

第30回南相木村健康福祉まつり

日時 令和8年2月21日(土)

午前9時30分～午後3時30分

主催 南相木村 共催 南相木村社会福祉協議会

会場 南相木村公民館

日程 9:30 開場、受付

10:00 式典

10:30 ミニ講話「健康寿命は「骨」で決まる!」

11:30 昼食

12:40 寸劇 「黄門様 眠りの極意を授ける」(小海分院)

13:15 虫歯のない子表彰、8020 表彰

13:30 特別講演会

15:00 ビンゴゲーム大会

来場者に記念品

タオルと記念ボールペン



皆来てね!

参加団体

【時間 9:30～13:30】

ワークサポートこすもす <自家焙煎コーヒー販売>

すみれ会共同作業所 <キッチンカー、製品販売>

JA長野八ヶ岳女性部 <Aコープ商品販売 試食>

更生保護女性会 <寄付付き製品販売 活動紹介>

NPO法人縁 豊里薬局 <漢方、薬膳体質診断>

佐久総合病院地域健康管理科 <血圧、視力検査など>

デイサービスセンター <知能ノク体験>

食生活改善推進協議会 <凍り豆腐の販売 試食 活動紹介>

こぶし会 <かぼちゃドーナツ販売>

はあ～と工房ポッポ <手作りパン販売>

Mショップ <ホットスナックほか販売>

もりのおかしや <焼き菓子販売>

保健補導員会 <骨密度測定体験>

サロンみねお苑 <作品展示>

音詠ボランティア“音の会” <活動紹介>

送迎バス時刻

日向・三川・栗生発 9:20 12:15

日向・三川・栗生行 12:00 15:30

【上記の時間以外は土曜運行の村営バスをご利用ください】

【祝平和田の道下の方は、事前にご連絡ください】

昼食

無料

【時間 11:30～12:40】

そば生産組合の「そば」と
南相木村日赤奉仕団の「炊き出しカレー」



特別講演会

演題 「ごぼう先生の笑顔をつくる健康体操」

講師 築瀬 寛 先生

講演会後 物販あります



講師紹介

1985年7月23日生まれ。愛知県岡崎市出身

日本福祉大学卒業、大手鍼灸接骨院の勤務を経て、2014年に株式会社GOBOUを創業

喫茶店のようなデイサービス「リハビリカフェ俱楽部」を岡崎市に開設。

その一方で、全国各地の介護施設を中心に“大人のための体操のお兄さん”ごぼう先生として健康体操の普及に尽力。これまで全国750か所、シニアを中心とした10万人以上と一緒に座ったままできる健康体操を行う。

ミニ講話

演題 「健康寿命は「骨」で決まる！大人も子どもも骨健康度を上げるコツ」

講師 江田 誉 先生



数秘&カラーリー体験

時間 1人15分

講師 心と身体の健康サロンふわり
棚田 賀奈子 先生



1F第2会議室

南相木村日赤奉仕団

災害について
考える

防災テント、トイレの展示

非常用持ち出し袋の中身

炊き出し用品の展示(玄関前)

保存食の展示

試食できるよ



2F視聴覚室 こども遊び場

時間 9:30~15:00



玄関前 キッチンカー

焼き芋、ホットドッグ

その他

すみれ会



駐車場案内

村公民館 役場前
工房あいきをご利用ください

お問い合わせ 南相木村住民課 0267-78-1050