

みんなで ラジオ体操



活動紹介

藤井一子さん（1級ラジオ体操指導士）の元気な掛け声にあわせて3つのラジオ体操をしています。真城地区以外に住んでいても参加できるので、新たな交流の場にもなっています。



基本情報

活動日	毎週水・木・金曜日（4月～11月） 9:05～9:30	活動内容
会場	真城地区センター駐車場 ※小雨決行	ラジオ体操第一
参加対象者	どなたでも	ラジオ体操第二
参加費	無料	みんなのラジオ体操

主催者より一言



**「元気で長生き」を
目指しましょう！
百歳を目指す！**