PALアフタースクール★2023サマースクール

			月		;	火	水	木	金
									7/21
PALランチ			 【半日午前お預	雪かり 】		★一日の流れ例★		T 111 - 1-3	とり南蛮タルタル
	t> 15 -		時間					【備考】 ①お昼ごはんはお弁当持参ま	650円
	おやつ	,	8:30	アフタース		【一日お預かり】		たは「PALランチ」どちらかお選	あんパンorジャムパン コカコーラエ場見学
		別途かかる	8:30 - 8:50	手洗い、お		時間	内容	びいただけます。PALランチを ご希望の方はメニュー下の料	コガコープ工場兄子
	АМ	費用	8:50 - 9:50	朝の勉強時	間	8:30	アフタースクール到着	金が別途かかります。	
			9:50 - 11:50	9:50-11:50 今日のP・A・L (AM)		8:30-8:50 手洗い、お仕度	②おやつは参加費に含まれま	午前中に出発します。	
		内容	11:50 - 12:45	11:50-12:45 お弁当またはPA		8:50 - 9:50	朝の勉強時間	す。	MYTシャツを着て、コカコーラ多盾 工場へ行きます。コカコーラ社の
			13:00 お迎え		9:50 - 11:50		今日のP・A・L (AM)	③P・A・Lの別途かかる費用は	製品はどのように作られる?コ: コーラっていつからあるの?など
P•A•L						11:50 - 13:00) お弁当またはPALランチ	参加費以外にかかる活動とな	学びます!
			【半日午後A	お預かり】		13:00 - 15:00) 今日のP・A・L (PM)	ります。	MyTシャツ作り
		別途かかる	時間	⋫	容	15:00 - 15:15	j おやつ	④7/21参加者以外でPALサ	600円
		費用	12:00	アフタース	クール到着	15:15 - 16:15	5 夕方の勉強時間	マースクールMYTシャツをご希望の方は別途お知らせくださ	00011
	РМ		12:00 - 13:00	お弁当また	お弁当またはPALランチ		:15-17:30 自由時間	主の方は別述の知りせください。	 布クレヨンでこの夏サマース
			13:00 - 15:00	今日のP・A	·L (PM)	17:30 - 18:00 18:00 - 19:00 19:00) 今日のまとめ		クールで着るオリジナルTシ クールで着るオリジナルTシ ツを作ろう!綿100のTシャッ に布クレヨンでデザイン!
		内容	15:00 - 15:15	おやつ) 自由時間		
			15:15 - 16:15	夕方の勉強	時間		順次お迎え		
			16:30	お迎え		10.00	PROVED C		
	台選	L 択							不可
	12	<i>J</i> (7/2	4	7.	/25	7/26	7/27	7/28
		_	うどんバイ			が弁当	天井 650円 ミックスフルーツ	塩麹焼き鮭	中華屋さん
P/	4Lラン	チ	650F		65	0円		650円	
	おやこ)	プチ手	巻き	あんパンo	rジャムパン		ポップコーンとジュース	ささみサラダとチーズ
			夏のお供!う	ちわ作り!	小山	田緑地	誰が発信源?!震源地ゲーム!	シャボン玉アート	まこっちサッカー
		別途かかる 費用							800円(ランチ代)
	AM	内容	古くは紀元前3世言われています せない!世界に- リジナルうちわを	! 夏には手放 ーつだけのオ	ザリガニ、昆虫	など見つけられ ハ公園での鬼	みんなが誰かのポーズを真似 している!その誰かを君は見 つけることができるか・・	シャボン玉を飛ばすのではなく シャボン玉液に色をつけて画 用紙に向けて膨らませて破れ ると・・・?!	今年もまこっちと町田ゼルビ、 レディースの選手によるサッカークリニックを開催! お昼ご飯は選手と一緒に食べます。
P•A•L			あなたは誰?なり	Jきり別人PAL	自然	の工作	ビーズワークショップ	名画鑑賞	ハンドサイン(手話)
		別途かかる 費用					200円		
	РМ	内容	あれ?あなたは誰? 別の誰かになりきってみよう! 警察官?先生?何になりきる かは自分次第!		小山田緑地で集めた素材で工作をしよう! イメージしながら素材拾いも楽しみですね!			いや~~映画って本っ当に素晴らしい物ですね! そんな映画をホールを映画館にしてお届けします!	まずは自己紹介を手話でして みよう!動きの由来が分かる とスルスル覚えてく!
	 半日選択		可		不可		可	可	可
一 			7/31		8/1		8/2	8/3	8/4
			デミハンハ		回鍋肉		鶏とナスの黒酢あん	BBQ	自分でペッパーライス
	ランチ	-	650F		650円		650円	(PMのP・A・Lの料金に含む)	650円
	おやつ)	干し芋		コーンフレーク		駄菓子	チョコお菓子	惣菜パン
		DAYA ** **	ウォーター	ピストル	キャラクター	ボードゲーム	お金の計算	いもづる農園で竹箸食器作り	Oh HOT!プレートCook
	АМ	内容	ペットボトルで水! う!午後のプール ち!		好きなキャラクにかいて準備	!	1円、5円、10円、50円・・・・硬 貨や紙幣がたくさん! お金の 計算できるかな?お買い物で きるかな?	いもづるの会の農園へ行きます! 竹林で竹を切って自分だけのmy 箸、お皿、そばちょこを作ります! 8/18のそうめんバイキングでも使えます。	ペッパーライスを作ります! ホットプレートで焼きながら食 べるダイナミックな焼き飯!a んなでわいわい楽しく食べよう!
P•A•L			プールday(水鉄砲)	キャラクター	ボードゲーム	 駄菓子屋さん	BBQ・プールday	どこまで飛ぶ?びっくりカード
		別途かかる 費用						650円(BBQ代)	
	РМ	内容	今年のプールは す・・・デカいんで 水鉄砲を持参い ルから的当て遊び 1週間常設で設置	す! ただき、プー びをしよう!	前中に作った	キャラクターを守)作ったキャラク	午前中お金の計算を学んで午後は実践!実際にお金を持って自分で計算してお買い物してみよう!	農園から帰ってきたらBBQ! そしてブールday!ウォーター スライダーも出します! 雨天でもBBQは食べますよ!	輪ゴムと牛乳パックで飛び跳ねるカードを作ろう!ゴムの:さや牛乳パックの大きさで飛方は変わるかな?
			プール	常設	プー	ル常設	プール常設	プール常設	プール常設

