

身近な公園で健康づくり！



フェスタ

みんなで一緒に **体操** しませんか？

NHK ラジオ体操・テレビ体操指導者の

多胡 肇 氏を講師に迎え、イベントを開催します。



日 時：平成 29 年 **1** 月 **31** 日（火）

午前 10 時 00 分～12 時 00 分

場 所：**船橋市運動公園 体育館**（夏見台 6-4-1）

講 師：**多胡 肇** 氏（NHK ラジオ体操・テレビ体操指導者）

内 容：講師によるラジオ体操指導等
身近な公園で健康づくり！協力員による体操紹介

対 象：船橋市在住・在勤・在学の方

参加方法：当日自由参加・無料

その他注意事項：

- ・体育館内は冷えますので十分防寒し、動きやすい服装でご来場ください
- ・持ち物：室内用運動靴（体育館シューズ）、飲み物、タオル等
- ・公共の交通機関をお使いください。お車の方は駐車場もございます。



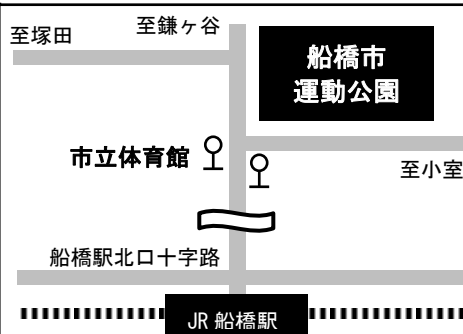
【主催・問い合わせ先】

船橋市保健所 地域保健課

☎047-409-3274（平日 9 時～17 時）

【共催】

船橋市自治会連合協議会



JR 船橋駅北口から 3、5、6、7 番のバスに乗車、または新京成線三咲駅から船橋駅行きバスで「市立体育館」下車徒歩約 5 分

みんなで一緒に

身近な公園で健康づくり！

市では身近な公園で手軽に運動習慣が身につけられるよう、「公園を活用した健康づくり事業」を行っています。
あなたもお近くの会場で参加してみませんか？



ふなばし健やかプラン21
マスコットキャラクター
すこちゃん

1人ではなかなか運動を続けられないけど、みんなで一緒なら続けられるよ！



《実施会場一覧》平成29年1月現在

		会場	内容	日時
北部	①	小室公園	ラジオ体操	毎日 6:30～
	②	大穴第2号公園	太極拳	毎日 4月・11月 7:30～ (12～3月休み、5～10月 7:00～)
	③	大穴新谷津公園	練功・太極拳	木曜日以外の毎日 7:30～ (4～11月休み)
	④	二和西公園	ラジオ体操	毎日 6:30～
東部	⑤	薬円台公園	3Q体操	毎月第1・3土曜日 9:00～
	⑥	二宮公園 (1・2月は宮見台自治会館) (7・8月は王子神社)	気功・太極拳	毎週火曜日 8:30～
	⑦	田喜野井南公園	気功太極拳・ストレッチ	毎週月曜日 9:00～(祝日は翌火曜日)
	⑧	三山陽栄広場	ラジオ体操	日曜日以外の毎日 8:30～
	⑨	駿河台交差点花広場	ラジオ体操・ウォーキング	毎日 6:30～
中部	⑩	御滝公園	ラジオ体操・歌・盆踊り	毎日 6:30～
	⑪	新高根5丁目公園	ラジオ体操・3Q体操	毎月第2・4土曜日 9:00～
	⑫	芝山南公園	ラジオ体操・太極拳	毎日 6:30～
	⑬	長津川親水公園	ラジオ体操・3Q体操	毎月第1・3日曜日 9:00～ (1月のみ第2・4日曜日)
南部	⑭	船橋大神宮	ラジオ体操・ストレッチ	毎月第3土曜日 9:00～

《問い合わせ先》

船橋市保健所 地域保健課 公園を活用した健康づくり事業担当

☎047-409-3274 (平日9時～17時)