

平成25年8月30日

保護者の皆様へ

鳥取県立鳥取商業高等学校
校長 野崎 淳介

健康教育講演会について（ご案内）

残暑の候、保護者の皆様におかれましては御健勝のことと拝察いたします。また、日頃から本校の学校教育活動に御理解と御協力をいただき誠にありがとうございます。

さて本年度も健康教育推進取り組みの一環として、昨年度に引き続き健康教育講演会を実施することとしました。

生活リズム（睡眠・食事・運動）は生きる力の基本であり、学校での学習や部活動を支える土台となります。さらに、生徒が将来社会人になった時、健康的に自分の力を発揮できるようにするため、卒業までの3年間、各年度の重点目標を「睡眠」、「食事」、「運動」と定め、専門家による講演会を実施してきました。この取り組みで、生活リズム確立の重要性をより理解し実践できる生徒を育成したいと考えています。

本年度は、おおもりトレーナーROOM 大森 浩司 スポーツコンディショニングトレーナー を講師としてお招きし、「運動の大切さ」について講演していただきます。

つきましては、御多用中とは思いますが保護者の皆様も御自由に御参加いただき、生徒たちと共に考える一助にさせていただきますよう御案内いたします。

記

- | | | |
|-------|---|-----------------|
| 1 日 時 | 平成25年9月26日（木） | 午後1時45分 から 午後3時 |
| 2 場 所 | 鳥取商業高等学校 大体育館 | |
| 3 演 題 | 「運動の大切さ ～健康に生きるために～」 | |
| 4 講 師 | おおもりトレーナーROOM 鳥取治療院・倉吉治療院代表
スポーツコンディショニングトレーナー 大森 浩司 氏 | |
| 5 その他 | 受付等はありませんので、御自由にお聴きください。 | |
- ※上履き用スリッパを御持参ください。

大森 浩司 氏の プロフィール

【略歴】

- ・神奈川衛生学園専門学校 東洋医療総合学科卒
- ・(株) スポーツプログラムス入社
- ・本田技研工業（株）和光（現狭山）硬式野球部トレーナー
- ・プロ野球選手パーソナルトレーナー、 その他各競技選手と関わる
- ・2001年「おおもりトレーナーROOM 倉吉治療院」を倉吉市で開院
- ・2006年「おおもりトレーナーROOM 鳥取治療院」を鳥取市で開院 （他省略）

【治療歴】

- ・福長正彦選手（現鳥取商業高校）
- ・ウサイン・ボルト選手（ジャマイカ）
- ・トリー・ハンター選手（デトロイト・タイガース）
- ・谷繁元信捕手（中日ドラゴンズ）
- ・和田一浩選手（中日ドラゴンズ）
- ・入来祐作投手（元読売ジャイアンツ）
- ・大塚晶則投手（元テキサス・レンジャーズ）
- ・高津臣吾投手（元シカゴ・ホワイトソックス） 他

本校の生活リズム確立の取り組み

