

# ラジオ体操 講習会



教われば、効果爆上がり

参加  
無料

10月28日(土) 14:00~15:30(受付 13:30~)  
久留米総合スポーツセンター武道場(畳敷き)(東櫛原町170-1)  
対象■久留米市民 定員■80人 事前に参加申し込みしてください。

NHKテレビ・ラジオ体操でお馴染みの2人が指導します



すずき だいすけ  
体操指導 鈴木大輔先生



よしえ はるな  
アシスタント 吉江晴菜さん

## 主な講習内容

ラジオ体操(第1・第2)、みんなの体操の実技・指導。畳敷きの部屋で実施  
皆さんに参加賞を差し上げます

※本講習会は、ラジオ体操指導員に関するものではありません。

## 申し込み

裏面の申込書に必要事項を記入して、保健所健康推進課にFAX(0942-30-9833)してください。※電話(0942-30-9331)でも申し込みめます。  
締切 令和5年10月18日(水) ※定員になり次第締め切ります。

## 講習の翌日はみんなで実践 市民ラジオ体操の集い

10月29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  
参加料は無料 申し込み不要  
どなたでも参加できます。参加賞あり  
のびのびポイント100ポイント進呈

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

対象事業



ポイントの詳細や、  
アプリのダウンロード  
は、左のQRコードから

ラジオ体操  
講習会参加で

100  
ポイントゲット

問い合わせは — 久留米市 保健所健康推進課

TEL:0942-30-9331 FAX:0942-30-9833 / メール ho-kenko@city.kurume.lg.jp

# ラジオ体操講習会 受講申込書

久留米市保健所健康推進課行

FAX:0942-30-9833

※令和5年10月18日(水)までに申し込んでください。電話(0942-30-9331)でも申し込みできます。本申込書で、3名まで申し込みめます。

※当日は、動きやすい服装にてご参加ください。

フリガナ	
氏名	
住所	〒 ー 久留米市
電話番号	※日中つながりやすい連絡先(携帯、自宅等)をご記入ください。

フリガナ	
氏名	
住所	〒 ー 久留米市
電話番号	※日中つながりやすい連絡先(携帯、自宅等)をご記入ください。

フリガナ	
氏名	
住所	〒 ー 久留米市
電話番号	※日中つながりやすい連絡先(携帯、自宅等)をご記入ください。