

船橋市役所 地域保健課

体験内容 および ボランティアの 役割	<ul style="list-style-type: none"> ・リラックス体操教室の運営 (受付、誘導、マットや椅子・机の準備や片付け等) ・教室の体験 		
体験受入日時	①8月1日(火) 13:00~16:00(終わり次第終了) ②8月8日(火) 13:00~16:00(終わり次第終了) ①・②いずれも集合は12時45分をお願いします。		
活動場所	①・② 船橋市保健福祉センター(船橋市北本町1-16-55)3階 当日集合も保健福祉センター3階へお願いします。		
受入対象	<input checked="" type="checkbox"/> 中学生 <input type="checkbox"/> 高校生 <input type="checkbox"/> 専門学校生 <input type="checkbox"/> 大学生	募集人数 (1日あたり)	① 2名 ② 2名
当日必要な物 服装 など	動きやすい服装、運動靴(室内履きは不要です)、飲み物、タオル(フェイスタオルやスポーツタオル等の長めのもの)		
注意事項	体調を整えてきてください。		

申込方法

マッチング会(中央公民館)

【活動様子が分かる写真】

マットを使用したストレッチ



足腰強化のための片足立ち



これらのマットや椅子の準備、片付けおよび体操の体験をしていただきます。

担当者名	鶴岡 智美	電話番号	047-409-3274
メール	chiikihoken@city.funabashi.lg.jp		
担当者から ひと言	中学生の元気なパワーを地域の方と共有できるとうれしいです！ 健康の向上のための教室です。難しい動作はありませんので、運動が好きな方はもちろん、苦手な方でもぜひご応募ください！		