

親子で  
考えよう  
食と健康

# うーちゃ学校

だい かい  
第2回

## 運動の苦手な子、集まれ！ 「チャレンジ Do スポーツ」

令和4年 12月3日 土

時間：10:00～12:15

会場：立命館宇治高等学校 体育館アリーナ

対象：市内在住の小学生の親子

定員：30組（申込多数の場合抽選）

参加費：無料

講師：(有)こじま のぞみ整骨院グループ  
立命館宇治高等学校

持ち物：飲み物・上靴

※動きやすい服装でお越しください。

〆切日 11月11日（金）

駐車場あり

※台数に限りがあるので、可能な限り公共交通機関  
をご利用ください。

### 当日のスケジュール

- 9時45分～ 受付開始
- 10時～ 開会式 / 準備体操
- 10時15分～ クリスマスパティー × スタンプラリー  
のぞみ整骨院のAIを活用した姿勢分析と姿勢講座
- 12時15分 閉会式・記念撮影・片付け・解散



(有)こじま のぞみ整骨院グループ  
小川由智さん



立命館宇治高等学校のみなさん

だい かい  
第3回

## 花や木の実で作って遊ぼう！

クリスマスやお正月の飾り作りもあるよ♪

令和4年 12月11日 日

時間：9:30～11:30

会場：みんなのき黄檗こども園

対象：市内在住の3歳～小学生の親子

定員：20組（申込多数の場合抽選）

参加費：ひとり300円

講師：(社福)宇治福祉園

NPO法人フラワー・サイコロジー協会

持ち物：自分の作品を持ち帰るための袋

〆切日 11月21日（月）

駐車場なし

※公共交通機関をご利用ください。

### 当日のスケジュール

- 9:15～ 受付開始
- 9:30～ 活動内容紹介など
- 9:50～ 自由に好きなコーナーで「制作」「いけばな」  
などを楽しむ
- 11:00～ 制作した作品を親子で紹介
- 11:30 終了



NPO法人フラワー・サイコロジー協会  
浅井清美さん



(社福)宇治福祉園  
田中みゆきさん

### 申し込み方法

Eメールのみ

講座名・参加者の氏名（ふりがな）・参加者の生年月日・参加者の年齢・保護者の氏名（ふりがな）・住所  
電話番号・駐車場の利用希望（第2回のみ）を明記してください。

[u-cha.gakko@ujihf-alliance.com](mailto:u-cha.gakko@ujihf-alliance.com) 携帯の場合はパソコンから受け取る設定をお願いします。



※ご参加いただける方は、手指消毒・マスク着用にご協力ください。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、実施内容の変更または、講座を中止させていただくことがあります。



宇治市健康づくり・食育アライアンス

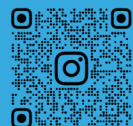
U-CHA（うーちゃ）事務局

宇治市健康づくり推進課 ☎0774-20-8793

うーちゃには健康づくりや食育に取り組んでいる団体が加入しています。うーちゃ学校は、うーちゃの団体の協力のもと開催しています。



HPはこちら↑



UJIHFALLIANCE  
Instagramはこちら↑