



《 第4回キッズリーダー交流会 》

平成21年11月23日(祝)県立文化体育館C研修室にて食育講習会を開催。ウォーミングアップには今年度キッズ委員会で制作し広く普及に取り組んでいるキッズピクスをみんなでダンシング！アイスブレイク、キッズピクス+補助的な運動、食育に関するクイズ等、県内各地のキッズリーダーが交流を深め合い、情報交換。参加者は和気あいの意見交換、ゲームありの有意義な交流会でした



ご参加ありがとう
ございました
新年度もよろしく
おねがいします



《 カラダづくりサポートコーナー 》

キッズの強いカラダづくりを目指し、キッズに関わる方々全員が「カラダづくりサポーター」になっていただくため、色々なお話をご紹介します！キッズ通信で連載しますので、楽しみにしてくださいね！

今回のテーマは『うんち』です。



皆さんのうんちは浮いていますか？

バランスの取れた食事と、規則正しい生活習慣による健康なカラダからは、
・黄褐色でバナナ大
・あまり臭いがしない
・水にプカ〜と浮く うんちが出ます。
毎朝、うんちを見る習慣をつけましょう！

うんちをしっかりと出すには？

1. 朝ごはんをしっかり食べる
2. 水分を適切に摂る
3. 野菜などの繊維質を食べる
4. カラダをのびのびと動かす
5. うんちを出す時間を決める
(早寝早起きで生活リズムを整える)



カラダは食べることによって強く大きくなります。今まで何気なく過ごしている生活の中から、強いカラダをつくるためのコツをお知らせします。

次回もお楽しみに！！

ご意見・ご感想・ご質問等は右記メールにお寄せください。

うんちイラスト:「うんこダスマン」ほるぷ出版より転用

(管理栄養士 岡本恵)

《 西播磨キッズフェスティバルin 播磨光都サッカー場 》

平成21年10月31日(土)播磨光都サッカー場にて開催されました。播磨光都サッカー場とは大人1面、少年3面、多目的1面(フットサル3面)すべて人工芝のサッカー場で年間を通じて試合や合宿が行われています。下記、グラウンドの問い合わせ先です。

〒678-1205 赤穂郡上郡町光都3丁目9番3号 TEL&FAX 0791-58-1616

http://www17.ocn.ne.jp/~npo-nfa/ E-mail:nishiharima-football@cup.ocn.ne.jp

西播磨キッズ委員会のキッズフェスティバルも今回で3回目を迎えました。

毎回天候にめぐまれ、たくさんのキッズ達(U-8は140名、U-9は170名)が人工芝の上で音楽にあわせてキッズピクスを踊り、たくさんの交流試合を行いました。来年度は10月30日(土)に予定しております。多数の参加お待ちしております。



(西播磨協会:中山剛)

《 恒例 BIGイベントご案内 》

JFAキッズ(U-6・8)サッカーフェスティバル2010兵庫inスポーツエリア姫路の形

日時:平成22年3月7日 日曜日 10:00~12:00

会場:スポーツエリア姫路の形(天然芝)

【アクセス】山陽電鉄「的形」駅下車、徒歩15分

姫路市の形町「的形海水浴場」北側

駐車場有り(1日500円)



募集は終了!!

詳しくはホームページをご覧ください

《 訪問サッカースクール継続募集 》

保育園、幼稚園に指導者がお伺いし、楽しくサッカー教室をおこないます。

日程は希望を優先いたします。

< 発信元 > (社)兵庫県サッカー協会キッズ委員会

住所 神戸市中央区八幡通2-1-10

電話 078-232-0753

FAX 078-232-4647

URL <http://www.hyogo-fa.gr.jp/>

メール kids@hyogo-fa.gr.jp

皆様からの情報、投稿もお待ちしております。ご参加ください

