



# 調布のびのびサークルだより

令和5年6月24日

◎第4土曜日 6月24日 10時～12時



梅雨に入ったけれど、相変わらず暑い日、寒い日が交互に続く日々です。台風も来たりして大変な6月でした。

## 令和5年6月活動報告

◎第2土曜日 6月10日 10時～12時



- ・場所 : 健康活動ひろば
- ・活動 : ストレッチ、ダンス
- ・参加者 : 総勢 18名  
指導員 3名 (松浦先生、長瀬先生、山本先生)  
子供 8名、親 6名、ボランティア 1名

松浦先生のダンスメニューでした。今までやってきた様々なダンスのおさらい。体が自然に動くほどに楽しくダンス。みんなでバトンを両手に持ってダンス。いつものダンスは森のくまさん、ドレミの歌、ハメハメハ大王の3曲。最後はストレッチで体を休めて終了。

- ・場所 : 健康活動ひろば
- ・活動 : ストレッチ、リトミック、創作ダンス
- ・参加者 : 総勢 14名  
指導員 4名 (稲森先生、高橋先生、吉村先生、山本先生)  
子供 5名、親 4名、ボランティア 1名

稲森先生のダンスメニュー。輪になってストレッチで体をほぐし、自由に歩きながらハイタッチ、並んでいろいろな歩き。2人、3人で自由にダンス。後半はカラフルなバトンを持ってみんなでダンス。

- ☆7月の予定 : 当番は近さん、森山さんです。
- 第2土曜日 7月8日 健康活動ひろば 10時～12時  
山本先生のストレッチ、リトミック、ゲーム
- 第4土曜日 7月22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

- ☆8月の予定 : 当番は及川さん、森田さんです。
- 8月は第4土曜日だけの活動となります。
- 第4土曜日 8月26日 西調布体育館 10時～12時  
稲森先生のストレッチ、創作ダンス



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@city.chofu.lg.jp