



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

正しい「ラジオ体操」を学ぼう
受講無料

定員
30名
※先着順

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也大歓迎◎

申し込み方法

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