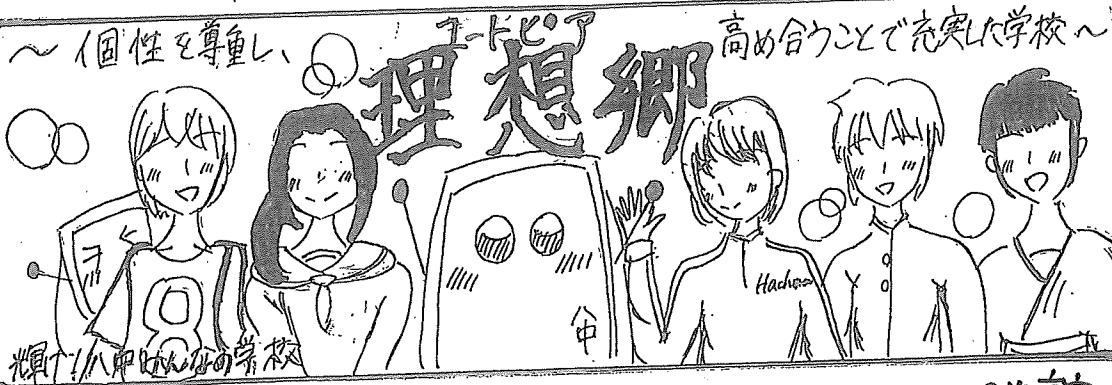




生徒会新聞

2024年 9月13日(金) 8504号 文責(稲葉稔)

ラジオ体操をしっかりとやっていますか？

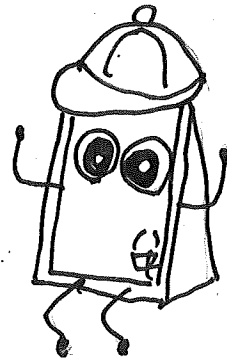
最近、体育大会の練習があり、ラジオ体操をする機会が多いと思います。そこでラジオ体操をすることによりどのような効果があるのか紹介したいと思います。

1. 怪我の予防

体を伸ばすことにより、怪我をしにくい体を作ります。

2. 体の動かしやすくなる

ラジオ体操は体全身を使う運動なので色々なところに筋肉がほぐれ、体を動かしやすくなります。

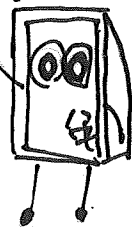


～生徒会新聞目に入ってます～

細かい所が色々

ありますから、ルールをすり1位を目指して頑張ってください。

楽しみにしてほいでね



今日の担当は...!

<大責任>

モウリして体育大会です。本番までに怪我をしないようにラジオ体操をしっかりとやることを心がけましょう。