

# 健康体操放送時間のご案内

北富士有線テレビ放送(CATV)にて放送されます

<放送開始日・時間>

4月15(水)～ 午前9時、午後2時(1日2回)

<放送曜日・チャンネル>

毎週月～日曜日(10チャンネル)

<放送内容>

午前9時～いきいき百歳体操(約40分)

鳴沢村健康体操 ふじの山(約3分)

午後2時～ニコニコ長生きやなまし体操(約5分)

かみかみ百歳体操(約17分)

しゃきしゃき百歳体操(約13分)

鳴沢村健康体操 ふじの山(約3分)

皆さん積極的にご参加をよろしくお願ひします。

