

親子で楽しむ
健康イベント

参加
無料

健康しが大明神

～リハビリテーション専門職からのプレゼント～

1.13^{Sat} 10:00～15:15

会場

イオンモール草津

1F セントラルコート

タイム
スケジュール

10:00～14:00 ジャンプカ・柔軟性テスト
12カルタを使った楽しいワークショップ
声と飲み込みの健康番付
子どもロコモチェック ...等

14:30～15:15 MLGs体操



Mother Lake
Goals
変えよう、あなたと私から

×



草津
Plumeria
Diamonds

対象

こどもさんご家族を中心に、皆様ふるってご参加ください

主催

滋賀県立リハビリテーションセンター

☎ 077-582-8157



HP



SHIGA_REHASEN

ご参加の方

★先着300名様に
エコバックをプレゼント

キャッフィーと
チャッフィーも
応援に来るよ!!



共催

公益社団法人滋賀県理学療法士会
一般社団法人滋賀県作業療法士会
滋賀県言語聴覚士会

協力

びわこリハビリテーション専門職大学 滋賀県

健康や運動の

今年1年の目標を
ふうせん絵馬に書いてね



柔軟性

cm

| | |
|----|---------|
| 大吉 | 31cm以上 |
| 吉 | 21~30cm |
| 中吉 | 11~20cm |

ジャンプ

cm

| | |
|----|--------|
| 小吉 | 1~10cm |
| 末吉 | 0cm以下 |

飲み込み

回

| | |
|----|-------------|
| 横綱 | 10回以上/30秒以上 |
| 大関 | 9回/25-29秒 |
| 関脇 | 7-8回/20-24秒 |

声の長さ

秒

| | |
|----|-------------|
| 小結 | 5-6回/15-19秒 |
| 前頭 | 3-4回/10-14秒 |
| 幕下 | 0-2回/ 1-9秒 |

干支並べ

秒

| | |
|---|---------|
| 松 | 60秒以下 |
| 竹 | 61-120秒 |
| 梅 | 121秒以上 |

子どもロコモ

| | | |
|---|---|---|
| 0 | 1 | 2 |
| | 3 | 4 |

