

資料提供

提供年月日	令和8年9月25日
担当部署名	健康福祉部 健康医療政策課
担当者名	福永、横田
連絡先	直通) 65-7779 内線) 7106

若い世代から広げる健康の輪！**「2026 ながはま健康フェスティバル」の開催について**

市内事業所や地域団体が持つ健康づくりのノウハウを持ち寄り、体験や遊びの要素を取り入れながら、若い世代をはじめとする多くの市民の皆様に「健康づくり」のきっかけを提供するため、本年も「ながはま健康フェスティバル」を開催します。

今回は新たに、市と協定等を締結している民間企業や、虎姫高等学校の生徒たちとも連携し、新しい視点やアイデアを取り入れた多彩なプログラムを展開します。

記

- 1 開催日時 令和8年11月1日（日曜日）10:00～15:00
- 2 開催場所 さざなみタウン（長浜市高田町12番34号）
- 3 参加費 無料（※飲食ブース：有料、子ども向け遊びブース：一部有料）
- 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、どなたでも楽しく参加いただけます。

また、飲食ブースや子ども向けブースを設け、親子連れで一日楽しく過ごしていただけます。

- 6 出展・協力団体等
全39団体
- 7 新規・注目プログラム等

○ 滋賀県立虎姫高等学校**クイズラリー&BIWATEKU 体験**

会場内に設置されたクイズに挑戦！高校生が「BIWATEKU」アプリの説明からインストールまで支援し、健康づくりを勧めます。

○ 資生堂ジャパン株式会社**講演会「美しさから健康に！心と肌がよるこぶ更年期ブロッサミングセミナー」**

スキンケア体験や更年期についての学習を通じ、参加者同士がコミュニケーションを取りながら、自分らしく過ごせるよう後押しします（性別不問）。

- **明治安田生命保険相互会社**
SMART/PULSE（スマートパルス）測定
簡単にストレス度合いや血管状態を測定できます。
- **カーブス（株式会社リノクレスト）**
血管年齢チェック
測定機に指を挟むだけで簡単にご自身の血管年齢を知ることができます。
- **大塚製薬株式会社、中北薬品株式会社（長浜支店）、第一生命保険株式会社**
協賛品の提供
会場でアンケートに回答された方に、健康づくりに役立つグッズをプレゼントします。
- **長浜農林水産イベント実行委員会**
アグリビジネス・カフェ農家等による、長浜産の環境に配慮した農産物販売

（参考情報）

資生堂ジャパン株式会社

「健康づくり及び疾病対策に関する連携協定」（令和 8 年 8 月 19 日締結）

明治安田生命保険相互会社

「健康づくりに関する連携協定」（令和 3 年 2 月 25 日締結）

株式会社カーブスジャパン

「長浜市と企業が連携した健康づくりに関する覚書」（令和 8 年 4 月 1 日締結）

大塚製薬株式会社

「健康づくりに関する連携協定」（令和 3 年 1 月 28 日締結）

中北薬品株式会社

「健康増進に関する連携協定」（令和 4 年 5 月 23 日締結）

第一生命保険株式会社

「健康増進に関する連携協定」（令和 4 年 5 月 25 日締結）

2026 ながはま健康フェスティバル

～楽しみながらカラダとココロをととのえる～

日時 2026年 11月1日 日 10:00～15:00 ※雨天決行

会場 さざなみタウン (長浜まちづくりセンター・長浜商工会議所・長浜ビジネスサポートセンター)
〒526-0037 滋賀県長浜市高田町12番34号

参加
無料

1年に1回
健診を!

健診くんと
ピカリン
がくるよ!

体のひろば

- 骨密度測定
- 骨粗鬆症予防相談
- 口腔内カメラ
- お口の状況チェック
- ウェルネスグッズ体験
- クイズラリー&BIWATEKU体験
- きゃんせ体操体験会・体力測定
- 手話であそぼう! ● まちの保健室
- 体の酸素量をひと目で確認
- 野菜摂取量(推定)測定 ● 「顔じゃんけん」にチャレンジ
- 救命救急体験 ● 人工関節手術器具の展示・簡易体験
- 椅子に座ってらくらく運動 ● ちびっこ調剤体験
- 作業療法士と一緒に箸を使ってリハビリ体験!!
- まちのお医者さんと医療系学生の健康相談会
- 血糖値測定 ● SMART PULSE測定(ストレス/血管の健康検査)
- 血管年齢チェック ● 体圧(座位)測定
- ゲーム感覚で学べる人生会議体験
- 献血 ● お灸ワークショップ
- はだしのトレイル



講演会

健康長寿社会の実現を目指して歩んだ道
— 分子免疫学からゲノム医学、そしてながはまコホートへ —
京都大学・名誉教授
京都大学大学院医学研究科・特任教授
松田 文彦 先生



美しさから健康に!心と肌がよろこぶ
更年期ブロッサミングセミナー
資生堂
ソーシャルエリアパートナー
森川 玲子 先生



野外ステージ

- フラダンス ● しゃぎり演奏
- ギター&歌唱
- 献血啓発 ● 合唱団
- お楽しみ大道芸
- ホルンアンサンブルユニット



飲食ひろば 有料

- 池原そば
- フランクフルト
- 焼きそば ● フライドポテト
- からあげ ● カレー
- 餅つき ● 駄菓子、クッキー
- はちみつ入りベビーカステラ



ちびっこひろば (一部有料)

- 地震体験車
- 消防車、資機材搭載車
- 子ども用消防服試着、水消火器体験
- 災害用救急車、ドクターカーの展示・乗車体験
- 救護服の着用体験 ● ふわふわかいじゅう
- ロードトレイン
- ちびっこカフェ体験



子どものサイエンス 有料

好きな色で
オリジナルスライムを作ろう!



