

## P T A 研修会より

12月7日（金）10時から、武道場でP T A研修委員会主催のヨガ教室が行われました。ヨガ指導者の鈴木講師をお迎えし、心のリラックスができるヨガを教えてくださいました。保護者の方や養護教諭が参加をしました。鈴木先生との話の中で、生徒達のストレス解消にも良いというお話を聞きました。

