



## ★ 今月のお知らせ ★

### ★ 体操教室

バランス感覚・集中力・体幹

難しいバランス課題に挑戦することで、自分の身体へ意識を集中させます。勉強や遊び等の集中力の維持や、体幹が強くなることで姿勢がよくなります。

今月の進級テスト  
**鉄棒**



### ★ すぽいく教室

**体操** つかむ(にぎる)・ぶら下がる・転がる・よじ登る

**知育** クリスマス制作  
様々な素材を使って制作を行います。



12~1月の  
休校日のご案内

体操 バク転 すぽいく

12/23(土)~31(日)…追加レッスン:月曜会員(体操・バク転のみ)  
1/1(月・祝)~3(水)・8(月・祝)

※各校の休校日はHPまたはマイページでご確認ください。



## おうちでできる! 脳育体操

### 自転車こぎ

**伸ばせる力** 非認知能力

**使う力** バランス感覚・体幹・集中力



参考:著 南友介『AIを超える!子どもの才能は「脳育体操」で目覚めさせる!』(青春出版社 2020年)

おなかの力を使ってバランス感覚と体幹(たいかん)の力を向上させていく脳育体操です。V字バランスのしせいを作り、自転車をこごように左右のあしを交ごに曲げのぼします。最初は手をゆかについて行っても良いです。なれてきたら手を使わず全身の力のみで行ってみてください。自転車こぎに遊びの要素を入れていくと、体幹(たいかん)をきたえながら集中力を養うことができます。おうちの方もぜひお子さまといっしょにちょう戦してみてください!

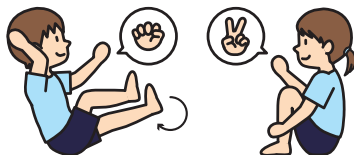
#### レベル1

なれてきたら手をはなして  
バランスを取りながら  
やってみよう!



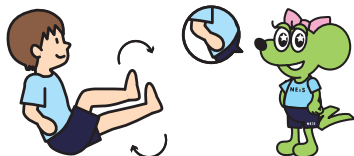
#### レベル2

じゃんけんて勝ったら、  
次は負けてみよう!



#### レベル3

あしを動かしながら、  
体のいろいろな部分を  
タッチ!



## おうちでできる! アレンジ 脳育体操

楽しく体幹を強くしていこう!  
しせいがよくなると集中力がアップするよ!

#### レベル1

- ①手をゆかについて自転車こぎをする
- ②手を使わずに自転車こぎをする



#### レベル2

- ①自転車こぎをしながら後出しじゃんけんて勝つ
- ②自転車こぎをしながら後出しじゃんけんて負ける

#### レベル3

- ①自転車こぎをしながら指定された体の部分をさわる(頭、おなか、おしり、かた…)
- ②なれてきたらすばやく動こう

※認知能力…知識、学力など数値に現れる能力のこと ※非認知能力…積極性、ねばり強さ、自己肯定力などの人間力のこと

- ① ネイスに通っていて良かったこと
- ② 体操の好きなどころ

今月は進級テストで1級合格したネイスっ子のみんなを紹介します! (2023年9月時点)

