

1月19日・26日、
2月2日・16日、3月2日
(火曜日・計5回)

10時15分開始 ~ 30分まで

● 内容 ラジオ体操第1・第2

初回1/19のみ、長岡智津子先生による
ミニ講習会を行います。10時45分終了。



長岡智津子先生
(元NHKラジオ体操指導者
西川佳克氏の後継です)

※ 雨天中止



マスク
して来てね。

● 松ヶ崎中央公園

柏市大山台1 モラージュ柏となり

※目印は、ゴリラの置物

※申し込みは必要ありません。
当日直接会場へお越しください

● 対象 柏市民の方ならどなたでも

● 問い合わせ先 ほのぼのプラザますお
☎ 04-7170-5570

● 共催 ・北柏第2地域包括支援センター
・柏市社会福祉協議会
介護予防センター ほのぼのプラザますお

ラジオ体操から
始めよう!

