

保育者  
スキルアップ  
講座

# あおもり 健康 Week

2022年  
8.29  
Mon

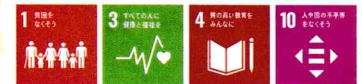
9.2  
Fri

Part 1

オンライン開催!  
参加無料

青森県の子どもたちの健康問題や課題を正しく理解し、  
健康教養を身につけ実践行動ができることを目指します

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



## 日程・タイムスケジュール

赤い時間はPCをTV、プロジェクター等とつないで投影し、子どもと一緒にご参加下さい。青い時間は保育者のみです。

8/29 Mon	10:00~11:00 実技：リトミック実践指導方法 講師：伊藤由香子 (ダルクローズリトミック国際検定サティフィケート取得) ※子どもは裸足でご参加ください	13:15~14:15 講演：青森県の健康課題と取り組み 講師：中路重之 (弘前大学)	15:30~16:00 講義：青森県の子どもの健康課題 講師：熊谷貴子 (青森県立保健大学)
8/30 Tue	10:15~11:15 実技：キッズヨガ実践指導方法 講師：和田かずみ (キッズヨガインストラクター JAHA 協会認定講師) ※子どもは裸足でご参加ください	13:15~14:45 講義：子どもの成長曲線の見方と活用 講師：伊藤善也 (日本赤十字北海道看護大学)	
8/31 Wed	10:00~11:00 講義：子どもに和食文化を伝える手法 講師：北山育子 (柴田学園大学短期大学部)	13:15~14:15 講義：食育活動実践のポイント 講師：森山洋美 (青森中央短期大学)	15:30~16:00 講義：キッズ英会話 講師：ホーン・クリストファー (青森県立保健大学)
9/1 Thu	10:00~11:00 講義：(一部、実技)子どもすくすく体操 講師：杉村嘉邦 (弘前大学・親子体操普及員) ※子どもは裸足でご参加ください	13:15~14:15 講義：子どもと運動について 講師：杉村嘉邦 (弘前大学・親子体操普及員)	15:30~16:00 講義：青森県のチャイルドシート装着の問題について 講師：小笠原メリッサ (青森県立保健大学)
9/2 Fri	10:00~11:00 講義：歯は一生のパートナー 講師：和田啓二 (元ライオン株式会社) ※子どもは歯ブラシをご準備ください	13:15~14:45 講義：子どもの歯と虫歯について 講師：米満正美 (八戸保健医療専門学校)	

※9/3(土) キッズダンス教室、9/4(日) おやこ健康教室を開催します。別途チラシをご覧ください。

## 開催要項

**開催方法** オンライン配信 (Zoom)  
**参加対象** 青森県内の保育・教育等施設の保育者 (保育士、幼稚園教諭、管理栄養士、栄養士、看護師、保育職員等) 行政機関、子育て支援センター職員等の子どもの保育・成長にかかわる職員や保育サポーター職員等  
**定員** 各 1,000 回線  
**申込方法** QRコードまたは下記URLよりお申し込みください(8/19 締切)  
Zoomの招待リンクは、8/22(月)~お知らせいたします。  
案内が届かない場合は、下記担当者までメールにてご連絡ください。  
申込URL <https://forms.office.com/r/60naNPpMv>

※講義(知識)で学び、実技(行動)で体得。実技は園児と一緒に実施可能なプログラムとなっております。  
※実技ではケガをしないように必ず保育者が見守って実施してください。  
※一部の実技や講義の資料配布はございません。予めご了承ください。  
※全てのオンライン配信の録画、録音、スクリーンショット、SNSへの画像投稿等は禁止となります。  
※各講座終了後に、イベント評価に関する簡単なアンケートがございます。アンケート結果は報告書等に利用されますが、個人の結果が公表されることはございません。頂いた個人情報は、本事業以外には使用いたしません。

お申し込み  
フォーム



このQRコードから  
申し込んでね。

主催：公立大学法人 青森県立保健大学

本研修は青森県立保健大学キャリア開発センター研修企画助成事業により実施しております

お問い合わせ：青森県立保健大学 青森市浜館字間瀬 58-1 栄養学科 熊谷貴子

FAX 017-765-2030 メール [t\\_kumagai@auhw.ac.jp](mailto:t_kumagai@auhw.ac.jp)



