健康応援都市
西東京市

西東京市健康応援団
ころばーず





健康応援団概要

登録項目	「運動・スポーツ」
代表者氏名	平野　俊恵
所在地（事務局）	西東京市中町 1-5-1　健康課
連絡先	042-439-3526　健康課
健康応援活動の内容	しゃきしゃき体操の普及啓発と健康づくりを目的に毎月 3 回実施

西東京しゃきしゃき体操講座の後、グループを立ち上げ平成17 年度より活動しています。
月３回火曜日に、いつも元気に「西東京しゃきしゃき体操」を行っています。
仲間と一緒に体操を続けることで、体も心も気持ちよくほぐれ、体が良く動くようになりました。
今後も健康、そして「しゃきしゃきな体づくり」のために、みんなで楽しく元気に体操を続けていきます。
市民の皆様のご参加をお待ちしております！！