**時間　　午前8時30分～8時45分**

**対象者　　概ね6０歳以上の朝霞市民**

**（ご高齢や障害のある方でも参加できます）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| 健康づくりのために３つの会場で開催しています。 |
| ご自宅から通いやすい会場へお気軽にお越しください。 |
| 毎週火曜日・・・アサカグリーン 駐車場 |
| 毎週木曜日・・・マルエツ本町店駐車場※ﾏﾙｴﾂ会場は月始の１日は（一の市のため）お休みです |
| ※７月８月９月１２月は開店時間が早まるため、８時15分開始になります |
| 毎週金曜日・・・溝沼氷川神社　境内 |
| お休み：雨天、祝祭日、年末年始（１２月２８～１月日） |

 |

（溝沼６丁目２３－１）

(本町１丁目１２－１０)

（溝沼３丁目２－２６・打ちっぱなしゴルフ場です）

**ラジオ体操**

*みんなでやろう！*

**―　お問い合わせ　ー**

**地域包括支援センター**

**モーニングパーク**

**朝霞市溝沼3-2-26**

**☎0120－247355**

