

早起きは
げんきのもと！



あさとしよ

2025

7.27 日 8:00-10:00

隠岐の島町図書館

ラジオ体操

朝の涼しい時間に
きもちよく体を動かそう！

8:00～8:05



食育ゲーム・絵本



「食育」をテーマに絵本の読み聞かせや
ゲームを開催。

「ベジチェック®」で機械に手を当てて
自分の推定野菜摂取量を測ってみよう！

8:10～8:40

食育ゲーム等は10:00までできます

販売



あごだし揚げたこやき、飲み物、パン、おに
ぎりなど、おいしいものが盛りだくさん！

9:00～ 月あかりカフェ

9:30～ 木村屋

9:30～ おにぎりカフェてのひら



スーパーボール すくい

本を借りた子限定！

スーパーボールすくいに
チャレンジ！

8:30～10:00

