

資料提供

提供年月日	令和7年9月25日
担当部署名	健康福祉部 健康企画課
担当者名	大谷 周平
連絡先	直通) 0749-65-7779 内線) 84-7106

2025 ながはま健康フェスティバル開催

ライフスタイルが多様化する中、若い世代からより多くの市民に健康づくりに取組むきっかけを提供すること及び健康づくりに関する団体がそれぞれの活動を市民へPRすることを目的に、市内事業所・地域団体・大学などが連携し、体験や遊びの要素を取り入れた、ながはま健康フェスティバルを、市の重点事業として開催します。

【概要】（令和7年9月24日時点）

- 1.日時：令和7年11月2日（日）午前10時から午後4時 ※雨天決行
- 2.場所：長浜バイオ大学（長浜市田村町1266）
- 3.参加費：無料
- 4.主催：長浜市、NPO 法人健康づくり0次クラブ
- 5.内容：遊びや体験の要素を取り入れ、若い世代から楽しく参加できる内容としています。

項目	概要
健康チェック	推定野菜摂取量測定、骨密度測定、血糖値測定、血管年齢測定、肌年齢測定、体力測定・脳体力チェック、筋肉年齢チェック、姿勢チェック、AGEs 測定、ヘモグロビン推定値測定、カメラを使ったお口の状態チェックなど
健康相談	健康・栄養相談、認知症に関する相談、腰痛・膝痛相談など
健康講座	・季節に応じた生活「養生」で健康になろう （明治国際医療大学 鍼灸学部長・教授 伊藤和憲 氏） ・長浜スタディーから学ぶ感染症への備えとソシオライフ・サイエンス研究の意義と今後 （日本学士院会員、京都大学経済研究所 特任教授、京都大学医学研究科附属ゲノム医学センター 客員教授 矢野誠 氏）

職業体験	救命救急体験、ちびっこ調剤体験
その他体験	リハビリ体験、視機能トレーニング体験、介護予防体操体験、手洗い洗い残しチェック、健康推進アプリ「ビワテク」を活用した会場ウォークラリー体験、手話体験、お灸ワークショップ、はだしのトレイルなど
その他	献血

※当日は、会場内に飲食ブース及び子どもむけ遊びブースを設け、親子連れで楽しく過ごしていただけます。（飲食ブースは有料、子どもむけ遊びブース：一部有料）

6.出展数 ： 28ブース（詳細は別紙出展団体リストを参照）

7.名義後援：18団体

8.備考 ： 令和元年度まで長浜バイオ大学で開催し、令和2年度以降新型コロナウイルス感染症拡大により中止していた「ながはま健康フェスティバル」について、市民や各団体の認知度が高く、多くの市民へ健康づくりを啓発する重要な機会であったことから、6年ぶりに開催します。

以上

2025ながはき健康フェスティバル

出展ブース一覧

(令和7年9月24日時点 順不同)

