

運動習慣化促進事業 2026

# なかなか コンディショニング交流会

誰でもできる！笑顔でつながる運動時間！

多世代で身体を動かそう！

☆参加費無料☆

【日時】令和8年4月27日(月) 10時～11時45分(受付 9:45～)

【場所】シルバースポーツセンター(東20条北7丁目)

【対象】多世代で楽しく運動したい方、興味のある町民の方全て

★未就学児・お手伝いの必要な方は同伴者をお願いします

【持ち物】運動靴、動きやすい服装、飲み物(自販機はありません)

【内容】★①・②どちらかの参加でもOK

①10時10分～ 「コンディショニング / なかなか百歳体操」

②10時45分～ 「モルック・ポッチャ交流会」

【問合せ/申込み】お電話またはQRコード読み取り  
中標津町地域包括支援センター 74-0867

