

家族ふれ愛講座実施報告書

講座名：令和6年度 第3回 家族ふれ愛講座

日時：9月28日(土)午前10時～11時

参加者 7家族23名 (大人 9名 子ども14名)

テーマ：空手体験教室

講師：葵会 恵川 優 さん 生徒の皆さん

場 所：すまいるズ煉瓦館 コットンホール

内 容

1. 開講挨拶
2. 講座開始
 - ・空手とは
 - ・準備体操、型の練習、ミット打ち
3. 模範演技
4. 閉講挨拶

講 座 の 様 子

- ・初めに、準備体操をし、空手は礼に始まり礼で終わると言うことで、正座になり挨拶をしました。
- ・講師から、空手の型の説明と実演があり、子どもたちとお父さん、お母さんも見よう見まねで型を作ってパンチやキックをしました。
- ・次にミットを使っの練習は、お父さんお母さんは講師に打ち込み、子どもたちはお父さんお母さんが、ミットを持ち号令に合わせて、大きな声とともに型を作って打ち込みました。
- ・最後に、初段同士の模範演技は迫力があり、みんな真剣に見ていました。
- ・アンケートでは「大人もリフレッシュでき楽しかったです」などのお声をいただきました。

