

カラダを動かしてリフレッシュ!

# しゅうなん 親子DEスポーツ塾

親子で！おうちで！ 体軸体操！



体軸 (たいじく)  
体操とは？

2025

開催日

4/20 日

運動神経の土台となる”体軸”を作る体操  
筋肉のバランスを整え、正しい身体の使い方、  
思った通りに体を動かすことが身につくメソッドです！

講師 山崎 仁史

体軸コンディショニング  
スクール認定講師  
体軸キッズトレーナー  
理学療法士



参加対象

●第1部：9：10～10：20  
5歳～小学3年生までの児童とその保護者  
【会場】周南市徳山保健センター 1階健診ホール

●第2部：10：40～12：00  
1歳頃までの乳児とその保護者  
【会場】周南市徳山保健センター  
3階 健康増進室 (和室)  
※第1部と第2部、入れ替えて開催

参加料

第1部・第2部それぞれ  
一家庭につき

500円

(きょうだい、保護者複数名  
での参加OK)

定員

第1部：50家庭  
第2部：20家庭



周南市スポーツ協会マスコットキャラクター  
シューボ

お問い合わせはこちら/  
0834-28-0006

お申し込みは  
フォームから



(公財) 周南市スポーツ協会 (周南スポーツ活動サポートセンター)  
<https://www.shunansupport.com/>

しゅうなん 親子DEスポーツ塾 開催要項  
＜周南スポーツ活動サポートセンター主催事業＞

1. 開催の目的

周南市地域クラブに係る方針により、令和8年度より中学校部活動がなくなり、地域へ活動が移っていく中で、今後、子供たちの運動機会の減少が問題となる。又幼少期を抱える保護者世代も運動機会が少ないことが喫緊の課題である。先を見据えた「運動機会の提供」と「長期育成」を視野に入れ、幼少期を抱える保護者と子供達へ「身体を動かすことの楽しさ」、「健康習慣の定着」を図る機会を提供する。

2. 主 催

(公財)周南市スポーツ協会

3. 開催日・講師

令和7年4月20日(日) 9:10～10:30、10:50～12:20

講 義: 親子で! おうちで! 体軸体操!

講 師: 山崎 仁史 先生(体軸キッズ&ジュニアトレーナー)

4. 参 加 料

第1部・第2部それぞれ 一家庭につき: 500円

※ 参加料は当日受付にてお納めください。

※ きょうだい、保護者複数名での参加可

5. 開催内容・参加対象・場所

●第1部 ・開催時間: 9:10～10:20

・参加対象: 5歳～小学3年生までの児童とその保護者

●第2部 ・開催時間: 10:40～12:00

・参加対象: 1歳頃までの乳児とその保護者

※第1部、第2部入れ替え制での開催となります。

6. 開催場所

周南市徳山保健センター 〒745-0005 周南市児玉町1丁目1番地 Tel:0834-22-8553

7. 持参物

筆記用具 動ける服装 ヨガマット又はバスタオル(座位での実技があるため)

8. 参加人数(定員) 第1部 50家庭 第2部 20家庭

※定員になり次第、申込を締め切ります。

9. 申込方法 Googleフォームよりお申込みください。(右記QRコードより)



申込フォーム

10. 問合せ先 (公財)周南市スポーツ協会 (周南スポーツ活動サポートセンター)

〒745-0851 周南市大字徳山10427番地 ゼオンアリーナ周南内

TEL: 0834-28-0006 MAIL:taikyo@shunan-taikyo.or.jp

サポートセンターポータルサイト「みんなの地域クラブ」からも情報確認できます。



サポートセンターポータルサイト