

健康意識を
高めよう！

先生たちの

親子大歓迎



けんこう フェスティバル

2025 8.6 水 11:00-19:00

会場：にぎたつ会館

体験コーナー



ピラティスやアロマヘッ
ドスパ、みんなで楽しく
取り組めるアダプテッド
スポーツ体験と楽しく学
べる体験がいっぱい！



親子で
楽しく♪

ドキドキの
スポーツ義足体験！



食育コーナー



多くのプロスポーツに関
わった凄腕栄養士による
栄養講座&監修した昼食
を食べてみよう！（写真）
食から健康を考える
Chance！

第2部は
正しい飲み方講座



測定コーナー



自分の状態を知ることが
健康への第1歩！
大学の機器を使って自分
の健康状態をCheck！

大学教員が
あなたの健康を分析♪



先着順！！

申込締め切りは7/25

詳細は裏面をCheck！！

にぎたつ会館で「スポーツ×栄養×測定」を体験！

健康意識を上げる1日に！

食育コーナー

栄養講座 ¥1,000 (昼食代) 11:00-12:00
正しい飲み方講座 ¥4,000 (食事代・飲み放題付き)
17:00-19:00

坂元 美子

神戸女子大学健康福祉学部健康スポーツ栄養学科准教授

オリックス・ブルーウェーブ専属管理栄養士としてイチロー選手在籍時の日本一を栄養面から支える。また、JリーガーやINAC神戸など多くのアスリートを指導。現在は神戸女子大学准教授として著書やメディア出演も多数。兵庫県・神戸市のスポーツ協会理事を務める。

体験コーナー

体験コーナーは全て無料！

アロマヘッドスパ 11:30-15:30

ピラティス講座 13:00-13:50

アダプテッド・スポーツ体験 14:45-15:45

中川 睦

ESNA代表

腰痛克服を機に身体づくりに目覚め、ピラティスに感動。多くの人の健康を支えたいと考えるようになる。PHIピラティスインストラクター資格取得。ピラティス講座担当。

今城 遥

聖カタリナ大学健康社会学部健康スポーツ学科助教

アダプテッド・スポーツ体験担当。他にもパラスポーツや保健体育教員の養成も専門。愛媛県教員採用試験（保健体育）現役合格者も輩出。

測定コーナー

体力測定 11:00-16:00

測定無料！
自分の健康を知ろう！

聖カタリナ大学健康社会学部健康スポーツ学科 松本行矢助教、乗松柚衣助教

体力測定に定評のある2名の大学教員。県内のスポーツ団体や高齢者施設、幼稚園、保育園にて体力測定を実施とフィードバック、運動プログラムの提供を行っている。愛媛の子どもから高齢者までがイキイキする社会づくりに貢献している。

【参加対象者】

- ①公立学校共済組合愛媛支部の組合員および関係所属所職員
- ②その家族

【申し込み方法】

道後宿泊所「にぎたつ会館」まで所定の申込用紙をご提出ください。
詳細は、右記QRコード愛媛支部HP→→

【お問い合わせ先】

公立学校共済組合道後宿泊所にぎたつ会館
〒790-0858 松山市道後姫塚118-2
TEL:089-941-3939 FAX:089-932-8370

先着順！！
申込締め切りは7/25

