

## 令和3年度 愛知県健康づくりリーダー再教育研修会(第5回)における報告

令和3年度 愛知県健康づくりリーダー再教育研修動画(第5回)をホームページに掲載し、1月22日(土)より視聴を開始しました。主な視聴対象者は健康づくりリーダーと行政関係者が対象であり、アンケート受付終了時点(2月10日時点)でのアンケートの提出数は151件、動画視聴回数は348回でした。アンケート提出状況(地区別)は下記のとおりです。

### 【地区別アンケート提出状況】

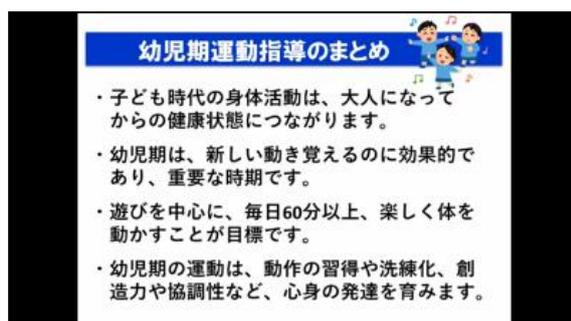
リーダー連絡協議会支部別			地域詳細		出席者数
			区及び市町村名		
①	名古屋	1	東・西	昭和・名東・千種・中・中川・中村	2
		2	南	瑞穂・港・南・緑・天白・熱田	7
		3	北	北・守山・東・西	1
②	尾張北部	1	瀬戸	瀬戸・尾張旭・長久手・春日井	6
		2	豊明	豊明・日進・東郷	9
		3	江南	江南・犬山・岩倉・大口・扶桑・小牧	3
		4	清須	北名古屋(師勝・西春)・清須(西枇杷島・清洲・新川・春日)・豊山	6
③	尾張西部	1	一宮	一宮(尾西・木曾川)	2
		2	津島	弥富(弥富・十四山)・津島・あま(七宝・美和・甚目寺) 大治・蟹江・飛鳥・愛西(佐屋・立田・八開・佐織)	1
		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	6
		2	半田	半田	0
		3	知多	知多・常滑	7
		4	東海	東海・大府	2
		5	未記入		0
⑤	西三河南部	1	岡崎	岡崎(額田)	13
		2	刈谷	刈谷・碧南・高浜	5
		3	安城	安城・知立	18
		4	西尾	西尾(一色・吉良・幡豆)・幸田	7
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	11
⑦	東三河	1	豊橋		6
		2	豊川	豊川(一宮・音羽・御津・小坂井)	1
		3	蒲郡	蒲郡	3
		4	新城	新城(鳳来・作手)・設楽(津具)・東栄・豊根(富山)	2
		5	田原	田原(渥美)	3
小 計					122
連絡協議会に属さないリーダー					29
行政関係					0
その他					0
合 計					151

## 【カリキュラム】

内 容	講 師
子どもに対する運動指導	あいち健康の森健康科学総合センター 健康教育課 石川 裕哲
	アドバンスリーダー 黒田 健

## 【研修会の様子】

### ●子どもに対する運動指導



今回は「子どもに対する運動指導について」をテーマとし、あいち健康プラザの健康教育課より、情報提供をさせていただいた後、アドバンスリーダーさんへのインタビューを行いました。

情報提供では、コロナ禍での学校活動の制限など運動時間の減少により小中学生の体力が低下していること、子ども時代の身体活動や健康状態が大人になってからの健康状態に影響することをお伝えしました。また、幼児期の運動指導のポイントとして、幼児期は新しい動きを覚えるのに重要な時期であること、遊びを中心に毎日60分以上からだを動かすこと、幼児期の運動が心身の発達を育むことにつながることをお伝えしました。

アドバンスリーダーさんへのインタビューでは、指導の際は言葉や動きにメリハリをつけること、怪我につながらないように子どものすぐ近くで指導を行っていること、笑顔で元気に楽しく行うことを意識しながら指導を行っていることなどを紹介いただきました。

受講後のアンケートでは「子どもたちの年齢に応じた指導の仕方を理解することができました。」「お孫さんがいらっしゃる教室の参加者の方にお伝えしたいと思います」「黒田さんのコンセプト「笑顔が一番!」「元気が一番!」「楽しいが一番!」は高齢者の運動指導にも共通する部分があり参考にしたいです」等の感想をいただきました。

皆さまからいただいたご意見を踏まえ、今後もより良い研修を企画していきたいと思っております。