

<報道発表資料>

令和8年9月30日

京都市南区役所健康長寿推進課健康長寿推進担当

「もっと知ろう ラジオ体操の魅力」

南区ではラジオ体操を活用した健康づくりの取組を数多く開催しており、区民の関心を
得ているものの一つです。

今回は、NHKテレビ・ラジオでおなじみの先生をお招きし、効果的なラジオ体操につい
て学びます。

<事業概要>

- 日時 令和8年11月15日（日）午前9時30分～午前10時30分
（受付：午前9時）
- 場所 京都市立唐橋小学校グラウンド ※雨天時は体育館
（〒601-8466 京都市南区唐橋西寺町65）
公共交通機関をご利用ください。
- 内容 ラジオ体操
- 対象 どなたでも
- 定員 100名
- 申込 令和8年10月20日（火）～令和8年11月13日（金）
オンライン申請・電話・窓口で申込。定員に達し次第受付終了。
<予約フォーム二次元コード>



- 参加費 無料
- 持ち物 タオル、飲み物（運動しやすい服装でお越しください。）
- その他 参加者には記念品を配布。
一般社団法人簡易保険加入者協会の支援事業による講師派遣。

<講師>

・鈴木 大輔 先生

NHKテレビ・ラジオ体操指導者。全国各地のラジオ体操講習会、イベントで活動。女子栄養大学 実践運動方法学研教室 非常勤講師、弘前大学大学院医学研究科博士課程に在籍し、長寿健康に関する研究も行っている。



・杉井 勇介 先生

NHKテレビ・ラジオ体操実技者。全国各地のラジオ体操講習会、イベントで活動。DAHアスレティックアカデミーコーチ、幼稚園や介護施設等の体操指導も行っている。



<お問合せ・予約先>

京都市南区役所健康長寿推進課健康長寿推進担当

(〒601-8511 京都市南区西九条南田町1の3)

電話：075-681-3573