

西部中ブロック

母親委員だより

平成30年 8月
第1号 担当 松山小学校

連日、厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。今年度も西部中ブロック(西部中学校、牛山小学校、春日井小学校、松山小学校)の母親委員会は、明るく元気に活動をスタートしております。1学期の活動報告と、そこで得た情報等をお伝えさせていただきます。

☆ 1学期 活動報告 ☆

4/24	西部中ブロック 新旧委員長引継ぎ	牛山小学校
5/19	市P連総会	グリーンパレス
6/5	ブロック総会、第1回ブロック研修会	西部ふれあいセンター
6/14	第1回母親委員会運営委員会、講演会	グリーンパレス

☆ 6/5 ブロック研修会の内容 ☆ 「バレエストレッチ」

第1回ブロック研修会では、名古屋市瑞穂区のバレエ教室『S・Kバレエ』の久保早苗先生を講師にお招きしバレエの要素を取り入れた初心者向けのストレッチを体験しました。基本的にはゆっくりとした動作ですが、指先まで意識をしながら正しい姿勢を保つため、たつぷりと汗をかくほどの運動量でした。バレエの経験者や日頃からストレッチを実施していれば感覚が掴みやすいようですが、体が硬い人は正しい姿勢がまず最初の難関となり…会場のいたる所から「痛い痛い」と悲鳴があがっていました。思ったよりハードでしたが、ゆったりとした音楽に合わせて体を動かすことでリラックスでき、楽しい時間を過ごせました。

姿勢が良くて柔軟性があり引き締まった美しいバレリーナに一歩近づけたでしょうか？ はじめの一步を教えて頂けたので、このバレエストレッチを継続して凝り固まった体を改善し、美ボディを目指していきたいですね。



☆ 6/14 講演会の内容 ☆

「親と子の未来の為のコーチング」

日本プロゴルフ協会ティーチングプロとして、プロゴルファー育成に実績のある浜井哲吉氏より、視点が
変わる脳と心の使い方を講演していただきました。子どもの能力を伸ばすためにどのように親が接していく
と良いか、前向きな子どもを育てる声かけや褒め方など、分かりやすく教えて下さいました。日々の生活の
中で無意識に使ってしまっている言葉や親の考え方が、子どもの夢の実現を邪魔する存在になってしまわ
ぬよう、気をつけていきたいと思います。失敗した時も「次からはこうしようね」とプラスの言葉と『ウルトラ
マイル』を。まずは意識して、笑顔で前向きな子育てができるの良いですね。

☆ 今後の活動計画 ☆

9月	第2回ブロック研修会	西部ふれあいセンター
12月	第2回母親委員会運営委員会	グリーンパレス
1月	ブロック総会、第3回ブロック研修会	西部ふれあいセンター
2月	第3回母親委員会運営委員会	グリーンパレス

今年度も宜しくお願い致します。