

令和4年9月13日

保護者・地域の皆様

渋谷区立笹塚中学校
校長 片山 富子

「心と体の元気アップ講座」のご案内

白露の候、皆様にはご清栄のこととお慶び申し上げます。
さて、本校では次の通り、「心と体の元気アップ講座」を実施します。
ご多用のことと存じますが、是非、ご参加いただきますようご案内申し上げます。
1・2年生対象の講座ですが、基本的な生活習慣の大切さについての講座ですので、
保護者・地域の皆様も奮ってご参加ください。

記

1 ねらい

- ・「早寝・早起き・朝ごはん」を身に付けて、パフォーマンスを上げる。
- ・「基本的な生活習慣」特に朝食や睡眠の大事さを理解するとともに、ゲーム脳の怖さを知りメディアをコントロールしようとする態度を身に付ける。

2 日時 令和4年9月20日(火) 10:45～12:35(3・4校時)

3 内容 「心と体の元気アップ講座」 基本的な生活習慣の大切さ

4 講師 日本体育大学体育学部健康学科教授 野井 真吾 先生

5 会場 本校体育館

6 その他

- ・本校ではコロナ対策として生徒に①手洗いをして体育館に移動する。②密を避け、換気をする。③マスクを着用する。を徹底しております。この点についてご協力のほどよろしくお願いいたします。

<問い合わせ> 笹塚中学校 副校長 渡邊 渉(電話:03-3376-3364)

参加申込書

9月20日(火)の「心と体の元気アップ講座」に

・参加します

学年 組 () 生徒氏名

保護者名

※FAX(03-3376-3500)でも受け付けております。