



元氣じゃけんひろしま21応援事業



第4回瀬野川公園

9月9日(土)

いきいき健康フェスティバル

無料

主催) 瀬野川公園指定管理者(株)第一ビルサービス 後援) 広島市安芸区役所
協力) 広島県ノルディック・ウォーク連盟・広島県クッパ協会

■パークスポーツ体験会

三世代家族、親子と一緒に
楽しめる北欧生まれのゲーム
を体験してみてください。
初めての方もすぐにゲーム
を楽しむことができます。

- クッパ
- ナンバークッパ



- 会場 ファミリー広場
- 時間 13:00~15:00

■健康づくり“けん玉”教室

けん玉名人(砂原宏幸先生)と
一緒にいろいろな技に挑戦して
ください。希望者は終了後、
けん玉道の級認会にチャレンジ
できます。

- 会場 屋内運動場玄関前
- 時間 12:00~14:00
- ※けん玉は当日貸し出します。



要申込み

■ノルディック・ウォークで自然散策

瀬野川公園の周りの豊かな自然の
中をウォーキング専用ポールを使って
散策します。初心者の方も大歓迎!
公認指導員が指導します。



要申込み

- 集合場所 管理センター前
- 集合時間 9:00
9:30スタート~12:00ゴール
- ※ポールは貸し出します。

■家族みんなで公園散歩“ネイチャーゲーム”

自然体感ゲームです。
公園の中をクイズやゲームを
しながらみんなで楽しく歩きま
しょう。公園の中の小さな自然
の中にも新しい発見があるで
しょう。



- 会場 ファミリー広場
- 時間 10:30~12:00

■健康チェックコーナー

日頃はあまり測定する機会のない
体組成やヘモグロビンを簡単に
測定することができます。
ご希望の方には、測定結果に
基づいて管理栄養士がアドバイスします。



- 会場 管理センターラウンジ
- 時間 12:00~15:00

■特別企画“バルーンロケット体験会”

円筒状のビニール袋を膨らませて
大きなロケットを作ります。
風によってどこまで飛ぶ
かみんなで競争して遊び
ましょう。



- 会場 屋内運動場
- 時間 10:30~11:30

【お問合せ及び申込先】

雨天中止

瀬野川公園管理センター 広島市安芸区上瀬野町

TEL&FAX 082-894-3210

事前に申し込みいただいた方には電話で連絡させていただきます。その他に関しては、管理センターにお問合せください。

第4回瀬野川公園いきいき健康フェスティバル＝参加申込書＝

お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。)		
〒 ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 ノルディック・ウォークで自然散策 2 健康づくり“けん玉”教室 (ポールレンタル希望 有 無)		
お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。)		
〒 ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 ノルディック・ウォークで自然散策 2 健康づくり“けん玉”教室 (ポールレンタル希望 有 無)		
お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。)		
〒 ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 ノルディック・ウォークで自然散策 2 健康づくり“けん玉”教室 (ポールレンタル希望 有 無)		

申込〆切 9月2日(土) FAX送信先(公園管理センター) 082-894-3210