



はずむ！スポーツ都市 秋田市



こころはずませ いち！に！さん！

ラジオ体操講習会

令和6年7月6日(土)

(10:00~11:30)

会場：センタース・多目的ホール（秋田市役所3階）

“正しい”ラジオ体操を身につけて元気なからだへ！

NPO 法人全国ラジオ体操連盟指導委員の本間佳子さんと家根本織永さんを講師にお招きし、正しい運動動作のポイントやコツを楽しく学びましょう！



講師 本間 佳子
(NPO 法人全国ラジオ体操連盟指導委員)



アシスタント 家根本 織永
(NPO 法人全国ラジオ体操連盟指導委員)



※昨年度の様子

募集人数

70名程度(先着順)

募集対象

秋田市民(参加無料)

活動内容

ラジオ体操第一は正しく運動動作を行うと、約400もの筋肉を動かすことができるのはご存じですか？
NHK テレビ・ラジオアシスタントとしても活躍された本間佳子さん、家根本織永さんと一緒に、正しい運動動作を身につけましょう！

応募方法

「参加申込用紙」に必要事項を記入のうえ、秋田市スポーツ振興課へ FAX もしくはメールで送付ください。
【申込先(秋田市スポーツ振興課)】
FAX:018-888-5612 E-mail:ro-edsp@city.akita.lg.jp



申込締切

令和6年6月28日(金)

お問合せ先 秋田市スポーツ振興課 TEL: 018-888-5611

■本講習会は(一財)簡易保険加入者協会「健康タウン構想の推進ラジオ体操講習会」事業により実施されます