

会場案内マップ

6つのスタンプを探してプレゼントをもらおう!

- 会場内に隠れたスタンプ(4つ)
- 体験するともらえるスタンプ(2つ)
- は、対象の体験ブースで体験するともらえるよ。

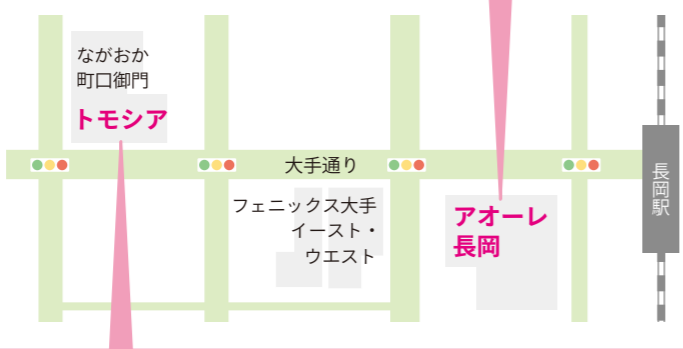
スタンプを押すカードは会場でもらえるよ。
6つ集めてプレゼント交換所にもっていこう!

3F 会場
11 階段 EV
13 市民交流ホール D
14 スタンプラリー
15 市民交流ホール BC
第1~3 協働ルーム

1F 会場
5 シアター
3 ナカドマ
2 エスカレーター
10 議場
9 西棟
ホワイエ
7 アリーナ
6
1 本部
8 市民交流ホール A

東棟
大手通り

スタンプラリー設置場所



長岡市社会福祉センター トモシア

3F 会場
17 多目的ホール
会議室 研修室4 研修室3 研修室2 研修室1
和室2 和室1

4F 会場
4F テラス 18

1F 会場
16 ボランティアセンター
コピーコーナー
録音室 点字室
ボランティアセンター事務室 総合窓口
カフェ

みんなで福祉・健康を
楽しく学ぼう!

SUKOTOMO
すことも

すこやか・ともしびまつり
2019
9.28(土)-29(日)

参加無料

時間 10:00-16:00
会場 アオーレ長岡・長岡市社会福祉センタートモシア

時代を超えて届けたい、
時代を超えてつなぎたい。

ふれ愛コンサート
inながおか

8 市民交流ホールA
ふるさと支援
こん平プロジェクト
「みんなで守る 新潟のいのち」

29日
時間:13:00~14:30(開場12:30)
【主な内容】
・落語絵本読み聞かせ「寿限無」
林家こん平事務所認定講師:桐生淳子
・講演「みんなで守る 新潟のいのち」
メンタル心理カウンセラー:笠井 咲
・こん平師匠との握手・撮影会
定員:200人(先着順)
共催:長岡市健康課
問い合わせ:
一般社団法人林家こん平事務所 事務局
TEL:0120-118-731 E-mail:info@123chara-n.jp

6 アリーナ
29日
時間:10:20~12:30
【出演】
1.坂牧颯人 5.午前2時の観測隊
2.金内 結 6.てんまりの会
3.藤田芳雄 7.ピュアバンド
4.弦式音語
主催:「ふれ愛コンサート」実行委員会
共催:長岡市/長岡市社会福祉協議会
問い合わせ:長岡市福祉課 TEL.0258-39-2343 FAX.0258-39-2256

**アオーレ・トモシア合同
スタンプラリー開催!**
スタンプを集めてすてきなプレゼントをもらおう!
※スタンプラリーの台紙は会場で配布します。

10 議場
28日
時間:10:30~11:00
【内 容】第32回ともしび運動ポスター展表彰
長岡市社会福祉協議会会長 表彰
長岡市老人クラブ連合会会長 感謝状贈呈

※会場の周辺駐車場には限りがあります。電車・バス等の公共交通機関をご利用ください。

アオーレ長岡

体験コーナー

1 ナカドマ	スタンプラリー対象
新潟県柔道整復師会	あなたの柔軟性とテーピングの体験
パワーステーション	パワーリハビリで介護予防
長岡市薬剤師会	28日 お薬相談・薬団連のお薬展示 29日 わくわく薬剤師体験2019
新潟県臨床工学技士会	臨床工学技士とは
新潟県栄養士会 長岡支部	野菜の量、足りていますか?(野菜はかり体験)
新潟県理学療法士会	自分の身体を知らう!体成分分析
長岡市母子保健推進員協議会	親子手形、妊婦体験ジャケット ほか
新潟県精神保健福祉協会	アルコールパッチテスト ほか
新潟県診療放射線技師会	10秒でわかるあなたの骨密度
新潟県臨床検査技師会	肺年齢を調べてみよう
長岡歯科医師会	歯医者体験、ブラッシング指導 ほか
新潟県認知症ケア専門士会	作業体験を通じた認知症の普及啓発
ながおか臨床美術の会	アートでわくわく健康づくり
結核予防会	複十字シール募金活動、肺年齢測定(28日のみ)