# 講師紹介

8/29 (月)	伊藤 由香子 氏	全日本リトミック音楽教育研究会青森支部長、ダルクローズリトミック国際免許サーティフィケート保持者 リトミックは、音楽を楽しみ全身で受けとめ、子どもの聴覚能力を生かし、聴いたり、演奏したり、創作することにもつながって、心身の調和をはかる音楽教育です。子どもと一緒に学びましょう！
	中路 重之 氏	弘前大学学長特別補佐、弘前大学大学院医学研究科特任教授、健康未来イノベーションセンター顧問（医学博士・医師） 主な取り組みとして、岩木健康増進プロジェクト、がん登録、トップアスリートの健康教育・科学等がごございます。また、親子体操普及員養成講座などを通して、子どもの健康づくりの推進も行ってまいります。今回は、青森県内での健康教育活動の取り組みを通して、子どもたちの健康と一緒に考えていきたいと思います。
	熊谷 貴子 氏	青森県立保健大学 健康科学部 栄養学科 助教（博士（医学）・管理栄養士） 青森県に居住する子どもの健康課題には、肥満や虫歯などがあります。よく耳にするこれらの健康課題は、何のデータが元となっているのでしょうか。今一度、確かな情報を得て、正しく認識してみましよう。
8/30 (火)	和田 かずみ 氏	一般社団法人日本ハッピーライフ協会 JAHA 資格保持者 運動不足、短命県と呼ばれる青森にヨガを通して心身の健康をお届けできるよう、幅広い年齢を対象にヨガインストラクターとして活動中。キッズヨガを通して、子供たちの心と身体の成長をサポートをしていきたいと思っています。絵本を使ったり、ゲームをしたりと普通のヨガとは少し違うキッズヨガ。当日は皆さんと楽しみながらキッズヨガができること、楽しみにしています。
	伊藤 善也 氏	日本赤十字北海道看護大学 教授（医学博士・医師・小児科専門医・産業医） 専門は成長学、小児の内分泌疾患や糖尿病の診療や臨床研究やヨウ素摂取に関する疫学研究。 成長曲線を作成して日本小児内分科学会 H.P で公開し、日本学校保健会・日本成長学会ではその普及活動に従事している。今回は成長曲線の作成からその意味すること、そして利用の仕方を皆さんと勉強します。
8/31 (水)	北山 育子 氏	柴田学園短期大学部 生活科 特任教授（管理栄養士） 今こそ大事にしたい日本の和食。食の多様化等が進展する中、和食の存在感と活力が失われつつある状況です。子どもたちの健やかな成長のためにも和食を見直し、その魅力を伝えていきたいと思います。
	森山 洋美 氏	青森中央短期大学 食物栄養学科 准教授（修士（保健学）・管理栄養士） 食育は特別なことではなく、日常で育むことが大切です。 子どもたちが楽しく参加できる食育活動のポイントについて、一緒に考えてみませんか。
	ホーン・クリストファー 氏	青森県立保健大学 健康科学部 社会福祉学科 助教（応用言語学修士） 専門は英語学習における日本語の有効活用に関する研究。 言語には面白味がたくさん隠れていて、発見したときは不思議な爽快感を感じる。言語学習が幼い子どもの脳の発達にもいい影響を与えるという研究もあることから、お父さんと一緒に言語の面白味を探してみませんか。
9/1 (木)	杉村 嘉邦 氏	弘前大学大学院医学研究科附属健康未来イノベーションセンター 特任助手（健康運動指導士、親子体操普及員） 生活様式の変化により、子どもにとって体を動かすための3つの間「空間・仲間・時間」が減少しました。2つの講座では、子どもの発育発達に欠かせない動きや体力低下が引き起こす将来について、皆さんと一緒に考えていきたいと思います。
	小笠原 メリッサ 氏	青森県立保健大学 健康科学部 栄養学科 准教授（教育学修士・青森県チャイルドシート認定指導員） 日本では2000年4月から、6歳未満の子供たちへのチャイルドシートの使用が法律で義務付けられましたが、青森県での着用率はまだ十分ではありません。青森県の乳幼児の健康と安全を守るために、チャイルドシートに関する知識と一緒に学び、高めましよう。
9/2 (金)	和田 啓二 氏	元ライオン株式会社 大手日用品メーカーにて長く口腔ケア製品・歯科材料の研究開発、事業開発に携わり、また8020推進財団の理事を務めました。 歯科・口腔保健に詳しく、2018年より弘前大学医学研究科の社会医学講座助教として文部科学省 COI に参画し、歯科を含めた新たな健診（QOL 健診）の開発に従事しました。 子どもの口腔保健について、保育の先生方または保護者が自身の口腔環境を知ることから、モチベーションを上げてみませんか。
	米満 正美 氏	八戸保健医療専門学校 校長（歯学博士・歯科医） 近年、我が国の子供たちのう蝕（むし歯）は減少してきました。その減少の要因は何だったのでしょうか？。その一方で国が進める「健康日本21（2次）」では「健康格差の縮小」が基本方針の1つとなっていますが、青森県は子供のう蝕有病状況は全国的にみると悪いほうであり、何らかの対応を迫られています。皆さんと一緒に考えてみたいと思います。

お問い合わせはこちら