長浜産 環境に配慮した農産物販売

【共催】長浜市／特定非営利活動法人 健康づくり0次クラブ

【後援】湖北医師会／湖北歯科医師会／湖北薬剤師会／長浜バイオ大学／京都大学大学院医学研究科／市立長浜病院
長浜市立湖北病院／長浜赤十字病院／滋賀県診療放射線技師会／滋賀県作業療法士会／滋賀県臨床検査技師会
滋賀県看護協会／滋賀県湖北健康福祉事務所／長浜青年会議所／長浜市教育委員会／湖北1000人献血の会
長浜市社会福祉協議会／セフィロト病院／長浜商工会議所／長浜ビジネスサポート協議会

(順不同、敬称略)

お問い合わせ



特定非営利活動法人 健康づくり0次クラブ

〒529-0341 長浜市湖北町速水2745 長浜市役所湖北分庁舎2階 TEL:0749-50-3191



※駐車場は、さざなみタウン第2駐車場と長浜市役所駐車場をご利用ください。
※当日はできる限り公共交通機関のご利用をお願いいたします。

～楽しみながらカラダとココロをととのえる～ 2026ながはま健康フェスティバル

開催日時：2026年11月1日（日）

10:00～15:00

開催場所：さざなみタウン

※開催については、下記までお問い合わせください。

※時間については、一部変更になる場合があります。



講演会

長浜まちづくりセンター1F 会議室 1C

<11:00～12:00>

「健康長寿社会の実現を目指して歩んだ道
ー 分子免疫学からゲノム医学、
そしてながはまコホートへ ー

京都大学・名誉教授、京都大学大学院医学研究科・特任教授
松田 文彦 先生



ながはまコホート事業は、今年で20年を迎えます。私の研究は、本庶佑先生のもとで学んだ分子免疫学に始まり、フランスでの大規模ゲノム疫学研究を経て、ながはまコホートへとつながりました。本講演では、市民の皆さんと築いてきた20年間の振り返り、研究成果を皆さんの健康増進に還元し、さらに世界の人々の健康長寿にも役立てるという目標に向けて、これまでの成果と今後の展望をお話します。

<13:30～14:30>

「美しさから健康に！心と肌がよろこぶ
更年期ブロッサミングセミナー」

資生堂 ソーシャルエリアパートナー
森川 玲子 先生



女性ホルモンの変化を前もって知り、これからの自分らしく輝く「はじめての更年期セミナー」を開催！心地よいスキンケアや大人メイク体験で、自分を大切にする時間を過ごしませんか？ひとりで抱え込まず、心も体もほっと整えましょう。

<12:15～13:15>

長浜まちづくりセンター2F 会議室 2B

先着20名



簡易版パーソナルカラー診断

資生堂 ソーシャルエリアパートナー
井口 文加 先生

5分で診断！

簡易版カラー診断です。自分らしい魅力を引き出します。似合う色を味方に、生き生きと輝く毎日に。メイクだけでなく服、小物選びにお役立てください。

子どものサイエンス

長浜まちづくりセンター1F
工作室

100円/1回

長浜バイオ大学

『好きな色でオリジナルスライムを作ろう！』

長浜バイオ大学 CELL 部

好きな色を選んで、スライムを作りましょう。
材料を混ぜ合わせることでスライムができる様子を体験できます！

ちびっこひろば（一部有料）

【一部有料】

ちびっこひろばテントで
チケットを購入してください。

【10:00～15:00】 消防車、資機材搭載車、水消火器体験、
子ども用消防服の着用体験、救護服の着用体験
災害用救急車、ドクターカーの展示・乗車体験

【12:00～15:00】 地震体験車

・ふわふわ怪獣（100円/1回）

・ロードトレイン（50円/1回）

野外ステージ

●『キラリ輝け！わたしたちの歌』

輝りキッズ

●『お楽しみ大道芸』

てるちゃん会

●『フラダンス』

カリコ・ブア・オ・カラーニアクア
（天国に咲く花）

●『献血啓発』

滋賀県赤十字血液センター

●『夫婦で奏でるホルンデュオ』

すいーと・ほーんズ

●『しゃぎり演奏』

長浜曳山祭 月宮殿囃子方

●『アコースティックデュオ雫（しづく）』

アコースティックデュオ雫（しづく）

体のひろば整理券配布について

※検査によっては整理券が必要なところがあります。
詳しくは当日会場にて配布するパンフレットをご覧ください。
※なお、受けられる人数には限りがございますので、予めご了承くださいませよう
お願い致します。

