

# 金岡公園 ラジオ体操の集う会



自由参加 自由解散！

## 【集合（実施）場所】

金岡公園の野球場（プールの並び）

## 【参加するには？】

自由参加  
直接実施場所へ

## 【活動日時（集合時間）】

毎日  
午前 6 時 30 分から

## 【活動内容】 ～メンバーより～

金岡公園の野球場の側で毎朝 6 時 30 分になるとスピーカーからラジオ体操の曲が流れますので、その時間が来たらそれぞれ集まり、その場所で 10 分間体操をしています。毎朝 30～40 人、日曜日は少ないですが、私は毎朝 5 時 50 分に家を出て、体操が終わり家に帰って来ると 7 時 05 分位になります。

20 年間続けていますが、歩くことが習慣になり、健康に過ごしています。皆さんとお話もできますし、一度来てください。歓迎します。

令和 7 年 10 月現在

お問い合わせ先

堺市北保健センター

電 話：072-258-6600

FAX：072-258-6614