## りょうじくん&たける先生



戸塚安行校

- ① いろんなスポーツができるようになりました
- ② カラダをたくさん動かせるところです

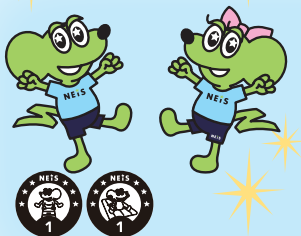
## さきちゃん&ゆゆか先生



イオンタウン野田七光台校



## かなちゃん



ベルクス市川鬼高校



## ゆうとくん&もとひで先生



イオンモール上尾校



- ① 体育の授業で、いつもマットやとび箱のお手本をしています
- ② バク転の3回連続や、バク宙などのむずかしい技をさせてもらえるところです

## 全国の1級合格のネイスっ子

※2023年9月時点

### ■ マット&とび箱1級合格

#### ★戸塚安行校

柴山 ゆうこさん

### ■ 鉄棒1級合格

#### ★トナリエふじみ野校

渡邊 こはるさん

#### ★マチノマ大森校

遠藤 みつきさん

### ■ マット1級合格

#### ★アルパーク広島校

島本 ひよりさん

#### ★イオンタウン野田七光台校

岡 なつみさん

#### ★フレスポひばりが丘校

家田 にいなさん

白田 ことねさん

高鳥 つばささん

#### ★草加マルイ校

スタイン みりさん

渡部 あつとさん

渡部 けいとさん

### ■ とび箱1級合格

#### ★アリオ北砂校

白坂 いおりさん

#### ★アルーク阿佐ヶ谷校

嵯峨 ゆいさん

#### ★イオン大宮西校

石田 あやねさん

大野 いちかさん

小田 ことろうさん

坂本 なおさん

新藤 のあさん

古川 まやさん

山川 みずはさん

吉川 こうへいさん

吉田 くるみさん

#### ★イオン原校

葛 さねゆきさん

#### ★イオンタウン野田七光台校

相澤 みことさん

可香 そういちろうさん

佐々木 おおすけさん

佐々木 れんりさん

山中 ゆうわさん

#### ★イオンモール上尾校

石田 さきさん

田口 はるとさん

#### ★イオンモール柏校

青木 かずまさん

浅野 ゆうなさん

大藤 よしなりさん

大屋 こうたさん

坂本 わたるさん

菅谷 りゅうのすけさん

高木 かずやさん

高橋 きいなさん

田口 はなさん

十川 れなさん

#### ★イオンモール川口校

鳥山 そうたさん

#### ★イオンモール多摩平の森校

大澤 ゆうなさん

佐竹 せいのすけさん

清水 さくじさん

福山 りむさん

#### ★ウニクス浦和美園校

網代 ゆめさん

戎 ひろとさん

小川 ゆきとさん

鍛冶岡 さえさん

齋藤 そよかさん

提箸 えまさん

野村 ゆうまさん

廣澤 けいさん

前畑 ゆめさん

横山 りくさん

#### ★春日部校

今井 ちひろさん

衣川 まゆさん

小林 りりかさん

#### ★カスミ我孫子校

大野 はるとさん

金井 かおるこさん

木津 ゆうとさん

菅井 ゆうたさん

竹内 あおいさん

中丸 たくみさん

箱守 たいちさん

服部 しゆりさん

矢野 りゅうたろうさん

#### ★越谷校

吉川 りゅうきさん

金城 りゅうきさん

佐々木 あおいさん

佐藤根 りんさん

島袋 りゅうきちさん

田中 すずなさん

蔦原 ぼくさん

土屋 りゅうがさん

中川 こうさん

中村 みゆうさん

野中 ゆめさん

松尾 ゆうきさん

松崎 なずなさん

山口 そうしろうさん

山田 ゆりさん

山本 れんたろうさん

#### ★コモディイダ金町校

岩杉 しょうまさん

#### ★西友上野芝校

妹尾 さきさん

#### ★ソコラ武蔵小金井校

竹内 しりゅうさん

#### ★戸塚安行校

遠藤 ほのかさん

尾崎 しまさん

齋藤 あらたさん

須賀 いろはさん

橋本 かのんさん

服部 えみりさん

古箕 りょうとさん

三嶋 りささん

山口 けいたさん

#### ★トナリエふじみ野校

鈴木 やすあきさん

中尾 りひとさん

平川 もはさん

#### ★東浦和校

新井 りゅうせいさん

大矢 さくらさん

窪田 あかりこさん

高橋 みのりさん

#### ★マチノマ大森校

浦崎 けんとさん

#### ★ままともプラザ町田校

横峯 りほさん

#### ★ミエルかわぐち校

福田 あきたかさん

目黒 あきらさん





たける先生からメッセージ

むずかしいわざでも先生の話をしっかり聞いて、一生けん命練習すれば必ずクリアできるので、あきらめずに日々がんばろう!



### こうやくん&たける先生



- ① むずかしい枝が  
たくさんできるようになりました
- ② 枝の種類が多くて、どんどん  
できる枝が増えるところです

戸塚安行校

### みつきくん&ゆゆか先生



イオンタウン野田七光台校

### みゆちゃん&そう先生



ままともプラザ町田校

### りゅうたろうくん&てるひこ先生



- ① 友達かふえたことと、  
運動がより好きになりました
- ② 色々な枝にちょう戦でき成功した時  
達成感をえられるところです

東浦和校

### おたのしみプレゼント企画

## 脳トレコーナー まちがいさがし

2枚のイラストの中にまちがいが5こあります。  
どこにあるかな?全部さがしてみよう!



正解者の中から抽選で25名様に  
ネイスオリジナル  
ステンレスボトルをプレゼント!

