

令和 6 年度

福祉と健康づくりの集い

今年もやってきました、ふくしまつり！涼しくなって、動きたくありませんか？
みんなで、ウォーキングや体操で身体を動かしましょう！楽しいブースもたくさんありますよ♪

日時： 令和6年11月23日（土）（祝） 9:00～12:00

場所： 与那国中学校体育館

※天気が良くウォーキングがある場合は、グラウンドがスタート・ゴールになります。

※雨天の場合、ウォーキングは中止、体育館内のみのイベントとなります。

【タイムテーブル】

8：30 Tシャツ販売

9：00 開会 ラジオ体操

クイズラリーウォーキング

のんびり1キロコース 65歳以上の方、小さなお子様連れの方
しっかり3キロコース 64歳以下の方

10：00頃 ウォーキング終了

水筒を持参し
てください！



～体育館内ブースを楽しみましょう～

- バルーンアート・折り紙 母子保健推進員
- 人命救助体験・展示 自衛隊
- 高齢者障がい者疑似体験・認知症テスト・ゲーム 社会福祉協議会
- 歯科相談（フッ化物洗口・口内細菌検査・咬合力検査など） 八重山保健所
- 健康コーナー（アルコール体質チェック、握力測定） 保健師
- 食育コーナー（食育展示、パパイアレシピ試食） 食育ボランティア
- お薬相談・疲労ストレスチェック ばんた薬局

～お買い物も楽しみましょう～

- ふくしまつりTシャツ300円 長寿福祉課
- けんこう弁当200円 社会福祉協議会・民生委員
- 野菜販売 JA野菜生産部会

10：10 体軸体操 TAIJIKU沖縄 島袋日向 先生

11：10 マジックショー ぱふおーまーにんにん

11：50 クイズラリー抽選会

12：00 終了



プレゼントが当たるよ！