

令和5年9月1日

保護者 様

佐世保市立崎辺中学校

校長 岩波 直

### 生活習慣改善講演会について（ご案内）

処暑の候、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喜び申し上げます。また、日頃から本校教育活動に深いご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

さて、子どもの生活習慣改善に向けた講演会を下記の要領で実施いたします。近年、成長期の子どものゲーム・スマホ依存に伴う体調不良や学業不振が増えてきています。中学生の心身のより良い成長・発達に生活習慣が与える影響を理解した上で、学習や部活動（運動）でしっかりと力を発揮できるような身体と心のコンディショニングづくりについて学ぶ機会を提供するものです。

ご多用とは存じますが、是非ご参加いただきますようご案内申し上げます。

#### 記

1 日 時 令和5年9月28日（木） 13：45～15：45

講演テーマ 『目標達成のために必要な生活習慣』

【前半】13：45～14：45

生徒向け講話：脳の働きを決定づける生活習慣

【後半】14：55～15：45

保護者向け講話：子どもを子どもらしく大人に成長させていく教育法

※ 保護者の方も前半からお聞きいただいても構いません。ぜひご参加ください。

2 場 所 崎辺中学校体育館

3 講 師 THANKS 理学療法士 杉野 信治 先生  
〔2006-2014日本オリンピック医科学スタッフ（バレーボール部門）〕

4 備 考 車で来校される場合は、運動場に駐車してください。

きりとり

※会場準備の都合上、参加される場合は9月22日（金）までにご提出をお願いいたします。

9月28日（木）の生活習慣改善講演会に参加いたします。

年 組 保護者氏名（ ）