

# さくらんぼ公園でのラジオ体操

みなさん「ラジオ体操」していますか？ 六丁目では毎朝「さくらんぼ公園」で「ラジオ体操」しています。6時30分からわずか10分ですがすごく気持ちいいですよ。「ラジオ体操」することによって、その日が1日楽しく過ごせますよ。冬は寒いですが今日一日頑張ろうとこの寒さが身を引き締めてくれます。これから冬至を過ぎると日一日と日の出が早くなり明るくなってきます。いよいよ春にむかっているんだなと感じます。春は爽やかに、夏休みには子供たちと一緒に元気よく体操しましょう。体を動かすことが生活していくうえで大切なことはわかっているけど……というみなさん、楽しく「ラジオ体操」やりましょう。

(小林 保、みずき野6丁目)

さくらんぼ公園でのラジオ体操風景  
(12月19日撮影)



続く→夏のラジオ体操風景

# 夏の朝のラジオ体操

(2015/8/7 ; さくらんぼ公園)



(そうめん流しの準備)

# ラジオ体操後の交流；そうめん流し (2015/8/7；さくらんぼ公園)

