

佐渡に元気を広げよう しまびとみんなが大家族

しまびと元気まつり



みんなで楽しく体操♪



リズムに合わせて!太鼓を鳴らそう



さまざまなコーナーがあり、スタンプラリーを通じて、SDGs(持続可能な開発目標)の取り組みも考えました!

昨年12月8日、トキのむら元気館でしまびと元気まつりが開催され、多くの方が健康づくりについて考えました。自分が元気になり、家族や仲間にも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」を目指して活動している市民グループ「しまびと元気応援団」がグループ活動の紹介をしました。

また、太鼓のリズムに合わせて体操したりするなど、会場全体が楽しい雰囲気になり、まingle、元気の輪が大きく広がりました。



しまびと元気応援団の活動に参加しませんか!

料理教室やウォーキング、体操などさまざまな活動を行っています。詳しくは、お問い合わせください。