

調布のびのびサークルだより

平成30年 11月1日

10月は年一回のバスハイク今年は埼玉県長瀨の名所を巡ってきました。秩父を代表するパワースポット寶登山神社で災難回除け・縁結びをお願いした後、川下りをして秋の一日をゆっくりと楽しんで来ました。

平成30年10月活動報告

第2土曜日 10月13日 10:00~12:00

・場所 西調布体育館

・活動 創作ダンス

・参加者 総勢22名

指導員:2名 (河下先生、山本先生)

ボランティア:1名

子供:9名

親:10名

・内容

ストレッチ・ウォーキング・足上げ/手上げ・横歩き/後ろ歩きをして輪になり雲のようになりました。

何色もの柔らかい布を使いワルツの曲でゆっくりと踊ったり、ペアになって布を使ってのダンスをしました。

自然と体を動かしていました。楽しかったです。

* 11月の予定 *

★当番は森山さんと森田さんです。

第2土曜日:11月10日

西調布体育館 10:00~12:00 (河下先生の創作ダンス)

第4土曜日:11月24日

健康活動ひろば(こかげ)10:00~12:00 (山本先生のリトミック&ゲーム)

第4土曜日 10月27日 8:00~16:10

・場所 埼玉県長瀨方面

・活動 バスハイク

・参加者 総勢23名

指導員:2名 (山本先生、松沼先生)

ボランティア:3名

子供:10名

親:8名

・内容

朝の雨もやみ、お天気よく「寶登山神社お参り」と「岩畳の散策」をしてきました。

「長瀨ライン下り」は緩やかな流れのコースを船は貸し切り状態で和やかな雰囲気です。

指導の先生方、ボランティアさん、七戸さんお疲れ様でした。ありがとうございました。

* 12月の予定 *

★当番は豊田さんと近さんです。

第2土曜日:12月8日

西調布体育館 10:00~12:00 (スポーツ推進委員さん)

第4土曜日:12月22日

健康活動ひろば(こかげ)10:00~12:00 (松浦先生のダンス)

※連絡先 調布市教育委員会社会教育課

Tel 042-481-7490

E-Mail syakaiky@w2.city.chofu.tokyo.jp

※調布市の公式ホームページに掲載されています。

調布のびのびサークル

検索