



歩育は「あたま」と「からだ」と「こころ」の成長を促します

東松山市

第40回記念大会日本スリーデーマーチより



目 次

| | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| ごあいさつ | 東松山市長 森田 光一… 2 |
| ごあいさつ | 武蔵丘短期大学学長 川合 武司… 3 |
| 歩育の意味 | 健康生活学科 健康マネジメント専攻 教授 太田 あや子… 4 |
| 運動機能の発育発達 | 健康生活学科 健康スポーツ専攻 准教授 川井 明… 8 |
| 足の発育発達 | 健康生活学科 健康スポーツ専攻 准教授 荒川 崇…12 |
| 歩く動作 | 健康生活学科 健康スポーツ専攻 講師 辻 将也…15 |
| 靴選び | 健康生活学科 健康スポーツ専攻 准教授 荒川 崇…18 |
| 歩く遊び | 健康生活学科 健康マネジメント専攻 教授 太田 あや子…21 |
| 野外活動 | 健康生活学科 健康マネジメント専攻 教授 福島 邦男…25 |
| 歩き遠足 | 健康生活学科 健康マネジメント専攻 教授 福島 邦男…29 |
| 水分補給とおやつ | 健康生活学科 健康栄養専攻 講師 木元 泰子…33 |
| 歩育とマナー | 健康生活学科 健康マネジメント専攻 准教授 植松 大介…35 |
| おわりに | 健康生活学科 健康マネジメント専攻 教授 太田 あや子…36 |
| こどもと歩こう！らくらくウォーキングマップ（五領沼公園コース） | 37 |
| こどもと歩こう！らくらくウォーキングマップ（五領町近隣公園コース） | 38 |
| こどもと歩こう！らくらくウォーキングマップ（下沼公園コース） | 39 |