

2025年度



ラジオ体操 みんなの体操会

リズムに
合わせて

いち!



に!



さん!

いつでも、どこでも、だれでも

いつまでも元気に

毎日 : 午前11時から

2025年4/1～2026年3/31

場所 : 多目的ホール



苫小牧市高齢者福祉センター保健相談室 (自主事業)