

# ラジオ体操講習会の開催を支援します！

## ラジオ体操の講師派遣のご案内



ラジオ体操は、子どもから高齢者まで、幅広い世代が取り組める健康づくりであり、正しい動作を身につけることで、その効果もより高まります。

このため、久留米市では、ラジオ体操の講師を希望に応じて派遣し、講習会を実施します。

- |        |   |
|--------|---|
| ■派遣対象  | <ul style="list-style-type: none"><li>・会員が10人以上で、ラジオ体操を週に1回以上実施している団体（今後実施を予定している団体も含む）</li><li>・市内で事業を営んでいる事業所や高齢者福祉施設</li><li>・市民の健康づくりや社会福祉を目的に活動する団体 など</li></ul> <p>※講習会を開催するためには、10人以上の参加者が必要です。<br/>※会場（屋内）やラジオ体操の実施に必要なCDやラジカセ（操作含む）は、依頼者の方で手配してください。</p> |
| ■内 容   | ラジオ体操（第1・第2）、みんなの体操の実技・指導<br>※所要時間の目安：第1＝60分、第1＋第2＝90分、<br>第1＋第2＋みんなの体操＝120分<br>※みんなの体操とは、年齢・障害の有無を問わず、すべての人が安心してできる体操として考案されたものです。   |
| ■費 用   | 無料  |
| ■申込方法  | 市のホームページ、または保健所健康推進課窓口にて、講師派遣依頼書を入手し、必要事項を記入のうえ、申込みください。  |
| ■申 込 先 | 保健所健康推進課（持参または郵送）   |
| ■そ の 他 | 講師派遣は、原則、1団体につき同一年度内1回までとさせていただきます。   |



### 【お申し込み・お問い合わせ先】

久留米市保健所健康推進課  
〒830-0022  
城南町15-5 久留米商工会館4階  
TEL：0942-30-9331  
FAX：0942-30-9833