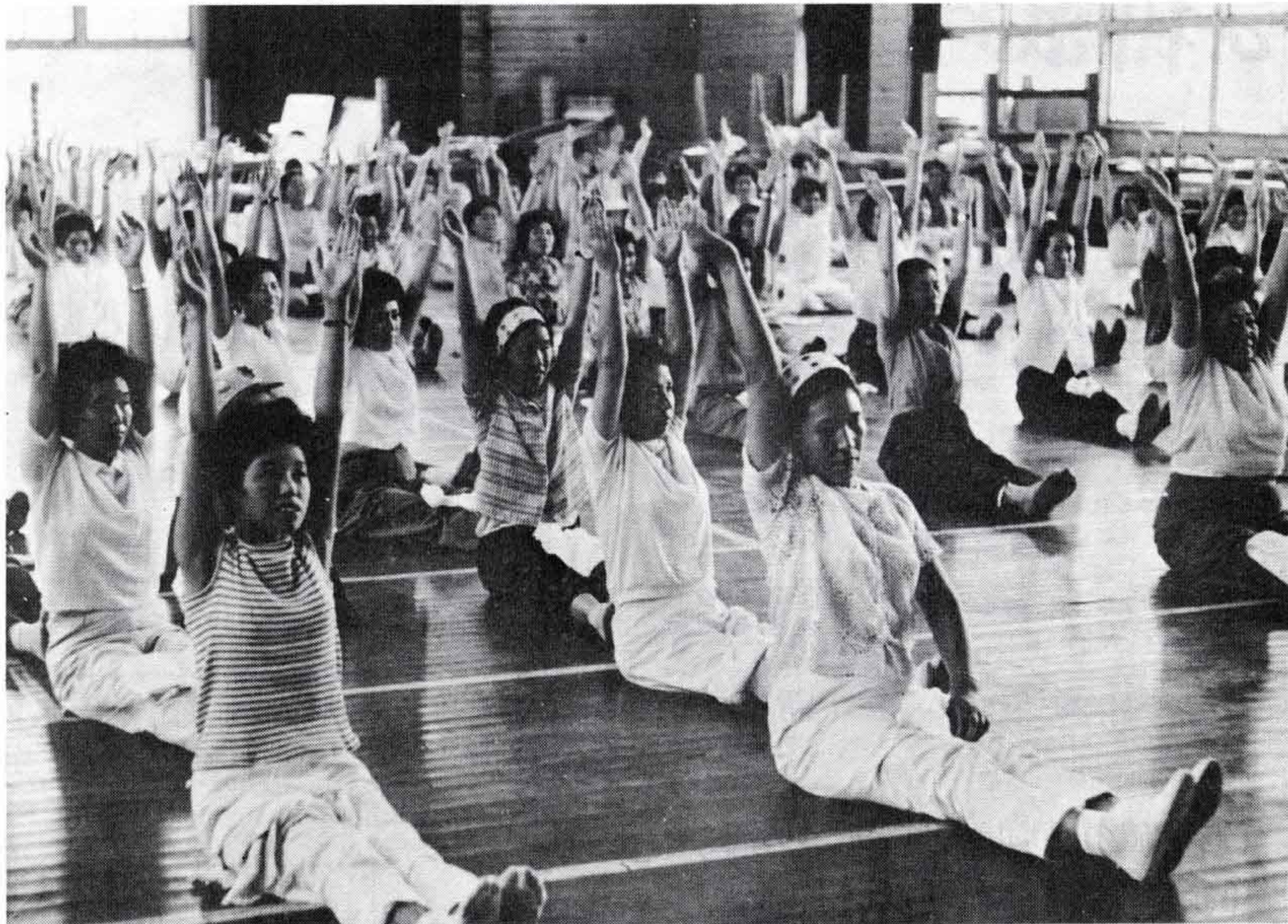


みんなで……

- ・公害をなくしましょう
- ・木と花を植えましょう
- ・スポーツを楽しみましょう
- ・暴力を追放しましょう

No. 73

45・9・5発行



## おかあさんたちが体力づくり

### 体力テストやテレビ体操で

「若さと健康を保つ体力づくり」をと、農家のおかあさんたちを対象に、さきごろ吉原小学校の講堂で、体力テストと体操の講習会が開かれました。

午前中体力テスト、午後から家庭でも簡単にできる体操をNHKテレビ体操の望月美恵子先生の指導で行ないました。

参加した100人のおかあさんたちは、普段運動をしていないので、簡単な運動にも思うように体が動かず四苦八苦。汗びつしよりになつて取り組んでいました。

これからは毎日1回の体操はもちろん、グループの集まりでも体操を取り入れ、健康な体力づくりをしていこうと張切っていました。