

# 1月くさなぎ寺子屋通信



寒さも本格的になってきましたが、くさなぎ寺子屋では、子どもたちは元気に走り回っています。今年もいよいよあとわずかとなりました。

も〜いくつねると♪お正月♪・・・。家族で運動のチャンス！また、年末年始は、バスケットボール、ボクシング、駅伝、スケート、サッカー、ラグビー等テレビ中継が目白押しです。見るスポーツも家族で楽しんでください。よいお年を！



## ホッケー (リフティング・パス・シュート)



## 星の観測会



金星・土星・木星・月が  
きれい！くさり！！



見えた 月

## タグラグビー



## サッカー



シュート！



## 短距離走・リレー



## 新体操



## 1月の予定 ※いつもの曜日でない日があります。

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 1月 6日(木) 屋内運動場   | サッカー            |
| 11日(火) 体育館サブフロア  | バウンドテニス         |
| 13日(木) 体育館メインフロア | ハンドボール          |
| 19日(水) 屋内運動場     | 野球ゲーム           |
| 20日(木) 屋内運動場(半面) | 陸上競技(短距離・走り高跳び) |
| 26日(水) 体育館サブフロア  | 器械運動(マット・跳び箱)   |
| 27日(木) 体育館メインフロア | バスケットボール        |



## お知らせ

- ビクトリークリニック**  
12月25日(土) 受付中  
静岡県立水泳場  
東京オリンピック選手  
高橋航太郎選手が来る！
- くさなぎ寺子屋第5期**  
(1/6 ~ 2/28)  
締め切り 12月23日

## 運動で骨が強くなるって？

運動(とんだり、はねたり、走ったり)すると、骨に力が加わります。

この力が骨をつくる細胞のはたらきを活発にして骨を丈夫にします。

大人でも運動することで、骨粗しょう症や介護予防効果があります。



## チャレンジ・バドミントン

- 1月10日(月) 午前  
場所 焼津青少年の家  
締め切り 1月6日