

すこやかな足を育てるために ～これから役立つ足育の話～

“足育”ってご存知ですか？これから成長を迎える子ども達の“足育”の重要性を伝える講座です。「うちの子、転びやすいの…」実は足の成長に大きく関係があるのです。丈夫な足を育てるために赤ちゃんのうちから出来る靴下の選び方など、知っているのと役に立つ内容がたくさん詰まっています。

今からでも遅くない！お子さんをすこやかな足に育てるために、足育のお話聞いてみませんか？



講師：山崎裕介さん

柔道整復師として生理学・解剖学・運動学などの多くの知識を学ぶ。元サッカー選手の経験を活かし、プロスポーツ選手や子ども達のメディカルコンディショニングケアの指導をされている。多くのスポーツ選手を目にし、足育の重要性をこれから成長を迎える多くの子ども達に伝える活動をしている。

他にもコンフォートソックス (cs) ソックスアドバイザー、NSCA (全米ストレングス & コンディショニング) の資格を持つ。

日時：11月27日(金) 10:30～12:00

▼会場：4階 第1研修室 ※会場はマット敷きになります
(1組分ずつ間隔を空けて敷きます)

▼対象：京都市在住の乳児の保護者、妊娠中の方とその家族
30名 (子ども同伴可)

▼受講料：大人1人につき 300円



＜お申込み＞ ※講座の申込締切りは10月21日必着です。

☆下記の方法で、お申込みください。
詳細は、催しカレンダーやホームページをご覧ください。

◆E-mail (kouza@kodonomirai.or.jp)

右下のQRコードからE-mailアドレスが読み込めます。



記入事項

◆FAX (075-212-9909) ◆往復はがき (返信のおもて面に申込者の住所・氏名を記入)

◆ご来館(返信はがきを持参) ご来館時に、こどもみらい館2階窓口でお渡しする所定の用紙に必要事項を記入のうえ、持参した返信用はがき(おもて面に申込者の住所・氏名を記入)を添えてお申込みください。

記入もれのないよう
にご確認ください。

【件名】「すこやかな足を育てるために」

【本文内容】

- ①「すこやかな足を育てるために」
- ② 実施日 ③ 郵便番号・住所 ④ 電話番号
- ⑤ 参加する保護者全員の氏名・ふりがな
- ⑥ 参加する子ども全員の氏名・ふりがな・子どもの生年月日 (←お忘れなく!)
- ⑦ (E-mailでお申込みの方は)メールアドレス、(FAXでお申込みの方は)FAX番号