

🔊 安心して住み続けられる町づくり

鳥栖市通いの場 全体交流会

申込
不要

無料



体操

レクリエーション
体験が充実！

※『上履き』を
ご持参ください。



日にち

令和8年

12月5日(土)

時間

9時30分～12時30分

場所

(最終受付：12時)

鳥栖市民体育館 スポーツホール

通いの場って!? 誰でも参加OK!



詳しくは裏へ

鳥栖市 高齢障害福祉課 高齢者支援係

📞 0942-85-3554

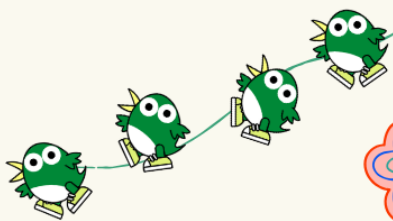


イベント内容



第1部

第2部



- ＊継続10年表彰
- ＊全員でレクレーション
- ＊新とすっこ体操紹介

わが町の通いの場紹介 コーナー

過去の通いの場全体交流会でも
大好評!!!!

お隣の町は、どんな感じ!?
各町の力作&お手製ポスターを
是非見てね~♪



色々な機器や道具を使って
簡単に!
自分のカラダの中を覗いて
みませんか?



自分を知るコーナー

ベジチェック
血管年齢チェック
血圧チェック
お口のうるおいチェック
脳機能チェック



体操&レクコーナー

New!

とすっこ体操★進化版!
3秒筋トレ
さがつく体操
他: 図書館にあるDVD紹介



『サポーター企画!』

★レクレーション★

など

ついに!

とすっこ体操が進化!

佐賀大学や西九州大学の
専門家が考案した
体操も紹介!



学生と
一緒に!



緑生館の健康ラボ コーナー

体組成測定
歩行速度
足趾把持力測定
生活便利グッズ紹介



など