お 知 ら せ

講演会詳細はこちら

初めての湖北地域開催
令和8年度「聴こえの講演会」

補聴器の種類や人工内耳の最新情報に加えて、片側難聴（一側性難聴）や非対称性難聴についてもお話しします。聴こえの困りごとがある当事者、関係者だけでなく、聴こえに関心があるすべての方が学べる講演内容となっています（字幕同時投影）。補聴器等の展示ブースもあります。

日　時 ： 令和８年 11 月８日（日）　14:00 ～ 15:50（受付　13:00 ～）
会　場 ： 米原市役所本庁舎１階　コンベンションホール（米原市米原 1016）
座　長 ： 滋賀医科大学耳鼻咽喉科・頭頸部外科学講座　安岡 公美子 先生
参加費 ： 無料（※駐車場は入庫後２時間を超える場合は有料）

学会詳細はこちら

「第11回滋賀県多職種連携学会研究大会」

お申込はこちら

テーマ ： **つながる地域で、自分らしく輝く！**
日　時 ： 令和８年 12 月６日（日）10:00 ～ 16:00（受付 9:30～）
会　場 ： G-NET しが　男女共同参画センター（近江八幡市鷹飼町 80-4）

基調講演（県民公開講座）：**「ウェルビーイングと多職種協働」** 14:20 ～ 15:50
武蔵野大学　ウェルビーイング学部長
慶応義塾大学名誉教授　前野 隆司 先生



今年はウェルビーイング研究の第一人者である前野先生を講師に迎えます。
県民公開講座はどなたも無料 で参加できます。

Information

リハビリテーションセンターの
YouTubeチャンネル
をご活用ください

YouTube



心不全について
わかりやすく解
説しています。



4万回以上再生されています。
疾患をお持ちでない方でも簡単な体操として参考になる内容です。日常生活で無理なくできる習慣の導入として！

Information

「リハビリについて相談したい…」そんなお悩みはありませんか？相談員がお話を聞き、地域の関係機関をご紹介するなど、お役に立ちたいと考えています。
滋賀県立総合病院リハビリテーション科の受診相談もこちらで承ります。

総合相談専用窓口
電 話 077-582-9710（平日 9:00～16:00）
メール rihasoudan@pref.shiga.lg.jp

和み（第55号）令和８年（2026年）10月発行
■編集・発行：滋賀県立リハビリテーションセンター
〒524-8524 滋賀県守山市守山五丁目4-30（滋賀県立総合病院内）
TEL.077-582-8157 / FAX.077-582-5726 / e-mail:eg30@pref.shiga.lg.jp

この印刷物は、グリーン購入法適合紙を使用しています。

和み（なごみ）

滋賀県立リハビリテーションセンター情報誌
Vol.55/2026.Oct

特集
・スマホの上手な付き合い方
・県民参画イベント
「リハビリテーション SHIGAマルシェ」





令和７年総務省調査によるとスマホの世帯保有率は 91.8％となり、今や【誰でも持っているスマホ】になりつつありますが、「使いこなせているか」と問われるといかがでしょう？ 若い人たちはとても便利に、簡単そうに使っているように見えますが、その一方で「何をするにもスマホかぁ」「難しくなったなぁ」と感じておられるシニア世代も多いのではないでしょうか。「スマホでできた」を増やしてみましょう。

QRコードって、使ったことありますか？

左のような正方形の黒い模様＝QRコード（二次元バーコード）と呼ばれています。最近いろんなシーンで目にします。料理番組を見ているとき「詳しいレシピはテレビ画面の左上のQRコードを読み取ってください」と言われたけど、モタモタしているうちに画面から消えた…。外出先で入った飲食店で「QRコードを読み取ってオーダーしてください」と言われて諦めてしまった…、など。



