

スポーツを通して子どもの  
こころとからだを育てます

# スポ少だより



この秋、スポーツ少年団では子どもが体を動かすきっかけづくりとして、2つのイベントを開催します。  
お気軽にご参加ください。

## 秋の野球体験教室

「走る・投げる・捕る・打つ」について、遊び要素をふんだんに取り入れながら体験します。団員のお兄さん、お姉さんたちが一緒に盛り上げ、和気あいあいと楽しめます。

【日時】 10月19日(日)  
13:00~15:00  
※雨天中止

【場所】 脇之島運動広場

【対象】 年中~小学3年生

【参加費】 無料

【持ち物】 運動のできる服装、飲み物、  
(あれば) グローブ

【申込み】 右のQRコードまたは電話



## 親子スポーツ交歓会

スポ少の総力を挙げておこなう大運動会です。個人、ペア、親子など、さまざまな競技に参加できます。参加賞もありますので、お友だちと誘い合ってご参加ください!

【日時】 11月9日(日)  
13:00~16:30  
※雨天中止

【場所】 TYKグラウンド

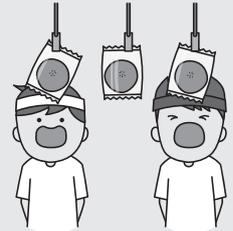
【対象】 年中~小学5年生

【参加費】 無料

【持ち物】 運動のできる服装、飲み物

【申込み】 右のQRコードから

※11月2日(日) 締め切り



【問合せ】 スポーツ少年団事務局 猪野 ☎ 43-6285 (笠原体育館内)

私たちが運動の場を  
作るお手伝いをします

# スポ推だより



## いつでもどこでも!気軽にできます!! 「だれでも♥かんたん体操」

「うながっぱ音頭」に合わせた『だれでも♥かんたん体操』(多治見市スポーツ推進委員監修)をご存じですか?  
その名のとおり、年齢を問わずだれでも気軽に無理なく身体を動かすことができます。天候や時間の制約で出かけることが難しい場合でもご自宅ですぐに取り組みことができますので、ぜひお試しください。椅子に座ったままでも楽しくできます。

『だれでも♥かんたん体操』は「水戸黄門テーマソング」や「さんぽ」等にも合わせて体操できます。

精華交流センターの『おはようサロン(3月)』では、準備運動として行いました。(スポーツ推進委員 河村親子)



『だれでも♥かんたん体操』は  
動画で視聴できます



<https://youtu.be/vxdI98916Zs>

【問合せ】 スポーツ推進委員事務局 茂木 ☎ 43-6285