展示番号	体験・展示名	出展者	体験・展示内容	PR内容
1	献血	滋賀県赤十字血液センター	献血(全血献血)を実施いたします。	今日もどこかで輸血を待っている方がいます。 献血にご協力いただきました方に素敵な記念品もございます。 皆さまのご協力を心よりお待ちしております。
2	椅子に座ってらくらく運動	日本健康運動指導士会有志	椅子に座って手軽にできる運動体験をして頂きます。	椅子に座って出来る運動を15分程度行います。低体力の方でも出来る内容です。 ご自身の身体に必要な運動を気軽にやってみませんか？
3	ちびっこ調剤体験	(一社) 湖北薬剤師会	お子様による調剤体験 ①分包体験 ②軟膏練り体験	薬はどのように調剤されているのでしょうか。 ①お菓子を使って元氣が出る薬を分包してみよう！ ②色が変わる魔法の軟膏を作ろう！
4	肌年齢測定		機器を用いて肌年齢を測定します	美肌は永遠のテーマ！ 肌年齢を測定し、保湿剤の効果的な使用方法など、薬剤師目線でアドバイスします。
5	作業療法士と一緒に お箸を使ってリハビリ体験！！	(一社) 滋賀県作業療法士会	作業療法士が普段リハビリで行っている子どもさんや患者さんに対する箸操作のリハビリと一緒に体験してみよう	作業療法士が子どもさんや病気を患った患者さんに対するリハビリテーションのひとつである「お箸で豆つかみ」体験を行い、手先と頭を使用して楽しく正しく箸の使い方を学びましょう。また、いろいろなリハビリ器具に触れて、実際に体験をしてみよう。
6	ウォーキングアプリ (BIWA-TEKU)体験	長浜市文化スポーツ課	ウォーキングアプリ(BIWA-TEKU)の案内＆会場内チェックポイントを巡って景品プレゼント！	ウォーキングアプリ(BIWA-TEKU)をダウンロードして、会場内のチェックポイントを巡ると景品をプレゼント！ 体重計やバランスボールなど当の景品も多数あります！みんなで会場を歩いて健康の一步を踏み出そう！
7	忙しいあなたに簡単健康チェック AGEs(終末糖化産物)測定	特定非営利活動法人ふれんど	指先に光を当て、わずか数十秒でAGEs(終末糖化産物)測定します。	普段気づかない自分の健康状態を、気軽にチェックしてみませんか。 指で計る、新しい健康・美容のバロメーター測定機。 体内の老化物質の蓄積レベルをA～Eの5段階評価でランキング。あなたは何位ですか。
8	認知症の気づきや 予防の相談コーナー	セフィロ病院 認知症疾患医療センター	認知症の気づきチェックリスト・認知症の相談・認知機能の簡易な検査	物忘れが増えてきた？これって年のせい？もしかして認知症？ チェックリストで自己チェックしてみませんか。医師の相談コーナーもあります。
9	血糖値測定	(公社)滋賀県臨床検査技師会	血糖値測定	糖尿病予防は、日ごろから自分の血糖値を知ることで病気の予防につながります。 あなたの現在の血糖値を測定し、医師や臨床検査技師から生活習慣などのアドバイスを受けることができます。
10	町のお医者さんと医療系学生の 健康相談	(一社)湖北医師会 共催 滋賀医科大学医学・看護学教育センター	まちのお医者さんと医療系学生がペアになって皆さんの健康よろず相談に乗ります！	普段から悩んでいること、気になっていることも、今回の健康フェスで相談したいことでもなんでも構いません。 親切に、丁寧に、ご相談に乗りたいと思います。
11	救命救急体験	長浜赤十字病院	心肺停止の方に遭遇したときを想定し、心肺蘇生法を行い、AEDなどを使って、一次救命処置を体験する。	当ブースでは、救命のために一般市民が行う一次救命処置と、病気の状態をそれ以上悪化させないで医師の治療を受けられるようにするための応急処置を学んでいただきます。 まず落ち着いて、今何をすべきか、何をしてはいけないのかを学んでいきましょう。
12	筋力測定コーナー／ 腰痛・膝痛のお悩み相談		足の力(膝関節を伸ばす力)を測ることによる筋肉年齢のチェック 医師による腰痛・膝痛などのお悩み相談	日常生活動作に深く関わる膝関節の力を鍛えることは日常生活の質の改善につながります。まずは筋肉年齢を調べてみましょう。 また、腰痛・膝痛などでお困りの方には医師がお悩みにお応えします。
13	口腔内カメラのコーナー	(一社) 湖北歯科医師会	口腔内カメラを使っでの検診、相談等	普段見えないお口の中を見て頂き、気になるところ等があれば相談やアドバイスをさせていただきます
14	出張！長浜市保健センター	長浜市健康推進課 ・保険年金課	健康チェック(ヘモグロビン推定値)&顔じやんけん&健診のご案内	あなたは貧血大丈夫？指先でヘモグロビン推定値を簡単測定。 顔じやんけんで勝ったらガチャガチャができる！遊びながらお口をたくさん使おう。 大人気の健康づくりキャラクター登場タイムもあるよ。
