

1月



# スポクラ ハイレゾ



今年も残すところあと数日となりました。みなさんこの1年楽しく過ごすことができたでしょうか？日頃より保護者の皆様にはスポクラ活動へのご支援、ご協力をいただき、ありがとうございます。4月に入部した1年生もすっかりスポクラの活動に慣れ、楽しそうに練習しています。他の学年のお子さんも4月に進級してひとつ学年があがり、たくましく成長し、今ではもう次の学年を意識し始めていると思います。

今年度の活動も残り3ヶ月となりました。3学期には例年、高学年のバスケットの公式戦が予定されています。サッカーも、Mリーグの試合が各学年残っていますので、試合が急に入ってくる可能性があります。変更の際には連絡網を流して対応しますので、お子様への確認の声かけをどうぞお忘れなくよろしくお願いいたします。これから寒さも厳しくなりますので、けがや風邪など十分に注意しましょう。防寒や風邪予防対策など、お子さんと確認してみてください。

最後になりましたが、みなさん良いお年をお迎えください。来年もどうぞよろしくお願いいたします。

## ※インフルエンザの対応について

本人の体調が悪い場合、家族がインフルエンザの場合は、練習に参加できません。また、学級閉鎖が実施されている場合も参加できません。

## 健康管理に気をつけましょう！！

寒い時期はケガが多くなりますが、アップ（準備運動）をしっかりやるとケガが少なくなります。また汗をかいた後もすぐに体が冷えますので、防寒に気をつけましょう。体調がすぐれない時には、無理をせずにゆっくり休養して次の練習までに体調を整えるようにしましょう。



## 試合結果報告

**Mリーグ**  
12/8（土）5年（A）  
VS FC.GALLO 0-16  
12/15（土）4年（A）  
VS FC.GALLO 1-5  
**5年（B）**  
VS 明星FC 3-0  
VS FCみたか04 0-8

**クリスマスカップ**  
12/23（日） 6年  
VS 小金井1SC 0-2  
VS エルマーズFC 0-2  
VS 調布一小SC 0-2  
VS 保谷一小SC 1-2

運営に関するお問い合わせは  
こちらまでお気軽にお寄せください。

部長 藤本アドレス  
t.ms.1213-0227-1117-f.f.f@docomo.ne.jp