



おかげさま 便り

富田地区会館

この会・この人 【健康ヨガ】

普段の生活で実践できる智慧です。
正しい骨と筋肉の使い方、姿勢を整え、呼吸を整え、意識を統一します。
参加された皆さんが楽しく喜んで笑って帰られるのが一番です！

みなさんの心と体の声をお聞きください。

- ・呼吸法とか食事（食べる物）座り方立ち方など、基本的な事だけど大事な事、覚えられました。頭寒足熱の大切な事などヨガ教室だけでなく生活の中でも続けていける事を教えてもらいました。（M）
- ・ヨガを初めて4年になります。腰痛で歩行が困難でしたが、現在は何の痛みを感じず日常生活を過ごしています。自分なりに日頃動かしてない所を行動することで体調改善ができています。（S）
- ・習い始めて5年になりますが、体のバランスが悪い自分に気が付きました。生活の中で抜くことが出来ない時間となりました。続けられることに感謝したいです。（Y）
- ・テレビでやっているストレッチや食材情報が教室で教えてもらった事が多く、ヨガの良さを確信しました。（M）
- ・健康ヨガで若返り、腰の痛いのも治りました。週1回のレッスンで友達もたくさんできました。（K）
- ・教室の雰囲気良く、ヨガを20年以上続けています。現在介護真っ最中！呼吸法を学んでいるお陰で比較のおおらかに義母と接することができ、大きな負担をかけないような体の使い方、介助しています。（I）

- ・ 日 … 火曜日
- ・ 時 … 13:00 ~ 14:30
- ・ 所 … 富田地区会館 1F 和室 （第2週目 体育室）



《 折り紙教室 》

日 時：平成29年 3月22日（水）
13:00~15:00

場 所：2階 実習室
参加費：500円（材料費込み）

今月は“さくら”の花を折ります❀
申込み：富田地区会館 302-0031



4月1日（土）の
初日受付は
29年の7月分
になります



4月より開講

親子さんすう

来年度4月より開講 親子で参加するさんすう教室
お父さんお母さんと・お子さんと一緒に問題を解きませんか？
平成29年4月より継続していきます。

金曜日 午後Ⅱ (原則)

①16:00～・②16:30～・③17:00～ それぞれ3組
場所：富田地区会館

参加費：無料

参加条件：第1・2・3週 → 親子 ※要予約
第4週 → フリー (親のみも可)
(基本の小数・分数の計算が出来る方に限ります)



- ◎私立中学を受験希望の方
- ◎公立中学にてトップクラスを目指す方
- 小学校 高学年より、方程式・関数・数列の学習習得は必須です。

学習癖をつける為にも、

- ◎中学校でも学習癖は大変つきにくい。
- ◎科目数が大変増えます。
- ◎クラブ活動の時間が多すぎ、体力・精神力がついていかない。
- ◎勉強癖がついてない為、スマホ依存が強い

テスト前の学習はいよいよ学習、これはストレスがたまるだけ、知恵はたまりません。
又、計算問題をただくり返し工夫のない学習では力がつきません。

- なぜ方程式を小学校の在学より学習すると良いのか？
それは方程式とはある文章を読んで、それを文字式にて数式に表し、これを解答もっていく。
この作業は国語の読解力を必要とし大変思考力もつく、つまり落ち着きも増す。
しかも小学生でも取り組みやすい。
- 関数は方程式をも包み込み、数学では大変分野が広い。
高校になると高次関数・三角関数・指数関数・微分等、大変裾野の広い学問です。
- 数列
これは高校でよく学ぶ学問ですが、中学でも一部出てきます。ある事象から規則性等を見つける学問です。
- なぜ小学校 高学年か？
これは一番頭がやわらかく、習慣づけもしやすい。又時間があります。



富田地区会館 自主事業



勉強と進学について

日時：平成29年4月23日(日)

①10:30～ ②11:30～ ③13:30～ ④14:30～

場所：富田地区会館 実習室

参加費：無料

定員：親子それぞれ5組(合計20組) ※要予約
(小学2～5年生)



寺子屋 算数塾の伊藤先生による、
勉強がおもしろくなるお話や
文章題を中心とした方程式の組み立て方、
最近の進学状況、
名大生による体験談などを予定しています。