

中野市健康づくり推進協議会	資料 1
令和8年8月27日	

『2026健康づくりフェスティバル』開催要領（案）

- 1 目 的 健康づくりに対する知識及び意識の高揚を図るため、啓発事業を実施する。
- 2 主 催 中野市、中野市健康づくり推進協議会
- 3 共 催
中高医師会、飯水医師会、北信総合病院、中高歯科医師会、中高薬剤師会、長野県北信保健福祉事務所、
中野市区長会、中野市食生活改善推進協議会、中野市スポーツ推進委員会、中野市農業協同組合、信州中野商工
会議所、中野市シニアクラブ連合会
- 4 後 援 北信ローカル・りふれ、テレビ北信ケーブルビジョン
- 5 協 賛 長野県臨床検査技師会北信支部、中野市アイバンク（献眼）等運動推進協議会
- 6 日 時 令和8年10月17日（土） 午後0時30分 ～ 午後3時30分
- 7 会 場 中野市市民会館ソソラホール
- 8 対 象 者 中野市民ほか
- 9 入 場 料 無料
- 10 賞の授与 健康づくり実践賞
- 11 催物内容
 - ◆ソソラホール
 - 【健康コーナー】 午後0時30分 ～ 午後3時30分
 - ※中高医師会、中高歯科医師会、中高薬剤師会は午後1時15分から開始
 - ・中高医師会 健康よろず相談
 - ・中高歯科医師会 歯科健診・歯科相談
 - ・中高薬剤師会 おくすり相談・おくすりやさん体験（キッズ）
 - ・北信総合病院 健康管理部 骨密度測定、健康相談
 - ・北信総合病院 がん相談支援センター がん相談支援センターに相談してみませんか
 - ・北信総合病院 産婦人科病棟・外来 助産師なんでも相談
 - ・北信州心臓病地域連携包括ケア推進協議会 尿中塩分量測定、減塩食の啓発、食品モデル展示
 - ・中野市食生活改善推進協議会 おすすめレシピの試食、手のひらから野菜摂取量を測定！ベジ
チェック体験
 - ・中野市アイバンク（献眼）等運動推進協議会 アイバンク献眼登録、広報活動及び受付
 - ・（一社）長野県臨床検査技師会 血糖値測定
 - ・長野県北信保健福祉事務所 スモーカーライザーによる一酸化炭素濃度測定、手洗いチェッカー、
「ひくシオたすベジ北信州キャンペーン」塩分チェックシート、
信州食育発信3つの星レストラン等パネル展示・チラシ配布等

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| ・大塚製薬株式会社 長野出張所 | フレイル予防チェック、健康情報コーナー |
| ・日本生命保険相互会社 長野支社 | 視野検査VRゲーム「メテオブラスター」 |
| ・第一生命保険株式会社 長野総合支社 | スキンチェッカー |
| ・介護タクシー・民間救急 出発進行 | AED体験 |
| ・ファザーリングジャパン信州 | パパ&ママ相談 |
| ・中野市職員労働組合保育所部会 | 遊びのワークショップ、食育活動について |
| ・中野市（健康づくり課）、中野市健康サポーター | 骨密度測定、血管年齢測定、血圧測定 ほか |
| ・中野市（健康づくり課） | 口腔周囲筋を使ったゲーム、パタカ測定 |
| | みて、さわって、あそんで！体験型キッズコーナー |
| ・中野市（高齢者支援課） | 脳と体の体力測定、認知症VR体験 |

◆ホワイエ

- ・タナビーのバレエアートショー
- ・コスモ電子のレーザー加工

◆大ホール

【認知症講演会】 午後1時から

講師：下坂 厚 氏 （写真家・認知症当事者）

演題：「認知症になっても人生は続く ～ディメンシアギフト～」

対談者：大澤 智恵子 氏 （看護師・認知症キャラバンメイト

・スウェーデン王立シルビアホーム 認知症緩和ケアインストラクター）

【セレモニー】 午後2時15分から

- ・健康づくり実践賞贈呈式
- ・空みあげて体操
- ・中野市消防団音楽隊による演奏

【倍増戦士ロゼ ヒーローショー】 午後3時から

※ショー（20～30分）及びグリーティング

◆入場者プレゼント（先着順）

GABAえのき茸（JA中野市 提供）

健康コーナー 一覧

団 体 等	内 容
中高医師会	健康よろず相談
中高歯科医師会	歯科健診・歯科相談
中高薬剤師会	おくすり相談、おくすりやさん体験（キッズ）
北信総合病院 健康管理部	骨密度測定、健康相談
北信総合病院 がん相談支援センター	がん相談支援センターに相談してみませんか （センターの紹介、乳がんのセルフチェック、簡単なリンパドレナージの方法）
北信総合病院 産婦人科病棟・外来	北信総合病院 助産師なんでも相談
北信州心臓病地域連携包括ケア推進協議会	尿中塩分量測定、減塩食の啓発、食品モデル展示
中野市食生活改善推進協議会	おすすめレシピの試食、手のひらから野菜摂取量を測定！ベジチェック体験
中野市アイバンク（献眼）等運動推進協議会	アイバンク献眼登録、広報活動及び受付
（一社）長野県臨床検査技師会北信支部	血糖値測定
長野県北信保健福祉事務所	スモーカーライザーによる一酸化炭素濃度測定、手洗いチェッカーによる体験、「ひくシオたすベジ北信州キャンペーン」塩分チェックシート、信州食育発信3つの星レストラン等パネル展示・チラシ配布 など
大塚製薬株式会社 長野出張所	フレイル予防チェック、健康情報コーナー
日本生命保険相互会社 長野支社	視野検査VRゲーム「メテオブラスター」
第一生命保険株式会社	スキンチェッカー
介護タクシー・民間救急 出発進行	AED体験
ファザーリングジャパン信州	パパ＆ママ相談
中野市職員労働組合保育所部会	遊びのワークショップ、食育活動について
中野市（健康づくり課）、中野市健康サポーター	骨密度測定、血管年齢測定、血圧測定 など
中野市（健康づくり課）	口腔周囲筋を使ったゲーム、パタカ測定
中野市（健康づくり課）	みて、さわって、あそんで！体験型キッズコーナー
中野市（高齢者支援課）	脳と体の体力測定、認知症VR体験

