# 2026ながはま健康フェスティバル　体のひろばコーナー

| 展示番号 | 体験・展示名 | 出展者 | 体験・展示内容 | PR内容 |
|---|---|---|---|---|
| **長浜まちづくりセンター** | | | | |
| 1 | きゃんせ体操体験会・体力測定 | 長浜市長寿推進課 | きゃんせ体操指導と体力測定コーナー | 長く健康でいるためには脳の健康も大切です。認知症予防を取り入れた体操や体力測定で、<br>今のあなたの体の状態を確認してみませんか？ |
| 2 | 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、<br>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！<br>「お元気ですか？」「ありがとう」など、簡単な挨拶を覚えてみませんか？優しいスタッフやサークルメンバーが<br>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を一緒に感じましょう！ |
| 3 | 市政情報発信コーナー<br>（適正化受診の啓発） | 長浜市健康医療政策課 | 滋賀の救急電話相談、小児救急電話相談等の周知 | |
| 4 | ウェルネスダーツ体験コーナー | 長浜市文化スポーツ課 | ダーツの的を狙って、高得点を狙おう！ | 遊び感覚で取り組めるウェルネスダーツは、運動と脳トレを同時に行えるのが特徴。<br>誰でも安心して参加でき、笑顔で健康づくりができる体験です。高得点が出た方にはプレゼントあり！ |
| 5 | 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 | 骨粗しょう症予防のために、骨の健康状態をチェックしましょう！ |
| 6 | 骨粗鬆症予防 | 市立長浜病院 | ①転倒・骨折予防コーナー（骨折発生リスクと転倒<br>リスクのチェック、運動のアドバイス）・・・理学療法士<br>②栄養相談コーナー（骨粗鬆症予防の食事について）<br>・・・管理栄養士 | 人生100年時代、丈夫な骨でいきいきした人生を送るために、理学療法士や管理栄養士の専門職が、<br>骨粗鬆症の予防を中心にアドバイスをします。 |
| 7 | 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ての検診、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 |
| 8 | お口の状況チェック<br>～歯周病の検査～ | 滋賀県湖北健康福祉事務所<br>（長浜保健所） | 先着100名限定！！<br>唾液で簡単な歯周病の検査を実施します。 | 歯周病は生活習慣病といわれ、全身疾患との関わりが深いです。<br>そこで、唾液で簡単な歯周病検査を行い、歯周病予防の方法についてお伝えします！<br>まずは、ご自身のお口の状況をチェックしてみませんか。 |
| 9 | クイズラリー&BIWATEKU体験 | 虎姫高校　究理Ⅱ39班 | 健康クイズラリー&滋賀県健康アプリBIWATEKU体験 | 会場内に設置されたクイズに挑戦！ブースを巡りながら解答できる！<br>現役高校生が「BIWATEKU」アプリの魅力を存分にお伝えします！アプリ説明からインストールまでサポート！！ |
| 10 | まちの保健室<br>～ちびっこ看護師に変身！<br>かんごちゃんと記念撮影(*^_^*)～ | 滋賀県看護協会 第6地区支部 | 子供用白衣の着用体験、日本看護協会マスコット<br>キャラクター「かんごちゃん」との写真撮影会 | お子様用の白衣をご用意してお待ちしています！大人気のかんごちゃんと一緒に、笑顔で記念撮影をしましょう。<br>ぜひ遊びにきてくださいね。 |
| 11 | 体の酸素量をひと目で確認 | 滋賀県看護協会<br>訪問看護支援センター | SpO2（血中酸素飽和度）等の測定による健康チェックと<br>健康・介護の相談 | 「家で過ごしたい」想いに寄り添います。体調管理や医療処置など、看護師がご自宅へ伺い療養生活をサポート。<br>主治医やケアマネ等と連携し、自分らしい暮らしを支えます。ぜひブースでお気軽にご相談を！ |
| 12 | 緑黄色野菜摂取の啓発・推進 | 長浜市健康推進員協議会 | ベジチェックによる緑黄色野菜推定摂取量測定 | 体は60兆個の細胞でできています。野菜は細胞の働きを助ける応援団です。<br>一日の野菜摂取量350gを目標に生活習慣病のリスクを減らせるよう活動を続けます。 |
| 13 | 「顔じゃんけん」で景品ゲット！ | 長浜市健康推進課<br>長浜市保険年金課 | お口の体操「顔じゃんけん」にチャレンジ！<br>勝ったら景品をゲットできるよ。 | 「顔じゃんけん」で勝ったら景品がゲットできる！遊びながらお口をたくさん使おう。<br>健康アンケートや健診のご案内もあります。大人気の健康づくりキャラクター登場タイムもあるよ。 |
| 14 | 健康フェスティバル<br>来場者アンケート | | 健康フェスティバル来場アンケートにご協力をお願いします。<br>アンケートに回答いただいた方には、先着順に記念品をお渡しいたします。 | |
