

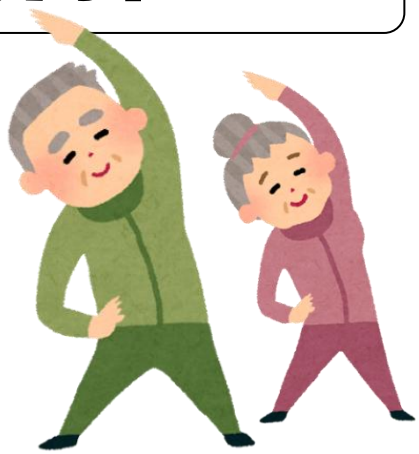
【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】

～令和８年度　福田大学～



マスコットキャラクター
「ふくちゃん」

～脱自己流！～
みんなのラジオ体操



普段何気なく行っているラジオ体操。
このやり方って本当にあっているの…と思うことありませんか？
基本の姿勢や正しい動きのポイントをお伝えします！
自己流から脱却して、健康効果の高いラジオ体操をはじめましょう！！

11月25日(水)13:30～15:00

【場　所】福田公民館　３階　研修室

【講　師】１級ラジオ体操指導士 岩﨑　真由美さん

【対　象】どなたでも
【定　員】３０人（申込順）
【参加費】無料
【持参物】飲み物、運動靴、タオル
※動きやすい服装でお越しください。
【申込み】１１月１日(日)から１１月２０日(金)までに福田公民館へ
【共　催】福田地区老年会連合会
【その他】「高齢者いきいき活動ポイント手帳」をお持ちの方はご持参ください。

（公財）広島市文化財団　福田公民館
〒732-0029　広島市東区福田４丁目４１５２－１
ＴＥＬ・ＦＡＸ　０８２－８９９－２９０１
Ｅ　メ　ー　ル　fukuda-k@cf.city.hiroshima.jp
ホームページ　http:// www.cf.city.hiroshima.jp/fukuda-k/

ホームページ　インスタグラム

※申込みの際にお寄せいただいた個人情報は、事業の目的以外には使用致しません。