

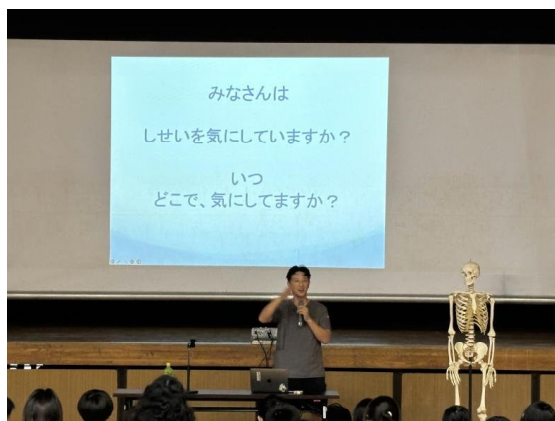
## 10月16日(木) 学校保健委員会

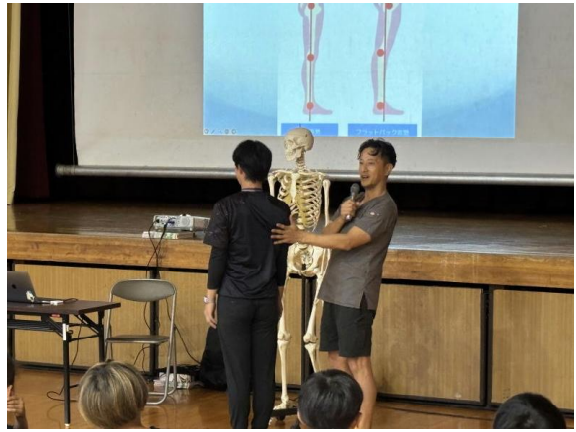
5時間目に、3年生から6年生、保護者の皆様を対象に、学校保健委員会を開催しました。講師に、わかばはりきゅう接骨院の鷲崎光輝先生をお迎えし、

『正しい姿勢ってどんな姿勢？ ～正しい姿勢はいいこといっぱい!～』

をテーマに、正しい姿勢についてお話を聞きました。気をつけの姿勢や、椅子の座り方など、子どもたちが一緒に実践をしました。「姿勢」に気を付けることで、学習への集中力が増し、理解力もアップすることを学びました。また、足首を数回まわすだけで、簡単に身体が柔らかくなり、ストレッチの大切さも学びました。

今日からの授業では、学んだことを生かし、よい姿勢で取り組んでくれることを期待しています。鷲崎先生、ありがとうございました。





鈴木先生が「気をつけ」の姿勢の模範となりました。



とてもよい姿勢だと褒めていただきました。







あっという間の1時間で、楽しく「姿勢」について学びました。鷲崎先生、ありがとうございました。