

総合型地域スポーツクラブ

階上町道仏字耳ヶ吠 32-21

TEL:0178-32-0147 (町民体育館)

FAX:0178-32-0157

HP <http://www.risehashikami.jp/>

Mail info@risehashikami.jp



一般社団法人

ライズはしかみ 広報誌

令和3年2月号

残寒の厳しい中、春の訪れが待ち遠しく感じます。

冬季は空気が乾燥する一方で、寒さにより体温が低下し、免疫力が低下します。様々な感染症が流行しやすい時期ですので手洗いうがいを徹底し、外出時にマスクを着用するなどの対策をしっかりと行い、寒い冬を元気に乗り越えましょう。

長者小学校「親子学習会」



1/29(金)長者小学校にて5年生とその保護者の皆様と一緒に「親子学習会」を行いました。今回のテーマは「今しかない生活を大切に」です。コロナ禍で遊びに行く機会が減り、学校が休校になるなど生活様式は一変しました。ステイホームを無駄にしてほしくないという思いも込め、自宅で出来るトレーニングを多数ご紹介しました。頭を使いながら反応ゲームを行ったり、親子で全身運動を行ったりと終始笑顔の絶えない活動となりました。最後はボールやビーズを使い親子でゲームをしました。運動の必要性を知っていただくいいきっかけになりました。



5年生の皆さん、保護者の皆様ありがとうございました！！

レヴァンテ通信！



最近の活動の様子を少しだけ紹介します。

コロナウイルスの影響で普段の活動場所が使用できず、道仏交流センターで活動をしています。

サッカーボールの使用が出来ませんが、頭と体を使って一生懸命頑張っています。



チアリーディングチーム「RISE」 パフォーマンス劇場出演！！

チアリーディングチーム「RISE」が、2/21(日)に開催されるパフォーマンス劇場に出演します。

今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い様々なイベントが中止となりました。今年度最初の発表となりますので元気に笑顔で一生懸命頑張ります！！応援よろしくお願い致します。

また、HP や FaceBook にも発表会の様子などを掲載していますので是非ご覧ください！！