市民ラジオ体操の集い

参加無料
申込不要

NHKテレビ・ラジオで おなじみの2人が参加！

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 岡本先生によるラジオ体操ミニ講習会

体操指導 岡本美佳（おかもと みか）先生　　アシスタント 吉江晴菜（よしえ はるな）さん

11月2日（日） 早朝 6:00～7:30

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

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　**対象事業**

くるめ健康 のびのび ポイント

ラジオ体操の集い参加で 100 ポイントゲット

アプリの詳細・ダウンロードは裏面をチェック ▸

【お問合せ】　久留米市保健所健康推進課　TEL：0942-30-9331 ／ FAX：0942-30-9833

当日のご案内

◆開催日時
令和7年11月2日(日) 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！

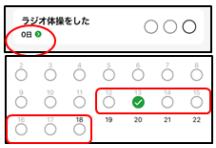
～ラジオ体操の記録方法～

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

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 ▼

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