

P T A ヨガ教室

～ 保護者に加えて5, 6年生も参加 ～



成長期の体にとって「よい姿勢」は、学習にも運動にもよい効果が期待できます。

即効性を求めたがる社会の風潮を変えるのは難しいです。

しかし、自分のことであれば何とでもなるのではないでしょうか。