



東部地区

鳥取福祉会 松保保育園

8/20 (火) 実施しました!

年中児さん 31 名と保護者のみなさんがカブラで楽しみました。家や橋の作り方を紹介すると、長い線路もつなげて大きなまちが完成。ナイアガラの水が崩れても、再びみんなで挑戦する姿が見られました。



「木でできたかまくらだ〜!」
「は入れるの?」



「もっと高く積みたいな」



「どんなお家にしようか?」

開催報告

9月3日 火

メイン会場：県立生涯学習センター（県民ふれあい会館）ロビー

「まちの保健室」が やってくる!!

「コグニサイズ」
の様子

鳥取県看護協会の看護職ボランティアの方による骨健康度と血管年齢測定の後、健康づくりのアドバイスをもらいました。また、道具を使わずにできる簡単な認知症予防運動「コグニサイズ」を、鳥取市しゃんしゃん体操普及員の田中喜美恵さんから伝授。40名を超える方に来場いただきました。



和室を会場にみんなでエクササイズ

健康相談 ブースの様子



骨や血管の健康をチェック ドキドキ…



手指を動かしながらの全身運動