



健康教室 第4回健康ゲーム！

♪ゲームに興じて楽しく身体を動かそう♪

☆タオルリレー

タオルを棒にひっかけて次の人に渡そう！
早くゴールに届けたチームが勝ち！

☆紙コップタワー

ボールを落とさず紙コップを重ねていこう！
山を崩さずに早く紙コップを重ねた人が勝ち！

☆リズムゲーム

似たような言葉をリズムに合わせて歌えるかな？

☆振り返り合わせ

2人で背合わせになってせーのっ！で振り向いて
同じ方向を向けたら OK♪

などなど！他にも脳トレになる楽しいゲームが盛りだくさん☆



青根公民館ならではの
だれにでもできる”オリジナルルール”なのでとても簡単♪
当日も詳しく説明するので安心してご参加くださいね

みなさまのご参加お待ちしております！

🌳	日	時	🌳	令和8年8月26日(水)午前10時～12時
🌳	会	場	🌳	青根公民館 会議室
🌳	定	員	🌳	20名
🌳	参加費	🌳		無料
🌳	持ち物	🌳		動きやすい服装、タオル、飲み物

申込み・お問合せ

青根出張所窓口に直接、もしくはお電話で申し込みください。

青根出張所 Tel042-787-2511 ※平日の午前9時～午後5時の間でお願いします。