

人間形成の礎石となる「三つ子の魂」を育むことが必須！

講師養成講習会兼講座の開催

大阪府東大阪市、埼玉県本庄市開催事例の横展開

A cartoon illustration of a young boy with dark hair, wearing a white t-shirt with green trim and green shorts, sitting on a green chair. He is shown in profile, facing right, with his back straight and feet flat on the floor, demonstrating good posture.

- ① まず、お尻をウンと後ろに引く
- ② 次にお尻のやや上方の腰骨をできるだけ前方に突き出す

らの体幹遊び®

食と健康

監修 日本綜合医学会

(1992年学研『今「子供」が危ない』約30年経過)



検索

〇〇市目標値の設定



項 目	現在数値	3年後目標値	5年後目標値	10年後目標値
いじめ				
不登校				
暴力行為				
骨折				
発達障害				
アレルギー				
体力の向上				
学力の向上				
医療費の削減				

立腰・体幹遊び採用園、小学校・・・毎年の目標値の設定

8

立腰・体幹遊び 実績表

〇〇保育園 〇〇組



項目			実績	
立腰	毎日の立腰タイム	できた	概ねできた	できなかった
	授業の際、食事の際に立腰			
	挨拶は自分からする			
	返事は「ハイッ」とはっきりする			
	履物は揃える、椅子は入れる			
体幹遊び	授業の始めと終わりの挨拶を通して体幹を鍛える			
	体育の時間等において身体活動量を増やして体幹を鍛える			
	朝の会等での運動を通して体幹を鍛える			
「マナーキッズ」調べ	「言葉」「お辞儀・挨拶」「歩き方・姿勢」「生活」「社会規範」を親子でチェック			
食と健康（任意）	健康の鍵は、5歳位までに決まる腸内細菌。母乳が大切。日本の食文化の原点に立ち戻ろう			

9