

親子で

Be come 健康!Come on 図書館!  
BIWA-TEKU20ポイント付与・参加賞あり!!



参加  
無料

# からだの自由研究

親子で栄養の大切さと楽しい運動を学びましょう!  
2日間で今年の自由研究もばっちり!

## 1日目

令和8年7月18日(土)

13:30~15:00

「元気なからだを作る食べ物の話」

- ・理想の献立って何だろう?
- ・栄養に関するクイズ など



栄養を知って元気なからだを作ろう!

講師 山方 真弓氏 (管理栄養士)

## 2日目

令和8年7月19日(日)

13:30~15:00

「運動で変わる?わたしのからだ」

- ・正しいからだの使い方とは?
- ・動いて発見!からだのひみつ など



運動のコツを専門家から学べます!

講師 太附 聡樹氏 (運動指導士)

色々なからだのデータが取れます!(骨密度、野菜摂取量、体組成など)

※事前申込みが必要です。両日もしくはどちらか1日のみでもご参加いただけます。

### 対象

愛荘町内に在住・在学・在勤の方で、小学生とその保護者  
各回20組程度

### 場所

愛荘町立愛知川図書館 視聴覚室  
愛荘町市1673番地

### 持ち物

飲み物、筆記用具、貸出カード(あれば)  
※2日目にご参加の方は、動きやすい靴と服装でお越しください

### お問合せ

愛荘町健康推進課 (☎0749-42-4887) 平日:9:00~17:00  
愛荘町立愛知川図書館 (☎0749-42-4114) 10:00~18:00 月・火曜日休館日

図書館司書による  
本の紹介あります!  
自由研究に関する本も  
貸出できます!

お申込み… 令和8年6月24日(水)10:00~

二次元コードまたは上記のお問合せ先まで



主催:愛荘町健康推進課、愛荘町立図書館・びんてまりの館  
愛荘町は読書のまち「愛荘町まちじゅう読書の条例」

お申込みはこちら