| 15 | 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、<br>心肺蘇生法を行い、AEDなどを使って、<br>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<br>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。<br>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。 |
| 16 | 人工関節手術器具の展示・<br>簡易体験 | | 人工関節手術器具の展示および簡易体験 | 実際に人工関節手術で使用している手術器具を見て、手に取って、医療の理解を深めましょう。 |
| **長浜商工会議所** | | | | |
| 17 | 血糖値測定 | （公社）滋賀県臨床検査技師会 | 指先採血による、血糖値を測定します。 | 血糖値を知ることは、糖尿病リスクの把握や生活習慣改善、健康維持に役立ちます。<br>あなたの現在の血糖値を測定し、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。 |
| 18 | SMART PULSE測定<br>（ストレス／血管の健康検査） | 明治安田生命保険相互会社<br>長浜営業部 | 1分でストレス度合や血管状態を診ることができます。 | 誰でも簡単に健康チェックをすることができます。<br>自律神経系と心血管の健康に関する機能評価ができます。 |
| 19 | 血管年齢チェック | カーブス（株式会社リノクレスト） | 簡単！30秒で自分の血管年齢が分かります！ | 指に機械を挟むだけで30秒で簡単にご自身の血管年齢を知ることができます！<br>測定する機会の少ない血管年齢、是非気軽にチェックしてみましょう！ |
| 20 | タイアツッ！<br>誰でも手軽に体圧（座位）測定 | NPO法人ふれんど | 座位のかかる体圧分布を見える化で姿勢をチェック | 左右のバランスを意識しながら座っていますか。<br>座位の体圧測定を数値化することで、腰痛予防や脊柱後弯症などの防止につながります。<br>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。 |
| 21 | ゲーム感覚で学べる<br>人生会議体験 | 医療福祉の地域創造会議 | 自分の最期のときに残したい大切な願いは<br>何かを考えます | もしもの時に、大切な人へ想いを託すために。自分らしい生き方と最期を考える、<br>その一歩を一緒に始めませんか。ゲーム感覚であなたの大切な願いを考えてみよう！ |
| 22 | まちのお医者さんと医療系学生の<br>健康相談会 | （一社）湖北医師会、<br>NPO滋賀医療人育成協力機構 | まちのお医者さんと医療系学生がペアになって<br>みな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でも、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。<br>親切に、丁寧に、ご相談に乗りたいと思います |
| 23 | 椅子に座ってらくらく運動<br>整理券発行 | 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。<br>ご自身の身体に必要な運動を気軽にやってみませんか？ |
| 24 | ちびっこ調剤体験<br>整理券発行 | （一社）　湖北薬剤師会 | お子様による調剤体験<br>①分包体験　②計数調剤体験 | 薬はどのように調剤されているのでしょう。薬剤師になって、分包やピッキングを体験していただきます。 |
| 25 | 作業療法士と一緒に<br>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<br>子どもさんや患者さんに対する箸操作のリハビリを<br>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」<br>体験を行い、手先と頭を使用して楽しく正しくお箸の使い方を学んでみよう。<br>また、いろいろなリハビリ器具に触れて、実際に体験してみよう。 |
| **屋外（北側駐車場）** | | | | |
| 26 | はだしのトレイル | おっとん | ～自然素材をはだしで感じて・健康な足で一歩一歩～ | いろんな自然素材の上をはだしであるいて感じてください。<br>足の指力測定器にもチャレンジしてみてください。フットケア専門の看護師さんもいます♪ |
| 27 | お灸ワークショップ | 株式会社山正 | ヨモギからもぐさを作る体験をした後、作ったもぐさを使って<br>ほ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？何からできてるの？<br>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。 |
| 28 | 長浜産<br>環境に配慮した農産物販売 | 長浜農林水産イベント実行委員会 | 市内で生産されている農産物や加工品を紹介 | 当セミナーにおいて、環境に配慮した農産物や加工品を情報発信するとともに、<br>生産者と消費者（実需者）とのマッチング並びに自らが販売PRをいたします。<br>数量限定<br>売り切れ御免 |
| 29 | 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<br>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<br>皆さまのご協力を心よりお待ちしております |