

スタンプをあつめて
参加賞をもらおう♪
※なくなり次第終了



老上チャレンジスポーツ 健康フェスタ2025

①

9:30~
12:00

棒高跳び記録 4m40cm を体感してみよう！
我孫子さんが獲得されたメダルやユニフォーム展示
一緒に記念撮影もできるよ！



②

9:30~
14:00

老上学区健康推進員さんのブース

野菜350gを食べよう！
1日に必要な摂取量ってどれくらい？
健康推進員さんに食事のアドバイスをもらおう



③

9:30~
12:00

健康チェックブース

- 草津市人とくらしのサポートセンター
あなたのライフスタイルに合わせた健康アドバイス
- 草津市老上地域包括支援センター
高齢者向けの相談窓口～お気軽にご相談ください～
- イオン薬局
スポーツドリンクをつくろう！ 先着40名



④

9:30~
14:00

チャレンジ ☆ 体力テストブース 6種目のテストをクリアしよう！

- 握力 ●上体起こし ●長座体前屈
- 反復横跳び ●開眼片足立ち
- 立ち幅とび



老上学区体育振興会『チャレンジスポーツデー』では、ボッチャ大会
モルック体験(雨天中止)を開催します。ほかにもわなげ・ストラックアウト
のコーナーもあります。当日参加OK！ご来場をお待ちしています。