

実家庭配付

令和7年12月22日

保護者の皆様へ

豊田市立矢並小学校

校長 清水 一

PTA会長 深見 広重

## なわとび納め会及びPTA家庭教育講座のご案内

師走の候、保護者の皆様には、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。日ごろは、本校の教育活動に多大なご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

さて、なわとび納め会とPTA家庭教育講座を下記のとおり実施いたします。何かとご多用のことと存じますが、是非出席いただきますようご案内申し上げます。

### 記

1 日 時 令和8年2月3日（火）

なわとび納め会 8:50～9:35

PTA家庭教育講座 10:00～11:00

2 場 所 体育館

3 その他

- ・なわとび納め会の詳細につきましては、後日学年通信にてご案内いたします。
- ・PTA家庭教育講座の詳細につきましては、裏面をご覧ください。
- ・お車でお越しの方は、東門（山中側）からお入りいただき、運動場の芝生上に駐車してください。
- ・当日はスリッパをご用意ください。

### 【問い合わせ先】

矢並小学校 教頭 平田 篤史

TEL 0565-88-3100

## PTA 家庭教育講座について

このたび、親子でご参加いただける「チベット体操」の講座を開催いたします。チベット体操は、チベットのラマ僧に若返りの秘儀として伝えられてきた、呼吸法を伴うシンプルなエクササイズです。体が硬い方でも無理なく取り組むことができ、チャクラのバランスを整えることで、心身の調和やアンチエイジング効果も期待できます。自宅でも続けやすく、忙しい方にもおすすめの健康法です。

今回の講座は、大人と子どもがペアになって参加する形式となっております。ご都合の合う方は、ぜひご参加ください。

なお、保護者の方が参加できない場合は、先生にサポートとして入っていただきます。

### 【講師紹介】

田中 真美子（たなか まみこ）さん

- ・内なる調律師／チベット体操伝道師
- ・自分開花サロン Be-jin 主宰（豊田市）

20年以上公務員として勤務したのち、2017年に退職。「心と身体の健康に関わることを本当の仕事にしたい」という思いから活動をスタート。『純度100%の人生を生きる』をモットーに、心身の調和を大切にしながら、皆様がより幸せに生きられるようサポートを行っている。

### 【持ち物】

- ・ヨガマットをお持ちの方は、ご持参ください。
- ・ヨガマットをお持ちでない方は、お一人につきバスタオルを1枚ご準備ください。
- ・動きやすい服装でお越しください。

※この件に関するお問い合わせは、矢並小 教頭（平田）を通じて、PTA保健厚生委員へお願いします。