



平成31年度 第1回福祉講座

ラジオ体操・百歳体操の紹介と実技

みんなで 元気を!

回 覧

第2弾

広がる健康体操の輪

昨年の福祉講座にて大好評だった、NHKのラジオ体操でおなじみの長野信一先生による「健康体操」企画の第2弾を開催します。新しい時代も心身ともに元気で若々しく暮らせるよう、皆さんで楽しく体を動かして、この機会にぜひとも運動習慣を身につけていきませんか。

日時

令和元年 6月29日(土)

14時～15時30分 受付：13時40分～

会場

鶴園小学校 体育館 (上鶴間本町 7-8-1)

講師

長野 信一 先生 (日本体操研究所所長)

定員

80名 先着順 お申込みは 6/4より 電話にて

持ち物

上履き タオル 飲みもの 靴を入れる袋

※運動のできる服装にて、またお車での来場はご遠慮ください

お申込み

事務局：749-2056 平日の9時～17時 (正午～13時を除く)

※土日祝はお休み

後援：社会福祉法人相模原市社会福祉協議会
相模原市地区社会福祉協議会南区連絡会
NHK横浜放送局

講師紹介

【氏名】 長野 信一 (ながの しんいち)

【経歴】 東京都渋谷区生まれ。日本体育大学での体操指導を経て1981年から2010年まで、NHKでテレビ・ラジオ体操指導者を務めた。NHK体操指導者退任後も、学校や企業、高齢者施設、イベントなどで体操指導を行っている。現在、相模原市南区に在住。



主催  大野南地区社会福祉協議会

本事業は、相模原市社会福祉協議会賛助会員募集・会費の一部を活用させて頂いております。皆様のご協力誠にありがとうございます。