

入場無料

第31回 石垣市健康福祉まつり



2023
12.9 土曜日

9:00-15:00

石垣市健康福祉センター

第40回

～市民のつどい～

障がい者週間

見直そう
あなたの生活習慣

運動習慣を
身に付けよう！

健康寿命を
延ばそう！

健康福祉まつり

健康福祉まつり

健康福祉まつり

9:00 ▶ 15:00
トレーニング室
無料開放

オープニング
セレモニー ▶ 9:00
9:30

- ♡ 主催者あいさつ
- ♡ 来賓祝辞
- ♡ 園児によるおゆうぎ
- ♡ 島むにラジオ体操

ダンス&交流
ふれ愛ステージ ▶ 9:30
10:30

- 楽しい歌やダンス♪
- ♡ 視覚障害者協会
- ♡ あるまねっと
- ♡ 笑らいふ
- ♡ しあわせさまさま
- ♡ 通所支援事業所ひまわり

健康相談
&
健康チェック ▶ 9:00
15:00

♡ 主参加団体による活動紹介展示や、健康づくりのアドバイス、健康相談など盛りだくさんの催しがありますよ♪

9:00 ▶ 15:00
ふれ愛
BAZAAR

展示・即売お食事までできるよ♪

みんなで元気に動こう
健康教室 ▶ 10:00
15:00

- 10:00 ▶ ♡ 太極拳
- 11:00 ▶ ♡ ヨーガ療法
- 13:00 ▶ ♡ リズム&ストレッチ体操
- 14:00 ▶ ♡ ズンバ

スタンプラリー
&
ボランティア体験 ▶ 9:00
15:00

- ♡ アイマスク体験
- ♡ 手話学習
- ♡ 音訳体験
- ♡ 車いす体験
- ♡ 高齢者疑似体験

行ってみようよ♪
児童館

9:00▶15:00
0歳から18歳までの子どもたちが自由に利用できる子どもセンターに遊びにきませんか♪

講演会 11:00▶15:00
検診ホール

入場無料

11:00▶12:00

石垣市民が健康で長寿であるために！

講師 沖縄県立八重山病院
院長 和氣 亨 氏

13:30▶15:00

ヤングケアラー支援講演会！

講師 沖縄大学 福祉文化学科
教授 名城 健二 氏

■主 催:健康福祉まつり実行委員会

■問合せ:事務局 石垣市健康福祉センター ☎(0980)88-0088

シード線

石垣市
中央運動
公園

第2
野球場