



いつでも、どこでも、だれでも手軽にできる  
ラジオ体操のコツを学んで、  
世代を超えたつながりをつくろう！！

### 講師

NPO法人全国ラジオ体操連盟  
健康運動指導士

平井 孝子氏

定員  
30名  
※先着順

受講無料

# ラジオ体操 講習会

### 対象

ラジオ体操に関心のある方、すでに活動中の方  
少し気になるという初心者さんも大歓迎☺

### 申込み方法

参加をご希望の方は、  
9月16日（火）～10月22日（水）の間に  
お電話または右記グーグルフォーム（二次  
元コード）からお申し込みください。



### お問い合わせ

社会福祉法人三鷹市社会福祉協議会  
みたかボランティアセンター

0422-76-1271

### 会場

元気創造プラザ3階・会議室

三鷹市新川6-37-1 三鷹中央防災公園内

令和7年  
**10月24日(金)**

午後1時30分-3時30分

主催：三鷹市社会福祉協議会  
新川中原地域包括支援センター

協力：NPO法人 全国ラジオ体操連盟