ソソラホール会場案内図

・ 1 階



団 体 名 (レイアウト順)	団 体 名 (レイアウト順)
① 介護タクシー・民間救急 出発進行	⑩ 第一生命保険株式会社長野総合支社
② 中高薬剤師会	⑪ 北信州心臓病地域連携包括ケア推進協議会
③ (一社) 長野県臨床検査技師会	⑫ 長野県北信保健福祉事務所
④ 中野市食生活改善推進協議会	⑬ 中野市(高齢者支援課)
⑤ 中野市アイバンク(献眼)等運動推進協議会	⑭ 中高歯科医師会
⑥ 北信総合病院 がん相談支援センター	⑮ 中野市(健康づくり課) 歯科
⑦ 日本生命保険相互会社長野支社	⑯ 中高医師会
⑧ 北信総合病院 産婦人科病棟・外来	⑰ 北信総合病院 健康管理部
⑨ 大塚製薬株式会社長野出張所	⑱ 中野市(健康づくり課)、中野市健康サポーター

▶ 受付(案内)

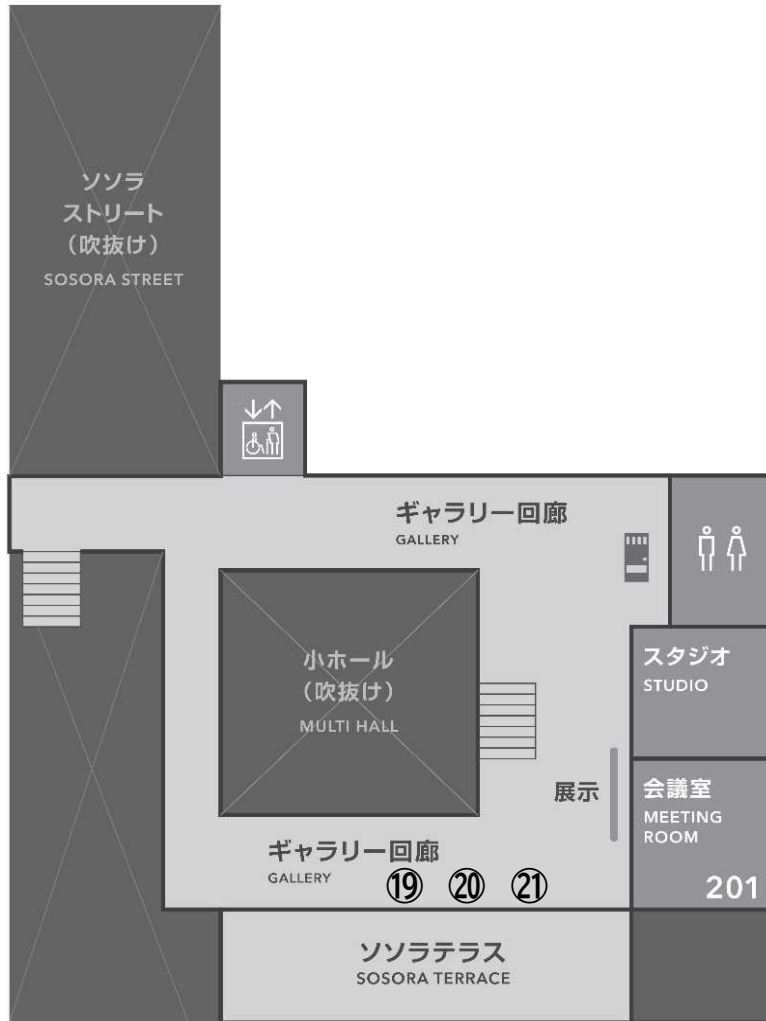
🎁 アンケート回収、景品交換

★ 倍増戦士ロゼグッズ販売

🎈 タナピーのバルーンアートショー

🌲 コスモ電子のレーザー加工

・ 2階



	団 体 名 (レイアウト順)
①	ファザーリングジャパン信州
②	中野市職員労働組合保育所部会
③	中野市 (母子保健係)

講演会について

- ・会 場 ソソラホール大ホール
- ・時 間 午後1時～午後2時

- ・演 題 「認知症になっても人生は続く ～ディメンシアギフト～」（対談講演）

- ・講 師 下坂 厚 氏 写真家・認知症当事者

1973年6月生まれ。大手鮮魚店での勤務を経て、仲間と共に鮮魚店を起業。46歳で若年性アルツハイマー型認知症と診断され、絶望と葛藤の中で会社を退職。その後、認知症初期集中支援チームのつながりから京都のデイサービスと出会い、ケアワーカーとして正職員勤務を経験。写真のスキルを活かし、法人本部の広報業務も担当した。

現在は、法人との業務委託を終え、写真家としての創作活動を中心に、講演やピアサポートを通じて認知症のある人の声を社会に届ける活動に取り組んでいる。「ディメンシア・ギフト（Dementia Gift）」という独自の視点から、認知症によって得られた気づきやまなざしを写真や言葉で表現し続けている。

- ・対談者 大澤 智恵子 氏
 看護師・認知症キャラバンメイト・
 スウェーデン王立シルビアホーム 認知症緩和ケアインストラクター

認知症ケアに関わり、認知症サポーター養成講座等の講師を多数実施