

ラジオ体操の参加応募はWebがカンタン！

応募完了までの、カンタン3ステップ！



Web応募はこちらから ▶ 巡回ラジオ体操 ポータル 検索



当選～参加準備までの流れ



参加応募は郵送でもできます。

150 8681

渋谷郵便局留め
「ラジオ体操イベント
運営事務局」
巡回ラジオ体操
参加申込係

- (1) 開催会場名および開催日
- (2) 郵便番号
- (3) 住所
- (4) 氏名
- (5) 連絡先(携帯可)
- (6) 一緒に申込みされる人数(最大6名まで)

を記入のうえ、
各イベント開催の申込み
締切日(当日必着)までに
運営事務局へ郵送ください。

郵便もしくは私製はがきに「開催会場名および開催日」、申込み代表者の「郵便番号」「住所」「氏名」「連絡先(携帯可)」「一緒に申込みされる人数(最大6名まで)」を記入のうえ、応募締切日(必着)までに運営事務局へ郵送ください。応募の代表者宛に当選通知、または落選通知をいたします。

※記入に不備があった場合は無効となりますのでご注意ください。

※郵送にかかる費用は申込み者様のご負担となります。

※未成年の場合は、保護者の方の同意を得た上で、ご応募ください。

※ご参加いただいたみなさまが記録映像撮影時・メディア取材時などに写り込む場合がございます。それらはかんばん生命によるイベントの記録・レポート(SNSアカウントでの投稿を含む)や、取材メディアによるテレビ・新聞・Webなど各メディアへの露出・掲載によって公開される場合がございますことを予めご了承ください。

郵送先:ラジオ体操イベント運営事務局
〒150-8681 渋谷郵便局留め
「ラジオ体操イベント運営事務局」
巡回ラジオ体操参加申込係

応募が完了したら【サクッと!ラジオ体操】をやってみよう!

たった3分で全身400の筋肉を刺激!

ラジオ体操は第一も第二も13種類の運動があります。ともに3分で終わりますが、きちんとやると、全身の650前後の筋肉のうち、400ほどが刺激できるといわれています。

コロナ禍で外出機会が減り、運動不足が心配されますが、その点ラジオ体操は、いろいろな栄養素が入った総合栄養補助食品のようなものなので、運動不足の解消に適しています。

【サクッと!ラジオ体操】動画視聴はこちらから ▶

