



### 「ラジオ体操講習会」を開催

NHKラジオ体操番組に出演している講師を招き、プロから学ぶラジオ体操の講習会を開催します。

- 【日 時】 11月8日（金）10時～12時
- 【会 場】 コスモスアリーナふきあげ
- 【参加費】 無料
- 【参加賞】 スポーツタオル、埼玉県コバトン健康マイレージ1万ポイント
- 【講 師】 岡本 美佳先生（NHKテレビ・ラジオ体操の指導者）  
今井 菜津美さん（アシスタント）
- 【定 員】 約250人（予定）



### 「歩こうみんなで1万歩！ 秋の健康ウォーキング」を開催

同日に開催される「コスモスフェスティバル」とコラボしたウォーキングイベントです。満開のコスモスを眺めながらウォーキングができます。

- 【日 時】 10月26日（土）10時～12時（※雨天決行）
- 【会 場】 吹上総合運動場軟式野球場
- 【申 込】 不要
- 【参加費】 無料
- 【参加賞】 スポーツタオル・ドリンク・埼玉県コバトン健康マイレージ1万ポイント
- 【定 員】 約150人（予定）

