



どうして水がこぼれないの?!



巨大な風船が頭上に浮かぶ



そがめ かのん  
十亀 花音 さん(6年生)

楽しく安全に実験ができるように、丁寧で分かりやすい説明を心掛けています。

## クラブ訪問

262

「やってみたい!」を大切に」

### 玉造小学校科学クラブ

私たち「玉造小学校科学クラブ」は、4〜6年生の22人で、年6回のクラブ活動の時間に理科室で活動しています。

活動では、洗濯のりなどでスライムを作ったり、冷凍庫を使わずにアイスクリームを作ったりするなど、身近な物でできる実験をしています。時には、校外から専門の先生が来てくれることもあり、普段できない実験を体験できる貴重な時間になっています。

ています。思い通りの結果にならないこともあります。予想外の結果に驚く声などで、教室はいつもにぎやかです。クラブで大切にしていることは「やってみ

たい」という気持ち。活動内容は、図書室にある本を参考に、みんなで話し合っ決めていきます。上級生から下級生までみんなが意見を言えるように、声を掛け合い、やってみたいことを引き出すようにしています。また実験中は、一人だけで進めるのではなく、順番を決めたり、声を掛け合ったりして、全員が一度は体験できるようにしています。一人一人のやってみたい気持ちを大切にしているからこそ、楽しく活動ができています。

理科の授業ではできないことでも、このクラブなら挑戦できます。これからも実験を通して、科学の面白さをたくさん体験していきたいです。

# なかまと一緒

260

## 「心も体もリラックス」

### さわやかヨガサークル



穏やかな時間を楽しむ仲間



目を閉じて気持ちを楽しみ



無理のない範囲で体を伸ばす

私たち「さわやかヨガサークル」は毎月第1・3金曜日に八生公民館で活動しているヨガのサークルです。

インドで生まれたヨガは、古くからトレーニングとして行われてきましたが、最近では健康を維持するために取り入れる人も増えています。私たちのサークルは、難しいポーズに挑戦するのではなく、自分の心と体に向き合ってリラックスした時間を楽しむようにしています。

活動は、ゆったりとしたリズムの音楽を流すことから始まります。そうすることで普段の生活から離れて緊張を緩める環境を作っています。先生が見本を見せながら、体の動かし方や呼吸法を分かりやすく解説してくれ、その解説する先生の声や話し方もメンバーの心を穏やかにしてくれます。活動中は、雨の音や隣の部屋の音も耳に入らなくなるほどリラックスできます。心をリラックスさせたら、筋力の低下防止や柔軟性を高めるストレッチを中心に、体もほぐしていきます。この時に大切なのは、自分の体調に合わせて無理しない範囲で体を動かすこと。メニューは、季節に合わせて先生が作ってくれています。これからの季節に向けて手足の末端を温める動きを取り入れてくれるそうなので、今から楽しみです。

サークルに来るとほっとする、趣味や料理などのおしゃべりも楽しめると話すメンバー。これからも居心地の良い雰囲気、心と体をリラックスさせる活動を続けていきたいと思っています。

# スクスクのびのび

524



すずき みら 鈴木 美楽ちゃん

成田はいろいろな良いところがあって遊ぶのが楽しいです★



きうち ねお 木内 音緒ちゃん

初めての浜辺をお散歩したよ♪また行こうねー!



さがら あい 相良 葵くん

毎日たくさん食べて、元気に遊んでいます♥



専用フォーム

このコーナーには市内在住で5歳までのお子さんの写真を掲載しています。お気に入りの1枚が撮れましたら、ぜひお寄せください。

○応募方法 お子さんの写真・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別、親の名前、電話番号、30字以内のコメントを郵送またはEメールで広報課へ。専用フォーム(<https://logoform.jp/f/zXEWw>)からも応募できます

○応募先 〒286-8585 花崎町760 成田市役所広報課 koho@city.narita.chiba.jp(写真データはJPEGで容量1MB以上で送ってください)

○問い合わせ先 広報課 ☎20-1503