



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