

令和5年度

福祉と健康づくりの集い

4年ぶりに「ふくしまつり」がイベントの形で帰ってきました！

ウォーキングや体操で身体を動かしましょう！楽しいブースや美味しいもの販売もありますよ♪

日時 令和5年11月23日(木)(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
- AED講習・救命体験 自衛隊
- エコバック作り・高齢者疑似体験・**フードバンク**受付 社会福祉協議会
- 歯科相談 歯科衛生士会・八重山保健所
- 健康コーナー 保健師
- お薬相談・血管年齢測定・脳年齢測定 ばんだ薬局

フードバンクとは～開封しないまま眠っている食品はありませんか～

家庭や企業等で余っている、缶詰めやレトルト食品等をお譲りください。食品を必要としている支援が必要な方に社協を通して食品をお届けします。

●お持ちいただきたい食品は・・・

●お持ちいただく前にチェックを

缶詰め(肉・魚・果物など)/未開封であり賞味期限が半年以上先のもの/インスタント食品/レトルト食品/調味料

～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
- 手作りおやつ50円 食育ボランティア ○花の苗50円 社会福祉協議会
- 島産野菜(予定) JA野菜生産部会

10:15 クイズ答え合わせ

10:40 体軸体操 体軸スクール わーべー先生

11:45 クイズラリー抽選会

12:00 終了

プレゼントが当たるよ！

