

令和2年4月17日  
相模原市発表資料

外出を自粛されている高齢者の皆様のために

## いきいき百歳体操がエフエムさがみで放送されます

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、外出を自粛されている高齢者の皆様に向けて、自宅のできる簡単な体操をエフエムさがみの高齢者向けコーナー「つながるスーパーシルバー」の中で毎日放送します。

- 1 放送局：FM HOT 839（株式会社エフエムさがみ）
- 2 放送日時：令和2年4月20日（月）から  
月～金曜日 午前10時45分頃 午後1時5分頃  
土曜日 午前10時35分頃 正午頃  
日曜日 午前11時35分頃 午後4時10分頃
- 3 内容：「つながるスーパーシルバー」コーナーの一部として、いきいき百歳体操を毎回5分程度日替わりの内容で放送する。

「つながるスーパーシルバー」（エフエムさがみ）

外出自粛や面会制限でご自宅などにいる高齢者の方に、ラジオを通して明るい気持ちになっていただく番組。



問合せ先  
高齢・障害者支援課 高齢支援班  
電話 042-769-9249（直通）