



平成27年度

## 第18回 栄養大運動会

松山市食生活改善推進協議会

会員相互の親睦を深めるとともに、「栄養・運動・休養」のバランスのとれた健康づくりの輪を広げるため、栄養大運動会を下記の通り開催致します。

みんなで楽しい一日をすごしましょう！

- ☆ 日時 平成27年5月26日（火）  
（午前10時～午後3時）
- ☆ 場所 松山市総合コミュニティセンター体育館  
（松山市湊町7丁目5 TEL.943-8188）

### 日程

1. 開会式（10:00）
  - ① 開会宣言
  - ② 選手入場
  - ③ 大会長あいさつ
  - ④ 来賓祝辞
  - ⑤ 来賓紹介
  - ⑥ 選手宣誓
  - ⑦ 開会式終了
2. 注意事項
  - ① 競技注意事項(プログラム説明)
  - ② 一般注意事項
3. 競技  
午前の部 10:30～12:00  
午後の部 13:00～14:55
4. 閉会式
  - ① 講評
  - ② 閉会の言葉

### プログラム

- 1 準備体操  
『松山市「手洗い・うがい・歯みがき」推進ソング～元気で笑顔～』
- 2 玉入れ(来賓・理事)
- 3 私の朝食
- 4 ナイス・キャッチ
- 5 ちょっと失礼(来賓・理事)
- 6 明るいまちづくり
- 7 楽しい体操～ロコモ予防で元気ハツラツ  
松山市保健所 健康づくり推進課  
理学療法士 横内亜紀さん

### ◎ 昼食

- 8 腰をのぼそう
- 9 守ろう交通ルール
- 10 食育クイズ
- 11 整理体操



### 《 一般注意事項 》

- ☆ 競技ができる服装で体育館へご集合下さい。
- ☆ 体育館では必ず上靴を使用し、履いてきた靴は自分で保管下さい。
- ☆ 貴重品は各自で管理して下さい。
- ☆ お茶は、各自で用意し、こまめに水分補給のこと。
- ☆ 昼食は3階でお願いします。
- ☆ お弁当のゴミ分別にご協力下さい。
- ☆ 出たゴミは各自でお持ち帰り下さい。
- ☆ 事故があった時は速やかに本部へお知らせ下さい。