

ご使用方法

- ① A4用紙で拡大 / 縮小はせず、実寸(実際のサイズ)でプリントアウトしてください。
- ② ——— 線(キリトリ線)で切り取り、中央の - - - - - 線(折り線)で折れば完成です!

————— キリトリ線
- - - - - 折り線

ルカリオとやってみよう! つづけよう!

2026年度

ラジオ体操出席カード



からだ まえ うし
体を前と後ろに
曲げる運動



からだ
体をねじる
うんどう
運動



からだ よこ
体を横に
曲げる運動



うで
腕を上下に
のびす運動

ラジオ体操
応援ポケモン
ルカリオ

2028年
ラジオ体操
100周年

ラジオ体操の歌

あたらしい朝が来た 希望の朝だ
喜びに胸を開け 大空 仰げ
ラジオの声に 健かな胸を
この薫る風に開けよ ソレ 一ニ三



かんぼ生命
企業キャラクター
かんぼくん



ゆめちゃん



詳しくは
こちら

全国小学生ラジオ体操コンクールに参加すると、
ルカリオと一緒にラジオ体操できるかも?!

いつでも、
どこでも!
だれでも!

ラジオ
体操

かんぼ生命

AI採点で、
夏休みをパワーアップ!

詳しくは
こちら





かんぼ生命

あつめたぶんだけ、 つよくなる!



Pokémon Since 1996


























































どうが
動画でいっしょにはじめよう!

ポケモン KidsTV ラジオたいそう



ピカチュウ



イーブイ

ねん ぐみ なまえ
年 組 名前

提供:かんぼ生命 協力:日本郵便

ラジオ体操はかんぼ生命の前身である逓信省簡易保険局により1928年に制定されました。
©2026 Pokémon, ©1995-2026 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.
ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリエーション・ゲームフリークの商標です。