

No.66	音楽	芸能	美術 工芸	文化 文学	国際 語学	レクリエ ーション	子ども	スポーツ 体操	美容 健康	IT	日常 生活
	サンバータイソウ～アカチャンカラコウレイシャ～ (ヨシダ カズヨ)							指導	講演	披露	
登録名	3 B 体操～赤ちゃんから高齢者～ (吉田 和代)							○			
主な 内容	3 B の用具を使った健康体操							ジャンル	体操		

赤ちゃんから高齢者まで 3 B 体操の用具（ボール・ベル・ベルター）を使って、「遊びの要素」「気軽に」「体に無理なく」をキーワードに、音楽に合わせて楽しくからだを動かす健康体操です。
 神奈川区の地区センター・コミュニティハウスでサークル活動中。

■ 経費（材料費等）	応相談
■ 依頼者が準備するもの	CD デッキ・マイク（あれば）
■ 交通手段	場所により応相談
■ 資格・経験	（公社）日本 3 B 体操協会公認指導者
■ 対象者	赤ちゃん・親子・ジュニア・成人・高齢者・障害のある方



活動できる曜日		午前	午後	夜間
	月	○	○	
	火	○	○	
	水			
	木			
	金			
	土			
	日			
応相談：その他の日時も相談に応じます				
活動可能地域：横浜市内				