



町制施行
70周年
記念式典
併催

第41回

小海町

令和8年

10.4日

午前10時～午後3時30分

健康福祉まつり

健康活き生き笑顔あふれる小海町

会場

北牧楽集館及び
北牧体育館

主催

小海町健康福祉まつり実行委員会、
小海町、小海町社会福祉協議会



© Masao Misak

鈴木 明子氏

記念講演
13:30～

プロフィギュアスケーター / 元オリンピック日本代表
愛知県豊橋市出身。6歳からスケートを始め、体調を崩してスケートを離れた時期もあったが、2004年に見事復帰。そして2010年バンクーバーオリンピックで8位入賞し、多くの感動を生んだ。持ち前の表現力と世界観で2011年GPファイナル銀メダル、2012年世界選手権銅メダル、現役最後の2013年全日本選手権では悲願の優勝を果たし、ソチへの切符を手にする。ソチオリンピックでは2大会連続となる8位入賞。現在は、プロフィギュアスケーターとしてアイスショー出演を軸に、テレビ出演や全国各地での講演活動を精力的に行っている。また引退後2015年より念願の振付師としてのキャリアをスタートさせ、国内・海外にて後進の指導にあたっている。

●著書

「プロのフィギュア観戦術」(PHP 新書)

「等身大で生きる - スケートで学んだチャンスのつかみ方」(NHK 出版)

「壁はきっと超えられる～夢をかなえる晩成力」(プレジデント社)

「ひとつひとつ。少しずつ。」(KADOKAWA) 他



しあわ戦隊 KOUMIマン



プログラム

10:00～ 11:30	町制施行70周年記念式典 功労者表彰、記念ロゴ表彰 健康福祉まつり ひまわりわーくすコーラス 小海保育園「リズム体操」	北牧体育館
10:00～	キッチンカー販売開始 参加団体販売・展示開始	正面玄関前・ 多目的ホール 他
13:15～	「スコップ三味線」 JA長野ハゲ岳小海支所女性部	北牧体育館
13:30～	記念講演会 プロフィギュアスケーター 鈴木 明子氏 「新しい自分を生きる ～ひとつひとつ、少しずつ、夢への道のり～」(仮)	北牧体育館
15:00～	小海小学校合唱クラブによる合唱	北牧体育館

参加団体

あゆみ園・つばさの会…手づくりおもちゃの製作
こうみの里…施設の紹介
しゃくなげ会…活動内容紹介
はあーと工房ポッポ…パン、お菓子、手工芸品の販売
東信鍼灸師会…鍼灸体験
NPO法人縁豊里薬局…薬局縁日「養生くじ」
すみれ会…クラフト製品の販売
介護サービスかたくり…手芸品販売
ひまわりわーくす…お菓子、手工芸品の販売
根っ子の会…手作り作品販売・活動内容紹介
小海おはなし本舗…かみしばい・活動内容紹介
朝霧会…人形劇・活動内容紹介
更生保護女性会…活動内容紹介
花を愛する会…活動内容紹介

小海そば打ちクラブハツ手峯会…活動内容紹介
傾聴ボランティア…活動内容紹介
八峰村…活動内容紹介
子育てサポートこうみ…活動内容紹介
更紗どう暖の会…活動内容紹介
つながり隊…活動内容紹介
習知会…活動内容紹介
明るく元気にしたい会…活動内容紹介
やすらぎ園ボランティア…活動内容紹介
小海中学校…歯と口の健康週間で作成した俳句
佐久総合病院地域健康管理科…アハ体験
小海町赤十字奉仕団…非常食の試食・募金
小海町共同募金会…募金
こども家庭総合支援センタースミール…活動内容紹介



保育園(児童館)→中学校グラウンド前→小海駅
→北牧楽集館の巡回ルートでシャトルバスを
9時00分から30分おきに運行しますのでご利用ください。

小海町社会福祉協議会



AR災害 疑似体験

開催場所：会議室①

浸水体験



火災体験



浸水や火災の
リスクを認知
し、災害時に
適切な行動が
できるように
しましょう。

災害について 考えるコーナー

日赤奉仕団による

ハイゼックス炊飯袋で ごはん作り体験

- 炊き出しおにぎりの試食
- 防災グッズ・非常食の展示



もったいない市

10:00～

開催

捨てるなんてもったいない！

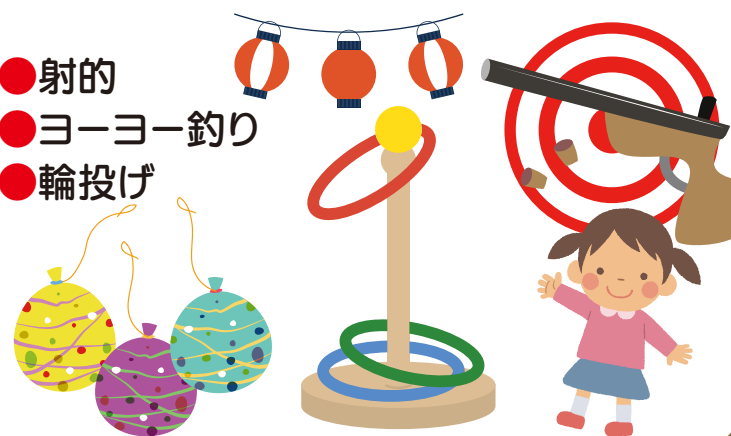
まだまだ使える日用品、洋服など新品から中古品まで社会福祉協議会にお譲りしていただいたものを、必要とする人に100円～安価でお譲りします！売上金は災害支援に役立てていただきます。

マイバッグをお持ちください。



子ども縁日

- 射的
- ヨーヨー釣り
- 輪投げ



小海町ボランティア 連絡協議会 活動見本市

小海町ボランティア連絡協議会登録グループの活動紹介を行います。各グループでは随時仲間になってくれる方を募集しています。



フードドライブ 開催

寄付していただきたいもの

缶詰・レトルト食品・カップめん
・米・日用品・文房具など

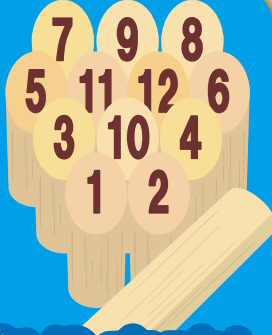
ご家庭で眠っている食品を食品ロスになる前に寄付していただき、必要としているご家庭や団体にお渡しします。

※賞味期限が1ヵ月以上あるものに限り。※日用品・文房具は未使用のものをお願いします。



モルック体験

モルックとはフィンランドの伝統的なゲームを元にどなたでも楽しめるスポーツとして人気が高まっているスポーツです！



参加賞あります！

未使用郵便切手、未使用ハガキ、 書き損じハガキ

集められた未使用の切手、ハガキ、書き損じハガキは小海を拠点に生活困窮者の食糧支援を行なっている山谷（ヤマ）農場さんに使っていただいております。



こうみワインまつり 同時開催

10:00～15:00

場所：エキマエ照ラス（小海駅前）

地元産ワインと料理をお楽しみいただけます。



農産物加工直売所 イベント 同時開催

場所：農産物加工直売所

