

新春!

参加無料!  
記念品あり

みうらウキウキ

# ラジオ体操

メイン研修

お正月でなまった身体をラジオ体操で解消しよう!!

NHK「テレビ・ラジオ体操」に出演していた先生から、ラジオ体操のコツを学べます!

年に1回だけのチャンスです!老若男女どなたでもお気軽にご参加ください。

★参加者限定!握力コンテストも同時開催します!特別賞がもらえるかも…?!

※小学生以下の方は保護者と一緒にご参加ください。

令和6年

1/6 土

13:30~15:00

受付開始 12:30~

講師: 全国ラジオ体操指導委員

小坂 愛 先生

田村 恵美 先生



場所 潮風アリーナ(メインアリーナ)

対象 三浦市民 定員: 先着100人

持ち物 上履き・飲み物・タオル・動きやすい服装

申込方法 健康づくり課へ電話で申込み 12/28(木)メ切

問合せ 三浦市保健福祉部健康づくり課

☎046-882-1111 (内線)371, 372, 376, 377

※駐車場に限りがあるため、公共交通機関のご利用等にご協力ください。

※メ切前でも定員に達した場合はお申込みができません。

【協力】一般財団法人簡易保険加入者協会