



ただいま!

— あたたかな第2の家庭を目指して —

宮野浦親子レク



あら～上手♪上手♪ みんな注目・感動!!!



おとうさん、今日は一流シェフ♪



個性いっぱいのおいしー!! 完成♪

ピザ作りと親子ダンス

きらめきクラブ(宮野浦学童)

親子レク班長 庄司健二

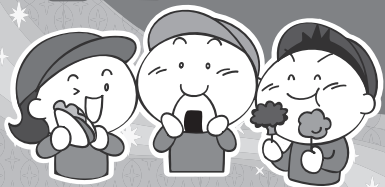
七月二十二日に遊佐町のしらい自然館を利用し、屋外炊事場での「フライパンでピザ作り」、体育館での「親子ダンス体験」を企画した。

親子レク班での打ち合わせでは、とにかく体験モノがいいということで、提案された中からピザ体験を選出し、松岡陶芸教室の下妻さき子主宰に依頼した。また、体も動かしたいと、クロスラインの講師・熊谷智佳子氏をお招きして、親子ダンスを行うこととなった。活発な意見交換、意欲的な準備・運営を協力いただいた班員の皆様には感謝申し上げたい。レク当日は晴天にも恵まれ、ピザ体験では生地作りから親子協力し、トッピングは各家庭より持参としたので個性豊かなピザがたくさん誕生した。ダンス体験では、体調に気遣いながら指導いただいた先生のリードも素晴らしいし、触れ合いの機会が減ってくる小学生との親子ダンスで、親御さん達も有意義な時間を過ごせたのではないかと感じた。

反省点としては、時間の関係で中止にした活動もあり、また野外活動で興味が散り飽きてしまう子もいたりして、歳の違いから活動の難易度の設定も難しく、やはり大人の考えるようにはいかないと痛感した。ただ、それが野外活動の醍醐味でもあり、思い思いに自分で遊びを考えて子ども達が楽しんでくれていればいいのだが……、と思った次第である。

暑かった夏 思い出の夏

—学童活動内容—



保護者会長も子どもに負けじと、バリバリ活躍中

一日目は、川でざっこしめを行い、逃げ足の速いイワナを苦戦しながらも、次々に捕まえていく子ども達。捕まえた魚を焼いている間は川遊びをし、それぞれが思い思いの時間を過ごしました。ホクホクで良い塩梅になった魚は、魚が苦手な子もペロリと完食。その後のスイカ割りにはみんなの掛け声

代々続いている「はだしっこキャンプ」が七月十四・十五日に鶴岡市の大鳥自然の家で行われました。「恵まれた自然環境と親しみながら学童の子ども達の仲間意識を高める」をテーマにし、四十一名で参加しました。

保護者の熱い思いを乗せて
はだしっこクラブ（浜田）

普段体験することのない内容を盛り込んだ二日間は新鮮で全員が楽しみ、子ども達の生き生きとした表情が沢山見られたのは、保護者の皆さんの熱い思い、多大なるご協力があったからです。

（指導員 佐藤 樹）



自然の中でスイカ割り〜♪ スイカ うんめえの〜



学童前の木陰でかき氷、サイコー！

に導かれ見事に割れ、外で食べるスイカは格別なのか「おかわり！」の声が続出でした。夜はキャンプファイヤーと花火を楽しみ、ノリの音楽と共に白い衣装に包まれた火の神様が降臨し、燃え上がる炎の中レクリエーションをして親睦を深めました。二日目のウォークラリーは、爽やかな風が吹き抜ける松平山を五感を使いながら登り、山頂から見える大自然のパノラマは絶景でした。

夏休み最後の行事として八月二十一日に行いました。お昼とおやつもお祭り仕様でウキウキ気分。他に三つの出店を五・六年生と四年有志が担当し、前日の午後から準備を進めてくれました。

子ども夏祭り
みすみっこクラブ（南平田）

お化け屋敷は、畳部屋の窓を二重にして真っ暗にした上で、電気屋さんから大型洗濯機などの箱を数個頂き、まずは部屋中トンネルを作ることから始めました。六年生中心に五年生二人も加わり、協力してマークをしたり、小道具を作ったり、怖がらせる工夫をし



(指導員 梅津満希子)

す。その結果、なんと泣き出す子続出のクオリティとなりましたが、一年生のある男の子は、『怖いけど楽しかった』との感想。

射的屋さんは新調した射的銃に少々興奮しながらも、男子中心にルールを伝えたり商品のお菓子を渡したり、ボールすくいには、任せて安心五年女子が、自分達で仕事を分担して最後まで楽しませてくれました。

暑い夏、最初はふざけてばかりの店もありましたが、当日はどんな顔つきも変わってみんなを楽しませてくれました。改めて行事の持つ力で成長を見ることができた一日でした。

当日は四年生の「夏祭りスタート!!」の合図で、夏祭りカードを片手に一く三年生が一齐にコーナーを回っていきます。今年は『かため』『射的』『わなげ』『お菓子とおもちゃ釣り』の四つのコーナーを準備しました。どのコーナーも景品ゲットに必死の子どもたち。お店側の四年生も大忙しです。

昼食コーナーは畳の部屋に設け、ハンバーガー・ポテト・ジュース



夏休みの一大イベント『夏祭り』。今年は、夏休みの一日保育最終日である八月十七日(金)に行いました。

景品ゲット!! 夏祭りの思い出 あおぞらクラブ(富士見)

をセルフサービスで受け取り、自分が食べたい時に自由にお友達と食べます。

午後からは、DVDタイムでお腹を休めた後にビンゴ大会。「ビンゴー!」とあがると、ズラリと並ぶ景品を前にどれにしようか悩む子ども達。

夏祭りでゲットした、たくさん景品のお土産と笑顔いっぱいの一りで、楽しかった夏休みの最高の締めくくりとなりました。

(指導員 佐藤聖羅)

※あなたの健康チェック※

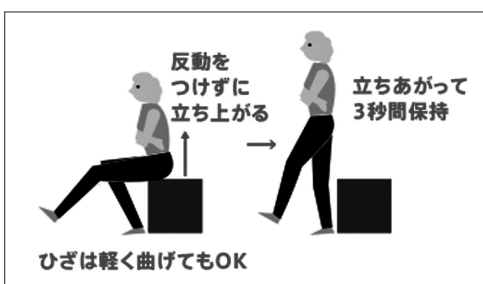
あなたの筋力、大丈夫ですか?

骨や筋肉の量のピークは20~30代だということをご存知でしたか?

自宅にあるもので簡単に出来る、下肢筋力テストを紹介します。ご自身の下肢筋力を試してみませんか?

椅子(約40cm)に座り両腕を組みます。そこから反動を使わずに立ち上がり、そのまま3秒、保持します。両足で立ち上がった後、次は片足で立ってみましょう。椅子から立ち上がった後、階段の一段目(約20cm)からはどうでしょう?

両足で20cmから立ち上がれなかった方、残念ですが、筋力低下が進行している可能性があります。スクワットなどの運動を試してみましょう。



このテストはロコモチャレンジの簡易版です。興味のある方は検索してみてください。

(佐藤克実)



