

令和4年9月吉日

PTA 会員各位

豊橋市立羽田中学校 PTA  
会 長 内田 克哉  
教養部長 三井 美保

教養講座『自分の身体の癖を知り、呼吸で整えるヨガ』開催についてのご案内

日頃は PTA 活動にご理解とご協力を賜りまして誠にありがとうございます。  
さて、教養講座を下記のとおり開催いたします。ご多用のこととは存じますが、是非ご参加  
いただきますようお願い申し上げます。

記

- 1 日 時 令和4年10月20日(木) 19:00~20:00
- 2 場 所 羽田中学校 誠心館
- 3 講 師 日本予防医学ボディケア協会 ブリスマークアウトインストラクター  
森田 貢子 先生
- 4 講座内容 仕事、家事、育児と忙しい毎日を送っているみなさんに、ゆっくり自分自身  
と向き合う時間を。ヨガの呼吸法、アーサナをゆったりと行うことで、身体  
と心の疲れをリセットしましょう。
- 5 募集人員 30名程度
- 6 持ち物 バスタオルまたはヨガマット、汗拭きタオル、水分補給するもの
- 7 参加料 無料
- 8 申し込み 参加申込書に必要事項を記入し、10月7日(金)までに教頭先生に提出し  
てください。  
\*問い合わせ：羽田中学校教頭 伊藤 勝美 TEL 31-3145

以上

.....キリトリ.....

・教養講座参加申込書

出席者名	生徒名 年 組
(電話番号 )	生徒名 年 組