

Zoomで

オンライン家庭<共育>講演会

Part
2

子どもと《共》に《育》つ楽しい子育て!

～子どもたちには健やかに、そして心豊かに育ってほしい～
その願いを叶えるため、保護者や地域の大人が、
子育てや家庭教育について学ぶ機会をご提供し、
「楽しい子育て」、「幸せな家庭づくり」をSYDは応援します!

参加費
無料!

実践!

【テーマ】

笑いヨガ

【コンテンツ】

わら かど ふく
『笑う門』には『元気』来たる!

☆お子様も一緒に楽しめるプログラムです。

コロナに
負けないぞ!

12月13日(日)

14:00～15:00 (質問タイム含)

「笑いヨガ」って?

笑いヨガは、誰でもできる笑いの健康法です。1995年にインド人医師 Dr. マダン・カタリア夫妻が考案したもので、ユーモア、冗談、笑いを誘う手法は使わず、「理由なく笑う」というユニークな方法です。

体操としての笑いでも、おかしいと感じて笑っても、身体への健康効果は全く同じです。無理なく続けられる運動で、現在では100カ国以上に広がっています。

(日本笑いヨガ協会HPより抜粋)

【講師】 はやし みあき 氏
林 御暁氏

中学、高校時代は陸上競技、日本体育大学ではバドミントンに打ち込む。大学卒業後はスポーツクラブのインストラクターとして、長年にわたり子どもたちの水泳指導などに携わっている。そのかわら、日本笑いヨガ協会認定の「笑いヨガリーダー」資格を取得し、現在は東京・町田近郊の市民センターやカフェを会場に月2～3回講座を開いている。



- 募集対象 …… どなたでもO.K。
(親、保護者、祖父母、地域の子どもを見守る立場の方、「笑いヨガ」に興味のある方等)

- 募集人数 …… 先着 100名

- 申込方法 …… QRコードからお申込みいただくか、下記メールアドレス宛に必要事項(氏名、メールアドレス、年齢、性別)を記載の上お申込みください。開催1週間前頃に、詳細(Zoomの使い方、ミーティングID、パスワード等)を申し込みいただいたメールにお知らせいたします。



- 申込締切 …… 12月10日(木)



申込QRコード

- 注意事項 …… 当講演会は、Zoomを利用します。PC・タブレット端末・スマートフォン等の機器、およびインターネット環境が必要です。



- ・どこにいても講演を聞くことができます。
- ・聞く側(参加者)の顔出しは任意ですので、気軽に参加できます。

申し込み・問合せ先

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-25-2
TEL:03-3405-5441 FAX:03-3405-5424
E-mail: info@syd.or.jp <https://syd.or.jp/>
SYD「オンライン家庭共育講演会」係



とは?

SYD(公益財団法人 修養団)は、1906年に蓮沼門三を中心とする学生たちによって創立され、青少年の健全育成事業を柱に、社会人教育、家庭教育などのさまざまな事業を展開している社会教育団体です。「愛と汗」を信条に、まず身近なところから“幸せの種”をまこうという《幸せの種まき運動》を推進しています。