

令和4年9月28日

中郷中学校 保護者 様

三島市立中郷中学校
家庭教育学級長
能田 典子 石渡 美佳

家庭教育学級・第2回講座開催のご案内

初秋を迎え、保護者の皆様におかれましては益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。
さて、家庭教育学級では第2回講座を下記の通り開催いたします。

6月開催の第1回講座では、セルフリンパマッサージをしながら、夏に向けた体のコンディション作りを学び、心身ともにリフレッシュできる有意義な時間となりました。つきましては、第2回講座もセルフリンパマッサージをしながら体の疲れを取りつつ、冬に向けたコンディション作りを学びたいと思います。三島市新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインに従いながら、ゆったりとした雰囲気の中で自分の体と向き合う貴重な時間になるよう講座を開催いたします。

ご多忙とは存じますが、お誘い合わせの上、皆様のご参加をお待ちしております。

記

- ・ 日 時 令和4年 11月 18日 (金) 10:00 ~ 11:30
- ・ 会 場 中郷中学校 柔剣道場
- ・ 内 容 「自分でできるストレッチ・リンパマッサージ」
講師の先生にご指導いただきながら
ゆったり体をほぐしましょう！
- ・ 講 師 キムラ 利栄 先生
Jafa 認定 ADI、健康運動実践指導者、
NESTA 認定ダイエット&ビューティストスペシャリスト
- ・ 参加費 無料
- ・ 持ち物 後日参加者にご連絡いたします

-----きりとり-----

家庭教育学級 第2回 受講申込

参加保護者氏名 _____ (連絡先: _____)

年 組 生徒氏名 _____

※10月14日(金)までに学級担任へご提出ください