

日時/2017年9月9日(土) 9:00~12:15

場所/山田小学校

対象/山田学区すべての方

※雨天決行(規模縮小)

活き生き健康DAY開催!

これであなたも健康に!

やまだ



健康 & スポーツ フェスタ

in
山田
学区

参加無料

講演、測定、遊びなど、様々な催しがあります!

※動きやすい服装で来てください。

熱中症予防のため
水分補給は各自で
お願いします。

主催：山田学区まちづくり協議会

協力：立命館大学スポーツ健康科学部 / 社会医療法人誠光会草津総合病院 / 山田小学校

問い合わせ：山田まちづくりセンター 077-562-0044

～やまだ健康 & スポーツフェスタ詳細～ タイムスケジュール(予定)



時間	運動場	体育館			教室	中庭
9:00	開会式 準備運動					
9:30	① やまだオリンピック					⑦ 食と健康講座
10:00						⑨ 参加型ダンス パフォーマンス
10:30	② グラウンドゴルフ	③ 知ってる? こんな鬼ごっこ	④ 体力測定	⑤ ダブルダッチに挑戦	⑥ 棒サッカー体験	
11:00						
11:30						
12:00	整理体操 閉会式					
12:15	解散					

①やまだオリンピック

～50m走、縄跳び、遠投の記録に挑戦!!～

②グラウンドゴルフ

～グラウンドゴルフの楽しさを実感しよう～

③知ってる?こんな鬼ごっこ

～鬼ごっこにはたくさん種類があるよ!!学校でもやってみよう～

④体力測定

～あなたの筋力、柔軟性、バランス感覚は何歳?!～

⑤ダブルダッチに挑戦

～できたら友達に自慢できるよ!!チャレンジしてみよう!!～

⑥棒サッカー体験

～座ってできる新感覚サッカー!!子供から大人まで白熱する戦いがここに!!～

⑦食と健康講座

～立命館大学スポーツ健康科学部「海老研究室」院生による食と健康の講座～

⑧健康測定

～骨密度・血管年齢・血圧を測ろう!～

⑨参加型ダンスパフォーマンス

～かっこいいダンスが間近で見れるチャンス!!さらにみんなもやってみよう!!～

**熱中症予防のため
水分補給は各自で
お願いします。**



主催: 山田学区まちづくり協議会

協力: 立命館大学スポーツ健康科学部 / 社会医療法人誠光会草津総合病院 / 山田小学校

問い合わせ: 山田まちづくりセンター 077-562-0044