

すそのん

回 覧

ラジオ体操カードの配布について



介護保険課では、夏休みのラジオ体操を利用して高齢者（おおむね 65 歳以上の方を対象）の介護予防の一環として「すそのん ラジオ体操カード」を配布しています。

～お孫さんたちと一緒にラジオ体操を始めてみませんか？～

1. 配布期間：7月1日（水）～8月31日（月）

※9月以降に配布希望があった場合は、介護保険課窓口で配布します。

2. 配布場所：介護保険課窓口（裾野市役所1階）、

各支所（富岡、深良、須山）、市内各公共機関、
地域包括支援センター、北部包括支援センター、
市内医療機関、市内歯科診療所等

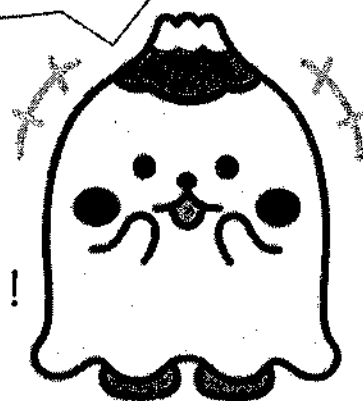
♪ラジオ体操を通して いいことがたくさん！

- ☆身近な場所で健康づくり！
- ☆すぐに実行でき、費用がかからない！
- ☆毎日の生活リズムが整う！
- ☆人と会い話すことで、情報交換や脳トレにも！
- ☆子どもたちと高齢者のコミュニティの輪が広がる！
- ☆子どもたちの見守りができる！

★地域の方へお願い★

ラジオ体操会場に「すそのん ラジオ体操カード」をお持ちになられた方がいらっしゃいましたらカードに印を押していただきますようお願いいたします。

裏に見本があるのん♪



問い合わせ先
裾野市役所介護保険課
電話 995-1821