

平成19年度 岡山大学公開講座
親子で取り組む子どもダイエット教室

主催 岡山大学教育学部 (ホームページ <http://www.okayama-u.ac.jp/user/ed/Edu.html>)
講座の概要 現代は、生活習慣病の予防が国民的課題になっており、その源流にあるのが『肥満』です。身長が伸びる子どもの時が肥満を解消するチャンスです。今回は、親子で参加するダイエット教室で、小児科医師や運動、栄養の専門家の指導を受けることに加え、体脂肪率や身体活動量を定期的に測定しながら、しっかり身体を動かし、健康的にダイエットができるプログラムで行う予定です。



開催期間 平成19年6月16日～平成19年12月1日(予定)
時間 9時00分～11時00分
場所 岡山大学教育学部講義棟, 体育館, ダンス室, 陸上競技場, その他
対象 小学校3年生～6年生の児童(肥満度20%以上)とその保護者
受講定員 親子10組(20人)
受講料 10,000円(親子で)(別途傷害保険加入料が1人200円必要)
 (いったん入金された受講料はお返しできません。)

修了証書 10回のうち7回以上受講された方には、最終日に修了証書を授与します。
受講申込方法
 (1) 申込期間
 平成19年5月21日～6月8日の土曜日, 日曜日を除く 9:00～16:30まで
 (ただし, 定員になり次第締め切らせていただきます。)
 (2) 申込先・問合せ先
 岡山大学教育学部庶務係 電話 086-251-7587 F A X 086-251-7755
 e-mail: hee7584@adm.okayama-u.ac.jp
 〒700-8530 岡山市津島中3-1-1
 (3) 手続方法
 本要項下欄の受講申込票に受講料(10,000円)および傷害保険料(1人200円)を添えて上記(2)へ申込みください。なお, 郵便(現金書留)による申込みも可能ですが, 返信用切手(80円)を同封してください。

講義日程等

期 間	講 義 内 容	講 師
6月16日(土)	全体説明, 身体計測, 体力テスト	足立 稔 准教授
6月30日(土)	講義 1 肥満について勉強しよう 2 生活習慣について勉強しよう	水内 秀次(南岡山医療センター小児科医師) 足立 稔 准教授
7月 7日(土)	講義 1 食事で肥満を解消しよう 2 運動で肥満を解消しよう	横山 宏子(岡山県教育庁保健体育課指導主事(栄養士)) 足立 稔 准教授
7月29日(日) 8月26日(日) 9月24日(休日) 10月14日(日) 11月 4日(日)	いろんな運動を体験してみよう!	足立 稔 准教授 太田 一枝 教諭 (岡山大学教育学部附属中学校)
11月18日(日)	身体計測, 体力テスト	足立 稔 准教授
12月 1日(土)	親子ミニ・マラソン大会と修了式	足立 稔 准教授

切り取り線

岡山大学公開講座「親子で取り組む子どもダイエット教室」受講申込票

住 所	〒	※受講番号
電話番号	自宅・携帯()	
ふりがな お子様氏名	生年月日 年 月 日 男・女	
ふりがな 保護者氏名	生年月日 年 月 日 男・女	

* 住所等は次回の公開講座案内に使わせていただきます。案内を希望されない場合はお申し出下さい。
 * 生年月日は傷害保険加入に必要ですので必ず記入してください。



平成19年度 岡山大学公開講座
ジュニアテニス教室



主催 岡山大学教育学部 (TEL: 086-251-7171 <http://www.okayama-u.ac.jp/user/ed/Edu.html>)

講座の概要 生活の質的向上に役立つ生涯スポーツの一例として、初心者にはテニスの初歩を学んでもらい、その楽しさを知っていただけます。また、家族と共に練習時間を共有することで、触れ合いを深める機会として活用してください。

開催期間 平成19年7月24日(火)～平成19年8月9日(木)

時間 午前6時30分～9時00分

場所 岡山大学教育学部テニスコート

対象 初心・初級レベルの小学校5年生以上のジュニア及び保護者
(レベルの高い、経験のあるジュニアは申し訳ありませんがご遠慮下さい。)

受講定員 24名

受講料 ひとり 8,000円(いったん入金された受講料は、お返しできません。なお、別途受講中のけがに対する傷害保険料200円が必要となります。)

