

令和8年度 高木健康の日事業 地区民みんな笑顔で健康づくり！！

レクリエーション体験スタンプラリー

1. 日時 令和8年5月31日(日) 午前9時～正午まで
受付は8時30分から総合体育館で行います。
2. 会場 本宮運動公園 総合体育館
3. 主催 高木地区公民館・振興会・青少年健全育成推進会議・各種団体
4. 参加 高木地区民ならどなたでも参加できます。
5月13日(水)までに申込書に記入して提出してください。※当日参加も認めます。
提出先は①地区区長 ②生涯学習課(総合体育館) ③高木公民館郵便ポスト

高木地区民に身近な場所の総合体育館で楽しみましょう！

No.	種 目	難易度	内 容
	準備体操	【必須】	全員参加によるラジオ体操
1	モルック	★頭脳系	木製の棒を下手投げで投げて、数字の書いてある棒を倒し目標得点に近づける競技
2	吹き矢	★★集中系	吹き矢を拭いて的に当てる競技
3	スローイングビンゴ	★★投擲系	球を投げてビンゴを競う競技
4	大道芸に挑戦！！	集中力系 バランス系 頭脳系 体力系	 大道芸 えるぼろ 福島県を中心に活躍する 2人組のパフォーマー
5	けん玉	★★★集中力系	5連・10連玉けん玉にチャレンジ
6	スラックライン	★★★バランス系	二点に張ったラインの上を歩く
7	バルブボール	★★★体力系	バルブボールを着用して遊びましょう
8	参加者みんなで	???	参加者みんなで楽しくなる種目「・・・」
	アトラクション風船バレー	みんなで	簡単バレーでみんな楽しく遊びましょう
	高木〇×クイズ	【必須】	高木地区にまつわる〇×クイズ

※開催の都合上、種目に変更になる場合がありますので、予めご容赦ください。

○楽しんで体験する目的で、各種目とも全て高木特別ルールで行います。

○体験後スタッフから終了印をもらってください。

○体験順は自由です。ご自分で選択して進めてください。

○無理に全部を行う必要はありません。ご自分の体力に合わせて挑戦してください。

○準備体操と高木クイズは全員参加です。

○水分・体育館シューズ・動ける服装で挑戦してください。

◆高木地区振興会・公民館 担当：生涯学習部 生涯学習課(総合体育館内) Tel.33-2611

— — — — — 一切り取り線 — — — — —

令和8年度 レクリエーションスタンプラリー体験会 「申込書」

	名 前	住 所	電 話	年 齢	地区名
1		高木字			
2		高木字			
3		高木字			
4		高木字			