



ひまわりだより



体操教室 ～第1回～

一般財団法人 三宅医学研究所



てふてふ

令和5年度4月



まずはみんなで
ごあいさつしました！



初めての体操教室♪
先生の名前は吉峰先生です！



初めてのお部屋の中を
みんなで探検～



丸いマークを取って来て！



丸いマークを投げてみよう



足をちょうちょにして～
パタパタ



初めは柔軟

足を電話のように耳までもっていけるかな？



だんごむしがひっくり
返って足をばたばた！





うつ伏せになって
はい!ポーズ!!



片足上げて
フラミンゴ
できるかな?



カエルになって…
ジャンプの準備

最後まで頑張りました!



ありがとうございました!

初めての体操教室で、初めての場所。
ドキドキワクワクしながら始めました。
初めは緊張気味でしたが、先生に
名前を呼ばれるとお返事したり、先生
の真似っこをしたりと楽しく出来ました。
次回も楽しみです。