

来て!見て!体験する!!

ふくい健康長寿祭2023

日時 9月24日(日) 9:30～15:30

先着200名様に
来場者プレゼント!

このチラシを持って
受付までお越しください!

＼大人から子どもまで無料で楽しめます! /

生きがい・健康づくりイベント

会場：美浜町保健福祉センターはあとぴあ

来場者
プレゼント

見る!

趣味の作品展

会場：1F はあとホール
時間：9:30～15:30

高齢者による日本画、
絵画、書、彫刻などを展
示しています。



健康チェックコーナー

会場：1F ふれあいひろば
時間：9:30～15:30

自分の体の状態をご存じですか?
さまざまな角度から健康チェックが
できます。

- 骨密度検査 (先着60名)
- 血管年齢測定 など



体験する!

ふまねっと体験

会場：1F けんこうひろば
時間：13:00～15:30

歩行機能や認知機能の改善
効果で注目されている「ふまね
っと運動」の体験ができます。



脳トレ体験

会場：1F ふれあいひろば
時間：13:00～15:30

脳や認知症についての学習、
脳トレ問題やリハビリ体操など
の脳トレ体験ができます。



※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、予めご了承ください。

※福井県消費生活センターによる「消費生活トラブル出張相談会(14:00～16:00)」も実施します!詳細は二次元
バーコードをご覧ください、電話(0776-22-1102)にてお問い合わせください。

※いずれのコーナーも時間内出入り自由です。



ノルディック・ウォーク体験

ノルディック・ウォークは、2本のポールを使ったウォーキングで、その手軽さと全身運動効果の高いエクササイズとして
注目されています。参加者に合わせて運動負荷等を調整でき、全くの初心者の方でも安心して体験できます。

会場：美浜町西郷健康ひろばグラウンドゴルフ場A、B

時間：10:00～12:00(受付9:30～) 定員：先着50名

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

※ポールは無料でレンタルできます。



スポーツ・文化交流大会

各会場で選手への応援
をお願いします。

総合開会式

会場：敦賀市総合運動公園 体育館 第1競技場

時間：9:30～10:00

【敦賀市会場（4ヶ所）】

- ラージボール卓球（敦賀市総合運動公園 体育館 第1競技場）
- テニス（敦賀市総合運動公園 テニスコート）
- ペタンク（敦賀市総合運動公園 多目的広場）
- グラウンド・ゴルフ（敦賀市総合運動公園 修景池芝生広場）
- 弓道（敦賀市総合運動公園 弓道場）
- ふれあいダンス（敦賀市総合運動公園 体育館 第2競技場）
- 囲碁（敦賀市粟野公民館 小ホール）
- 将棋（敦賀市粟野公民館 101研修室）
- いきいき健康麻雀（敦賀市粟野公民館 大ホール）
- スティックリング（敦賀市中郷公民館 体育館）
- バウンドテニス（敦賀市東郷公民館 体育館）

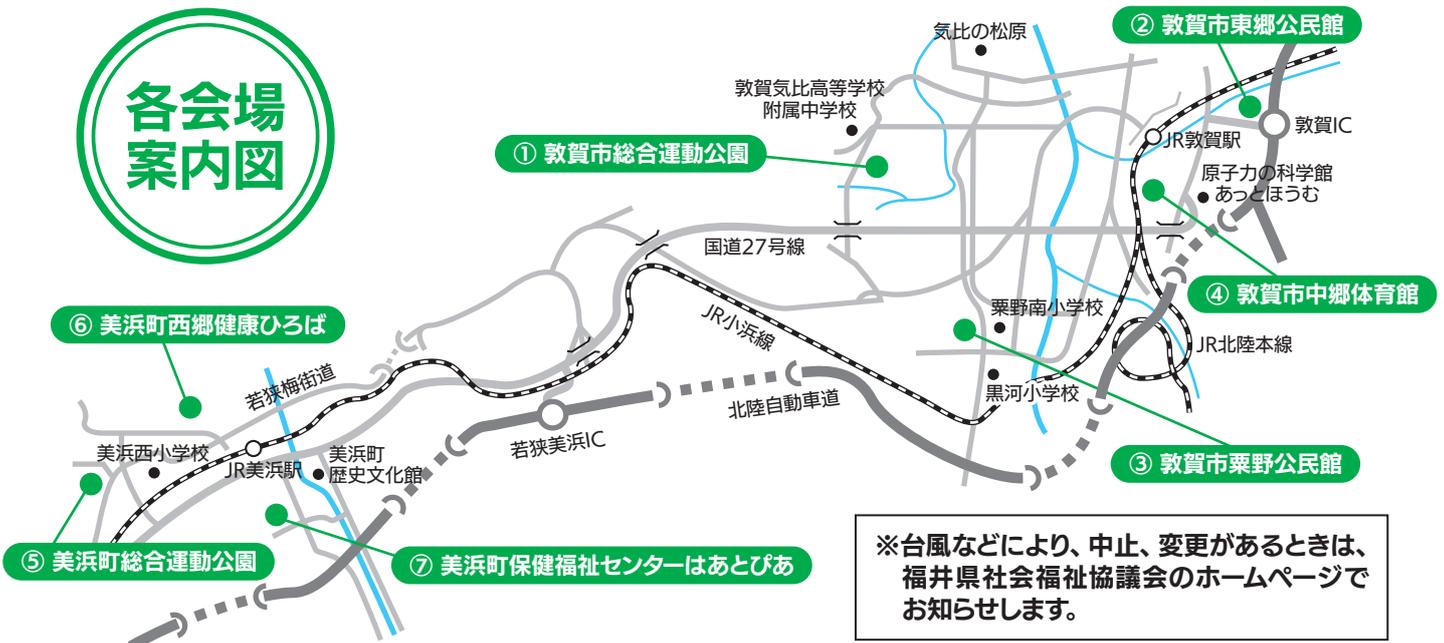
【美浜町会場（2ヶ所）】

- ソフトテニス（美浜町総合運動公園 テニスコート）
- ソフトバレーボール（美浜町総合運動公園 体育館）
- ゲートボール（美浜町西郷健康ひろば グラウンドゴルフ場C）

■高齢者の生きがいづくりの一環として、14種目の競技を各会場に分かれて実施します。



各会場案内図



① 敦賀市総合運動公園（敦賀市沓見149-1）

- ・総合開会式
- ・ラージボール卓球、テニス、ペタンク、グラウンド・ゴルフ、弓道、ふれあいダンス

② 敦賀市東郷公民館（敦賀市井川33-12）

- ・バウンドテニス

③ 敦賀市粟野公民館（敦賀市御名53-19）

- ・囲碁、将棋、いきいき健康麻雀

④ 敦賀市中郷体育館（敦賀市羽織町34）

- ・スティックリング

⑤ 美浜町総合運動公園（三方郡美浜町久々子26-30）

- ・ソフトテニス、ソフトバレーボール

⑥ 美浜町西郷健康ひろば（三方郡美浜町松原12-2-8）

- ・ゲートボール、ノルディック・ウォーク体験

⑦ 美浜町保健福祉センターはあとびあ（三方郡美浜町郷子25-20）

- ・生きがい・健康づくりイベント



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）**

〒910-8516 福井市光陽2丁目3-22 福井県社会福祉センター内 TEL:0776-24-2433 E-mail:sukoyaka@f-shakyo.or.jp

主催／福井県 社会福祉法人福井県社会福祉協議会

後援／敦賀市、美浜町、社会福祉法人敦賀市社会福祉協議会、社会福祉法人美浜町社会福祉協議会