

来て!!

見て!!

体験!!

大人から子どもまで  
楽しめます

# ふくい健康長寿祭2019

日時 **9月21日(土)**  
9:30 ~ 15:30

会場 **あわら市中央公民館**  
トリムパークかなづ 他8会場

## 生きがい・健康づくりイベント

※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。

### 体験する!

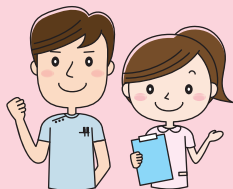
会場/あわら市中央公民館 (あわら市市姫1丁目9-18)

#### 健康チェックコーナー 1階 体育館

自分の体の状態をご存じですか?  
栄養、日常生活動作、姿勢等さまざまな角度から  
チェックしてみましょう。

- 骨密度検査
  - 呼吸機能検査
  - 血管年齢測定
  - フレイル(虚弱)チェック
- など体験できます。

無料



#### 手作り体験コーナー 2階 第1会議室

無料

選べるクラフトづくり。気軽に体験してみませんか。  
(1階総合案内でチケットを配布します)



タイルクラフト



押し花



くみひも

### 見る!

#### 趣味の作品展 1階 多目的ホール

高齢者による日本画、  
絵画、書、彫刻の展示

作品数：約60点



### 食べる!

#### 軽食コーナー 1階 エントランス前

〇やきとり 〇やきそば、もち 〇パン、お菓子



## スタンプラリー

スタンプラリー3つ達成で軽食コーナーで使用できる  
**お買物券(300円)プレゼント!!**

あわら市中央公民館 1階総合案内で交換します。※数に限りがございます。

健康チェックコーナー①  
(場所/1階 体育館)

健康チェックコーナー②  
(場所/1階 体育館)

趣味の作品展③  
(場所/1階 多目的ホール)

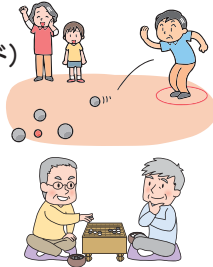
# スポーツ・文化交流大会

各会場で選手の応援  
をお願いします。

- 高齢者の生きがいづくりの一環として、15種目の競技を各会場に分かれて実施します。
- 世代を超えた交流の輪を広げるために、世代間交流スポーツを実施します。

あわら市会場

- ①ラージボール卓球 (トリムパークかなづ体育館)
- ②テニス (トリムパークかなづテニスコート)
- ③ペタンク (トリムパークかなづグラウンド)
- ④弓道 (トリムパークかなづ弓道場)
- ⑤ゲートボール (国影グラウンド)
- ⑥グラウンド・ゴルフ (北潟湖畔公園)
- ⑦囲碁・⑧将棋 (あわら湯のまち公民館)
- ⑨健康麻雀 (細呂木公民館)
- ⑩スティックリング (金津B&G海洋センター体育館)
- ⑪バウンドテニス (あわら農業者トレーニングセンター)



坂井市会場

- ⑫ソフトテニス (三国運動公園テニスコート)
- ⑬マレットゴルフ (三国運動公園マレットゴルフ場)
- ⑭ソフトバレーボール (三国体育館第1競技場)
- ⑮ふれあいダンス (三国体育館第2競技場)



当日、トリムパークかなづで総合開会式を行います。  
(時間/ 9:30~10:00)

# スポーツ体験

スポーツ体験してみませんか?

## ルディックウォーク体験

時間/ 午前の部、午後の部の2回  
場所/ トリムパークかなづ 内  
定員/ 各コース50名

無料

※事前申込みが必要です。(福井県社会福祉協議会のホームページをご覧ください。)



