

11月10日（水） さくら



体を目覚めさせて気持ちよく過ごせるように、今日はミーティングでストレッチをしてみました。



ゆったりとした音楽に合わせて動かしてみると「体が熱くなってきた！」という人も。



良かったらお家でもやってみてくださいね。



宮之下公園では大縄や綱引き、サッカーと、体を動かす姿もたくさん。



「ひき肉ときのこも入れよう」「熱いから気をつけて!」「味見しようか」と、煮込みうどんづくりで忙しそうにする人たちもいましたよ。