

平成24年度PTA研修会実施要項

押原中学校PTA

1. 日 時 平成25年2月2日(土) 午後1時40分～4時30分
2. 場 所 押原中学校(特別教室など)
3. 目 的 (1) 円滑なPTA活動を運営するために、会員同士の親睦を深める機会とする。
(2) 普段はなかなか体験できない内容に触れ、文化活動への関心を高める研修の機会とする。
4. 対 象 押原中学校PTA会員
5. 時 程 午後1時15分 研修部員集合
会場設営、講師との打ち合わせ
1時40分～ 全体会(蛍雪ホール:校舎3階)
2時00分～ コースごとに研修
6. 分科会の内容と講師紹介 (活動場所)
 - (1) ヨーガ(蛍雪ホール) 講師:甲府ヨーガより派遣
持ち物:ヨガマットまたはバスタオル
ヨーガの効果の代表的なものは、①人間が本来持っている自然治癒力を高める②姿勢がよくなることで、ぜい肉が取れ整ったプロポーションになる③集中力、持続力等、精神力を養う、ということです。皆と汗を流し、ヨーガを通じて自分の体と向き合う時間をつくっていただけたらと思います。
 - (2) 寄せ植え(木工室) 講師:フラワーセンターマツオより派遣
持ち物:移植ごて(小さなシャベル)、手袋、作業に適した服装
緑の少ないこの季節に、彩りを与えてくれる寄せ植え作りを行います。楽しく作って、眺めて癒される寄せ植えは、春まで長く楽しめるような植物がそろっています。草花の名前を覚えるのも楽しみの一つです。
 - (3) アロマテラピー(第二理科室) 講師: 中野真奈美先生
持ち物:筆記用具、エプロン
日々の生活に潤いを与える「アロマ」について、基本的な事柄を教えていただきます。そのあと、今年は蜜燭(みつろう)を使ったクリームを作ります。自分だけのハンドクリーム作りに挑戦してください。
 - (4) お父さんのかんたんおいしいクッキング(調理室)
講師:秋澤英俊先生(押原中学校教頭)
持ち物:エプロン、バンダナ、マスク、タッパーなどの容器
身近にある食材を使っておいしい料理を作りませんか。講師は本校教頭の秋澤先生です。ポイントは‘手間がかからず’‘レシピもわかりやすく’‘楽しみながら’‘おいしい料理を作る’です。教頭先生のわかりやすい手ほどきで、お父さん方もきっと自信が持てると思います。調理後はみんなで試食を楽しみましょう。(女性も歓迎します。)