

遊びの中での健康づくり

— 吹き戻し棒を用いた遊びや製作体験を通じてころもからだもリフレッシュ —

吹き戻し棒は、吹き方を工夫することで音が変わるため、昔から子供たちの間で親しまれてきました。近年では、遊び感覚で取り組むことのできる**小児喘息**や**言語障害**などの**呼吸訓練**及び**美容トレーニング**の道具として注目されています。また、吹き戻し棒、吹き方を変えたり回数を増やすことによって**心拍数**や**体温上昇**などの生理的変化や**ストレスの解消**といった心理的な変化も促されます。そこで本講座では、吹き戻し棒を用いた様々な遊びや実際の製作体験を通じて、楽しみながら健康づくりにチャレンジし、“ころもからだもリフレッシュ”を目標に行っていきます。

実際に吹き戻し棒を作って体験してみよう！
年齢問わずに参加できます。
皆さん、一緒に参加してください！
そして、家でも遊んでみよう！

平成28年

3月5日(土) 13:30~15:00

講師：大阪府立大学 地域連携研究機構 准教授 松浦 義昌

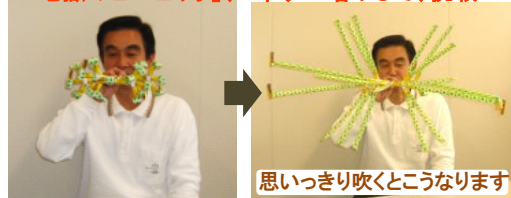
場所：大阪府立大学 I-site なんば

対象 年齢問わず
どなたでも

※小学生以下は要保護者同伴



「地獄のピーヒャラ」、1本ずつ増やして、挑戦！



思いっきり吹くとこうなります



受講料

1,500円
(製作材料費含む)

申込方法

「往復ハガキ」又は「Eメール」にて①氏名(ふりがな) ②年齢 ③郵便番号・住所 ④電話番号 ⑤このチラシの入手先 をご記入の上、2月19日(金)【必着】までに下記あて先へ。【定員】30名(応募者多数の場合は抽選)

申込先

〒599-8531 堺市中区学園町1番1号 大阪府立大学
地域連携室「遊びの中での健康づくり」係
E-mail : asobi27@ao.osakafu-u.ac.jp (半角英数) ※携帯メール不可
【問合せ】TEL : 072-254-9942

交通

- ・南海電鉄難波駅 なんばパークス方面出口より約800m 徒歩12分
- ・地下鉄なんば駅(御堂筋線) 5号出口より約1000m 徒歩15分
- ・地下鉄大国町駅(御堂筋線・四つ橋線) 1号出口より約450m 徒歩7分
- ・地下鉄恵比須町駅(堺筋線) 1-B出口より約450m 徒歩7分



会場 大阪府立大学 I-site なんば
(南海なんば第1ビル 2階)

大阪府大阪市浪速区敷津東2丁目1番41号