

# 第5回 シニアの祭典

～より気軽に! より身近に! より楽しく!～

●開催日時 平成31年3月1日(金)  
10:00~15:00

●会場 横浜文化体育館

電車での来館

JR 京浜東北線・根岸線 関内駅南口より徒歩4~5分  
横浜市営地下鉄 伊勢佐木長者町駅より徒歩4~5分



参加費無料  
申込不要

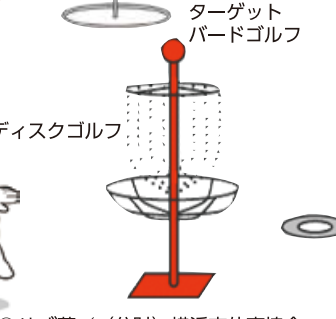
どなたでも  
参加できます

シニアスポーツ紹介・体験コーナー

- ラダーゲッター
- 輪投げ
- ナインゴール
- ディスクゴルフ
- ターゲットバードゴルフ
- ふまねっと
- マグダーツ
- スクエアステップ
- スポーツ吹矢
- ポッチャ



スクエアステップ



物販コーナー



区老(シ)連活動紹介コーナー



ステージコーナー・輪踊り



ステージコーナー・太鼓



ステージコーナー・フラダンス



ステージコーナー・コーラス

- ステージコーナー  
各区老(シ)連会員による演技等を披露  
はまちゃん体操・ハマトレ  
フィナーレは出演者と会場の皆さんでコーラス
- 区老(シ)連活動紹介コーナー  
各区老(シ)連の活動、シニア大学、友愛マップ等を紹介
- 健康チェックコーナー  
姿勢測定、筋力余裕度測定を実施
- 物販コーナー  
手作り作品やパン、クッキー等を販売

●主催：(公財)横浜市老人クラブ連合会 ●共催：横浜市健康福祉局 ●協力：(公財)横浜市体育協会  
問合せ：電話 433-1256 (公財)横浜市老人クラブ連合会