

令和8年福祉と健康づくりの集い

ふくしま祭り

～ みんなでつながる 笑顔の輪 ～

今年もやってきました、ふくしま祭り！

今年はなんと、介護予防のプロ、シニアたちの推しメン、

ごぼう先生 が与那国島にやってきます!!!

みんなで、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8年 **11月7日(土)**
9:00～12:00

場所

与那国中学校体育館



みなさんの
ご参加を
お待ちしております！

【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

しっかり 3 キロコース 64 歳以下の方

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

10:00 頃 ウォーキング終了

※水筒をご持参ください。雨天中止



ごぼう先生と一緒に体操をしよう

10:00 椅子に座ってできる体操 子どもから高齢者まで

体育館内ブースを楽しみましょう

- バルーンアート・草編みあそび
母子保健推進員



- モルック・小物づくり・握力測定
(日本生命連携) 社会福祉協議会



- どなん弁当販売 200円
社会福祉協議会・民生委員



※11時頃～

- 歯科相談(フッ化物洗口体験)

- 足の握力チェック

八重山保健所



- 食育展示・冬瓜ゼリー販売 50円
食育ボランティア



- ふくしま祭りTシャツ 300円
長寿福祉課



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！

