## げんきかんだより

〒830-0211 久留米市城島町楢津 739-1 城島保健福祉センター TFI (0942) 62-2122 FAX (0942) 62-2148

メール info-iouiima@shinko-sports.com HP http://ssk-iouiima.com



2023.11.1 (臨時号)

114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

#### 城鳥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

# 7/0500

#### 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

などを予定...

詳しくは

げんきかんだより 12/1 号や

SNS をチェック!







Instagram



お問い合わせ・お申し込み先 **2**0942-62-2122



# と健康フェスタ 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

ご準備しています♪

#### 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

対

#### 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

## 5412

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♪

山猫

時 間: 10:00~13:00

場 所:3 階調理実習室

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

ザバ缶トマトカレー 切干大根と塩昆布のナムル 紙コップ蒸レパン

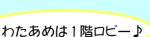
#### 子ども縁日

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







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!

★マークがついて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!