

令和8年度 親子運動教室開催要項

- 1 趣 旨 生涯スポーツの基礎が作られる幼児期に、園内ではあまり体験することのない広い開放感のある空間を使い、いろいろな運動を行うことにより身体を動かすことの楽しさや喜びを体験します。
また、仲間や親と一緒に身体を動かすことにより、協調性や社会性を身につけるとともに素直な心を育てる。
- 2 主 催 加茂市教育委員会
- 3 主 管 加茂市スポーツ推進委員協議会・加茂市レクリエーション同好会
- 4 期 日 令和8年5月11日(月) ～ 令和9年3月8日(月)
※開催回数は20回・詳細は別紙日程表のとおり
- 5 時 間 午後7時 ～ 午後8時
9月27日(日) は加茂山、1月31日(日)は冬鳥越スキーガーデンで開催する予定です。なお詳細については、後日お知らせいたします。
- 6 会 場 勤労者体育センター・体操トレーニングセンター
加茂山公園・冬鳥越スキーガーデン
- 7 対 象 者 加茂市在住・在園の年中児・年長児とその保護者
※対象者以外のお子様は参加できません。お越しになられた場合は、見学していただくこととなります。
- 8 内 容 SAQトレーニングの体験のほか軽運動・レクリエーションなど
【SAQトレーニング】⇒体を動かす土台を身につけるトレーニング
S：スピード(前方へ重心移動させる速さの能力)
A：アジリティ(運動時に身体をコントロールする能力)
Q：クイックネス(静止状態で刺激に反応し、速く動く能力)
- 9 募集人数 親子15組(定員になり次第締め切ります。)
- 10 参加料 1組 3,000円
- 11 申込み **令和8年5月1日(金)までに参加料を添えて、勤労者体育センター内スポーツ振興課(☎53-2206)へお申込みください。**
- 12 その他 ◆受講中の事故について応急処置は行いますが、それ以外の処置について主催者は一切責任を負いません。
◆親子とも運動のできる服装で、室内履きを必ず使用してください。
着替えと飲み物(スポーツドリンク等)を必ずお持ちください。
◆年中児から2年続けるとより効果的です。

令和8年度 親子運動教室日程表

回数	期 日	会 場	時 間	内 容
1	5月11日(月)	勤労者体育センター	午後7時～午後8時	SAQトレーニング
2	5月25日(月)			ボール運動
3	6月 8日(月)			レクリエーション
4	6月22日(月)			SAQトレーニング
5	7月13日(月)			親子運動会
6	7月27日(月)			SAQトレーニング
7	8月24日(月)			レクリエーション
8	9月14日(月)			ボール運動
9	9月27日(日)	加茂山公園	午前10時～正午	レクリエーション
10	10月13日(火)	勤労者体育センター	午後7時～午後8時	SAQトレーニング
11	10月26日(月)	体操トレーニングセンター	午後7時～午後8時	体操運動
12	11月 9日(月)	勤労者体育センター	午後7時～午後8時	レクリエーション
13	11月24日(火)			ボール運動
14	12月 7日(月)			SAQトレーニング
15	12月21日(月)			レクリエーション
16	1月12日(火)			SAQトレーニング
17	1月31日(日)	冬鳥越スキーガーデン	午前10時～正午	レクリエーション
18	2月 8日(月)	勤労者体育センター	午後7時～午後8時	ボール運動
19	2月22日(月)			親子運動会
20	3月 8日(月)			SAQトレーニング

※ 第1回目は開講式、第20回目は閉講式を行います。

※ 都合により内容を変更・中止する場合があります。

キ リ ト リ 線 参 加 申 込 書

子	ふりがな 氏 名	生年月日	住 所
			〒 -
保 護 者			連 絡 先
			携帯 () -
			☎ () -
		E-mail :	
園 名		保育園・幼稚園・こども園 (年中・年長)	

< 参加申込書のメールアドレス記入のお願い >

参加者へのお知らせなどは、原則メールでの連絡とさせていただきますので、必ず記入してください。
ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。