

活動内容

〈題〉 「ストレッチポール」骨格を整え心も体もスッキリと！

学級名 羽場小学校 家庭教育学級

学級担当者 PTA教養部

1 学級の組織ならびに学習のねらい及び重点

- 構成員 PTA会員のうち参加を希望するもの
- 学級の運営組織 PTA教養部（各学年より1名ずつ選出）
- 学習のねらい・重点 PTA会員の研修及び家庭教育の充実

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	10月18日 (土)	「ストレッチポール」骨格を整え 心も体もスッキリと！	日本コアコンディショニング協会 ベーシックインストラクター 小林頼子氏	8世帯及び教職員 計15名
		内容	感想など	
2		・ストレッチポールを使用し、骨格 を整える、本来の正しい状態に近づ けていく。	・今回初めてストレッチポールを体験させていただきました。TV などで見たことがあり、簡単そうに見えましたが、実際体験す ると、難しく感じることもありました。体験後は、とても体が スッキリして良い経験ができました。 ・初めてストレッチポールを使いました。体のゆがみが、最初に 比べて明らかに違いが出て、びっくりしました。これを機に、 家でもストレッチポールをしてみたくなりました。	
		内容	感想など	

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

- ・土曜日の午前中、総務部主催の親子環境整備作業と同日開催した。
- ・活動の様子をマチコミメールと学校報で配信し共有した。

(2) 今後の課題

- ・会員にとって効果的で効率的な活動の在り方
- ・参加者にとって魅力的な活動の企画運営の在り方

(3) その他、今後の「学びのつどい」の在り方に関すること など

- ・会員減少に伴うPTA活動の検討（活動内容、日程等）