## フライングディスク体験

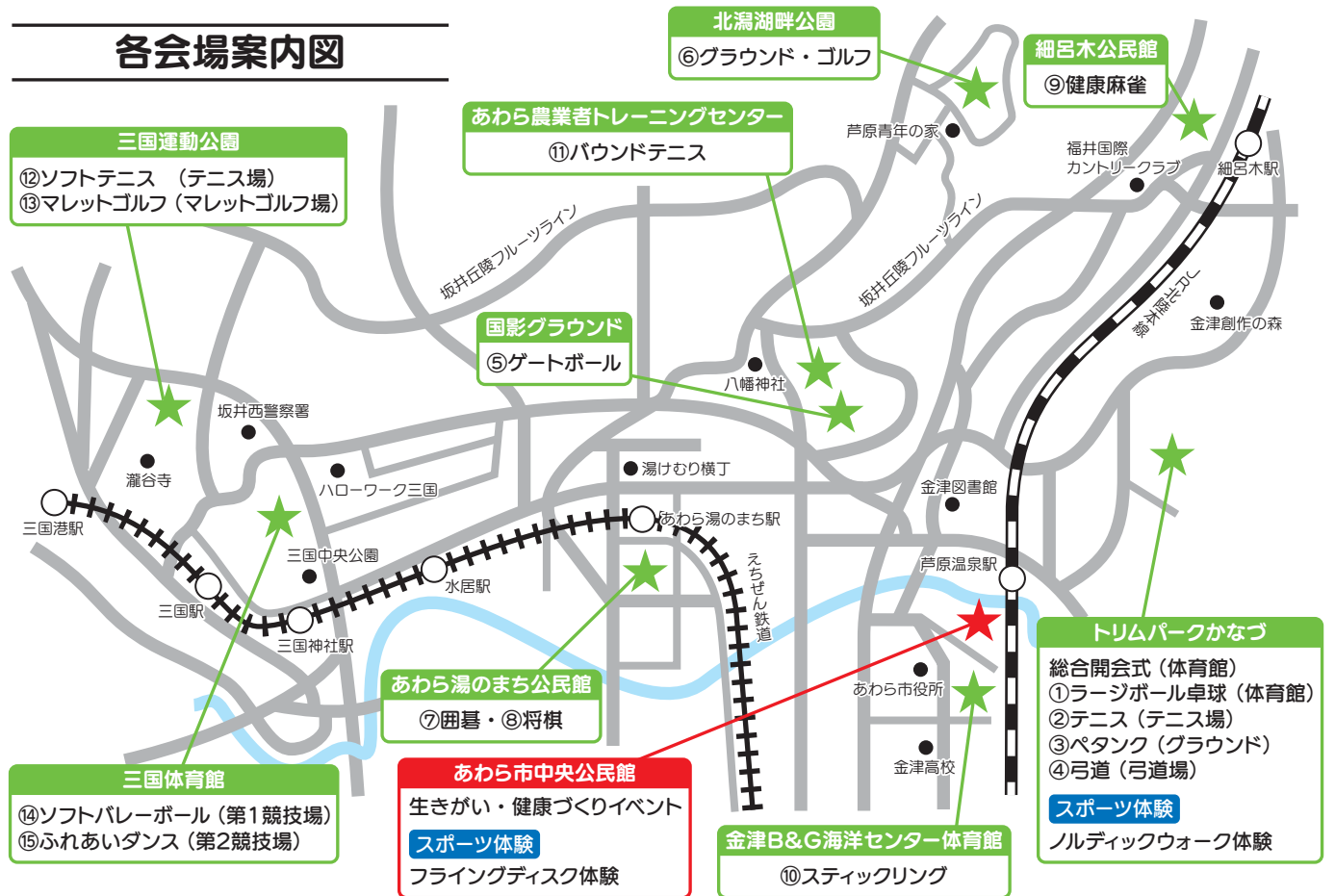
時間/ 9:30~15:30  
場所/ あわら市中央公民館 2階  
定員/ なし

無料

※事前申し込みは不要です。



# 各会場案内図



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 FAX: 0776-24-0063  
福井市光陽2丁目3-22 E-mail: sukoyaka@f-shakyo.or.jp

主催/ 福井県、(福) 福井県社会福祉協議会  
後援/ あわら市、坂井市、(一財) 福井県老人クラブ連合会、福井県民生委員児童委員協議会、社会福祉法人あわら市社会福祉協議会、あわら市老人クラブ連合会、あわら市民生委員児童委員協議会、社会福祉法人坂井市社会福祉協議会、坂井市老人クラブ連合会、坂井市民生委員児童委員協議会、(株) 福井新聞社、NHK福井放送局、FBC、福井テレビ、福井ケーブルテレビ、さかいケーブルテレビ、丹南ケーブルテレビ、FM福井