



Kumamoto City

News Release

令和7年（2025年）3月14日

株式会社ルネサンスと連携した 親子向け「走り方教室・血管年齢測定会」の開催について

熊本市では、
「若い世代からの運動習慣の定着化」
をめざし、親子向けの運動促進イベント
「走り方教室・血管年齢測定会」を
開催します！



熊本市と株式会社ルネサンスは、
「健康増進に関する連携協定」を締結しています。

- 日時 令和7年（2025年）3月20日（木・祝） 10：30～12：15
- 場所 熊本城ホール 3階 会議室A
- 定員 100名（※参加者決定済み）
- 内容

大人の方		お子様	
10:30	開会式	10:30	開会式
10:35～ 10:55	「ドクターから伝える健康づくりの方法」 <small>（熊本機能病院 医師：原田栄作先生）</small>	10:35～11:20	①人気者になれる！走り方教室
10:55～ 11:10	「手軽にできる筋トレの方法とその大切さ」 <small>（メディカルフィットネスYAMATO 施設長：中尾雄一）</small>		
11:10～ 11:25	「歩く大切さと熊本市の運動促進の取組み」 <small>（熊本健康・体力づくりセンター 課長：山下亮）</small>	11:30～12:15	②こどもトレーニング教室
11:30～ 12:10	血管年齢・体力測定会		
12:10～ 12:15	閉会式・アンケート記入	12:10～12:15	閉会式

※ 詳細は別紙チラシをご覧ください。

- 小学生向けの「走り方教室・こどもトレーニング教室」は、株式会社ルネサンスのスタッフが楽しく指導します。
その間、大人の方は運動に関する医師・専門家のお話を聴いていただき、その後血管年齢・体力測定会を実施します。
- 株式会社ルネサンスとの連携協定に基づき熊本市と株式会社ルネサンスが連携して実施するイベントです。

【お問い合わせ先】
健康づくり推進課
電話：096-328-2145
課長：山下 繁人（やました しげと）
担当：和田 光司（わだ こうじ）
高村 嘉幸（たかむら よしゆき）

熊本市の
親子向け
運動教室

Re RENAISSANCE

ルネサンスの
スタッフが
教える!!

小学生向け

走り方教室 &
こどもトレーニング教室

同時開催!

大人の方向け

医師と
専門職が
伝える!!

運動についてのお話 &
血管年齢・体力測定会

親子での参加者大募集!

応募条件など詳しい内容は裏面をご覧ください

参加費
無料!



3/20 春分の日
木

10:00

受付開始

10:30

スタート

(終了予定: 12:15)

場所

熊本城ホール 3階 会議室 A

定員

100名



お申し込みはこちらから ▶

お問合せ先

熊本市役所
健康づくり推進課
096-328-2145



熊本市と株式会社ルネサンスは、「健康増進に関する連携協定」を締結しています。

熊本市の運動促進イベント 走り方教室 & こどもトレーニング教室

日時 : 令和7年3月20日(木・祝) 10:30~12:15
場所 : 熊本城ホール 3階 会議室A

プログラム詳細

大人の方		お子様	
10:30	開会式	10:30	開会式
10:35~ 10:55	「ドクターから伝える健康づくりの方法」 (熊本機能病院 医師:原田栄作先生)	10:35~11:20	①人気者になれる!走り方教室
10:55~ 11:10	「手軽にできる筋トレの方法とその大切さ」 (メディカルフィットネスYAMATO 施設長:中尾雄一)		
11:10~ 11:25	「歩く大切さと熊本市の運動促進の取り組み」 (熊本健康・体力づくりセンター 課長:山下亮)	11:30~12:15	②こどもトレーニング教室
11:30~ 12:10	血管年齢・体力測定会		
12:10~ 12:15	閉会式・アンケート記入	12:10~12:15	閉会式

※ お子様は2グループに分かれて、①・②を入れ替えて受講します。

※ 大人の方は、その間講演をお聴きいただき、その後血管年齢測定会を実施します。
お子様を残しての途中退室はできません。

お申し込み方法

二次元コードをスマートフォンで読み込んでいただき、
フォームへ必要事項をご記入ください。

参加が決定された方にはこちらからご連絡を差し上げます。

※ お申し込み多数の場合は抽選になります。

(ご記入いただいた個人情報は、本イベントに関するご連絡以外には利用致しません。)



お申込フォーム

持ってくるもの

- ・動きやすい服装
- ・運動靴、スニーカー(外履きのものでOK。会場は土足のままです)
- ・飲みもの、タオル

注意事項

※ 熊本市にお住まいの小学生とその保護者が対象です。中学生・未就学児は受講いただけません。

※ お子様は1グループにつき2名まででお願いします。

※ 大人の方は、閉会后必ずアンケートへのご協力をお願いします。

※ スタッフが細心の注意を払い運営を行いますが、会場で発生した怪我や盗難等のトラブルの責任は負いかねますのでご了承ください。