

姿勢とお箸の稽古会

昨今バスや地下鉄の車内ではほとんどの方がスマホ画面に見入っています。首を前に傾けて長時間画面に見入る姿勢は、首の骨本来のカーブを失わせるストレートネック症状を引き起こし、身体の様々な不調の引き金となります。子供の時から正しい姿勢を意識することはとても大切です。骨格が整いつつある成長期に、自らの正しく自然な姿勢を身に付けていくことは健康の礎となります。それはその子の一生の財産となります。日本に受け継がれてきた礼法や茶道の所作には、正しい姿勢の元となる「型」が受け継がれています。型を普段の生活に生かすことにより、身を整え心の調和を養いましょう。

日時　　2026年12月5日（土）　午前10時～12時
場所　　上前津昭和のくらし館　ヴンダー・ハウス
対象　　幼保育こども園年長さん～小学6年生
参加費　　1,000円（椀物・和菓子・お茶代含む）
申し込み締め切り　　11月28日（土）

申し込みは、氏名（フリガナ付）・年齢・学校名・住所・電話番号・
メールアドレスを下記の和のクラブメールアドレスまでお知らせ下さい。

和のクラブは、19年前に静岡県牧之原市で発足しました。牧之原市での
稽古風景は https://www.hoshi-zaidan.jp に掲載していますのでご参照下さい。

和のクラブ事務局　wanoclub@gmail.com

名古屋市教育委員会後援