

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
HP <http://ssk-joujima.com>



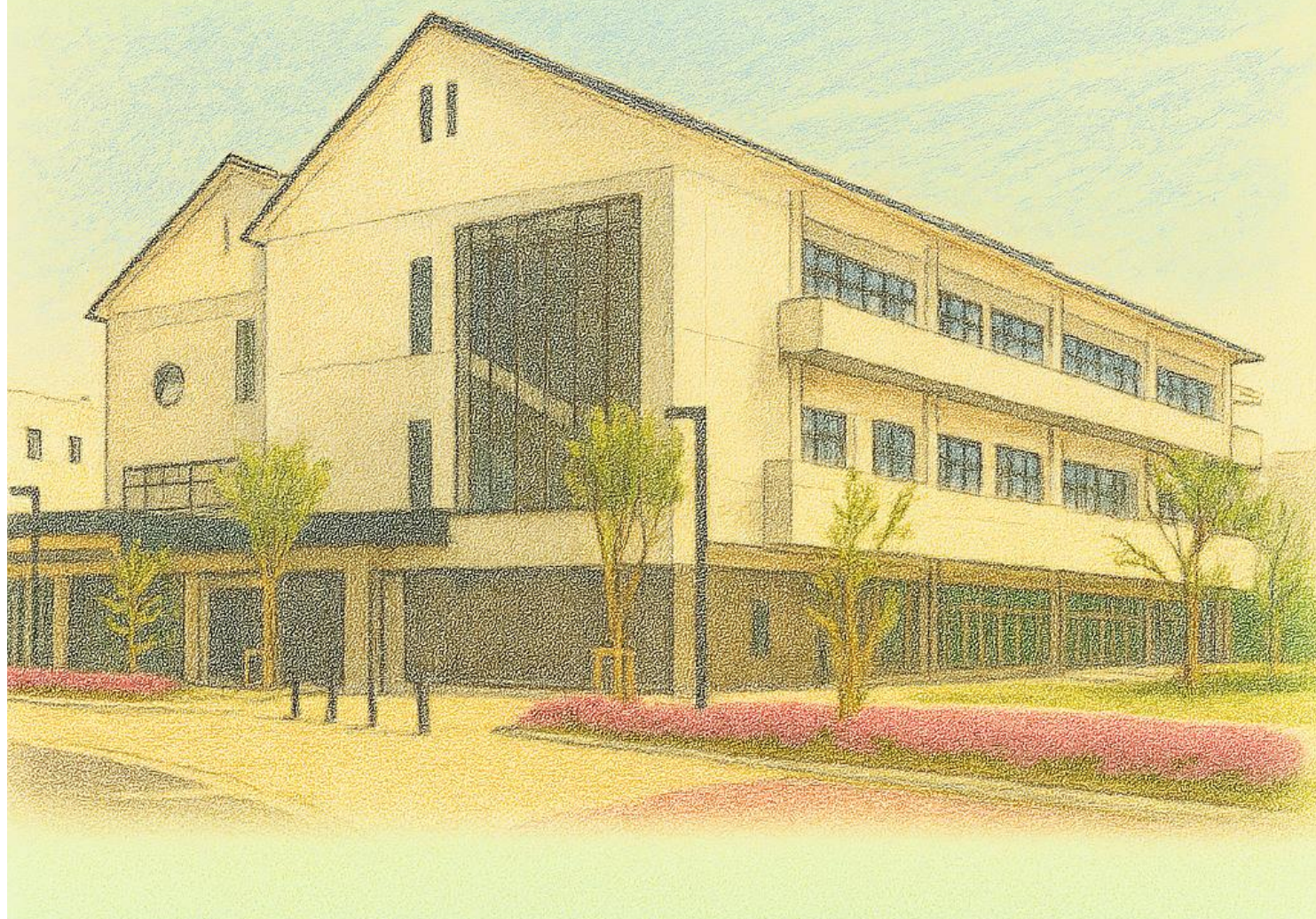
久留米市
イメージキャラクター

くるっぽ

第 139 号

2025.11.1
(臨時号)

城島げんきかん 健康フェスタ 2025年11月24日(月祝)



城島げんきかん 健康フェスタ スケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00		
歩行プール	 無 料 開 放 									
トレーニング室										
リラックス室										
1Fロビー		クリスマスアート作り								
健康フロア①		フラダンス 発表会	シセイカルテ 測定会		フレイル測定会		 抽選会			
健康フロア②										
健康フロア③										
談話コーナー			健康相談会							
調理実習室			生活習慣病予防食提供							
和室研修室①②			親子体操		アロマ ストレッチ			 		
和室研修室③		クリスマスアート作り								
創作室			みそ作り教室							
施設全体			～頭と体を使って～ げんきかん謎解きゲーム							

★かんたんフレイル測定会★ 13:00～15:00

～いつまでも元気に歩ける体づくり、かんたん測定でフレイル予防！～

【予約制】1グループ 5～8名(13:00～20分毎)

※測定と結果のフィードバックを行います。1グループ 30分程度です。

お申込み⇒0942-62-2122 城島保健福祉センター



親子体操

10:30～11:30

先着 15名

アロマストレッチ

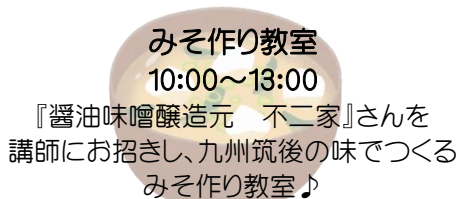
13:30～14:30

先着 20名

フラダンス発表会

10:30～11:30

城島げんきかんで開催している
『たのしくフラダンス教室』の発表会
素敵な衣装と音楽にも注目♪



みそ作り教室

10:00～13:00

『醤油味噌醸造元 不二家』さんを
講師にお招きし、九州筑後の味でつくる
みそ作り教室♪

生活習慣病予防食提供

11:00～13:00

3階調理室

久留米市食生活改善推進協議
会による軽食サービス☆

抽選会

15:00～16:00

2階フロア



げんきかん謎解きゲーム

9:00～15:00

施設全体



詳細は HP または
公式 SNS をチェックしてね

城島げんきかん
0942-62-2122



ホームページ



LINE