



さわやかマスター養成講座

さわやかマスターとは、
地域において市民体操（はだのさわやか体操）の普及を行うボランティアです。
講座修了後は「さわやかマスター」として登録し、体操会の運営やイベントでの
体操披露等、仲間とともに地域で体操の輪を広げる活動を行います。

2026年

日時

7月27日(月)28日(火)30日(木)
10:00～12:00

会場

中野健康センター
1階 多目的室

講師

東海大学
体育学部体育学科
大塚 隆 先生

持ち物

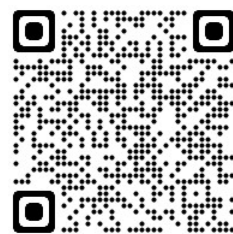
動きやすい服・靴、飲み物、タオル、筆記用具

申込方法

秦野市役所健康づくり課へ電話

 **0463-82-9603**

(受付：月～金 08:30～17:00)



さわやか
マスター
に関する
HP



OMAOTAN
表 丹 沢

主催：秦野市役所 健康づくり課