



第2号



平成22年12月22日 発行

國學院大學人間開発学部 地域ヘルスプロモーションセンターだより

## 「竹を使って夏遊び」 セミナー 開催しました！

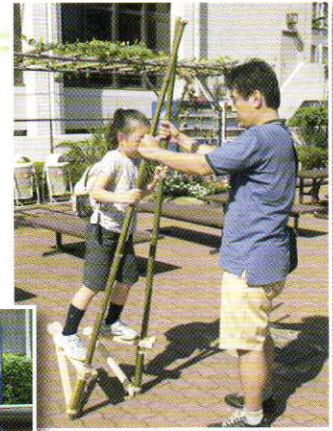
平成22年8月22日(日曜日)に「親子で、竹を使って夏遊び」セミナーを行いました。

4歳から10歳までの子どもたちが、お父さん、お母さん、おじいさんと一緒に参加してくれました。

親子で協力しながら、水鉄砲や竹トンボ、竹馬作りに挑戦しました。

とても暑い日でしたが、みなさん、汗をかきながらも元気に活動していました。

日常生活ではあまり体験のできない竹細工を親子で共同作成し、遊んだことは、夏休みの良い思い出になり、家族の絆を強くしたと思います。



## 適切な運動プログラムをアドバイス致します!!

「これから運動しようと考えている」、「今行っている運動が良いのかわからない」、「今の体力レベルを知りたい」などとお考えの方、ぜひご相談ください。センターでは、相談面接後、身体的・生理的測定や心理調査を行い、その結果をもとに、個人にあった適切な運動プログラムを提案させていただきます。ぜひお気軽にご相談ください!!

電話受付

10:00~16:00

※測定および面談時間は  
土曜日や16時以降でも  
可能です。

國學院大學人間開発学部 地域ヘルスプロモーションセンター

〒225-0003 神奈川県横浜市青葉区新石川3-22-1 電話:045-904-7707 fax:045-904-7709

<http://www.kokugakuin.ac.jp/human/kchpc.html>