

秋は「スポーツの秋」と言われています。家族でできる運動をしょうかします。
家でぜひチャレンジしてみてください。
体育委員会



体育委員会による体力アップの呼びかけです。特別な準備は必要なく、家庭でも取り組める運動を紹介しています。