



# みんな元気に ラジオ体操 ワンツー・ワンツー!

2024

7/28 (日)



開催場所/ 大館市樹海ドーム  
ニプロハチ公ドーム

大館市上代野稻荷台1-1

時間/10:00~11:30

開場時刻/ 9:30

この事業は健康ポイントの対象となります

主催/大館市・大館市立中央公民館  
(一財)大館市スポーツ協会  
支援/(一財)簡易保険加入者協会  
主管/大館市ラジオ体操の会  
協賛/大館ヤクルト販売株式会社  
株式会社 伊徳  
協力/大館市レクリエーション協会  
後援/大館北鹿新聞社  
参加対象者/どなたでも参加できます  
ご家族友人等と気軽にご参加ください



参加者の皆様へ  
当日は直接会場へお越しください  
持ち物/ タオル・飲料  
動きやすい服装でお越しください  
マスク着用は個人の判断でお願いします  
朝の体温測定と体調確認をお願いします

大館市は、昨年度に(一財)簡易保険加入者協会より「健康タウン構想の推進」支援自治体の指定を受けました。

今後4年間を目途に、簡易保険加入者協会からラジオ体操講師を派遣いただき、ラジオ体操の基本的な動きを学ぶ機会を得ることができました。

気軽に日常生活の中で取り組むことができる「ラジオ体操」を通して、健康で明るいまちづくりを目指すことを目的に、「みんなで元気にラジオ体操ワンツー・ワンツー」を企画しました。多くの市民の皆様のご参加をお待ちしています!

ラジオ体操第1・第2の指導

NPO 法人全国ラジオ体操連盟指導委員

講師/ 桜田 敬子 氏



日本体育大学 卒業  
健康運動指導士

元NHK テレビ・ラジオ体操アシスタント

NPO 法人全国ラジオ体操連盟理事

ラジオ体操の指導・普及推進に全国各地を訪問

江戸川区ラジオ体操連盟副会長

健康運動指導士として自治体・企業・高齢者施設での健康・介護予防・生活習慣病予防等の講演、運動指導や学校の教員、生徒への体操指導を行っています。

台東区フィジカルプロデューサー

NPO 法人全国ラジオ体操連盟指導委員

講師/ 戸塚 寛子 氏



日本体育大学体育学部  
健康学科卒業

NHK テレビ・ラジオ体操アシスタント

全国ラジオ体操連盟指導委員

【お問合せ】

大館市スポーツ協会 担当 田山

電話/0186-59-4552

お気軽に  
問い合わせ  
ください