



鶴甲いきいきまちづくりプロジェクト

鶴甲いきいきまちづくりプロジェクト ～アクティブエイジングを目指して～ 第10回アカデミックサロン

たった3分でも効果抜群!! 正しいラジオ体操を学ぼう

みんな
で楽しく
いっしょに
さん!



誰もが身近に気軽にできる『ラジオ体操』。
NPO法人全国ラジオ体操連盟から
講師を招き、講習会を開催します。
ご家族、ご近所などお仲間を誘って、
正しいラジオ体操をマスターしましょう!!

【講師】当山 倫子 先生

全国ラジオ体操連盟公認指導員
(1級ラジオ体操指導士)

受講された方には、
「修了証」を
お渡しします!!

参加自由
(申込不要)

日時:2014年7月6日(日)

10:30~12:00(10:00開場)

会場:神戸大学発達科学部 体育館

【持ち物】上靴(運動靴)・飲み物・汗拭きタオル

※運動のしやすい服装でご参加ください。

主催:神戸大学大学院人間発達環境学研究科

後援:神戸市灘区・鶴甲連合自治会

【お問い合わせ】 神戸大学発達科学部アクティブエイジング・プロジェクト室

〒657-8501 神戸市灘区鶴甲3-11 神戸大学発達科学部A118 TEL&FAX: 078-803-7963 (直通)

E-mail: kuaap@h.kobe-u.ac.jp URL: <http://www.h.kobe-u.ac.jp/ja/activeagingproject>

※このプログラムは、本プロジェクトが実施した「鶴甲地区在住のシニア世代の日常生活と地域生活に関する調査」で寄せられたご意見に基づき、開催しております。