

杉谷文化健康フェスティバル

主催・共催：杉谷区・杉谷体育協会



健康イベント

みんなで成田牧場まで歩こう！



日時：H27年10月25日（日）

内容：杉谷公民館から成田牧場までウォーキング 往復で4km

10:30 杉谷公民館集合、受付

10:40 準備運動（気功体操、ストレッチ）

11:00 出発

11:40～成田牧場にて昼食
ビンゴゲーム

13:30 杉谷公民館帰着

【雨天時】

10:30～13:30 杉谷公民館にて室内ゲーム（輪投げ、カーリング）

12:00～昼食無料提供します。

昼食：無料（バイキング形式）
新焼きピザ、うどん、
フランクフルト、焼きそば、
ジュース、お茶 等



参加者特典

ビンゴゲームで豪華賞品
ゲットのチャンス！

成田牧場のおいしい
ジェラートももらえるよ
一人一枚ジェラート引換券を渡します



文化イベント

公民館の中で、ステージ発表、展示等
が盛りだくさんです。
この機会にじっくり見て回しましょう。
いざという時の為にAEDの使い方を覚えよう！

ウォーキングで
楽しく健康づくり

- ・9:00～ AED講習会
- ・10:00～（希望者ステージ発表）

<展示>

- ・絵画
- ・写真
- ・書道
- ・俳句
- ・俳画
- ・絵画
- ・手芸
- など

★健康推進委員展示コーナー（試食）