修了証書 6回の講義のうち4回以上受講された方には、最終日に修了証書を授与します。

その他 ・ラケットは用意しますが、自分のラケットがあれば持参してください。
・ジュニアの方だけの受講でも結構です。(保護者の方の受講は強制ではありません。)

受講申込方法

(1) 申込期間

平成19年7月2日～7月20日の間の祝日を除く月曜日から金曜日9:00から16:30まで(ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。)

(2) 申込先・問合せ先

岡山大学教育学部庶務係 電話 086-251-7587 又は 086-251-7584

住所 〒700-8530 岡山市津島中3-1-1

(3) 手続方法

本要項下欄の受講申込票に受講料(8,000円)及び傷害保険料(200円)を添えて上記(2)へ申し込みください。なお、郵便(現金書留)による申し込みも可能ですが返信用切手(80円)を同封してください。

講義日程等

期 間	講 義 内 容	講 師	備 考
7月24日(火)	はじめに	教育学部准教授 山口 立雄	雨天時は体育館で行います。
7月26日(木)	基礎技術1(サーブ, ストローク) 基礎技術2(サーブレシーブ, ボレー) 基礎技術3(ロブ, スマッシュ)		
7月31日(火)			
8月 2日(木)			
8月 7日(火)			
8月 9日(木)	ゲーム練習(ハーフ・コート・シングルス, ダブルス), まとめ		

切り取り線

岡山大学公開講座「ジュニアテニス教室」受講申込票

住 所	〒	※受講番号
電話番号	自宅・携帯()	
ふりがな		
氏 名	生年月日 年 月 日 男・女	
受講される 保護者氏名	生年月日 年 月 日 男・女	
緊急時連絡先	()	
【受講者が小学生・中学生・高校生の場合は、この欄にも必ず御記入ください。】		

*生年月日は傷害保険の加入に必要ですので必ず記入して下さい。住所等は次回の公開講座案内に使わせていただきます。案内を希望されない場合はお申し出下さい。

平成19年度 岡山大学公開講座
ジュニア体操教室（小学3～6年生対象）

主催 岡山大学教育学部（お問い合わせ先 <http://www.okayama-u.ac.jp/user/ed/Edu.html>）

講座の概要 発育期の児童に必要な身体制御能力を養うために運動の基礎ともいえるべき体操（器械運動）を行い、その能力を身につける。

開催期間 平成19年8月1日（水）～平成19年8月10日（金）

時間 9時30分～12時30分

場所 岡山大学清水記念体育館

対象 小学生（原則として3年生から6年生まで）（昨年受講者は中学生も可）

受講定員 30名

受講料 8,000円（いったん入金された受講料は、お返しできません。なお、別途受講中のけがに対する傷害保険の加入料700円が必要となります。）

修了証書 7回の講義のうち5回以上受講された方には、最終日に修了証書を授与します。

受講申込方法

(1) 申込期間 平成19年7月2日～7月20日の間の祝日を除く月曜日から金曜日9:00から16:30まで（ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。）

(2) 申込先・問合せ先 岡山大学教育学部庶務係 電話 086-251-7587 又は 086-251-7584
 住所 〒700-8530 岡山市津島中3-1-1

(3) 手続方法 本要項下欄の受講申込票に受講料（8,000円）及び傷害保険料（700円）を添えて上記(2)へ申し込みください。なお、郵便（現金書留）による申し込みも可能ですが必ず返信用切手（80円）を同封してください。



講義日程等

期 間	講 義 内 容	講 師
8月 1日（水）	体操教室をはじめるにあたって・実技講習	教育学部准教授 梶谷 信之 1984年 札幌・ 札幌大会 体操競技 銀メダリスト
8月 2日（木）	実技講習 マット・とび箱・鉄棒・トランポリンなどを使って、基本的運動を行う。	
8月 3日（金）		
8月 6日（月）		
8月 7日（火）		
8月 9日（木）		
8月10日（金）	実技講習・まとめ	

切り取り線

岡山大学公開講座「ジュニア体操教室」受講申込票

住 所	〒	※受講番号
電話番号	自宅・携帯（ ）	
ふりがな		
氏 名		
生年月日	年 月 日 男・女（小学 年生）	
保 護 者		
氏 名	緊急時連絡先（ ）	

* 住所等は次回公開講座案内に使わせていただきます。案内を希望されない場合はお申し出下さい。

* 生年月日は傷害保険加入に必要ですので必ず記入してください。