



市政記者各位

令和7年1月30日
南区総務部企画振興課

2/8(土) 親子で学ぶ！～食と運動で健康に～ 南区の大学・企業・行政が一体となった地域向けイベントを開催します！

南区では、大学・企業等と連携した「共創のまちづくり」を推進しています。

今回は、『親子で学ぶ！～食と運動で健康に～』をテーマに、南区内の大学・企業がそれぞれの専門性やノウハウを生かした体験型の講座を開講します。複数の大学・企業がアイデアを出し合い、一緒に企画したオリジナルの講座です。

ぜひ、当日の様子取材いただきますようよろしくお願いします。

- 名称 #南市民センターでいろいろプロジェクト
企業・大学と学ぼう！語り合おう！会 親子で学ぶ！～食と運動で健康に～
- 日時 令和7年2月8日(土) 10時～15時(各講座とも午前・午後に1回ずつ実施)
- 会場 福岡市立南市民センター(福岡市南区塩原2丁目8-2)
- 内容 ※各講座の詳細は別紙をご覧ください。 ※全講座、参加申込受付は終了しています

① “発酵”を学んで味噌を造ってみよう！

【香蘭女子短期大学 × 宮島醤油 株式会社】

親子で一緒に楽しく実験しながら、おいしい味噌を作ります(24組57名参加予定)

 香蘭女子短期大学
Koran Women's Junior College

×



② 成長期のスポーツ障害と栄養

【株式会社 REEHA (リーハ) × 雪印メグミルク 株式会社】

成長期のスポーツ障害の予防法とスポーツで失われがちな栄養素の補給方法を学びます(12名参加予定)



×



③ 子どもと一緒に体幹トレーニング

【体幹ケアスタジオ J.finity (ジェイ・フィニティー)】

子どもの成長をサポートする「コアキッズ体操」で体幹を鍛えます(18組41名参加予定)



#南市民センターでいろいろプロジェクトとは？

南区では、大学・企業等と連携した「共創のまちづくり」を推進しており、令和5年度に、南市民センターを活用し「#南市民センターでいろいろプロジェクト」を始動。各大学・企業等の専門性を生かして地域住民向けの講座等を実施する「企業・大学と学ぼう！語り合おう！会」を開催しています。



◀ イベントの詳細は
こちらから(南区HP)

【お問い合わせ先】

南区総務部企画振興課 担当:吉崎、畑中
電話:092-559-5015(内線144-220)

2/8(土)
@南市民センター
(南区塩原 2-8-2)
参加無料

#南市民センターでいろいろプロジェクト
企業・大学と学ぼう！語り合おう！会

「親子で学ぶ！ ～食と運動で健康に～」

南区内の大学や企業がそれぞれの専門性やノウハウを生かした体験型の講座を開講します。
複数の大学と企業が一緒に企画したオリジナルの講座です。ぜひ、ご参加ください！

“発酵”を学んで味噌を造ってみよう！

【香蘭女子短期大学 × 宮島醤油 株式会社】

- ・微生物がつくる食べものについて
- ・みその色は何の色？～実験で学ぶ食べ物の色～
- ・親子で一緒にみそづくり
～持ち帰って約3か月後に食べよう！～

- 対象** 小学生とその保護者
定員 各回10組（1組3名まで）
時間 ①10:00～11:30 ②13:00～14:30
備考 ・みそづくり体験は1組につき1セット
・大豆、大麦を使用



成長期のスポーツ障害と栄養

【株式会社 REEHA(リーハ) × 雪印メグミルク 株式会社】

- ・成長期とは？
- ・スポーツ障害はどうやって起こる？予防法をアドバイス
- ・食べ物が持つ3つの働きと栄養素の基礎知識
- ・スポーツで失われがちな栄養素とその補給方法

- 対象** 小学校高学年から中高生とその保護者、指導者
(子どものみ又は大人のみの参加も可)
定員 各回 20名
時間 ①10:00～11:30 ②13:30～15:00



子どもと一緒に体幹トレーニング 【コア・コンディショニングスタジオ J.finity (ジェイ・フィニティー)】

子どもたちの成長をサポートする「コアキッズ体操」
体幹を鍛えるメリットとは？

- ・ケガをしにくくなる
- ・意欲が向上する
- ・自己抑制ができる など



- 対象** 小学生とその保護者
定員 各回 40 名（1組3名まで）
時間 ①11:00～12:00 ②14:00～15:00
備考 ・エクササイズは裸足で行います。運動ができる服装、
着脱しやすい靴下等でお越しください。
・タオル、飲み物をお持ちください。

【申込期間】

令和7年1月17日(金)まで

【抽選結果】

1月23日(木)までお知らせします。

申込受付は終了しました



お申し込みは
こちら(南区HP)