

フレンズジム通信

2021年2月号



☆1月の活動報告☆

滝谷店

課題の時間にハンカチやバスタオル、ズボンなどの洗濯物を干しました。お母さんのお仕事のまねごとで子どもたちもたのしく取り組みました♪



南宇都宮店



すごろくやけん玉などお正月遊びを楽しみました。福笑いでは、色々なパーツを並べて様々な面白い顔ができ、皆でたくさん笑い合いました♪



～戶外活動のお知らせ～

実施予定ですが、気温や気候によっては室内運動に変更する場合があります。防寒着等お持ちくださいますようお願い致します。

《お家でできる運動に挑戦！！♪》

【片足立ち】



両手を広げ、片足でバランスをとってみましょう！
できるようになったら・・・
目をつぶってチャレンジ☆

【親子でゲーパージャンプ】



ゲー👉



パー👇

両手をつないで息を合わせ、足を開いたり閉じたりして、ゲー、パーとジャンプしてみましょう！！

