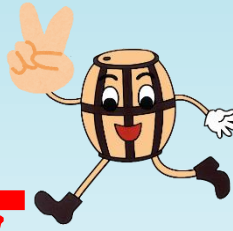


参加者  
募集中

横浜市樽町地域ケアプラザ  
ご近所の先生シリーズ 生活支援体制整備事業 企画

連続2回



# ラジオ体操講座



令和5年4月7日(金) 10:00～ お申込み受付開始

〔①日目〕 令和5年 4月29日(土・祝) 10:00～11:30

内容:(講義)ラジオ体操の**基本と効果**を学ぶ

(体操)**無理はしないで、しっかりと！**ラジオ体操**基礎編**

〔②日目〕 令和5年 5月14日(日) 10:00～11:30

内容:(体操)①日目の**振り返り**とラジオ体操**発展編**



※①②日目共通

〔対象〕どなたでも

〔定員〕20名(先着順)

〔場所〕横浜市樽町地域ケアプラザ  
2階 多目的ホール

〔費用〕無料

〔申込み〕お電話・来館にて

〔持ち物〕室内履き 飲み物

講師：巻口 徹 氏

(港北区大曽根地区在住、

ラジオ体操2級指導士)

協力：10分ラジオ体操リーダー

養成講座 受講者

港北区高齢・障害支援課

講座参加時には、新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いいたします。

(手指の消毒や、マスクの着用など)

体調不良の場合はご来場をお控えください。

駐車スペースがございません。お車でのご来館はご遠慮ください。

感染状況により講座が中止、または、内容が変更になる可能性があります。

電話

住所

お申し込み

お問い合わせ

045-532-2501

横浜市樽町地域ケアプラザ

横浜市港北区樽町1-22-46

