

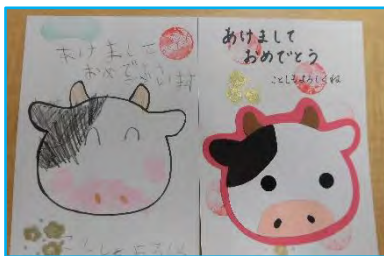
フレンズジム通信

2021年1月号

〔12月の活動報告〕

★南宇都宮店★

年賀状作りをしました。
牛の似顔絵を描いて、スタンプを押してオリジナル年賀状を作りました♡



★滝谷店★

クリスマス製作を行いました。
シャバラ折りでひげを作り、色々な表情のサンタクロースが出来上がりました♡



寒さに負けず！

楽しく体を動かそう\(^o^)/

今年は、新型コロナウイルスの影響で外出自粛している時期が続
き、運動不足や心が落ち着かないなど感じた方もいらっしゃる
と思います。3歳から中学生くらいまでの間に様々な基礎的動作を
積み重ねて運動神経を発達させることが大切といわれていますの
で、ぜひ体に負担がかかりすぎない程度に運動しましょう。室内で
では、親子ストレッチやお尻歩きなどがあります。これからより寒
くなりますが、フレンズジムやご家庭で適度な運動をしてリフレッ
シュ体も心も健やかに過ごせるようにしましょう♪

参観週間のご報告

今年度は、分散して参観週間を設けました。ご参観し
ていただき、ありがとうございました。子供達にとっ
て励みになったことと思います。今後ともどうぞ宜
しくお願い致します！

