

# でこぼこスイッチ

2024.10 NO.133

## =9月の活動報告=

「この活動内容、9月だよな？夏休み終わってるよね？」(笑)(^^)/という盛沢山の内容の9月でした。本当に、スイッチはほぼ毎日が特別活動！脳・心・体(体力)のバランスを考えての活動です！それにしても、今年の9月色々やっつんなあー★(笑)メインは、リレー練習…か…なあ…(笑)

**栗拾い** ハーブ畑では、栗拾いも出来ます！盛り上がっています★



**選挙プレ体験** 自己啓発セミナーに参加。選挙について学んできました。



**ストレッチ** 運動の前と後だけでなく、ストレッチは気分転換などにも行う様にしました！正しいフォームと順番をしっかりと整え、「ストレッチ！」の声掛けで出来る様にしています。**ラントレ** では、本番対策として、駿府城公園の中を5週！タイムを計り走りました。今後**リレー**にもエントリーしていきたいと思います★なので、短距離の練習！**バトン**の受け渡しだけでなく**リード**の仕方もバッチリ行っています。**基礎トレ**は、全ての運動に必要！なかなか難しい動きも、みんな真剣かつ楽しみつつ取り組んでいます★部活よりキツイかも～(+\_+)

**地図づくり(浅間神社編)**  
地図づくりは、人気の活動の一つです！調査が面白いようです★チームに分かれて調査して、みんなでそれを話し合いまとめる。素晴らしいです★



疲れたら身体を休ませる！  
今や、どこでも仮眠が出来ちゃうみんなです!(^^)!  
午後のイチゴ作業の前にみんなで仮眠しました。

### 仮眠



きまぐれの手伝いを色々やっています★

- 袋にシール貼り+チラシ入れ。
- 外まわり営業
- 太田町フェスでの販売



### きまぐれ手伝い

太田町フェスでは、おやつを買い、ちゃんと楽しんできました。

### 余暇(しっぽ取り・竹の公園)

余暇や活動の切り替えで「しっぽ取り」が人気です。み～んなで楽しめるし運動にもなる★一石何鳥にもなります。



**買い物** 人参の種を買いに行きました。種類多過ぎー！その場で、相談をして購入してきました。



**自転車メンテ** 空気の入れ方を確実にマスターしよう！が目的の一つです！

