

トータルスポーツチャレンジDAY

平成30年度 家族の絆づくり事業

3世代が集まれば、会話が弾む、声は3倍、楽しさ3倍。

3世代が手をとれば、元気がみなぎる、力は3倍、知恵3倍。

3世代が笑顔になれば、心はひとつ。

主催：公益財団法人愛知県教育・スポーツ振興財団 後援：愛知県教育委員会

トータルスポーツチャレンジDAYは、3世代が集まり、スポーツを楽しむ **無料イベント**です。

■開催日時：平成31年3月2日（土）

13時00分～16時30分（12時30分から受付開始）

■会場：愛知県スポーツ会館 軽運動室

（名古屋市北区名城1-3-35 地下鉄名城線名城公園駅下車 徒歩7分）

現代のわが国は、人口減少、少子高齢化、急速な核家族化などにより、地域や家庭などにおける人間関係の希薄化が進んでいると言われています。

子ども世代・親世代・高齢者世代が、スポーツや遊びを通じてもっと交流しあえば、子ども達は新しい知識や発見を、大人達は新たな生きがいを見出すことにもなり、もっと生活が楽しくなるのではないのでしょうか。

私たち財団はこのたび、3世代が交流し、互いの絆を深めていくイベント、「トータルスポーツチャレンジDAY」を企画いたしました。家族だけでなく、近所のおじいちゃん、おばあちゃんもお誘いいただければ幸いです。



年齢を問わず楽しめるニュースポーツを体験します。

トータルスポーツとは、自分自身の運動能力について、体力（メディカル）、バランス、メンタル、スキルなどの面から、客観的に理解することを目的としています。

今回、年齢を問わず誰でも楽しめるニュースポーツから、スポーツの特性や効用を考えて、2種目を選びました。

とにかくチャレンジしてみてください！ “自分の得意・不得意”や“子ども達の意外な能力”が発見できるかもしれません。

コーディネーショントレーニング



リズム能力、バランス能力、変換能力、反応能力、連続能力、定位能力、識別能力の7つの能力を使ったトレーニングで、運動神経向上に効果があります。

昔あそび



遊びの中からも運動能力は育ちます。おじいちゃんおばあちゃんに昔のあそびを教えてもらいましょう。何をするかはお楽しみ。

バランスボール



ゆがみ解消、脂肪燃焼（基礎体力向上）、腰痛軽減などに効果があるスポーツです。

おじいちゃん、おばあちゃんへ。

疲れたら休憩OK！ 皆さんの子どもの頃の遊びを思い出しながら、一緒に遊びましょう。

「家庭の日」県民運動強調月間（平成31年2月1日～2月28日）「親と子の 対話がつくる よい家庭」

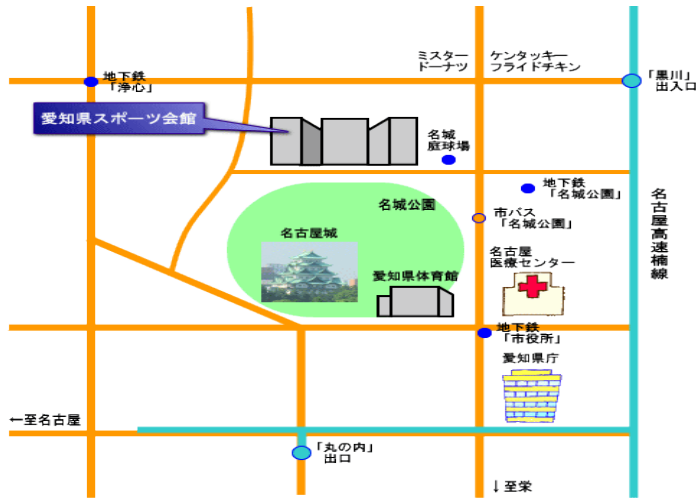
愛知県及び愛知県青少年育成県民会議は、上記期間を平成30年度の「家庭の日」県民運動強調月間と定め、広域的な運動を展開するとともに、毎月第3日曜日を「家庭の日」とし、家族のふれあいのある家庭づくりの推進に努めています。



参加お申込みについては裏面をごらんください。

お 申 込 み 方 法

- <参加対象者> 3歳以上の子どもと親世代・高齢者世代の組（1組何人でもご参加できます）
「子世代と親世代」、「子世代と高齢者世代」、「子世代と親世代と高齢者世代」など
組合せは自由です。 ※組単位でのお申し込みとなります。
- <参加定員> 20組50名程度（定員を超えた場合は抽選となります。）
- <参加料> 無料
- <申込方法> 参加申込書に必要事項を記入のうえ、FAX又は郵送でお申し込みください。
Webページの申込フォームからもお申し込みができます。
※財団Webページ（<http://aichi-kyo-spo.com>）
- <申込・問合せ> 〒460-0007
名古屋市中区新栄1-49-10
公益財団法人愛知県教育・スポーツ振興財団「トータルスポーツチャレンジDAY」係
TEL 052-241-9101 / FAX 052-241-9103
※参加のご案内（抽選結果）を2月22日（金）までに郵送します。
- <申込受付期間> **平成31年1月21日（月）～2月17日（日）**
- <その他> 運動のしやすい服装でお越しください。 ※上履きをご持参ください。



愛知県スポーツ会館へのアクセス

- 地下鉄名城線名城公園駅下車
徒歩7分
- 市バス名城公園下車
徒歩5分

※駐車台数に限りがあります。
なるべく公共交通機関を御利用
ください。

トータルスポーツチャレンジDAY 参加申込書

氏名（代表者）		氏 名	
生年月日	T・S・H 年 月 日	生年月日	T・S・H 年 月 日
氏 名		氏 名	
生年月日	T・S・H 年 月 日	生年月日	T・S・H 年 月 日
代表者 連絡先	〒 _____ 住所 _____ 自宅電話 _____ 携帯電話 _____		
アンケート	① この事業を何（どこ）で知りましたか。 () ② どんな昔あそびをしてみたいですか。 ()		

※ 5名以上の場合は、コピー等でご対応いただき、代表者名は同じ方の氏名を記入してください。
※ 記入いただいた個人情報につきましては、参加通知および事業案内等に使用させていただきます。