体験コーナー

9 11 ホワイエ・3Fデッキ	スタンプラリー対象
9 ホワイエ	
新潟県言語聴覚士会	言語聴覚士の世界をのぞいてみませんか?
認知症の人と家族の会	「認知症」相談
ひまわり生命保険株式会社	福祉・健康に関するクイズ
長岡地域振興局 健康福祉環境部	クイズ食中毒を防ごう(28日のみ)

11 3階デッキ	
新潟県看護協会 長岡支部	一日まちの保健室 健康相談、血圧測定 ほか(28日のみ)

5 シアター	
シアター上映	
28日	チャリティ映画上映会 ①10:30-12:00(開場10:15) ②13:00-14:30(開場12:45) 「夢は牛のお医者さん」 主催:長岡長生ライオンズクラブ
29日	体験!感動! バリアフリー上映会 14:00-16:00(開場13:30) 「光」 主催:長岡視覚障害者福祉協会

2 3 9 ナカドマ・ホワイエ	
2 すこともマルシェ	福祉団体による、特製パン・お菓子・小物販売、ワークショップなど
3 すこともキッチン	食事など、お昼やおやつにご利用ください!
9 福祉のカフェりらん	ケーキやドリンク販売など

お給料券対象・体験コーナー

12 市民交流ホールBC お給料券対象

体験してお給料券をゲット!
プレゼント交換所にもっていくと、お菓子と交換できるよ!挑戦しよう!

すことも

介護士体験

- ・車いす体験
- ・ハンディキャップチャレンジ体験(手袋5枚して豆つまみ!他)



看護師体験

- ・傷の手当体験
- ・心音の聴診体験
- ・人体模型の組み立て



保育士体験

- ・抱っこ体験
- ・オムツ交換体験
- ・おんぶ体験



高齢者疑似体験

- ・高齢者疑似体験セット着用による日常動作体験



体験コーナー

6 アリーナ 28日

かんたん料理教室
かんたん!おいしい!~ながおか~
出汁入りチヂミ・栃尾の油揚げピザをつくってみよう!

①11:00~ ②13:30~
事前受付10:15~
各回定員36人

うま味ってどんな味?
だし飲み比べ体験(随時)
主催:長岡市食生活改善推進委員協議会

体験コーナー

6 アリーナ

健康チェックコーナー
・体組成測定
・骨の健康チェック
・血管年齢測定

体験コーナー

4 ナカドマ 28日

炊き出しによるおにぎり配布
13:00~ 配布
炊き出し体験
~誰でも参加可能~
11:00 受付開始
主催:長岡赤十字奉仕団

14 協働ルーム

講座で楽しく学ぼう!

28日 手話コーナー
~みんなで学ぼう、楽しく遊ぼう~
場所:第2協働ルーム
①13:30~ ②14:30~

28日 認知症サポーター養成講座
場所:第1協働ルーム
①10:30~11:30 ②14:00~15:00

29日 救急法講座
場所:第2・3協働ルーム
随時

体験コーナー

8 市民交流ホールA 28日

ポッチャ体験
パラリンピックの種目の1つ、ポッチャをみんなで挑戦しよう!
協力:あいおいニッセイ同和損保

6 7 アリーナ

福祉施設や団体の作品展示・活動紹介
市内の約130団体もの作品群は圧巻!
パワーと輝きあふれる作品をぜひご覧ください!

15 市民協働センター

第32回ともしび運動ポスター展
約1,000点もの応募作品から入賞した小・中学生の力作をご覧ください!

体験コーナー

13 市民交流ホールD

キッズスペース
福祉の絵本やおもちゃをつかって親子で遊みましょう。
ヘアゴムづくりなどが体験できます!

16 ボランティアセンター 28日

トモシアお楽しみライブ
13:30~15:00

16 ボランティアセンター 29日

体験コーナー
プラレールで遊ぼう!

随時開催
100台以上の車両を使ってみんなで組み立てよう。
主催:長岡大学米山セミナー

17 多目的ホール・研修室1・2

ほほえみ作品展
長岡市三島郡特別支援教育協議会による児童生徒の作品展示

18 4Fテラス

体験コーナー
お楽しみ縁日
・バルーンアート(28日は13:00~16:00のみ)
・スーパーボールすくい
・射的・輪投げ

1階のカフェ「く・る〜む」で軽食も食べられます。