

しん りよく  
身力



今回は身力（身体をしっかりと動かす力）です。夏休みは学校がお休みなので生活リズムが崩れやすいです。そこで、毎日のラジオ体操が生活に一定のリズムを作ってくれます。早起きをして、朝一番にしっかりと身体を動かすと頭もすっきりし、午前中の学習に取り組みやすくなります。保護者の皆様も子供たちと一緒にラジオ体操をしていただき、子供たちが気持ちよく午前中のうちに夏休みの課題に取り組みめるといいなと思います。そして、夏休み前半で課題がおおむね終わるように計画をたて、充実した夏休みを過ごしてほしいと思います。

## 夏休みのラジオ体操について

児童の基本的な生活習慣をつけるためや体力向上につなげていきたいと考えています。ご理解のほどよろしくお願いします。

夏休みのラジオ体操の場所を、各地域の保護者の方に確認の上、次のようにしました。

ハンコ、ラジオは学校で準備します。ラジオを持って行く人、印を押す人を決めていきます。

土・日・祝日・登校日【8月6日、8月21日】・お盆（8月12日～16日）・雨の日以外は毎日行います。

地区	場所	地区	場所
外表	小川さん宅前	白水	エディオン前
鮎崎	鮎崎棧橋駐車場	矢弓	商船寮前広場
垂水2	促進公園	小頃子	底押さん宅前
垂水3	閑さん宅横空き地	契島	石本さん宅前
盛谷	松本さん宅前		

今年度は、PTA 予算でラジオ体操用のラジオを9台購入させていただきました。ありがとうございました。とても軽く、持ち運びにも便利なラジオにしました。ラジオとハンコセットと一緒に持ち運べる手提げ袋も準備しようと思っています。熱中症等に気を付けて、毎日元気にラジオ体操をしてほしいと思います。



# 7/8 体育朝会～ラジオ体操第2～



ラジオ体操第2が始まります



応援隊の白水郵便局平田局長さんも参加してくださいました



腕回しの運動です



動きを確認しながら練習します



竹本先生と久保先生がお手本です



最後のジャンプ、「開いて閉じて閉じて、開いて閉じて閉じて」



ご夫婦で応援隊に登録していただいている下末さんも参加してくださいました

7月8日の体育朝会はラジオ体操でした。今回は、ラジオ体操第2を1級ラジオ体操指導士の竹本先生に教えていただきました。夏休みまでにあと1回、7月15日（火）の体育朝会もラジオ体操を行います。15日は、地域ごとに分かれて夏休みと同じようにラジオ体操を行います。

応援隊の方にもご連絡いたしました。保護者の方もご都合のつく方は、一緒に体育朝会を行いませんか。児童のラジオ体操の様子を見ていただいたり、実際にラジオ体操をしていただいたり、体育朝会（8：20～8：35）の15分間を「身体をしっかりと動かす時間」にさせていただくと嬉しいです。

