

分類1	分類2	No.	題名	時間	対象
【2】 体育・レクリエーション	【2】 2. 体づくり	472	キュー・スーエとオン・スイピンの元気のツボ ～全身すっきり編～	42分	一般
【2】 体育・レクリエーション	【2】 2. 体づくり	473	キュー・スーエとオン・スイピンの元気のツボ ～全身美容編～	45分	一般
【2】 体育・レクリエーション	【2】 2. 体づくり	475	ウォーキング健康法 ～たかが歩きされど歩き～	45分	一般
【2】 体育・レクリエーション	【2】 2. 体づくり	487	NHKおしやれ工房 デューク更家のウォーキングエクササイズ	45分	一般