

温故知新

令和7年度

令和8年2月1日

笠郷公民館長

田 中 和 一

笠郷公民館まつり

期日：令和8年2月22日(日)

時間：午前9:00～午後3:00

場所：笠郷公民館&笠郷小学校体育館

第1部 式典 9:00～
優良実践者表彰 など

第2部 実践報告 9:30～
東部中・笠郷小・地区の活動など

昼食・交流タイム:無料サービス(セルフ) 11:30～13:00
(但し、おにぎりは受付時に千ヶツを配布、なくなり次第終了)

★フリーマーケット・養老町保健センターによる健康フェア開催

第3部 芸能実践発表等 13:00～
・東部中吹奏楽部・船附こども園・下笠保育園
リズム・歌・笠郷小大正琴・学習講座など

養老町保健センターさんによる健康フェア
終日開催

主な測定項目など

血管年齢大丈夫？

健康クイズ

学習作品の公開・鑑賞は、館内で9:00から15:00まで

◎最後までご観覧いただいた方々とビンゴ大会を開催します。(豪華賞品用意!!)

お誘い合わせのうえ是非ご来場ください。

(ご来場者には粗品を進呈いたします。)

主催：笠郷公民館



笠郷

令和8年2月22日(日)

受付:9:00~15:00

会場:笠郷小学校 体育館

健康フェア

ご来場の方へ 入場無料

動きやすい服装でお越しください

また上靴(体育館で使用できる動きやすい靴)
をご持参ください

ロコモ測定

骨・関節・筋肉などの運動器の働きの衰えにより移動機能が低下していないか分かります



ロコモ体操

元気な足腰でいるため体操を体験してみよう



握力測定

手首にセンサーをあて骨の健康状態を測定します

ロコモ測定・ロコモ体操のみ

9:30~11:30 で実施

上靴(動きやすい靴)が必要です

血管年齢測定

指先をセンサーにのせて血管の元気を測定します



脳年齢測定

ゲーム感覚で楽しく簡単に脳年齢がチェックできます

体組成測定

体の脂肪量や筋肉量の目安が分かります



血圧測定

定期的に血圧を測りましょう



クイズラリー

笠郷地区の健康についてクイズコーナーがあります

キッズコーナー

クイズやぬりえのコーナーがあります



体験コーナー
盛りだくさんです



主催:笠郷公民館

共催:養老町保健センター