

7月・夏休みわいわい体育教室開催！

7月28～31日・8月18～21日の各4日間、夏休みの宿題時間とスポーツ、そこに体験教室をパッケージにした「夏休みわいわい体育教室」を開催しました。

小学生のころまでに大人の約90%の神経系が完成するとされているこの時期に、色々なスポーツに触れてもらいたいという思いで、りんぐるでは初めての企画でしたが、定員15名の募集のところあつという間に定員を超え、「もっとやってほしい！」という声から定員枠増および8月も追加開催することになり、7月は25名・8月は17名の参加となりました。

適度な運動は精神面を安定させることから、宿題に取り組む学習タイムでは集中力もUP!その後の運動はマット運動・ドッチビー・ワンバウンドバレーに挑戦。3日目は頭を使いながら体を動かすコーディネーション運動で楽しく汗をかきました。

来年の夏休みもりんぐるの楽しい企画をお楽しみに！



日程	1日目	2日目	3日目	4日目
	ストレッチ運動 学習タイム(夏休みの宿題・課題)			7月:歩こう!三条 まちなか探索
	マット運動	ワンバウンドバレー ドッチビー ほか	コーディネーション運動	8月:おもちゃ 研究所(工作)



▲宿題前のストレッチ



▲宿題に取り組んでいます。



▲マット運動で前まわり！



▲ワンバウンドバレー



▲ドッチビー



▲コーディネーション運動

7月 歩こう!三条まちなか探索

当日は30度を超える猛暑日となり、やむなくコース短縮。暑さの影響を心配しましたが、25名みんなよくがんばりました!特にチームリーダーは、下級生を見ながらペース配分するなど、ホントがんばりました。

八幡公園でおもしろい木や拍犬親子を探したり、まちなかの変った看板をみつけたりと、まちなかをガイドブック片手に探索しながらのウォーキングでたくさん歩き頑張りました!その後、みんなで食べたお弁当もおいしかったね!



8月 りんぐるおもちゃ研究所

手作りおもちゃ「大紙相撲」「紙飛行機」「モコモコけん玉」をつくりました。大きな力士を作り、顔や模様を描いてしこ名をつけてのトーナメント戦!すっごく盛り上がりました!紙飛行機もとってもよく飛ぶのでみんな大喜び☆モコモコけん玉は、女子に人気。毛糸で作った球を紙コップにつないで作ります。研究所でつくったおもちゃを、おうちでお友達と一緒に作って遊んでくださいね!



中学生 職場体験

8月18～20日の3日間午前中、第三中学校の生徒さん2名が職場体験でりんぐるのスタッフに従事して頂きました。最初は緊張していたようですが、会員のみなさんの暖かな心遣いもあって、時間とともにすっかりスタッフらしくなりました!ここでは体験された2人から感想を書いてもらいましたので、ご紹介します。



佐々木亜美さん

私たちは8月18～20日の3日間、りんぐるで職場体験をしました。この3日間のプログラムは、ズンバ・3B体操・エアロビクスやピラティスなどでした。私はズンバと3B体操を体験しました。先生や会員さんに動きを合わせるのがとっても大変で、最初はすぐにはできませんでした。やっているうちに楽しくなって途中からは全然はかしくありませんでした。

プログラムをする前は、受け付けをしていました。最初はとっても緊張して、あいさつを大きな声でできませんでしたが、何回もやっていくうちに会員さんがやさしく話しかけてくれたので、最終日には自分から大きな声であいさつできるようになりました。

プログラムが終わった後は小学生の体育教室だったので、一緒に遊んでいました。最初はあまり話しかけてくれなかった子たちは2日目にはたくさん話しかけてくれました。この3日間とてもいい体験になりました。会員の皆さんや、ボランティアの皆さん、そしてりんぐるのスタッフの皆さん、3日間ありがとうございました。

菊池葵生さん

8月18～20日、りんぐるに職場体験に行き、色々なプログラムを体験しました。

ズンバ、さわやか3B体操、ピラティス、みんなの時間、ニコニコハッピーは、りんぐるの会員の方はどなたでも入れます。どれも気軽に楽しくできます。私もズンバとさわやか3B体操、みんなの時間に参加しました。初めてだったので緊張しましたが、楽しく参加することができました。さわやか3B体操では、道具を使って体操をしました。

会員の方に「始めたきっかけは何ですか?」と聞いてみたら、「家にいても体操をしないけど、ここに来ると顔見知りが増えるし、進んで楽しく体操ができるから」と言っていました。私も楽しく簡単に体操をすることができました。初めての方や、ちょっと体を動かしたいという時にすぐにできます。

職場体験に来て、楽しくスポーツ・ダンスなどができ、色々な人が交流でき、コミュニケーションが大切という事がわかりました。

職場体験受入れでの皆様のご理解とご協力、そして生徒さん達へ温かい対応をいただきありがとうございました!

26年度の夏休み事業にご参加・ご協力ありがとうございました!そして10月は普段は会員のみ参加できるプログラムを、まだ会員でない皆さんにも無料開放する「秋のPRプログラム」を開催します。詳しくはさらに中面へ!→