

ふくい健康長寿祭 2014

9月20日(土)
朝9時30分から
ふくい健康の森
福井市真栗町 47-47

入場無料

総合開会式

ステージイベント

- 11:00 合唱、ダンス (清水保育園)
- 11:30 ダンス (SBE80、本町小町)
- 13:00 健康づくり講演

「生涯現役！目からうろこの生活改善法」
～運動と食事の実践～

京都大学大学院 教授 森谷 敏夫 氏

14:15

津軽三味線演奏

佐藤 壽治 氏 (佐藤流宗子)

◎全国津軽三味線協議会主催 津軽三味線日本一決定戦
第5回 優勝 (2011年5月)



先着400名様に

飲食コーナー等で使用できる

**お買い物券
(300円)
プレゼント**

先着

1000名に

参加賞として
粗品を
プレゼント

■場 所 生きがい交流センター 交流ホール

スポーツ・文化 交流大会

ラージボール卓球、テニス、ゲートボール、
ペタンク、グラウンドゴルフ、弓道、ソフト
バレーボール、ふれあいダンス、ソフト
テニス、マレットゴルフ、囲碁、将棋

■時 間 10:00～16:00

■会 場 ふくい健康の森 健康スポーツ
公園、福井市きららパーク、福
井市清水中学校、福井市弓道場



※雨天の場合は、一部種目を中止する場
合がございます。

開催の有無は当日5:30前後のFBCテ
レビ、福井テレビのCMにてご確認ください。

参加者募集 (受講無料)

長生き健康体操

- 時 間 11:00～12:00
- 受 付 10:30～11:00
- 定 員 先着50名
- 対 象 20歳以上の方
内ズックをご用意のうえ、動きやす
い服装でお越しください。

初心者向けの体験ヨガ講座

- 時 間 14:00～15:00
- 受 付 13:30～14:00
- 定 員 先着50名
- 対 象 20歳以上の方
内ズックをご用意のうえ、動きやすい服装でお越しください。

■場 所 県民健康センター 運動指導室

体験者募集 (申込不要)

グラウンドゴルフ ふくい健康の森 400mトラックにて随時体験できます。

太極拳 ふくい健康の森 県民健康センターにて15:00～16:00体験できます。

健康麻雀 「賭けない、飲まない、吸わない」麻雀を、ふくい健康の森 県民健康
センターにて随時体験できます。

俳句作品募集

「健康」「長寿」「秋」を題材とした俳句を募集します。ハガキに俳句、名前、9月20日現在の年齢、
郵便番号、住所、電話番号を記入のうえ、本会宛お送りください。大会当日も募集します。お
申し込みいただいた作品は県民健康センターふれあいホールに貼り出します。優秀な作品には
賞を贈るとともに広報誌等に掲載します。

●申込先 (福) 福井県社会福祉協議会 〒910-8516 福井市光陽2丁目3-22

※詳しくは、ホームページ <http://www.f-shakyo.or.jp/> をご覧ください。

ふくい健康長寿祭 2014



生きがい交流センター

ステージイベント 健康いきいきフェア

特定健診・後期高齢者健診

- 先着 100 名
(午前・午後 50 名ずつ)
- 対象 40 歳以上の方
- 血圧・尿 (蛋白、糖、潜血)・血液 (肝機能、血糖、コレステロール等) を検査します。
※ 健康保険証をご持参ください。

受診
無料



骨密度測定

- 先着 50 名
(午前 30 名、午後 20 名)



測定
無料

ストレスチェック& ハンドトリートメント

ハーブティー、アロマハンドマッサージなどのリラクゼーション体験ができます。



体験
無料

趣味の作品展 福祉用具の展示



県民健康センター

こどもふれあいコーナー

- タイルクラフト
- ちぎり絵
- 和紙工芸
- 押し花
- グラスペイント



※材料費等は自己負担となります。

絵本読み聞かせ

赤ちゃんからお年寄りまで絵本の魅力を伝えます。絵本の世界と一緒に楽しみましょう。



おじいちゃんやおばあちゃん ロールケーキ

- 時間 13:30 ~ 15:30
- パティシエ経験者が、ロールケーキの作り方を丁寧にお教えします。おじいちゃんおばあちゃんへのプレゼントにどうぞ。親子でご参加ください。



※応募は福井県社会福祉協議会のホームページの専用の様式に必要事項を記入のうえ、事前にお申込ください。(FAX、メール可)

健康相談コーナー

- 時間 10:00 ~ 12:00
13:00 ~ 15:00

医師が健康に関する相談に応じます。



【お問合せ】 ふくい健康長寿祭開催事務局 (福井県社会福祉協議会内) TEL 0776-24-2433

※ 本プログラムの内容は、都合により変更する場合がありますので、ご了承願います。