

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 〈血压、視力検査など〉

デイサービスセンター 〈知能レク体験〉

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〉

保健指導員会 〈骨密度測定体験〉

サロンみねお苑 〈作品展示〉

音訳ボランティア“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^{やなせ ひろし}の笑顔をつくる健康体操」

講演会后 物販あります

講師 築瀬 寛 先生



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「リハビリカフェ倶楽部」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^{えだ ほまれ}



数秘&カラー体験

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^{たなか かなこ}



1F 第2会議室

南相木村日赤奉仕団

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



災害について
考える



協力 南相木村社会福祉協議会

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