子どもの健康に理解

青森で親子体操普及員養成講座 佐藤さんら講義

「体操のお兄さん」として知られる佐藤弘道さんらが講師を務める親子体操全国大会が23日、青森市の青森中央学院大学で開かれるのを前に、同大で22日、親子体操普及員の養成講座が始まった。講義が行われ、全国各地から参加した約80人が子どもの健康について理解を深めた。

大会と講座は県医師会健やか力推進センターと弘前大学健康未来イノベーション研究機構が主催し、中路重之弘前大学名誉教授が監修している。

22日は佐藤さんや中路名誉教授が親子体操について講義。佐藤さんは体操の効果として、運動能力の向上や子育てストレス度の低下などを紹介し、「お互いのコミュニケーション能力も高めていけるので、職場などで活用し、普及していただければ」と呼び掛けた。

23日は親子体操の指導方法を学ぶ教室などが行われる。（石井尚太）



講義する佐藤さん