

げんきかんだより

〒830-0211 久留米市城島町榑津 739-1 城島保健福祉センター
TEL (0942) 62-2122 FAX (0942) 62-2148
メール info-joujima@shinko-sports.com HP <http://ssk-joujima.com>

久留米市
イメージキャラクター



114号

2023.11.1
(臨時号)

今回のげんきかんだより臨時号は、城島げんきかんのイベントのご案内です。

毎年開催している『城島げんきかん健康フェスタ』を2023年11月19日(日)に開催いたします。

スケジュールは裏面に記載していますのでご確認ください。

申し込みが必要なものもありますので、期限までにお申し込みください。

GENKIKAN KENKO FESTA

2023.11.19.SUN
10:00~16:00



城島げんきかん健康フェスタ

2023年11月19日(日) 開催

- ★げんきかん健康ウォークラリー
- ★ハイハイレース
- ★災害食料理教室
- ★は申し込み必要!

- ☆『正しい靴選びでキレイに歩こう』講演会
- ☆たのしくフラダンス教室発表会
- ☆健康相談会
- ☆キラキラスライム作り教室
- ☆子ども縁日
- ☆かんたんエアロ教室無料体験会
- ☆筋力向上運動教室無料体験会

げんきかん キッズフェスタ

2023.12.17.SUN
10:00~16:00

城島げんきかんキッズフェスタ

2023年12月17日(日) 開催

- ☆お昼寝アート撮影会
- ☆子ども工作教室
- ☆子ども縁日
- ☆工作イベント
- ☆クリスマスお菓子作り教室
- ☆ハニーズダンスアカデミー発表会
- ☆キッズ教室無料体験会

詳しくは
げんきかんだより12/1号や
SNSをチェック!

などを予定...



ホームページ



LINE



Instagram



お問い合わせ・お申し込み先
☎0942-62-2122



健康フェスタ スケジュール

1階・屋外

★げんきかん健康ウォークラリー

コース：城島げんきかん周辺 約3km
 時間：11:30～（30分毎の時間差スタート制）
 ※9:30～スタート時間申告受付
 対象：高校生以上（高校生未満は保護者同伴）
 参加費：100円（保険料含む）

申込期限
11/10まで

参加賞は、なんと！『洋菓子工房 ラ・ペ』さんとのげんきかんコラボ商品や焼き菓子の詰め合わせをご用意しています♪

たのしくフラダンス教室発表会

時間：10:00～
 場所：1階ロビー
 練習の成果をご披露します♪

子ども縁日『わたあめコーナー』

時間：12:00～15:00
 場所：1階ロビー
 1個：200円

ゲームは3階和室！

2階

足・靴・歩き方についての講演会

【協力:オン・ジャパン株式会社 シューフィッター：前田 誠】

演題：『正しい靴選びでキレイに歩こう』
 時間：10:00～11:00
 場所：2階健康フロア
 対象：どなたでも

普段、履いている靴が自分の足に合っているのかな？自分の歩き方が気になる、...という方は、ぜひ講演会に参加してみてください♪
 ウォークラリーの前に講演を聞いて、歩き方を参考にしてみるのはいかがでしょうか(*'▽')

管理栄養士が行う 健康相談会

内容：健康相談
 時間：10:00～16:00
 場所：2階談話コーナー
 対象：どなたでも

理学療法士がレッスン

筋力向上運動教室無料体験会
 時間：13:00～14:00
 場所：2階健康フロア
 対象：50歳以上
 定員：30名
 持参物：室内シューズ、飲み物

健康運動実践指導者がレッスン

かんたんエアロ無料体験会
 時間：14:30～15:30
 場所：2階健康フロア
 対象：18歳以上
 定員：30名
 持参物：室内シューズ、飲み物
 毎月、日曜日にレッスンを開催しています！

3階

★ハイハイレース

内容：元気にハイハイしよう
 時間：9:30～10:30
 場所：3階和室
 対象：ハイハイができる子



申込期限
11/10まで

★災害食料理教室【協力:久留米市食生活改善推進協議会】

内容：災害時に役立つ！
 缶詰、乾物などの備蓄食品を使った簡単料理♪
 時間：10:00～13:00
 場所：3階調理実習室
 対象：18歳以上(高校生不可)
 定員：20名
 持参物：エプロン、三角巾、タオル
 参加費：無料

献立

サバ缶トマトカレー
 切干大根と塩昆布のナムル
 紙コップ蒸しパン

申込期限
11/12まで

子ども工作教室

内容：キラキラスライム作り
 時間：10:00～12:00
 13:00～15:00
 場所：3階和室③
 対象：年少～ 大人もOK！
 1個：100円 何個作ってもOK！



子ども縁日

スーパーボールすくい、射的
 ボール投げなど
 時間：12:00～15:00
 参加費：無料

わたあめは1階ロビー♪



★マークがついているイベントは**申込が必要**です。期限までに**申込**おねがいします！