

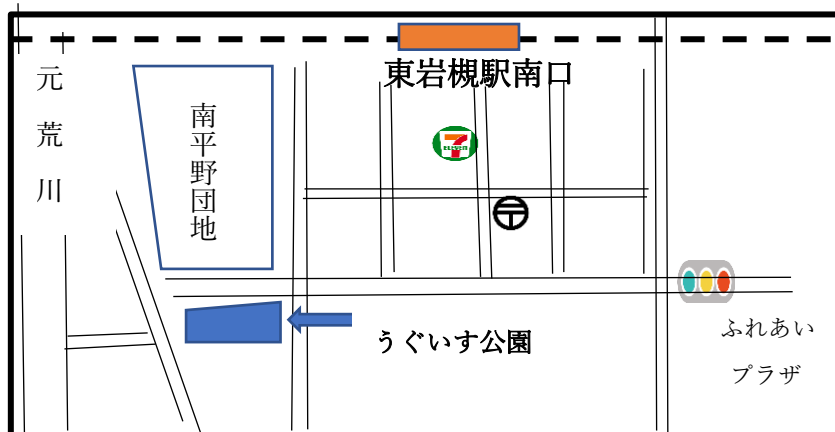
# うぐいす公園ラジオ体操



## ～四季折々の自然の中で、ラジオ体操しませんか？～

- ✿ これから運動を始めようと思っている方
- ✿ 少しの時間で体を動かしたいと思っている方
- ✿ いつまでも若々しくいたい方

- \* **毎週金曜日 午前9時30分～約10分間**
- \* **参加費無料、雨天中止**
- \* **参加はどなたでも OK**
- \* **シルバーポイント対象外**



シニアサポートセンター白鶴ホーム

TEL:048-794-3939

後援 東岩槻自治会  
東岩槻南自治会  
東岩槻中央自治会