北習志野近隣公園

船橋市公園を活用した健康づくり事業

# 身近な公園で健康づくり！

みんなで一緒に

## 体操しませんか？

どなたでもご自由に
ご参加いただけます。

参加無料

会 場：北習志野近隣公園（習志野台３丁目４）

日 時：

| | | |
|---|---|---|
| 令和６年　４月 | ４日（木）、18日（木） | 午前 11 時 00 分～ |
| ５月 | ２日（木）、16日（木） | |
| ６月 | ６日（木）、20日（木） | |
| ７月 | ４日（木）、18日（木） | |
| ８月 | １日（木）、15日（木） | |
| ９月 | ５日（木）、19日（木） | |
| 10月 | ３日（木）、17日（木） | |
| 11月 | ７日（木）、21日（木） | |
| 12月 | ５日（木）、19日（木） | |
| 令和７年　１月 | ９日（木）、16日（木） | |
| ２月 | ６日（木）、20日（木） | |
| ３月 | ６日（木）、20日（木） | |

内 容：3Q 体操

♪予約不要、直接お越しください。

♪動きやすい服装、運動靴を着用してください。

♪雨天、悪天候時、会場の状態が悪い時は中止になります。

♪飲み物は各自ご用意いただき、体調に気を付けながらご参加ください。

効果的な運動や健康づくりができるよう、協力団体の会員が協力員として来てくれます！

問合せ先：船橋市 地域保健課
☎047-409-3274（平日９時～17時）
共　　催：船橋市・船橋市自治会連合協議会
協力団体：サンクラブ