※当日会場にてタイムスケジュール、会場レイアウト図を配布します。

LOCO キッズカフェ体験

長浜まちづくりセンター1F
フリースペース

～カフェのお仕事体験とみんなで食べる食育イベント～

「いらっしゃいませ」
カフェのお仕事を楽しく体験してみませんか？
お仕事のあとはみんなで「いただきます」♪
誰かと関わったり、一緒に食べたり『共食』の楽しさが伝わる食育イベントです



【時間】

①10:30～（集合 10:15）
②13:00～（集合 12:45）

【内容】

《なりきり店員さんのバイザー作り》
《カフェ体験》
※選べるジュースとクッキーのカフェセット
・レモンジュース
・レモンスカッシュ
・クラフトジンジャー

事前予約はこちらから♪



参加：500円/1人
（バイザー作成、カフェセット含む）

「LOCO キッズカフェ体験」についてのお問い合わせは下記までお願いします。

◇ LOCOKitchen 公式LINE：@naj8040k
◇ TEL：0749-53-4480

■お問い合わせ



特定非営利活動法人 健康づくり0次クラブ

〒529-0341 滋賀県長浜市湖北町速水 2745 長浜市役所湖北分庁舎 2階
TEL：0749-50-3191 / ホームページ：https://zeroji-club.com/

健康づくり0次クラブは、長浜市と京都大学大学院医学研究科が行う『ながはま0次予防コホート事業』の取り組みをきっかけに、「心と体の健康づくりの輪を広げる運動」を行う市民ボランティア団体です。

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	きやんせ体操体験会・体力測定	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	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と体力測定で、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、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 (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。 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リスクのチェック、運動のアドバイス)・・・理学療法士 ②栄養相談コーナー(骨粗鬆症予防の食事について)・・・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、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	口腔内カメラを使つての検診、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 ～歯周病の検査～	滋賀県湖北健康福祉事務所 (長浜保健所)	先着100名限定！！ 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。 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！ 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！ 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 ～おもいやりの心が育つ、 いのちと医療の体験広場～	滋賀県看護協会 第6地区支部	赤ちゃん抱っこ体験、妊婦・高齢者の擬似体験！ 白衣を着用してかんごちゃんと記念撮影(*^`*)	まちの保健室がやってくる！ 白衣の着用体験や、赤ちゃん・妊婦・高齢者の擬似体験にチャレンジしてみませんか？ さまざまな立場を体感しながら、いのちの尊さやおもいやりの心を楽しく学びましょう！
11	体の酸素量をひと目で確認	滋賀県看護協会 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。 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。 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 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！ 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。 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 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。 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、 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。
16	人工関節手術器具の展示・ 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、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。 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 (ストレス／血管の健康検査)	明治安田生命保険相互会社 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。 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	カープス(株式会社リノレスト)	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！ 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！ 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。 座位の体圧測定を数値化することで、腰痛予防や背柱後弯症などの防止につながります。 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。
21	ゲーム感覚で学べる 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 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、 その一歩と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 健康相談会	(一社)湖北医師会、 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 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。 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 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。 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 整理券発行	(一社) 湖北薬剤師会	お子様による調剤体験 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か。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 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を 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お箸の使い方を学んでみよう。 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	～自然素材をはだして感じて・健康な足で一歩一歩～	いろんな自然素材の上をはだしてあるいて感じてください。 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 ほうろう灸を体験します。	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。
28	長浜産 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、 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。
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 献血にご協力いただきました方に素敵な記念品もごさいます 皆さまのご協力を心よりお待ちしております

数量限定
売り切れ御免

健康フェスティバル 農林水産 PR 概要

◆目的・内容

市内農業生産者と消費者(実需者)のマッチング、生産者情報の発信の場を創出します。

普段、道の駅の直売所などで販売されている長浜産の環境に配慮した農産物等を、健康フェスティバルの来場者へ PR します。商品の販売にあわせて、生産者自らが作成した PR チラシを配布し、自ら販売 PR をいたします。イベント終了後も購入できる場所や取扱商品の情報をお届けすることで、継続的に農産物を購入していただけるきっかけをつくります。

- ◆委託先 一般社団法人バイオビジネス創出研究会
再委託 長浜農林水産イベント実行委員会
(下記農業者で構成する実行委員会)

◆ 出展予定者

番号	出展予定者	予定品目
1	長浜バイオ大学	尾上菜、尾乃水菜
2	お米の家倉	やぐらの玄米麺・発酵あんこのグラノーラ
3	吉田農園	米粉ミズホチカラ
4	湖都のしろ屋	九条ネギ
5	ばんば楽々ファーム	薬草茶
6	ヨコタ農園	いちごジャム、ブロッコリー
7	もりかわ農場	いちじくジャム、おこめ麺
8	西浅井パパイヤ村	青パパイヤ

※商品の販売は売り切れ次第終了となります。販売終了後もチラシ等による PR は続きます。

◆お問い合わせ先

長浜市 産業観光部 農政課 0749-65-6522
一般社団法人バイオビジネス創出研究会 0749-65-8808