

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）

日 時：毎月 第1・第3木曜日 午前11時00分～

1月は第2・第3木曜日 午前11時00分～

※8月は休み

内 容：3Q体操・ラジオ体操

♪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。

♪実施時間中はのぼり旗が立っています。

♪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