

中学生・高校生の皆さんへ

文京区の名所をめぐり歩きながら、予防医学（がん予防につながるような生活習慣の改善など）について、体験をとおして学ぶワークショップです。ラリー全体が、頭と身体を使ってチーム（5人くらい）で競い合う、ゲームのようなつくりになっています。ヘルシーな食事、GPS 歩数計測、スラックラインや“ゆる体操”、睡眠アンケート、がん予防クイズ……などのメニューが、歩くコースに沿っていっぱいちりばめられています。優勝したチームには賞品が出ます。日曜日の朝から夕方まで、お母さんやお父さんのサポートも借りながら、思いっきり楽しんでみませんか。このチラシをおうちの方と一緒に見て、参加するかどうかを話し合ってみてください。

保護者の皆さんへ

この「元気見っけ！ラリー」は、日本医療政策機構・市民医療協議会による「地域発：がん対策市民協働プログラム」の助成を受けて、NPO 法人市民科学研究室が実施するものです（全国 12 地域で、助成を受けたそれぞれの地域の団体によるそれぞれの取組みが進められています）。このプログラムは、市民の手による地域を拠点にしたがん対策（主として、がん診療の質の向上、がんの早期発見、がんの予防の3つ）を支援し、がんによる死亡を3年間で3万人減らすことを目的としています。

がんによる死亡者数が年々増加している中で、「できるだけ早い時期から予防の重要性を知り、実践することが大切だ」と、文京区に拠点を置く私たち市民科学研究室は考え、「子どもたちへの啓発を軸にした参加型ワークショップ」を考案しました。楽しみながら「健康」に対する理解を深め、改善の手がかりをつかむ試みです。

ラリーのサポートに力を貸してください

「元気見っけ！ラリー」の参加者は15人～30人の中学生・高校生ですが(3～5チームで競います)、ラリーをサポートする人が10数名必要です。イベント当日に向けて、保護者の方にご協力いただく部分があります（下記の「オリエンテーションについて」を参照）。また、そのこととは別に、当日のサポートをしていただける大人の方を募集しています。ご連絡いただくと幸いです。

応募方法は

ラリーに参加を希望する中学生・高校生の皆さんは、12月10日（木）までに登録をしてください。「住所・氏名・学校名・学年・自宅の電話番号」を記して市民科学研究室まで「参加を希望します」と FAX：03-3816-0574 か 電子メール：renraku@shiminkagaku.org で連絡を入れてください。

オリエンテーションについて

「元気見っけ！ラリー」の一週間前にオリエンテーションを行います。参加者の保護者の方は、
●12月12日（土）10：30～12：00 ●12月13日（日）10：30～12：00
のいずれかの日時でご参加ください。場所は文京区内の施設になりますが、追って連絡いたします。どうしても都合のつかない方は市民科学研究室にご相談ください。またオリエンテーションへの子どもさんとご一緒の参加も歓迎いたします。当日の服装や持物、一日のイベントの流れ、また事前に協力していただきたい事柄などをお伝えします。

◆このプロジェクトは、日本医療政策機構 市民医療協議会 がん政策情報センター
「地域発：がん対策市民協働プログラム」と協働で実施します◆