

2026

4月

こぱんはうすさくら大津京教室のプログラム

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日 日曜日



01 しんけん訓練
避難訓練からの
フランチぶらぶら
大作戦!!!

02 UN工房と合同企画
ニフレル
にふれにいこう!!!

03 おもしろ実験
はなはなはなはな
はなはなはなはな

04 おもしろ祭り
春まつり

05 たのしおでかけ日
ゲームセンター
あーらーしー

06 おいしくッキング
オム焼き
うどん

07 たのしおでかけ日
大声出してストレス発散!?
KARAOKE

08 おいしくおかし作り
三色だんご

09 これはSASUKE??
サーキット運動
※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

10 かるたあそび日
オリジナルの
かるたであそぼ

11 おもしろ工作
くるみポタンの
マクネット

12 おいしくおかし作り
木の抹茶&チョコ
チャンク
スコーン

13 落ちたらワニいる?!
バランス
ストーン

14 これはSASUKE??
サーキット運動
※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

15 UN工房と合同企画
ドッジ
ボール

16 全然へいきだ!!
へいきんだい

17 これはSASUKE??
サーキット運動
※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

18 おいしくッキング
スタミナ
トリテキ丼

19 たのしおでかけ日
大声出してストレス発散!?
KARAOKE

20 これはSASUKE??
サーキット運動
※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

21 かるたあそび日
オリジナルの
かるたであそぼ

22 UN工房と合同企画
ふうせん
パレー

23 これはSASUKE??
サーキット運動
※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

24 めざせ! 大谷選手!!!
ストラック
アウト

25 からだうごかし日
LOGOS
LAND

26 おいしくッキング
みんな大好き!!?ちよい辛???
おいしい
カレー

27 ボールあそび日
サッカー
ボーリング

28 これはSASUKE??
サーキット運動
※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

29 たのしおでかけ日
大声出してストレス発散!?
KARAOKE

30 ねらえ! 日本代表!!!
モルック

◎注意事項◎ ※必ず下記をご確認ください。
・4/4(土)、4/6(月)、4/18(土)、4/26(日)、はお弁当不要ですが、活動費がかかります。4/8(水)、4/11(土)、4/12(日)、はお弁当は必要ですが、活動費がかかります。※詳しくは別紙【2026年4月度のお知らせ】をご覧ください。また、4/2(木)、4/5(日)、4/7(火)、4/19(日)、4/29(水)、に必要な料金などは別途ご連絡させていただきます。◎ご不明な点などがあればお気軽にお問い合わせください。

プログラムのねらい

バランスストーン
→主に足腰の筋力・動的柔軟性の向上。体幹・バランス感覚を鍛える。

ストラックアウト
→手先や肩や腕の筋力・見る力の向上。体幹・バランス感覚を鍛える。

へいきんだい
→あらゆる動きに必要なバランス感覚・体幹・集中力・注意力の向上。

ボールあそび
→総合的な身体のコントロール能力・記憶力などの向上。協調性を養う。

モルック
→身体の柔軟性・集中力・言語コミュニケーションの向上。上半身の筋力・投力を鍛える。

かるたあそび
→集中力・言語コミュニケーションや社会性・ヒューマンスキルの向上。