

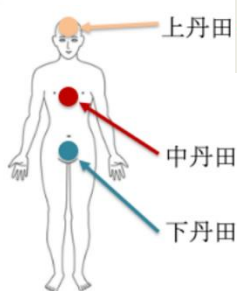
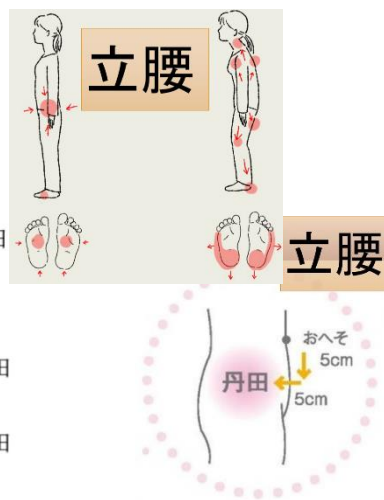
# 母親委員会だより

令和7年12月5日  
飯豊中学校  
母親委員会 NO.1

11月25日（火）に、長井ひなた村道院の横澤芳一氏や前司道弘氏をはじめとする7名（3年生の湊人さんを含めると8名）を講師にお迎えし、母親委員会主催の「護身術教室」を行いました。今回は「自分の身を守るための護身術教室」の講義と実技に挑戦しました。



講義では、事件が起きやすい場所・ターゲットにされないためにはどうすればよいか・犯罪に遭わないためにはどうすればよいか・つきまとわれたらどうすればよいか・最終的には筋肉ではない骨格・姿勢・立腰を意識しながら丹田を意識することが大事とのことを教えていただきました。



実技では向かってくる相手からの攻撃を避けるための動き方を学びました。相手の意表をつくために斜めに前進して身を守る方法など講師の先生方にご指導していただきました。

今回は5組11名の方々に参加していただきました。  
お忙しい中ご参加いただきありがとうございます。



## 【制服・運動着のリユースについて】

母親委員会では制服や運動着のリユース活動を行っています。卒業や成長とともに着れなくなった制服や運動着を学校にお届けください（※クリーニングは母親委員会で行います）。

詳しくは次回発行の母親委員会だよりでお知らせします。