

生命科学館では、栄養・運動・休養の3つの視点から健康づくりに関して体験し、学べるゾーンがあります。また、毎月「公開実験」や「企画展示」を実施しています。

どなたでも無料で参加できます。

<開催時間>14:00～15:00

	開催日	タイトル	内容
1	公開実験① 4月22日(土)	折り紙であそぼう！	子どもの日に向けて折り紙で兜やこいのぼりを作ろう！
2	公開実験② 5月27日(土)	作って遊ぼう！しゃぼん玉	簡単にできるしゃぼん玉液を作り、親子で楽しく遊ぼう！
3	公開実験③ 6月17日(土)	アロマdeせっけんづくり	アロマオイルを使ってせっけんを作り、香りを楽しみリラックス体験しよう！
4	企画展示①夏 7月15日(土) ～8月20日(土)	筋肉が健康のカギを握る！	健康づくりの運動としての筋トレの必要性や具体筋トレ方法を紹介。
5	公開実験④ 8月26日(土)	夏休み追い込み企画(駆け込み自由研究) 持てる水とスライム作り！	持てる水を作ってみよう！ カラフルなスライムを作って遊ぼう！ 夏休みの自由研究にもピッタリ！
6	公開実験⑤ 9月30日(土)	ムニムニ触感 スクイーズ！	ムニムニとした触感を楽しもう！
7	公開実験⑥ 10月28日(土)	自分体力はどれ位？体力測定	簡単な体力測定をして、自分の優れた・弱い体力を知り、運動を始めるきっかけにしよう！
8	公開実験⑦ 11月25日(土)	冬の準備特大号 もうすぐクリスマス！	屋外施設の木の実や落ち葉を使ってクリスマスリースを作ろう！
9	企画展示②冬 12月16日(土) ～1月13日(土)	健康のための入浴法	冬場を中心に発生する入浴事故と入浴による身体への影響や、健康のための入浴方法を紹介する。
10	公開実験⑧ 1月27日(土)	節分！お面作り！	節分にむけて、オリジナルお面を作ろう！
11	公開実験⑨ 2月24日(土)	昔の遊び体験	デジタルを使わない昔の遊びを体験(けん玉、こま回し、かるた、羽子板など)をしましょう。
12	企画展示③春 3月3日(土) ～31日(土)	現代の子どもの生活環境は？	スマホの利用などから夜型生活の子ども達が増えていっていると言われています。睡眠などの生活環境や心身の発育への影響を紹介します。