

# 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：**東船橋第1号公園（東船橋3丁目44）

**日 時：**日曜日以外の毎日

**内 容：**4～10月 午前6時30分～ ラジオ体操・ストレッチ  
11～3月 午前8時40分～ ラジオ体操・ストレッチ  
※12月30日～1月3日は休み

- ♪ 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：東船橋ガーデニアクラブ ラジオ体操部