【お問合せ先】 町田ゼルビアスポーツクラブ 担当:渡邊・清水・加藤

メール: <u>pal@zelvia.jp</u>

会場: 「成瀬会館」他外出先 東京都町田市成瀬4-13-7

			月	火	水	木	金
			8/7	8/8	8/9	8/10	8/18
_,			豚の生姜焼き	自分でピザ	おにぎり弁当	マクドナルドハッピーセット!	そうめんバイキング
P	ALラン	ナ	650円	650円	650円	600円	650円
おやつ			ミニトマトとソーセージ	惣菜パン	カンパン	ミニおにぎり	チキンナゲット
			真夏の最恐怪談話	真夏の大縄跳びチャレンジ!	防災について考える	THE•座禅	PAL夏祭り準備
		別途かかる 費用	PO TO AND ILLUXING	SECTION OF THE PROPERTY OF THE	MJX(14 E C C)J/E G	1112 /217	1712X77+1111
	АМ	内容	背筋も凍る、、、 真夏の怪談話、、、	みんなで大縄跳びにチャレン ジ!まずは飛べるかな? そ の次は飛んだ後に抜けること ができるかな?	バスに乗り防災センター厚木	お盆休み前に精神を穏やかに・・・ 煩悩を捨て自分と向き合う時間・・座禅。 9時30分に開始します。	8月20日のお祭りの準備をし す。
P•A•L			夏の風物詩!風鈴作り	紐マスターに君もなろう!	に行きます!何か有事の時何	君は何枚?!キックターゲット!	PAL夏祭り準備
		別途かかる 費用	100円		を一番にしなくてはいけないの かを体験、勉強します。おやつ		
	РМ	内容	チリーン、チリーン、夏の風物 詩!風鈴! この音を聞くと少し涼しくなる 気がしますよね! オリジナルの柄、模様で作ってみよう!	結べるかな?固結び、リボン 結び!そして~…早ほどき対 決!早くほどいて先にゴール するのは誰だ!	はカンパンを食べます!	君は何枚?! 色々なボールを 蹴ってターゲトを狙おう! 目 指せパーフェクト!	
늭	台選	択	可	可	不可	可	可
3	季休	館			8/11~8/17		
			8/21	8/22	8/23	8/24	8/25
_	A	-	PALカレー	さば龍田甘酢あんかけ	おにぎり弁当	自分でサンドイッチ	天ぷら
P	ALラン	ナ	650円	650円	650円	650円	650円
-	おやつ)	おせんべい	バナナとミルク	ゼリー飲料	ヨーグルト	どら焼き
			もりじいの授業	かちラグビー	木の工作	科学の日	ダンス系ユーチューバになろう!
		別途かかる費用	6764 1472414		1717	300円	
P•A•L	AM	内容	もりじいによる特別授業! もりじいは何を語るのか、、 comming soon	今年新加入スタッフの『かち』 によるラグビークリニック!ラ グビーってどんなスポー ツ??発祥などなど!	想像力は無限大!木の端材 や板など使って工作します。 色々な工具上手く扱えるかな?	東芝未来科学館へ行きます。	スプリングスクールに続き第 弾!ダンス系の動画を撮って 実際に指定者限定公開で YouTubeにアップします! 踊れなくても全然OK!
		別途かかる 費用	どこまで歩ける?PALウォーク!	プールday	スプラ・・テリトリーゲーム!	実験や展示物を実際に見て、 触れて、科学を体験してみま	動画編集