15	きやんせ体操体験会・体力測定・ 脳体力*チェック体験会	長浜市長寿推進課	きやんせ体操指導と体力測定コーナー タブレットを活用した脳体力チェック「CogEvo(コグエボ)*」の体験	長く健康でいるためには脳の健康も大切です。もの忘れやうつかりの原因は、脳の「認知機能の低下」に原因があるかも…。認知症予防を取り入れた体操やチェック機器で、今のあなたの体の状態を確認してみませんか？
16	野菜摂取の啓発・推進	長浜市健康推進員協議会	ベジチェック*を活用した推定野菜摂取量測定 350gの摂取を目指して、もう1品野菜を増やそう	私達は「私達の健康は私達の手で」をスローガンに少しでも健康づくりに役立てていただけることを願って地域に根ざした活動を続けています。 これからも生活習慣病のリスクを減らせるよう、野菜摂取の増加につながる活動をいたします。
17	市政情報発信コーナー	長浜市	子育て支援、民生委員活動、災害ボランティア、医療の適正化受診などの情報を発信します	子育て支援情報や民生委員活動、災害ボランティア活動、適正化受診の啓発などについて、ポスターなどでお伝えします。 ぜひお役立てください。
18	まちの保健室 ～正しい手洗いを覚えて、 バイ菌から自分や家族を守ろう！～	滋賀県看護協会第6地区支部	手洗いチェッカーを用いて手洗い残しチェック、 手洗い手順の指導	手洗いは感染症や食中毒の予防の基本です。 正しい手洗いの方法を身につけて、自分や家族をバイ菌から守りましょう。
19	姿勢チェック	長浜市社会福祉協議会	姿勢分析アプリ「セイカルテ」を使った姿勢チェック	AI姿勢分析アプリ「セイカルテ」では、正面と横向きの2枚の写真を撮るだけで、あなたの姿勢をAIが自動で分析します。分析結果に基づき、あなたに最適なエクササイズも提案。簡単・手軽に、正しい姿勢づくりをサポートします。
20	手話であそぼう！	長浜市しょうがい福祉課	手話を使った簡単なコミュニケーションを通じて、手話で気持ちを伝える体験を提供します。	楽しくおしゃべりしながら、手話の世界を体験！「お元氣ですか?」「ありがとう」など、簡単な挨拶を覚えてみませんか？ 優しいスタッフが丁寧にサポートするので、初めての方も大歓迎。気持ちを伝える喜びと一緒に感じましょう！
21	視機能トレーニング体験コーナー	長浜市健康企画課	専用機器で視力以外の視機能を測定し、自宅でできる簡単アドバイスを行います。	測定機器(スープリュームビジョン)を使って、ボード上の光ったボタンを30秒以内に何回押せるか試してみよう。 この体験で、目を動かす能力、目で見た情報を処理し、適切に体を動かす能力を鍛えることができます。
22	骨密度測定コーナー	(公社)滋賀県診療放射線技師会	骨密度測定	骨折しやすさ予防のために、骨の健康状態をチェックしましょう！
23	「健康づくり」相談コーナー	市立長浜病院	今日から始める病気予防！	栄養管理や転倒・骨折予防など、医師や管理栄養士、理学療法士など専門職が健康づくりに関する知識や情報をわかりやすくアドバイスします！当日は「ゲノム医療とは？」のパネル展示も行います！
24	臨床検査技師が見せる 体の内側	長浜バイオ大学 フロンティアバイオサイエンス学科 臨床検査学コース	超音波診断装置と血管年齢測定装置を使って体の中を見てみよう	病院で使っている超音波診断装置で体の中を見る体験と、血管年齢の測定をしてみよう
25	お灸ワークショップ	株式会社山正	ヨモギからめぐさを作る体験をした後、作っためぐさを使ってぼうろく灸を体験します。	近年、セルフケアの代表として“お灸”が見直されています。お灸ってどんなの？熱いの？何からできるの？初めてでも大丈夫！ぜひ、そのぬくもりを体験してみてください。
26	『はだしのトレイル ～あるいてあそぼう！』	おっとうん	自然素材をはだして感じてころも体も健康に！	カンナ屑や青竹踏みなど自然素材をはだして体感してください。 フットケア専門の看護師さんもいます。
27	健康講座	京都大学大学院医学研究科	健康講座の実施	講師:京都大学経済研究所 特任教授 矢野 誠 先生 演題:長浜スタディから学ぶ新型コロナウイルス・サイエンス研究の意義と今後
28	健康講座	明治国際医療大学	健康講座の実施	講師:明治国際医療大学鍼灸学部 学部長 教授 伊藤 和憲 先生 演題:季節に応じた生活「養生」で健康になろう
	健康フェスティバル 来場者アンケート		健康フェスティバル来場向けにアンケートを実施	

2025 ながはま健康フェスティバル名義後援団体一覧（順不同・敬称略）

	団体名
1	(一社) 湖北医師会
2	(一社) 湖北歯科医師会
3	(一社) 湖北薬剤師会
4	長浜バイオ大学
5	京都大学大学院医学研究科
6	市立長浜病院
7	長浜市立湖北病院
8	長浜赤十字病院
9	(公社)滋賀県診療放射線技師会
10	(一社)滋賀県作業療法士会
11	(公社)滋賀県臨床検査技師会
12	(公社)滋賀県看護協会
13	滋賀県湖北健康福祉事務所
14	(一社)長浜青年会議所
15	長浜市教育委員会
16	湖北1000人献血の会
17	(福)長浜市社会福祉協議会
18	セフィロト病院