

フレンズジム通信

2022年 5月号



新しい人との出会いや環境の変化の大きかった4月も終わりに近づき、迎える5月。子どもたちも保護者の方々も新年度の疲れが出始める時期です。気を付けたいのは“頑張り過ぎる事”です。ここで一息入れて頑張りすぎず、適度な休養をしてくださいね。“自分を大切にすること”とっても大切です。

【Sunday's イベント開催！！】

5月8日(日) 10:00~11:30

ゲームやクイズ、ストレッチや体操、さらには先生たち同士の勝負もあるかも・・・
みんなで一緒に盛り上がりましょう♪♪

オンライン(zoom)での開催となります。詳細はチラシやLINEでご案内いたします。



【育休から復帰しました】

下山 実咲先生

【GW休業について】

5月3日(火)、4日(水)、5日(木)は、GW休業とさせていただきます。ご了承ください。

【参観週間のお知らせ】

参観は運動プログラム部分の30分程度です。オンライン(zoom)配信も行いますので、ご自宅からでもご参観いただけます。店舗ごとに日程、開始時間が異なりますので、スケジュール表にてご確認くださいませようお願いいたします。ぜひ、活動の様子をご覧ください！

【防災用品を見てみよう】

3月は実際に非常食を食べてみましたが、今回は、非常用のトイレの使い方や、寒い時期に災害が発生した際に体を保温してくれるアルミシートなどを体験してみました。

