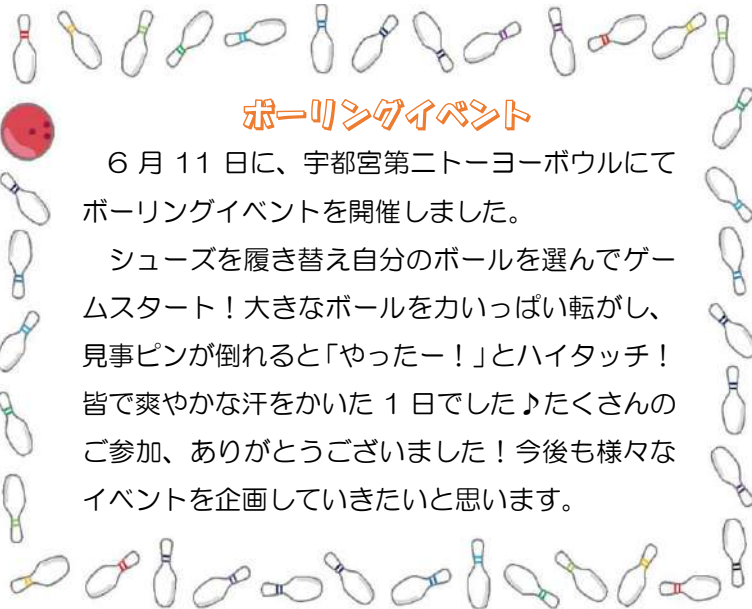


# フレンズジム通信

2022年7月号

梅雨が明けると季節もバトンタッチ！本格的な夏ももうすぐそこです。体が暑さに慣れていないこの時期は、大人も子どもも体調を崩しやすくなります。睡眠や休息を十分とるなど生活リズムを整えて、免疫力を高めていきましょう。



## ボーリングイベント

6月11日に、宇都宮第二トーヨーボウルにてボーリングイベントを開催しました。

シューズを履き替え自分のボールを選んでゲームスタート！大きなボールを力いっぱい転がし、見事ピンが倒れると「やったー！」とハイタッチ！皆で爽やかな汗をかいた1日でした♪たくさんのご参加、ありがとうございました！今後も様々なイベントを企画していきたいと思えます。

## 防犯訓練のお知らせ

不審者を想定して定期的に防犯訓練を実施しています。今年度は7月を予定しています。訓練を積み重ねることで自分の身を守ること、慌てず避難することなどを覚え、防犯意識が芽生えることを目標に行っていきます。

## お盆休みのお知らせ

8月13日(土)～8月16日(火)

の4日間は休業致します。

## マスクの着用について

日頃より、新型コロナウイルス感染症対策にご理解頂きありがとうございます。フレンズジムでは、体操中において熱中症対策を含め、マスクを外しての参加の声かけをしています。今後もスタッフ一同、感染症対策を徹底して行っていきたいと思えます。

