

☆第1回家庭教育学級

6月22日 家庭教育学級の開級式と1年生の保護者と児童を対象とした「親子ヨガ教室」が行われました。講師の先生には、ご自身の子育て談等を交えながら、具体的で大変わかりやすいご指導をいただき、参加者全員がとても楽しい時間を過ごすことができました。

「ヨガ」とは、サンスクリット語（古代インドの言葉）で「つながり」を意味するとのこと。親子で触れ合いながら共に汗を流したことで、まさに「つながり」が深まったことと思います。保護者の方々も子どもたちも、とても良い表情でした。

「つながり」はもちろん、美容と健康にも良いとのことですので、ぜひ御家庭でも実践してみてください。



