

お け が わ ほ ん ぶ ら す
OKEGAWA hon プラス+

こども大学 2023

こどもたちが本当に知りたいことってなんだろう？そんな疑問から、この「OKEGAWA hon プラス+ こども大学」が生まれました。2024年のパリオリンピック・パラリンピックが近づく今、みんなに知ってもらいたい「スポーツ」のことを、それぞれ違った角度から3人の先生が教えてください。スポーツが苦手な子も、大好きな子も、OKEGAWA hon プラス+に集まれ！

場所

OKEGAWA hon プラス+ イベントスペース(おけがわメイン3F)

無料

事前
申し込み制

お申し込みは 2024年2月10日(土)受付開始

桶川市立中央図書館 お電話または図書館カウンター

電話: 048-786-6353 (受付時間10:00~21:00)

※お申し込みの際に参加ご希望日をお知らせください。

1回のみ参加、全日程の参加、いずれも可能です。各回定員に達するまで承ります。

※2月13日(火)~16日(金)は特別整理休館のため、お申し込み・お問い合わせはお受付できません。予めご了承ください。

第2回 ストレッチの方法を学んで スポーツを楽しもう！

運動をするとき、どのようにからだを動かして準備をしていますか？そんな準備の「ひみつ」を先生が教えてください。実際に先生といっしょにからだを動かしてみよう！

開催日時 2024年3月16日(土)13:30~14:30

定員 20名(無料・要事前申し込み)

対象 小学4年生~6年生

※実際に体を動かすワークショップも実施します。動きやすい服装でご参加ください。

講師 八十島 崇 (埼玉県立大学保健医療福祉学部准教授)

群馬県出身。筑波大学大学院博士課程体育科学研究科修了(博士(体育科学))。

2008年より埼玉県立大学保健医療福祉学部に着任。専門は、体力学、トレーニング科学でスポーツ選手の体力づくりや運動能力に関する研究に従事している。また、大学まで野球を専門種目としていた。

第3回 こどものからだをつくる 栄養の取り方を学ぼう！

みなさん、好きな食べ物はなんですか？生活の基本である「食事」には、みなさんのからだをつくる重要な役割があります。スポーツをもっと楽しむために、家族で食育に取り組みよう！

開催日時 2024年3月24日(日)13:30~14:30

定員 15組30名(無料・要事前申し込み)

対象 小学4年生~6年生とその保護者

講師 佐藤 理恵子 (女子栄養大学栄養学部専任講師)

東京都出身。女子栄養大学大学院栄養学研究科栄養学専攻修士課程修了。修士(栄養学)。

専門は、給食施設での栄養管理やフードサービスを研究のキーワードとして、給食の運営、給食経営管理、スポーツ栄養等の分野に携わっている。また、授業や実習を通して、管理栄養士、栄養士の養成に従事している。



おけがわメイン 3F
〒363-0022 埼玉県桶川市若宮1-5-2
OKEGAWA hon プラス+ イベントスペース
お問合せ先 ☎ 048-786-6353 桶川市立中央図書館

