

行って徳・得
しまびと元気まつり

しまびと元気まつり2019



佐渡に元気を広げよう しまびとみんなが大家族

12月8日(日) 9:30~14:00

トキのむら元気館 (新穂)



食と運動で
地域とつながる健康コーナー

【佐渡市健康推進協議会】

五感体験で感性を磨こう!

植物写真展
【自然観察花とのふれあい】

ホッと一息 しまびとカフェ

コーヒー、お茶など
【佐渡市健康推進協議会】

行列の出来る男のカレー!

11:30~ 限定 300食
トレイを返すとくじ引きできます
くじ引きで〇〇を当てよう!
【男の料理】

子ども将棋に挑戦!

【福島とむすぶ佐渡へっついの家】

親子で楽しもう!

クリスマスカード作り

【島旨ごはん】
【さどふぼれん】

体験

ときめきながら

一緒に歩こう!

10:30 元気館前出発
~新穂をみんなで歩こう~
【パンダナウォーキング隊】

今年もあります
「しまびと記録に挑戦」
フラフープ 新聞遊び等
バルーンアート
スタンプラリー

食

ほっぺたおちそう

白玉だんご

11:30~ 限定300食
【にしめの会】

トキっ子保育園
園児作品展

「よ坊さん」と一緒に

お口の健口チェック

【佐渡歯科医師会】

ストレスチェック

アルコール体質判定

【佐渡保健所】

射的でお宝ゲット!

【チームガキ大将】

楽しく参加しよう!

【いやしと温泉】

手作りのぼちで

リズムをつくろう!

【さどんどん太鼓サポーター】

ひとあし早い

クリスマスプレゼント

楽しい一日を!

展示

けんこう
佐渡市の健康度は!?

~保健事業紹介~

掘り出し物いっっぱい!

販売

しまびと元気応援団の家
フリーマーケット
授産施設の授産品販売
精神障がい者家族会の販売
「元気100歳
いいねかつちゃ弁当」販売

ビタミン愛の

おススメ野菜販売!

【いっぽいっぽ】

フリーマーケットへのご寄付大募集!
物品、野菜など
まつり当日の持込大歓迎!

今年のまつりは

2度おいしい!

イベント 12月7日(土)【チーム佐渡和談団】

旧新穂行政サービスセンター駐車場 12:50 集合
あるかんか佐渡島歩きガイドブック「新穂青木編」
を採訪します 参加費 500円

ステージ・発表





詳しくは
裏面をご覧ください

しまびと元気応援団とは

「健康さど 21 計画」の目標に向かって活動している市民グループです。自分が元気になり、家族や仲間へ元気のおすそ分けをして地域全体が元気になる「元気の循環」を目指し、現在 31 グループが活動しています。



しまびと元気まつり ☆☆☆ステージプログラム

時間	内容	参加グループ
9:30	さあ、まつりが始まるよ！ オープニング みんなで入場行進 365歩のマーチに合わせて♪	全員参加
9:50	開会あいさつ 元気はつらつ「ラジオ体操」	全員参加
10:10	表彰式 さど食育川柳コンクール 親と子のよい歯のコンクール 8020健ロシニア表彰	
10:50	太鼓をたたこう 太鼓のリズムにあわせて 「佐渡は世界の宝島」を踊ろう	さどどん太鼓サポーター
11:25	「元気だっちゃ体操」で今日も元気だっちゃ！！	佐渡市健康推進協議会
	～カレーなる昼食タイム～	飛び入り企画あり！ あなたの飛び入りも大歓迎
12:40	大じゃんけん大会 みんなで参加しよう！ じゃんけん勝ち残り戦 (勝者の方には豪華プレゼント！)	全員参加 
13:00	世代を超えて楽しもう！ ミュージックケア	海の会 
13:40	フラダンスを踊ろう	ロゼラニ・フラ・スタジオ
14:00	今年は〇〇が違う まつりフィナーレ ♪ 最後まで目が離せない！ じゃんけん列車と佐渡おけさ	全員参加 

音を楽しんで
心もからだもにっこにこ！

今年もやいます！
大じゃんけん大会

大地のパワーを
身体で表現

【ロゼラニ・フラ・スタジオ】

☆☆キャッチフレーズ「^{とく とく}行って徳・得 しまびと元気まつり」とは・・・
楽しい体験、人とのふれあい、知識も増えて 「お徳」
おいしい物を食べ、素敵なものを買って、笑顔が増える 「お得」

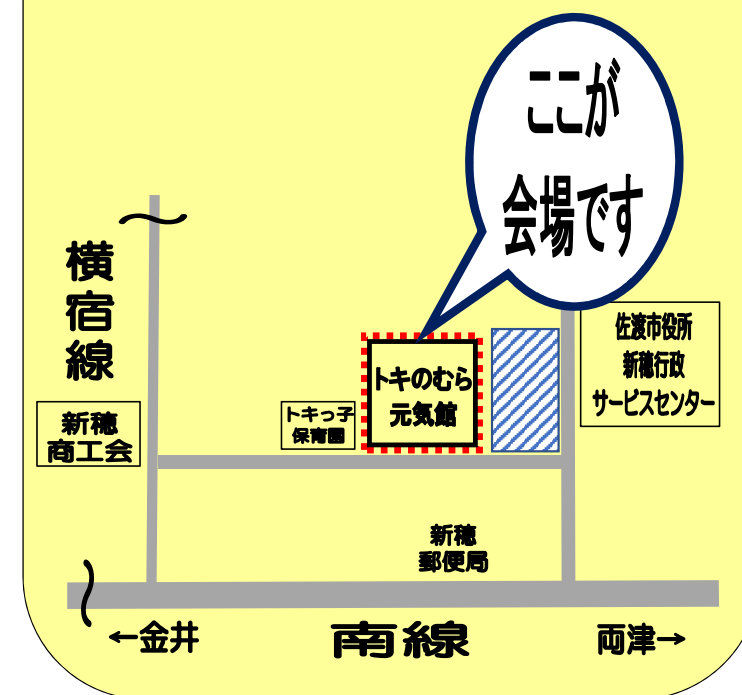
みんなで
1日楽しみましょう！

クリスマスらしい仮装大歓迎！
みんなで楽しみましょう！

心と体の癒し
ミュージックケア 【海の会】

和楽器で心の交流！ 【えのきだ座】

☆会場図☆



主催：しまびと元気応援団・佐渡市
問い合わせ先 佐渡市役所健康推進室 63-3115

