

# 羽島市



市制施行 70周年  
from 1954 to 2024

# ミナレクデー 2024

## 県内で初めて実施する健康増進普及イベント



### レクリエーションで笑顔の1日にしよう!

県民皆が1つはレクリエーションを実践し、体・心・頭の健康を増進させ健康長寿につなげるのが「ミナレク運動」です。5月最終水曜日は、羽島市ミナレクデーとして、市民の皆さんが、どこでも、だれでも、気軽に体を動かし笑顔の1日にしましょう!

5月  
29日 水

### 羽島市内で使える素敵なプレゼントが抽選で当たる!

#### 参加方法

**ルール1** 5月29日(水)、羽島市内でレクリエーションをしよう!

レクリエーションは「心を元気にすること」です。なので、どんな活動でもOK! ポイントは楽しむこと! 例えば、ウォーキングや体操などの運動や、カラオケやショッピング、将棋やeスポーツなど、**楽しいことは全部レクリエーション**になります。学校や職場、家、公園など、**どこで何をしてもOK**です。

**ルール2** プレゼントに応募しよう!

レクリエーションをしたらQRコードから応募してください。



**応募期間** 5月29日(水)当日のみ有効

※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

応募フォーム



## レク活動の紹介

※レクリエーションが思いつかない方は、参考にしてください。

### レクリエーション・スポーツ

グラウンド・ゴルフ



ウォーキング



ワナゲ



### 運動・レク体操

運動あそび



大縄とび



健康体操



### 文化・eスポーツ

マンカラ



将棋



eスポーツ



# レクリエーション体験イベント

市内2ヶ所の商業施設でイベントを行います！

当日参加可能

参加  
無料

## スーパーマーケット バロー羽島インター店

羽島市江吉良町2939(ミスタードーナツ前)

時間 10:30～15:00

内容 けん玉、こま、マンカラ、将棋 など



## BLOCK47 雨天中止

羽島市福寿町千代田3丁目54 岐阜羽島ガーデンモール内

時間 13:00～15:00

内容 グラウンド・ゴルフ



### 注意事項

- イベントに参加される場合は、傷害保険に加入し対応いたしますが、その範囲以上の責任は負えませんので、ご了承ください。
- イベントの様子の写真や記事を(一社)岐阜県レクリエーション協会のHP等に掲載する場合があります。あらかじめご了承ください。
- 天候の状況により、内容を一部変更する場合があります。