

## 令和4年度(2022年度) ラジオ体操教室

地域の健康寿命増進や運動による多世代の交流を目的に、NHK ラジオ体操アシスタント 今井菜津美さん（横須賀市出身）をお招きし、高齢者層(60歳以上)や児童(小学生)を対象として、それぞれの世代に適した体操教室を実施しました。

当日はラジオ体操のほか、頭の体操や転倒予防トレーニング、リズム運動などを行い、保護者も交えてたくさんの地域のご家族に参加いただきました。

■日 時：令和5年3月19日(日)10時30分～11時30分 高齢者の部  
13時～14時 小学生の部

■場 所：池上コミュニティセンター体育室

■主 催：一般財団法人シティサポートよこすか

■講 師：NHKテレビ体操アシスタント  
今井菜津美さん（横須賀市出身）

■対 象：高齢者（60歳以上）及び小学生とその家族

■参加者数（延人数）：

	参加者数
午前の部	65名
午後の部	33名
計	98名

■報 道：タウンニュース 3月10日（金）掲載（事前）