ネイスファミリーが  
集合!



応募  
方法

ネイス公式LINE緑色のメニューの  
「ネイス通信」▶「12月号脳トレコーナー」

応募受付: 2023年12月31日まで  
抽選結果は賞品のお渡しをもって代えさせていただきます。



★先月のこたえ: ①ネイタクンが持つ筆の色 ②右側のきのこの数 ③一番右にある木のえだ数 ④右下茶色の葉の向き ⑤ネイスくんのかげの大きさ

知っている先生はいるかな？

# 講師紹介

Vol.16

質問



- 1 いま、夢中になっていることは何ですか？
- 2 好きな食べ物何ですか？
- 3 子どもの頃になりたかった職業は何ですか？
- 4 子どもの頃はどんな子どもでしたか？

東京

イオンモール多摩平の森校  
こうき先生



- 1 旅行です。きれいな景色を見に行ったり、温せんに行くことが好きです。
- 2 お肉が好きです！毎週焼肉に行きたいぐらい好きです！
- 3 動物園のし育員さんです。動物にエサをあげるののがとにかく好きでした。
- 4 野球部でぼう主頭の明るい子どもだったと思います。勉強も好きでがんばっていました。

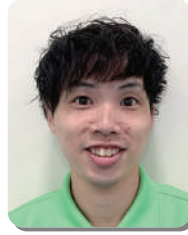


こうき先生からの  
メッセージ動画はこちら！



大阪

フレンドタウン深江橋校  
りょうすけ先生



- 1 2才の息子と遊ぶことです。毎日出来ることや話すことがふえて成長を感じています。
- 2 オムライスです。お弁当はいつもオムライスを入れてもらってました。
- 3 プロ野球選手、保育士です。子どもに夢をあたえられる仕事につきたくて目指していました！
- 4 1人でだれも気が付かないところでケガをして、心配ばかりかけるどんくさい子でした(笑)

りょうすけ先生からの  
メッセージ動画はこちら！



神奈川

モザイクモール港北校  
ひろな先生



- 1 テニス・ファッション・音楽・車の運転です。特にアメリカの洋服が大好きです。
- 2 ラーメンが一番好きです！お友達と千葉県までラーメンを食べに行きました！
- 3 プロテニスプレーヤーです。その後、大学では高校の体育の先生を目指していました。
- 4 運動ばかりしていました。同級生からはスポーツがとく意・真面目な印しようだったと言われます。

ひろな先生からの  
メッセージ動画はこちら！



\*メッセージ動画はアプリをインストールせず、そのままご覧いただけます。

## ★ インフォメーション ★

冬の **短期教室**

イベント

開催日：2023年12月23日(土)~24日(日)

■教室毎に時間割が異なりますので、各校時間割は公式LINEの「イベント」またはネイス体操教室のホームページをご確認ください。

体操がもっと好きになる。  
ネイスが“好き”のお手伝いします！  
詳しくはQRコードをチェック▶



春の **スキースクール** 課外イベント

開催日：2024年3月28日(木)~29日(金)

■お申込み、詳細につきましては教室または公式LINEにてご案内いたします。

新店情報

お近くにお友達やお知合いが  
いらっしゃいましたらご案内ください！

2023年11月15日(水)  
ネイス体操教室  
オアシスタウン伊丹鴻池校  
兵庫県伊丹市鴻池4-1-10  
オアシスタウン伊丹鴻池 2F



2023年12月1日(水) 開所  
ネイス体操教室  
ネイスぶらす吉川美南校  
埼玉県吉川市美南5-29-11  
エンリッチ 1F

ネイスぶらす  
詳細



神奈川

2023年11月1日(水)  
ネイス体操教室 ビナウォーク海老名校  
神奈川県海老名市中央1-4-1 ビナウォーク3番館 6F

大阪

2023年11月1日(水)  
ネイス体操教室 そよら古川橋駅前校  
大阪府門真市末広町41-2 そよら古川橋駅前 3F

神奈川

2023年11月17日(金)  
ネイス体操教室 マルイファミリー溝口校  
神奈川県川崎市高津区溝口1-4-1 マルイファミリー溝口 8F



体操教室  
詳細



★ネイス通信に関するお問合せ、掲載内容に関するご質問やご要望は、ネイス公式LINE緑色のメニューの「ネイス通信」からお願いいたします。

夢中になれる。未来がひらく。

NEIS 体操教室

