

日韓ウォーキング交流5周年記念講演

子どもの足の発達とウォーキング



最近、つまづいて受身が上手くできずに、顔から転んだり、骨を折ったり、疲れやすくて座り込んだりする子どもたちが増えています。車社会をはじめとする便利な機械文明の発達による運動不足や、テレビ・ビデオやケータイ・インターネットなどのメディア漬けによる生活習慣の乱れ、睡眠不足、運動不足が、子どもの足の成長発育に影響を及ぼし、体や心を蝕んでいます。この問題の解決策を「2本の足が医者。自然が病院である。」と訴える大韓ウォーキング連盟の第一人者が答えてくれます。

(NPO法人未来副理事長 まつだ小児科医院・松田 隆)

日時 平成20年 **5月10日(土)** 午後2時30分～4時

場所 **倉吉交流プラザ 視聴覚ホール** (倉吉パークスクエア内)

講師



(財)大韓ウォーキング連盟 理事長
尚志大学校 教授・運動処方学専門理学博士

イ ガン オク
李 康 玉 氏

■主な活動

韓国産業協会や大韓看護協会の運動処方講師として、韓国国内の講演会活動やテレビ出演、執筆活動に幅広く活躍。また、2007年1月に東京で開かれた「日本ウォーキング協会招待ウォーキング講演会」や同年8月に中国の龍井市で開かれたウォーキング講演会で講師を務めるなど、国内外で活躍の場を広げている。

著書に21世紀大衆健康法(1998.2)、走らないで歩いて(2002.10)、ウェルビングウォーキング(2004.5)。

■履 歴

1996～2005 韓国国際ウォーキング大会 執行委員長
2002～ 韓国ウォーキング科学学会 会長
2003～2004 尚志大学校芸術体育文化研究所 所長
2003～ 韓国社会体育学会 理事長
2005～2007 尚志大学校芸術体育大学 学長

参加料 **無 料** 事前申し込み不要。直接会場にお越し下さい。

(※同時通訳有り)

当日は倉吉パークスクエアを主会場に、第8回日本海未来ウォークを開催。
参加申し込み、お問い合わせは下記の連絡先まで



主催 **未来ウォーク実行委員会** (NPO法人未来事務所内)

TEL・FAX0858-22-8999 <http://www.npo-mirai.net>
〒682-0881 鳥取県倉吉市宮川町188-9 シビックセンターたからや