

活動内容

〈題〉 リンパケアでむくみや冷えのお悩み改善！

学級名 山岸小学校PTA

学級担当者 小原 千晶(教養部長)

1 学級の組織ならびに学習のねらい及び重点

- ・ 構成員 山岸小学校PTA会員（419名）
- ・ 学級の運営組織 山岸小学校PTA教養部
- ・ 学習のねらい、重点 学年や地域の枠にとらわれず、保護者同士の交流を深める

2 学習計画と活動の状況

回	日 時	講 話 題	講 師 （職・氏名）	参加人数
1	令和7年 10月23日(木) 10:00～12:00	リンパケアでむくみや冷えの お悩み改善！	リンパケアリスト 松木 リサ 先生	13 名
		内 容	感 想 等	
		・ 心と体のチェック ・ ペアになって身体の歪みを確認 ・ 椅子に座って姿勢改善 ・ リズム運動 ・ オイルを使った顔周りのリンパケア	とても素敵な先生で、楽しい大満足の講座でした。簡単なケアで身体が軽くなったり、フェイスラインがすっきりしたりして、最後には身体の歪みの改善に歓声が上がりました。自分を労わる大切な時間になった講座でした。	
2	日 時	講 話 題	講 師 （職・氏名）	参加人数
		内 容	感 想 等	

3 成果及び今後の課題

(1) 成果・活動において工夫したこと など

スムーズに進行できるように講師の方と細かな確認を行うとともに、部長と副部長とで、綿密な打ち合わせを行った。

(2) 今後の課題

働いている保護者の方も多く、平日の昼間に人数を集めることの大変さを感じた。

土曜日開催も候補に入れるべきではと感じた。

(3) その他 今後の「学びのつどい」の在り方に関すること等

またの開催を希望される方も多かったので、引き続き講座をしていただければと思いました。