

みんなで



# ラジオ体操



- ☆ どなたでも自由に参加できます。
- ☆ ラジオ体操で健康寿命をのばしましょう！
- ☆ 手軽に続けられる運動を始めてみませんか？
- ☆ 申込は不要です。
- ☆ 当日は体調を整えて、直接お越しください。

※コロナウイルス感染拡大防止の為、来館時のマスク着用とご自宅での検温をお願いいたします。37.5度以上の発熱や息苦しさ、だるさ、咽頭痛がないことをご確認の上、ご参加ください。

◆日にち：〈原則 毎月 第2・4 木曜日〉

7月 9日・30日  
8月 6日・27日  
9月 10日・24日

10月 8日  
11月 12日・26日  
12月 10日・24日  
1月 14日・28日  
2月 25日  
3月 11日・25日

- ◆時間： 午前8時40分 ～
- ◆場所： 片瀬公民館 2階 ホール

