

今日の体験や学びが、明日の元気につながりますように。

まるごと

ヘルシーフェスタ

えらんで、わくわく、たのしい!

会場案内図



出店情報は
コチラ

2026年

9月5日(土)
10:00~16:00

バンビオ1番館

3Fメインホールほか
長岡京市神足2丁目3番1号

Healthy
Festa



健康づくりプログラム



聞いて・見て・話して・体験できる
健康づくりブースが集合!!

食べ物はどこに行くの?
からだ探検に出発!

【食育ひろば】 (クイズ・ゲームなど)

■時間/10:00~16:00 ■場所/ホワイエ

ロコモ度テスト 【乙訓保健所】
にこにこキッズコーナー

【健康づくり推進課】 (魚釣りビンゴなど)

■時間/10:00~12:30 ■場所/メインホール

・乙訓歯科医師会による歯・お口のチェック
・歯科衛生士に聞いてみよう

【歯のひろば】 ・年代別 歯磨き指導
・みなさんよく噛めていますか?

■時間/14:00~16:00 ※最終受付15:45 ■場所/メインホール

ふらふら?くらくら?転倒リスクをチェックしよう

【京都済生会病院】

■時間/10:00~16:00 ■場所/特別展示室

骨健康度測定・血管年齢測定・
野菜の充足度測定 (ベジチェック)・
からだの糖化度測定 (AGEs)

【明治安田】

■時間/10:00~16:00

■場所/特別展示室

詳しくは
コチラ



■共催:京都府歯科医師会・乙訓歯科医師会・京都府歯科衛生士会乙訓支部 ■協力:乙訓保健所・京都済生会病院・明治安田生命保険相互会社・OOMA

講演会 プログラム

11:00~11:30

健やかに生きる~細胞を元気に

講師: 京都芸術大附属高等学校

校長 鈴木 克治



11:40~12:00

会社員時代の鬱から始まった
体力づくり

講師: 合同会社 salvatore

代表 田沼 優一氏



3階
ホール

ハンドトリートメント体験・うちわづくり・太鼓の達人
段ボールラクガキカー・デザイナー体験
もこしゃかキーホルダーづくり・飲食他 11店舗出店

屋外

バンビオ 広場公園

体力測定・時間/10:30~14:00
スポーツ体験など

詳しくはうら面へ▶▶▶

お問合せ 長岡京市健康づくり推進課 Tel.075-955-9704

kenkou@city.nagaokakyo.lg.jp

■主催:長岡京市 ■共催:京都府歯科医師会・乙訓歯科医師会・京都府歯科衛生士会乙訓支部・ひとしずく物語プロジェクト
■協力:乙訓保健所・京都済生会病院・明治安田生命保険相互会社・OOMA・公益財団法人長岡京市スポーツ協会・8スルくらぶ・エムスクラフト



出展者紹介

体験・相談できるブースが盛りだくさん!



家計のミカタ ヤサカ石油(株)

今日は段ボールの車がキャンバス!

子ども 110 番の家として地域を見守る
ヤサカ石油(株)が、子どもの心の健康を応援。
段ボールの車に自由にラクガキできる体験です。
思いきり描いて
ストレス発散!
創造力や表現力を
育みます。



POLA Angel

プチエステティシャン体験

「やってみたい!」をえらぼう!
POLA Angel でプチエステティシャン体験。
ハンドトリートメント
を学んで、
大好きな人へ
「ありがとう」と癒しを
届けよう!



NUMASALADA

アプリを使った健康相談

6 か月で体脂肪率 23.3%→4.8%を実現した実
体験から生まれた健康メソッド。講演後は
NUMASALAD アプリを使った健康相談を行いま
す。食事・睡眠・運動を
見直したい方はぜひお立ち
寄りください。

★講演会: 11時40分～
「会社員時代の鬱から
始まった体力づくり」



※ご本人の体験であり、結果には個人差があります。



G-LINKS長岡京

ゲームがつなぐ、地域と世代。

G-LINKS 長岡京は、ゲームをコミュニケーション
のきっかけに、子どもから大人まで気軽に交流
できる場づくりを行っています。今回はみんなで
楽しめる「太鼓の達人」
を体験!

家族や友人と一緒に、笑
顔あふれるひとときを
お楽しみください。



楽書きアートまろ庵

はなまるアート

お子さんの「今」を残す、うちわ作り体験。
成長も感じる、特別な夏の思い出を作りに来てね!
手形スタンプ×筆文字アート「自由でいい」
「そのままいい」
「どんな自分もはなまる
♡」ぜひ親子でワクワク
する体験を!



※売上の一部を能登復興支援に寄付します。

Hanauta

もこシャカキーホルダー作り

選ぶ・作る・完成する喜びを体験♪
自分だけの「できた!」が生まれる、もこシャカ
キーホルダー作り。
親子の会話が広がる
「なぜそうなの?」声
かけアイデアカード
付き。



AIMEE

体づくりって面白い

5分でわかる!あなたのからだ発見♪

「最近疲れやすい」「姿勢が気になる」そんな方
へ。今の体を知って、自分に合った体づくりを始
めませんか? 元ミュージカルダンサー EMI が
からだの使い方をレクチャー!
姿勢・呼吸・バランスから、
今の自分をチェック!あなたに
合った体づくりのヒントが見
つかる体験!



ファッションスタイリスト のりこ

世界に一つのオリジナルドレスを デザインしよう

ぬりえに、リボンやシール、ビーズなどの好きなパ
ーツを自由に貼って、自分だけの
オリジナルドレスをデザインす
るワークショップです。正解は
ありません♡かわいいと思っ
た気持ちを大切に自分らしい
一着を自由にデザインしてく
ださい。完成した作品は、そ
のままお持ち帰りください。



護身武芸八光流柔術

「もしもの時に役立つ『身を守る力』を 親子で楽しく学びませんか?」

親子で楽しく学べる護身術体験です。力に頼ら
ず、自分の身を守るための基本をわかりやすくお
伝えします。「こんな時どう
する?」という疑問にも丁
寧にお答えします。初めて
の方やお子さまも安心し
てご参加ください。



一人暮らしのための家庭教師マイラボ/myLab

こどもたちのお店「こども商店」がオープン!

子どもたち一人一人が、自分の参加できるベ
ースに合わせてお店の運営に挑戦します。持ち寄っ
た品やリユース品に、自分で値段をつけて販売
します。お客さんと話す子も、準備を支える子
も。子どもたちの頑張
りを、買い物を通して
応援してください。



旬菜魚 くらしま

一度は食べたい、 最高級「伝助穴子」の棒寿司。

食育を大切に無添加和食店「旬菜魚くらしま」。
市場でも希少な最高級伝助穴子を、店内で
一から丁寧に仕込み、職人がつ
くら香ばしい棒寿司に仕上げま
した。素材本来の旨みを存分に味
わえる、数量限定の贅沢な逸品
です。
ぜひこの機会にご賞味ください。



バンビオ 広場公園

時間/10:30~14:00

8スルくらぶ

チャレンジストラックアウト

公益財団法人長岡京市スポーツ協会

体力測定・スポーツ体験など

からだを使った
体験イベントが
いっぱい!!



※雨天の場合は中止となります。

ご来場のみなさまへ

- ✓ 参加無料
- ✓ 動きやすい服装でご参加ください
- ✓ 飲み物・水分補給をお忘れなく