



第二ゆりかご 児童クラブ

夏の暑さも和らぎ、秋の匂いの風が感じられるようになりました。夏休みも大きな怪我や事故もなく、無事に終わりました。保護者の皆様、ご協力ありがとうございました。

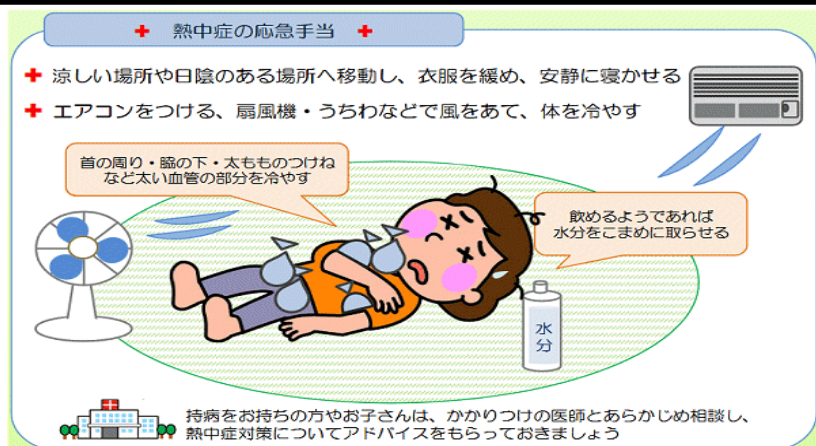
いよいよ2学期が始まりました。夏休みの様々な経験を通して子ども達も逞しくなったのではないのでしょうか。まだまだ暑い日が続きます。運動会の練習も始まるので体調管理には充分注意していきましょう。

令和5年9月1日

海拔約3.6m
海岸からの直線距離約0.6km

避難場所: 伊福形神社山
(延岡市北一ヶ岡4丁目11-12)
第二ゆりかごWEC学院から
徒歩約20分 駆け足で約14分

運動会へ向けて熱中症予防とトレーニングについて



【職員紹介】

小泉博幸(運転手)
～こいずみさん～

9月よりバス運転手として来ました。主に土々呂小の送迎の運転となります。

2学期が始まり、運動会のシーズンがやってきました。かけっこやリレー、団技などの種目に向けて、練習が始まりますが、第二ゆりかご児童クラブの子が活躍できるようにと、お家で出来るかけっこ練習を紹介したいと思います。

①正しい姿勢→垂直の壁に身体(頭・背中・お尻・かかと)をくっつけて、まっすぐな姿勢を作り、歩く。姿勢を崩さずに慣れてきたら、走る。

②足の上げ方→足を上げる際、太ももを上げて走るが、遅い子はつま先が下を向いていることがある、ブレーキをかけた走り方になっている、太ももだけでなく、つま先も一緒に上げて、走る。

③腕の振り方→速くなるポイントは足だけでなく、腕振りも大事です。正しい腕の振り方は腕を前に振るのではなく、ひじを後ろに引くイメージで振ると力が伝わり、速く腕を振ることができる。



9月の計画



	内容	講師 他	3時のおやつ		内容	講師 他	3時のおやつ
1日 (金)	外で遊ぼう		棒アイス じゃこせんべい	16日 (土)	クリーン作戦		お楽しみおやつ
2日 (土)	クリーン作戦		お楽しみおやつ	17日 (日)	お休み		
3日 (日)	お休み			18日 (月)	敬老の日(祝日)		
4日 (月)	ゴムとびをしよう		グミ おにぎりせんべい	19日 (火)	ドッジボールをしよう		ピーナッツクリームパン
5日 (火)	ドッジボールをしよう		ソーセージパン	20日 (水)	Basic English	森本康夫先生	果物 ミニゼリー
6日 (水)	外で遊ぼう		果物 スティックゼリー	21日 (木)	折り紙で遊ぼう		ソーセージパン
7日 (木)	お茶の作法	松田えつこ先生	ジャムパン	22日 (金)	外で遊ぼう		きなこせんべい
8日 (金)	外で遊ぼう		まがりせんべい クッキー	23日 (土)	秋分の日(祝日)		
9日 (土)	クリーン作戦		お楽しみおやつ	24日 (日)	お休み		
10日 (日)	お休み			25日 (月)	外で遊ぼう		ヨーグルト ウエハース
11日 (月)	折り紙で遊ぼう		棒アイス ビスコ	26日 (火)	リレーをしよう		ジャムパン
12日 (火)	ゴムとびをしよう		きなこパン	27日 (水)	ドッジボールをしよう		スティックポテト 乳酸菌飲料
13日 (水)	お花を活けましょう アクティブサークル		ゼリー ラムネ	28日 (木)	折り紙で遊ぼう		チーズパン
14日 (木)	ドッジボールをしよう		チーズパン	29日 (金)	外で遊ぼう		たべっこどうぶつ スティックゼリー
15日 (金)	外で遊ぼう		ブリッツ パイの実	30日 (土)	クリーン作戦		お楽しみおやつ

【9月の口座振替日】

振替日は9/11(月)となります。

【小学校行事予定】

- * 伊形小・・・9/7(木) 参観日
- * 土々呂小・・・9/12(火) 参観日(1・2・3)
- 9/15(金) 参観日(4・5・6)
- (共通)
- * 9/1(金)・・・2学期始業式(給食無し)

★お茶の作法★

9月7日(木) 15:30~17:00

★アクティブサークル★

9月13日(水) 15:50~16:40

※準備物 体操服上下・汗拭きタオル・水筒

★Basic English★

9月20日(水) 15:50~17:00

①15:50~ 3年生 ②16:30~ 4年生