

【コロナ禍でも脱運動不足！】
自宅でもできる！高齢者もできる！
ご当地体操のイベントを開催します！

地域がいきいき 集まろう！ 通いの場

全国のご当地体操の パネル展示会

ご当地体操に関するイベントブースを設置！
全国のご当地体操のパネルを展示！

3月15日(火) ▶ 3月21日(月・祝日)

10:00~20:00(予定)

場所：東京タワー フットタウン2階



ちよフル体操

千代田区で仲間と始める筋力アップ

ご当地体操の紹介・実演を 東京の空から生配信！

出演自治体

- 青森県むつ市 むつ市民歌体操
- 東京都千代田区 ちよフル体操

3月17日(木)

9:00~10:00

※YouTubeでLive配信



©むつ市

高齢者やその支援者の方向け ウェブサイト「地域がいきいき 集まろう！通いの場」のご案内

新型コロナウイルス感染症の感染防止に気をつけて、
高齢者の方が健康を維持するための情報や、
安心して通いの場を再開するための情報などを
発信しています。



厚生労働省 通いの場 検索

<https://kayoinoba.mhlw.go.jp>

※こちらからもYouTube配信をご覧ください。



ご当地体操マップも掲載

主催



協力



運営事務局



問い合わせ先
担当
受付時間

0120-876-300
玉木(タマキ) 遠藤(エンドウ)
平日10:00~17:00