

# 『ラジオ体操の歴史から学ぶ健康づくり』



皆さんお元気ですか！毎日の健康保持に続けられているラジオ体操ですが、昭和3年に国民保健体操として生まれ、4年後の2028年には100周年を迎えます。今回長きにわたり国民の健康づくりに寄与してきたラジオ体操の歴史を映像から学び、『ピアノの生演奏』で昭和3年最初のラジオ体操から現在に至るラジオ体操やみんなの体操をのびのびと気持ちよく楽しみ、日々の健康づくりに活かしていただく講座です。皆さんのご参加を心よりお待ちしております。

## 記

日 時 令和6年5月18日(土) 10時～11時30分(受付9時45分～)

会 場 相模原市 杜のホールはしもと 多目的室

(相模原市緑区橋本3-28-17 ミウヰ橋本8F)

「※JR 横浜線橋本駅北口を出て右側の建物」



会場の詳細

講座内容 ① 『映像から学ぶラジオ体操の歴史』

② 『ピアノ生演奏で楽しむラジオ体操・みんなの体操』

講 師 相模原市ラジオ体操連盟 長野 信一

元 NHK テレビ・ラジオ体操 ピアノ奏者

加藤 由美子



定 員 先着60名／参加費無料

対 象 市内在住・在勤・在学の小学生以上

持ち物 飲料水・タオル・筆記用具

注意事項 動きやすい服装でご参加ください。



### ◆申し込み・お問い合わせ

相模原市コールセンター ☎042-770-7777

申込期間: 令和6年4月22日(月)～5月7日(火)

受付時間: 8:00～21:00(年中無休)

必要事項: 参加希望者全員の住所・氏名・電話番号・年齢

※定員になり次第締め切ります。



主 催 : さがみはら市民健康づくり会議(健康サポートさがみはら) ・ 相模原市ラジオ体操連盟 ・ 相模原市

協 力 : NPO 法人全国ラジオ体操連盟 ・ 株式会社かんぼ生命保険海老名支店

支 援 : 一般財団法人簡易保険加入者協会