

第 12 回

# 志賀健康 いきいき祭

笑って、話して、知り合って  
みんなで健康づくり！

開催日時

2026年

9月26日(土)

9:30~11:45

(受付は11:30まで)

会 場

和邇市民体育館

和邇文化センター

和邇コミュニティセンター

入場無料・申込不要

まずは、体育館の  
受付へお越しください

体育館へは上履  
きをご持参  
ください

当日の朝7時に  
レベル3・警報（  
高齢者等避難）が  
発令されている場  
合は中止します。

専用駐車場(グラウ  
ンド)のご利用は、  
9:00~12:00  
までです。  
ご注意ください。

当日の朝、  
37.5度以上の発  
熱がある方や風邪  
症状等のある方は  
参加をご遠慮くだ  
さい。

混雑する場合  
がありますので、必要に応じ  
てマスク等をご  
着用ください。

主 催

- 志賀ブロック学区社会福祉協議会  
(小松・木戸・和邇・小野)
- 和邇すこやか相談所  
電話 077-594-8023
- 和邇あんしん長寿相談所  
電話 077-594-2660
- 小松あんしん長寿相談所  
電話 077-596-2260
- 【事務局】大津市社会福祉協議会  
電話 077-526-5336

共催・協力

- 【共催】  
○大津赤十字志賀病院
- 【協力】  
○びわこ成蹊スポーツ大学  
(申請中)

後 援

- 小松・木戸・和邇・小野  
学区自治連合会
- 小松・木戸・和邇・小野  
地区民生委員児童委員  
協議会
- 小松・木戸・和邇・小野  
学区健康推進連絡協議会

主催：第12回志賀健康いきいき祭実行委員会

## 体力測定

9:30~11:45

- ・イス立ち上がり
- ・片足立ち
- ・握力
- ・前屈
- ・瞬発力



## いろいろな測定

9:30~11:45

- ・認知機能測定
- ・血管年齢測定
- ・骨密度測定
- ・歩行解析・血圧
- ・ベジチェック



## ハンドマッサージ

9:30~11:45

- ・アロマ  
ハンドマッサージ



## 健康相談コーナー

9:30~11:45

- ・栄養士
- ・薬剤師
- ・歯科衛生士
- ・理学療法士
- ・作業療法士
- ・言語聴覚士



## 脳トレ

10:00~10:30

- ・ゲームなどのトレーニングで、脳の働きを活性化させます。



## 展示コーナー

9:30~11:45

- ・介護用品
- ・食事メニュー
- ・ボランティア募集
- ・ACP啓発コーナー



## 講演会

10:50~11:30

【演題】

「病気になる前に  
予防医療のキホン(仮題)」

【講師】 大津赤十字志賀病院  
総合診療科部

医師 田中 孟 氏

## カフェスペース

9:30~11:45

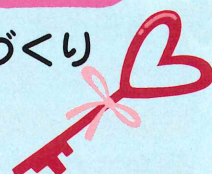
- ・当日の会場案内図  
に記載の引換券で  
ホットコーヒーが  
1杯無料です。



## クラフトコーナー

9:30~11:45

キーホルダーづくり



## 福祉施設紹介

- ・製品販売コーナー

9:30~11:45

- ・高齢者や障害者の  
施設で作られた作品  
や野菜を販売します。

