

I♥(LOVE)佐久穂な女性起業家たちが  
佐久穂町と始めるヘルスケアフェスティバル  
心と体の健康を楽しむライフスタイルをご提案☆

めざせ、ぴんぴんころり  
～健康の森～

# ヘルスケア フェスティバル

Vol.1  
in 佐久穂

[開催日]  
平成30年  
**2月7日(水)**  
10:00～15:00

[場所]  
佐久穂町生涯学習館  
も ら い か ん  
**茂来館**

佐久穂町で心と体をしっかりと  
ケアするための活動に取り組む仲間が集結！  
健康をサポートするセラピーを体験したり、  
食したり、学んだりする  
“ヘルスケアフェスティバル” Vol.1  
を開催します。

**町民に限らず老若男女  
どなたでもご参加ください！**

**オープニングイベント**

スポーツボイスの開発者  
東哲一郎先生による  
**健康エクササイズ**  
■10:00～

みんなで気持ちよく運動しましょう！  
誰でも楽しめる内容です  
お気軽にご参加ください

**郷土料理の振る舞いイベントあり！**  
■12:00～ ※限定100食  
(容器代1人100円ご負担願います)

■主催：「めざせ、ぴんぴんころり～健康の森～」実行委員会  
佐久穂町・長野県・長野県次世代ヘルスケア産業協議会



家族みんなで楽しめる！  
自分に合った  
健康づくりを探せる！  
ボディケアの体験もあるよ！

# ヘルスケアフェスティバル 出展一覧

ヘッドリラクゼーションサロン  
温♥～ON～(輿水美穂)

仕事や子育てで疲れた身体を頭からほぐしませんか?!特にパソコンやスマホをよく使う方・頭でいろいろ考え込んでしまう方にオススメです。  
★ヘッドセラピー 20分:1,000円

結。ヨガ ～yui.yoga～  
(油井由紀)

■ベビーヨガ®…11:15～12:00  
(3か月～1歳半のお子様とその保護者)  
■RODY YOGA®  
…13:30～14:15  
(3歳以上のお子様とその保護者)  
★参加費:1,000円 **各先着7組**

TERRAピストハウス  
月見草(小野夕子)

純度の高い精油のみを使用し、ゆったりと日々活動し続ける大切な手をトリートメント。全身のツボを刺激し、心も体もリラックス♪  
★アロマハンドトリートメント 15分:500円

からだケアサロンnikki  
～につきい～(佐々木英子)

優しいインドタッチで、肩～背中をほぐしていきます。パキパキと痛くするものではないのでご安心ください。  
★背中ほぐし 20分:1,000円  
★骨盤調整(問診込)40分:3,500円

～お山の小さなロミロミサロン～  
lulumalu(丸山千恵)

ロミロミは心と体と精神を調和させ、あるべき姿に戻すお手伝いをする1500年以上前からあるハワイの伝統的な癒しの技術です。今回は着衣のままベッドで受けられます。★ドライロミ 20分:1,500円/30分:2,000円

ナチュラルヒーリングサロン&スクール  
ママン・フィユ(山崎浩恵)

GLA:足首・手首の関節を緩め体の軸と気骨を整える次世代セラピー。柔軟性をアップして心も体も若返る!?  
★手・足 各20分:2,000円  
(アロマクリーム付)

べっぴん工房ボディアート  
&雑貨販売(大工原七衣)

肌を染色して楽しむボディアートをご用意!! 繊細なアートをお楽しみください♪  
★サイズ:300円～

Harb Yulala ハーブ  
はちみつ販売(高見澤よ志子)

茂来山の麓で、自然との調和を大切に丁寧に育てたHerbたち。その香りと美しさをお届けます。  
★ハーブバスソルトづくり お一人:600円

たまゆら(古池美喜)

■女性ホルモンを整えるパーソナルアロマスプレー(ミニリーディング付)  
★20分:1,500円  
■感染予防にも!季節のルームスプレー★10分:1,000円

こもれび書道クラブ 手形・足形お名前色紙(新井結加里)

普段なかなかやらないけど、あったら記念になって嬉しいのが手形や足形。たまにはそこにお名前も入れてみませんか?お子さまを見て感じて、その時の感覚でお名前書かせて頂きます!  
★1回:1,000円(色紙2枚)

笑い文字ワークショップ  
幸せを呼ぶ笑い文字(小林ひとみ)

「笑い文字」は黒と朱色の筆で書いた筆文字。満面の笑顔に思わずニコリ!書いて半分、渡して完成の笑い文字は思いを伝えるコミュニケーションツールです。名前書き、講座案内、日常で使える笑い文字活用法を紹介します♪  
★ハガキ1枚:300円

ミニおはなし会

ヘルスケアフェスティバルにあわせ、図書館の紙しばいコーナーで行います。  
たのしいおはなし会だよ!  
みんな遊びに来てね☆

郷土料理を楽しもう

(ふるさと味の会)

佐久穂の恵みいっぱい!  
野沢菜のこねつけ&きりこみ(すいとん)

12:00～  
限定100食  
容器代1人100円  
ご負担願います

健康相談

町保健師による健康相談を行います。血圧測定、育児相談、介護相談に応じます。  
どなたでもお気軽にお越し下さい。

コミュニティカフェもらい  
(お菓子等の販売)

ヘルスケアフェスティバル開催にあわせ、スペシャルスイーツの盛り合わせプレートをご用意しています。

託児所、あります

6ヵ月以上～  
3歳未満児の託児希望は、**事前予約**が必要。  
6ヶ月未満及び3歳以上の方は、キッズスペースで。

託児のご予約は  
↓こちらのフォームから



電話でのお問合せ  
0263-36-9180  
特定非営利  
活動法人 SCOP  
(担当:跡部)