

ひばりが丘二丁目地区社協主催

2021.5.6 ラジオ体操・健康づくり体操

～自治会・松葉会協力健康づくり体操・地域の憩いの場・住民の力で活力あるまちづくり～



9時集合ラジオ体操第1・第2

5・6 ラジオ体操・健康づくり体操

受付でマスク着用体調報告等コロナ対策行い、9時よりラジオ体操第1・第2で体をほぐし、佐藤節子講師の指導で健康づくり体操に真剣に体を動かす。垣根を超え1丁目、3丁目他の自治会からも多数参加、総勢52名ほどの方がほんのり汗を流しました。コロナで不要不急の外出規制行き場のない方々の憩いの場作りに少しでもお役に立てればと思い企画をしました。皆様ご参加お疲れ様でした。



9時集合ラジオ体操第1・第2



健康づくり体操・佐藤節子講師



佐藤節子講師の元健康づくり体操



健康づくり体操



健康づく体操



憩いの場作り・健康づく体操