

市民ラジオ体操の集い

みんなでラジオ体操！元気な1日をスタート♪



参加賞
あり

当日の主な内容

- ① ワンポイントレッスン
- ② NHKラジオ生放送に合わせて
一斉ラジオ体操実施
- ③ 平井先生によるラジオ体操ミニ講習会



体操指導 ひらい たかこ
平井孝子先生



アシスタント あらい ようた
新井廣太さん

日時 10月31日(土) 早朝 6:00~7:30

会場 久留米総合スポーツセンター補助競技場(東櫛原町173番地)
※ 雨天の場合は、久留米総合スポーツセンター武道場(板張り)で実施

参加費 無料

申込 不要

当日のご持参品や駐車場については、裏面をご確認ください

主催:久留米市 協力:久留米市早朝ラジオ体操会 後援:株式会社かんぽ生命保険久留米支店
支援:一般財団法人簡易保険加入者協会

*一般財団法人簡易保険加入者協会の支援事業により講師を派遣していただいております。

気軽に、楽しく、おトクに健康づくり

くるめ健康のびのびポイント

アプリの詳細・ダウンロードは裏面をチェック▶



当日のご案内

◆開催日時
令和8年10月31日(土) 6:00~7:30
(受付5:30~)

◆会場
久留米総合スポーツセンター補助競技場
(久留米市東櫛原町173番地)

※雨天時会場は下記会場に変更
久留米総合スポーツセンター武道場(板張り)

◆持参品
飲み物、タオル、上履き(雨天時のみ)等

◆その他
・当日は動きやすい服装にてご参加ください
・駐車場には限りがございます。
お時間に余裕をもってご来場ください



くるめ健康 のびのび ポイント

毎日のウォーキングやラジオ体操でポイントが貯まるアプリを始めよう！
ポイントを利用して電子クオカードや地場産品が当たる抽選に参加できます！

ラジオ体操の取り組みで
毎日こつこつ
ポイントゲット！

～ラジオ体操の記録方法～

① アプリを開く



② ホーム画面の
「チャレンジ」を選択



③ 「チャレンジ」を選択



④ 「ラジオ体操を達成した」の
チェック欄をタップして記録



補足：「ラジオ体操を達成した」の日数欄をタップ
すると過去1週間の記録が可能です



アプリのダウンロード
機能や参加特典の詳細は
QRコードから ▼

