

平成 29 年 10 月 12 日

保護者各位

つくば市立竹園学園東中学校 PTA 会長 矢野 幸子  
同 家庭教育学級委員長 関 真紀

平成 29 年度家庭教育学級 閉級式 及び 第 2 回講座のご案内

『温活♪ からだ、冷えていませんか？毎日の食事で体温アップ！』

～親子で免疫力と“脳力”を高めよう～

秋涼の候、保護者の皆様におかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

夏休みと楽しい創明祭が終わり早 1 ヶ月、子供たちはそれぞれ勉強や部活、習い事など日々忙しく過ごしていることと思います。

今年度の家庭教育学級もお陰様で閉級式を迎え、第 2 回講座として、マクロビオティック料理研究家の先生をお招きして、これから冬に向かうこの時期に食事で体温アップ！をテーマに食育講座を開催いたします。食事から体温を上げ、免疫力を高めて風邪やインフルエンザに負けない体をつくりましょう！いきいきと元気に過ごすヒントをいただきたいと思います。体温を上げる美味しいレシピをデモンストレーション形式でご紹介し、一緒におむすびを作り、試食も行います。ぜひふるってご参加ください。

記

日 時 平成 29 年 11 月 6 日 (月) 10:00 ～ 12:30

会 場 竹園交流センター 1 階 調理室

内 容 閉級式 10:00～10:15

講 座 10:15～12:30

講 師 小川原 智子先生

(体温を上げるマクロビオティック料理研究家)

参加費 500 円 (軽食・ドリンク代として当日申し受けます。釣り銭のないようにご協力ください)

持ち物 体温計 エプロン 三角巾 ハンドタオル 筆記用具

申込締切 10 月 24 日 (火) までに担任の先生に参加申込書をご提出ください。

下記メールでの申込も可能です。その際は下記の情報をお書き添えください。

問合せ先 家庭教育学級委員会 [h29kakyo@takechu-pta.org](mailto:h29kakyo@takechu-pta.org)

..... 切り取り .....

10 月 24 日 (火) までに提出

参加申込書

11 月 6 日 (月) 家庭教育学級閉級式及び第 2 回講座に参加します。

参加者氏名 \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_

メールアドレス \_\_\_\_\_

お子様氏名 \_\_\_\_\_ ( 年 組 ) \_\_\_\_\_