

船橋市公園を活用した健康づくり事業

身边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：夏見台中央公園（夏見4丁目17）

日 時：

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

内 容：ストレッチ・ラジオ体操・みんなの体操等

- ♪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、体調に気をつ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
電話番号：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：夏見体操会