在住の親子(幼児) 約40組

### 6 指導

講師 石川県立大学 教養教育センター教授 宮口 和義

講師 石川県立大学 教養教育センター教授 澤田 忠幸

講師 リボンフット代表 北川裕子(フットケアアドバイザー)

石川県立大学学生(「子どもの発達と遊び」受講者) 約35名

動物歩き？缶ぼっくり！  
などわくわく体験  
楽しい遊びがいっぱい！

# 子どもの足育セミナー

～遊んで学ぶ正しい姿勢と歩き方～ in 石川県立大学

日時：平成30年7月1日（日）13：30～15：30（開場13：00）

場所：石川県立大学 体育館（石川県野々市市末松1丁目308）

対象：県内の幼児およびその保護者

定員：先着30組

参加費：無料

内容：簡単な測定（土踏まず、浮き指、左右バランスなど）を行った後、親子一緒に体操を行ったり、楽しい遊びを通して正しい姿勢、歩き方を学んでもら

主催：石川県立大学

共催：リボンフット

後援：(公財)いしかわ結婚・子育て支援財団



## 講師プロフィール

宮口和義 教授  
教養教育センター教授  
身体運動学、測定評価  
日本体育測定評価学会理事



## 講師プロフィール

澤田忠幸 教授  
教養教育センター教授  
教育心理学、発達心理学  
日本家族心理学会理事



## 講師プロフィール

北川裕子  
ウォーキング指導の「リボンフット」代表  
県内でウォーキングレッスン開催中  
足と靴とのフットケア協会認定フットケアアドバイザー  
柔道整復師免許所有