



7月8日 体育朝会 ラジオ体操



7月8日、朝の時間に体育朝会がありました。運動委員会の5、6年生が手本を示し、全校でラジオ体操を行いました。全校で気持ちよく、体を動かししました。もうすぐ夏休みです。各町会でも、ラジオ体操が始まります。ラジオ体操は、有酸素運動、ストレッチ、筋力トレーニングの要素がバランスよく組み込まれている体操です。進んで参加し、それぞれの夏休みを健康的に過ごしてほしいと思います。

