

# 体操会のご案内

## ラジオ体操会

※荒天時は中止

初めての方も大歓迎！  
お気軽に参加申込をどうぞ♪

■保健福祉センター（緑町16-3）

3階 多目的ホール

■毎月第2、4月曜日 8:25~9:00



令和6年											
4月		5月		6月		7月		8月		9月	
8	22	13	27	10	24	8	22	5	26	2	30
令和6年						令和7年					
10月		11月		12月		1月		2月		3月	
7	21	11	25	9	23	6	27	10	17	10	24

※赤字は変則日程です。ご注意ください。

### 体操会について

- ▼6種類の体操を行っています。  
（ラジオ体操第1・首の体操・ラジオ体操第2・はだのさわやか体操・ころばんよ体操・みんなの体操）
- ▼さわやかマスター（体操普及ボランティア）が見本を示しますので、初めての方も安心です。どうぞお気軽にお越しください。
- ▼動きやすい服装で、室内履き、飲み物をお持ちください。

### 感染対策のお願い

- ▼体調を確認してからお出かけください。
- ▼発熱等の症状がある場合は参加をお控えください。

