

調布のびのびサークルだより



令和3年10月9日

10月も暑い日が続きますが、朝晩はすっかり過ごしやすくなりました。体を動かすには本当に気持ちの良い季節となりましたね。

令和3年10月活動報告

◎第2土曜日 10月9日 10時～12時

- ・場所 : 西調布体育館
- ・活動 : リトミック、ダンス
- ・参加者 : 総勢20名 指導員4名 (松浦先生、長瀬先生、山本先生、松沼先生)

ボランティア1名
子供8名、親7名

4月以来、半年ぶりの松浦先生メニュー。準備体操の後はダンス。嵐の「ラブ・ソー・スイート」、ディズニーの「イツァスモールワールド」、BTSの「ダイナマイト」と新しい曲盛りだくさんで、広い体育館いっぱいを使って楽しくおどりました。もちろん、締めはいつもの「森のくまさん」、「ハメハメハ大王」などできめて、整理体操のストレッチで終了。



◎第4土曜日 10月23日はバスハイクを予定していましたが、コロナの緊急事態宣言が解除となつて間もないため、大事を取り中止としました。

☆11月の予定 : 当番は近さん、糸井さんです。

第2土曜日 11月13日 西調布体育館 10時～12時
山本先生のストレッチ、ダンス、ゲーム

第4土曜日 11月27日 西調布体育館 10時～12時
松浦先生のストレッチ、ダンス

☆12月の予定 : 当番は森田さん、三浦さんです

第2土曜日 12月11日 健康活動ひろば 10時～12時
稲森先生のストレッチ、創作ダンス

第4土曜日 12月25日 健康活動ひろば 10時～12時
松浦先生のストレッチ、ダンス、ゲーム



調布のびのびサークルへのお問い合わせは以下まで
調布市教育委員会 社会教育課

☎ 042-481-7490

E-mail : syakaiky@w2.city.chofu.tokyo.jp