




| | | | | |
|---|--|---|----------------|--|
|  | 市町名 | 西条市 | | |
| | 公民館名 | 西条市大町公民館 | | |
| | | 地区館 | | |
| | 連絡先(Tel) | 0897-56-3835 | | |
| | ホームページアドレス | http://www.city.saijo.ehime.jp/soshiki/syakaikyoku/omati-index.html | | |
| 事業分野 | I 健康づくり | 事業名 | 大町公民館ラジオ体操グループ | |
| 趣旨・目的 | 運動不足による生活習慣病や加齢による活動能力低下の予防改善などを目的としてラジオ体操を実施する。 | | | |
| 対象 | 市民全般 | 参加人数 | 38名 | |
| <p>〈事業内容〉</p> <p>1 概要 平成26年3月から開始し、今年2月で8年となります。 最初は少ない人数でしたが、趣旨を理解していただきまして、現在では38名のメンバーとなっています。</p> <p>2 活動日・時間・場所</p> <p>(1) 活動日 火、水、木、金(週4日) (2) 時間 午前8時50分～ (3) 場所 公民館のロビー (4) ラジオ体操第1、第2を実施しています。</p> <p>3 ラジオ体操の効果 運動不足からくる生活習慣病や加齢による生活活動能力低下の予防改善などを目的として開始しましたが、毎朝来て元気に体操をすることにより、気分がスッキリし、人と人のコミュニケーションの場としても大切な場所になっています。 いつも来られない人との久々の再会に喜び、「明日も会いましょう」が合言葉となっています。</p> | | | | |
| | |  <p>【ロビーで体操】</p> | | |
| | |  <p>【玄関口で体操】</p> | | |