

## 開催要項

# 令和6年度 教育・保育施設職員研修 Ⅲ 専門研修 G 保育力アップ 3032 保育力アップ研修

- 日時 : 令和6年8月9日(金)  
開催方法 : 集合  
\*研修申込み方法など、活用ガイドをご覧ください。  
内容 : 講義「子どものからだと心をほぐす簡単ケア～まずはあなたから～」  
講師 : さとう式リンパケアセルフケアリーダー  
ぐるーみん認定講師 寺島 桂子氏  
対象者 : 市内の公立私立 幼稚園教諭・保育園保育士・こども園保育教諭等  
募集人数 : 60名  
申込み期間 : 7月1日(月)～ 8月9日(金)12時

自分の顔にやさしく触れたり、腕や背中をゆっくりとゆらしたりし、硬くなった筋肉をゆるめ、姿勢が整いやすいように、心もゆるみやすいようにそして使いやすからだにしていけることができるケアをまずは保育者が体験し、保育の中で、子どもとのかかわりに活かして行きましょう。

◎動きやすい服装でご参加ください。

◎横になって体を動かしますので、バスタオルかヨガマット(家にある方)をお持ちください。



事務担当 四日市市幼児教育センター

市川 春子

TEL 059-333-6002

FAX 059-333-6003