



ひろみちお兄さんと

親子体操

& 健康チェック

主催
コープ
あいち

ママ・パパと からだあそび☆

身体を動かすってこんなに気持ちいい!

家族でふれあう時間をもっと楽しくなる運動プログラムを
NHK「おかあさんといっしょ」で第10代体操のお兄さん
を務めた佐藤弘道さんに紹介いただきます。

☆対象:3歳~小学校3年生くらいのお子様と組合員ご家族
祖父母の方もどうぞ。
未組合員のお友達も誘って来てね!



講師:佐藤 弘道氏

8.22 土

第1部 10:00 ▶ 12:00

第2部 12:30 ▶ 14:30

※1部と2部のプログラムは同じ内容です。
体操開始前に健康チェックを体験できます。

参加費 無料

定員 各回100名

会場 小牧勤労センター
多目的ホール
(小牧市大字上末2233-2)
駐車場300台有

締切 7月24日(金)

詳細・申込 2次元コードから
お申し込みください。



※コープあいち組合員の方が応募してください。
応募多数の場合は抽選とし、7/31(金)までに申込みの方全員に
メールでお知らせします。

TIME ひろみちお兄さんと親子体操



SCHEDULE

DATE: 8/22(土)

第1部

第2部

10:00

受付開始

12:30

MENU

- 歩行年齢測定
- 血管年齢測定
- 骨健康度測定



- ベジチェック
- 血圧測定
- 立ち上がりテスト
- 2ステップテスト



親子体操前に
健康チェックを
どうぞ!

11:00

ひろみちお兄さんと親子体操

13:30



講師

佐藤 弘道 氏

NHK「おかあさんといっしょ」第10代体操のお兄さんを12年間、NHK「あそびだいすき」を3年間務め、計15年間教育番組にレギュラー出演。有限会社エスアールシーカンパニーを設立し、幼稚園・保育園・こども園の正課体育や課外体操教室で指導。全国で親子体操教室や指導者研修会、講演会など教育活動に幅広く活躍。弘前大学大学院医学研究科博士課程修了。医学博士。

12:00

終了予定

14:30

当日の持ち物

- 運動しやすい服装
- 上履き
- 当選通知メール ※受付時に画面をご提示ください
- タオル
- 飲み物など

ほこちゃんに
会いに来てね♪

©やなせたかし