	PM	内容	成瀬会館から60分でどこまで 歩ける?!約片道3.5キロ! 北は緑山、南は町田駅結構歩 けてしまうんです! 実際に歩 いてみよう!	サマースクール最後のプール day!※今週は常設設置 ド デカプールとウォータースライ ダーで水遊びを楽しもう!	今話題のスプラ・・・ テリトリーゲーム!ビニールテープ を使って自分の陣地を作ろう!他 の陣地が欲しければ交渉で獲得しよう!テープが無くなったらそこまで!	しょう。	午前中に撮った動画を大型 ニターに映して皆で編集!を で実際に案を出して作り上げ よう!
		l	プール常設	プール常設	プール常設	プール常設	プール常設
半日選択			可	可	可	不可	可
			8/28	8/29	8/30	8/31	
			ミートソースパスタ	鶏きじ丼	ミックスフライ	コバチダイナー幕の内弁当	
	ランチ	-	650円	650円	650円	650円	
	おやつ)	肉まん	カステラ	かき氷	ラムネドリンクとクッキー	
			海老名中央図書館	ペタペタドッジボール	つかめる?!水?!	PETボトルロケット作り	
	АМ	別途かかる 費用	海老名の中央図書館に行きます!この図書館デカいんです!本に囲まれながらこの夏最後に読書をしましょう。	4対4で分かれペタペタボール を投げて相手のペタペタ服に より多くペタペタボールを付け た方が勝ち!	港で話題つかめる水を作ります。食物由来の化合物を使っているので安心!ラメを入れたり色をつけたりしてみよう!	ペットボトルロケットを作ろう! 長さや羽の大きさで飛距離は 変わるかな?軽い方が飛ぶ? 色々試してみよう!	
P•A•L	\vdash		夏の思い出・summer day	L 紙ヒコーキGP in 成瀬	ある物全てを楽器に・・・	ロケット発射基地芹が谷公園	
		別途かかる	жэлдэ д oaninor day	KANNA III III II	WOWL CENTIFIC		
		費用	みんなの夏の思い出をみんな	紙ヒコーキGP in 成瀬の開幕で	成瀬会館にある物全てを楽器	午前中に作ったmyロケットを 実際に飛ばしてみよう! 水と	
	PM	内容	ででっかい紙に書こう! 行った 所、食べた物、見たものなど夏 の思い出を描こう!	す!参加マシンのレギュレーション は無し!どんな形でもOK!一番 高く飛ぶのはどれだ!一番遠くに 行くはどのマシンだ!	に!叩いてリズム!振ってリ ズム!擦って音を出そう!曲 に合わせて奏でよう!	空気だけでどうして飛ぶのかな?真っ直ぐ飛ばないのはなぜ?考えてみよう!	
л	PM ====================================		所、食べた物、見たものなど夏	は無し!どんな形でもOK!一番 高く飛ぶのはどれだ!一番遠くに	ズム!擦って音を出そう!曲	な?真っ直ぐ飛ばないのはな	

※おやつ、P・A・Lの予定は変更する可能性があります、ご了承ください。

※半日選択『不可」に該当する日は一日預かりのみとなります

※半日選択『不可」に該当する日は一日預かりのみとなります。

※一日の流れはP・A・Lの内容によって変動します。ご了承ください。

※悪天候による屋外活動中止の場合は会場内でのお預かりとなり、別のP・A・Lとなります。

8月19日 (土) はサークルPALの夏祭り! アフタースクールの会員以外にもたくさんの地域の

方が遊びに来ます。 射的、ヨーヨー釣り、的当て、くじなどのゲームや

サークルPAL教室の発表会も開催します!