事業報告書（保健福祉局　スクールトレーナー部）			
事業名称	スクールトレーナー派遣事業	開催日	2026年11月11日(水)
開催場所	富士市立富士南中学校	開催時間	10:30-11:20
参加者	生徒とその保護者・教員、理学療法士（講師・補助スタッフ）		

【活動内容】

中学校3年生を対象とした学校保健委員会講座として「カラダの使い方アップデート」をテーマに、実技と講演を行いました。

「動きやすい身体づくり」ためには正しい姿勢づくりが重要であることを示し、姿勢改善のための運動を生徒に体験していただきながら、実技中心に実施しました。

運動の内容は準備体操や日常の授業に取り入れやすく、睡眠の重要性もあわせて説明した上で参加生徒の多くが楽しそうに運動をできていました。

【活動風景】



