

／ 毎回好評！ラジオ体操第一の教室 ／

令和8年

11/6(金)

10時15分

～11時30分

(受付10時～)



※災害等により、やむを得ず中止や延期となる場合があります。

実践！

正しいラジオ体操

盛岡市保健所 会場

会場：盛岡市保健所7階大ホール(神明町3-29)

定員：20名(先着順) ※盛岡市民対象

費用：無料

講師：高橋^{のりこ}範子先生(1級ラジオ体操指導士)

持ち物：水分補給用の飲み物、タオル、筆記用具
動きやすい服装・靴でお越しください

【申込】10月5日(月)10:00から受付開始

①お電話

盛岡市保健所 健康増進課
☎019-603-8306

②ネット申込

市公式ホームページ
申込フォームから⇒