滋賀県立リハビリテーション
センターのホームページ



こちらのQRコードをカメラで読み取ると滋賀県立リハビリテーションセンターのホームページが開きます。当センターでは県民の皆さんに広く認知し、健康づくりに役立てていただけるようなホームページを目指しています。ホームページにはこの情報誌『和み』のバックナンバーも掲載しています。

次ページの案内に沿ってQRコードの読み取りにチャレンジしてみてください。



QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

？QRコードの読み取り方がわからない。

多くのスマホがカメラを起動してQRコードにかざすと読み取れます。**右の写真のように画面に表示されたURL（※1）をタップ**（※2）すると情報が開きます。専用アプリ（※3）は必要ありません。家族と一緒に何度か練習してみるといいでしょう。やってみたら意外と簡単かもしれません。

※1　URL＝インターネット上の住所のような文字列
※2　タップ=画面を指で軽く１回たたく操作
※3　アプリ=アプリケーションソフトウェアの略称
　　特定の用途や目的のために設計されたソフトウェア





？何かわからないQRコード、あやしいモノでは？

公的な機関や大手企業、病院等の案内、表示は信頼性が高いと思われます。町で見知らぬ人が配っているチラシ、はり紙等は避けましょう。また差出人がわからないメールや広告は、むやみに開くのをやめましょう。

インターネット QRコード こんなことでお困りではありませんか？



説明を聞いても、用語がカタカナばかりで意味がわからない・・・。



スマートフォン・タブレットなどインターネットを安全に利用するために トラブル対策ブック

（出典元　総務省ホームページ）

スマートフォンやタブレットなどインターネットの使い方を教えてもらっても、「そもそも何を言われているのか、初歩的な言葉からわからない」という方も多いと思います。そんな方に**『上手にネットと付き合おう！安心・安全なインターネット利用ガイド』**ではわかりやすく説明がされています。

なかでもシニア向けの**『スマートフォン・タブレットなどインターネットを安全に利用するために　トラブル対策ブック』**は「今さら人に尋ねにくいなぁ」ということも優しく解説されています。

？今さら家族に聞きにくい、教えてもらえる人がいない。

お持ちのスマホの通信会社、スーパーマーケットやショッピングモール内の携帯ショップで相談会をされています。【わからないことがわからない人】も丁寧に対応していただけるようです。まずは各ショップへお気軽に問い合わせてみてはいかがでしょうか。

また『（お住まいの自治体名）、スマホ相談会』で検索してみるのも一つです。

滋賀県発の便利アプリ

BIWA-TEKU ビワテク

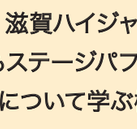
各市町が実施するモバイルスタンプラリーや各種健診の受診や身体情報登録で**健康ポイント**をためることができます。たまったポイントは、1年に一度、市町から提供される商品の抽選応募に利用できます。

ぽけっとポリス しが

県内の犯罪発生情報、不審者情報等をお届けするほか、防犯ブザー機能、ちかん対策機能等、**暮らしの安心安全**に役立つ便利機能を提供しています。

滋賀県防災アプリ

災害情報や道路情報、気象情報など様々な**防災情報**をまとめて提供しています。



8月9日（日）、イオンモール草津で県民参画イベント「リハビリテーションSHIGAマルシェ」を開催しました

県民の皆さんに体験を通じて**「将来を見据えた健康づくり」**について知ってもらうことをコンセプトに毎年実施しており、イオンモール草津での開催は今回で5回目になります。今年は過去最多の18団体に協力いただき、約1700名の来場者の参加がありました。



セントラルコートではリハビリや医療・福祉の専門職、大学がブースを出展し、親子で体験できるコーナーを設置しました。イオンホールではパラスポーツを中心に体験ブースを展開し、県内ではなかなか体験できないチェアスキーも多くの方に挑戦していただきました。レストランコートでは、リハビリの専門職だけでなく、滋賀ハイジャンプスやレイラック滋賀FCといったスポーツチームにもステージパフォーマンスに参加いただき、多角的な視点から「健康」について学ぶ機会を作ることができました。



