

平成 30 年 ( 2018 年 ) 6 月 26 日

PTA 会員の皆様

長野県野沢北高等学校  
PTA 会長 木村 朋章  
教養委員長 田口 恵美子  
学校長 田澤 直人

PTA 行事「笑いヨガ講座」のご案内

入梅の候、会員の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。  
さて、毎年好評の PTA 行事を下記のとおり計画いたしました。  
この行事は、PTA 会員皆様の親睦を第一に考え企画しております。  
つきましては、ご多忙のこととは存じますが、この数少ない機会に皆様お誘い合わせでご参加  
いただけますようご案内申し上げます。

記

- 1 日 時 平成 30 年 9 月 1 日 ( 土 ) 午後 1 時 30 分から午後 3 時  
( 受付 午後 1 時から午後 1 時 25 分 )
- 2 場 所 野沢北高等学校 岳南会館
- 3 内 容 「笑いヨガ」  
身心ともにプラスの効果がある今大注目の健康体操。  
「メンタル面をプラス」・「健康増進」・「有酸素運動で脳と体の活性化」  
昨年度の感想から  
・笑って気分が良くなりました。家でも試してみます。  
・子供と笑顔でいる大切さを思い出しました。  
・楽しいから笑うのではなく、笑うから楽しい。  
・家族が楽しく笑いに包まれていると外でも輪の中に入っていける。
- 4 講 師 佐藤 志穂 氏
- 5 服 装 服装の指定は特にありませんが、靴は動きやすい上履きをご用意ください。
- 6 駐 車 場 校庭南側 ( 格技室側 ) をお願いします ( 雨天時は佐久合同庁舎駐車場 ) 。
- 7 申 込 7 月 20 日 ( 金 ) までに申し込み表を担任の先生までご提出ください。

長野県野沢北高等学校  
PTA 係 北村 秀夫  
電話 0267-62-0020

----- 切 り 取 り -----

笑いヨガ参加申し込み表 ( 足りない場合は、右の空欄に )

参加者氏名 \_\_\_\_\_

参加者氏名 \_\_\_\_\_

参加者氏名 \_\_\_\_\_

( 生徒 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 組 氏名 \_\_\_\_\_ )

提出方法 生徒 → 担任の先生 → 北村先生 ( PTA 教養委員会担当 )