



医療法人弘英会 琵琶湖大橋病院

いちご会 広報誌

地域の健康とつながりを
イキイキ楽しく育む

いちご会 通信



2026.10

04

特集

息をのむような、琵琶湖の大パノラマ
絶景!びわ湖バレイツアー



絶景!

息をのむような、びわ湖の大パノラマ

びわ湖バレイツアー

春には咲き誇る桜並木、秋は絨毯のような紅葉、冬には白銀世界が広がるゲレンデ、

四季折々の多様な表情で、訪れる人々を魅了する「びわ湖バレイ」。

今回いちご会では、心地よい青葉の風が吹き抜ける初夏の季節に足を伸ばしてきました。

「青の世界」！
びわ湖が一望できる

高原の澄んだ空気と共に山頂で我々を迎えるのは、びわ湖バレイのシンボルである「Grand Terrace(グランドテラス)」と北湖を一望する「North Terrace(ノーステラス)」。

ウッドデッキの先には鮮やかな青のタイルが映える水盤が設置され、まるで足元からそのままびわ湖へと繋がっているかのような一体感を味わうことができます。3段構造になっているデッキは、立つ場所や高さによって変化するびわ湖の表情を楽しめるのが魅力です。

また、テラスにはあえて柵を設けていないため、青空を美しく映し出す水盤と雄大なびわ湖のパノラマが見事に融合。広々とした開放的なテラスは、どこを切り取っても絵になるので、自分だけの特別なびわ湖の絶景を探すことができる絶好のフォトスポットとなっています。



天候に恵まれ、肉眼でもはっきりと遠くまで見渡せる青の世界に一同大興奮。
「ウチの家はあの辺りかな？」
「あんなとこまでよく見える！」
など、見る人それぞれ、楽しみ方も無限大です。



絶景とおいしい
ランチのコラボって、
贅沢すぎる〜♪



昼食はメインテラスにある「グリルダイニング&バー HALUKA」で。ステーキやハンバーグなどの Grill 料理を、爽やかな景色と同時に楽しめます。併設のカフェスタンドでは、びわ湖ブルーのドリンクやスイーツなども大人気！



まだ見ぬ絶景を見に、
いってきまーす！

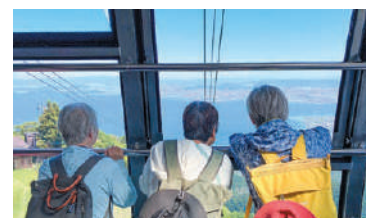


ロープウェイに乗って
いざ、打見山山頂へ

カラリと晴れ渡る青空が眩しい5月29日(金)、山岳リゾートとして名高い大津市木戸の「びわ湖バレイ」にて、いちご会特別ツアーを開催しました。

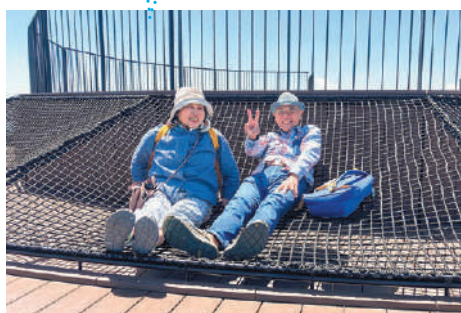
標高1100mの山頂へと向かうのは、日本一の速さを誇るロープウェイ。徐々に小さくなる街並みを眺めながらの爽快感、空中散歩に、上昇するゴンドラと重なるようにして、みんなのワクワク感も高まっています。

121人乗りの大型ロープウェイは、山頂までをわずか約5分で結びます。上昇とともに視界がぐんぐん開け、思わず声が出てしまうほどの壮大な景観が姿を現すと、誰もが360度ガラス張りの窓の外に釘付け。たった5分じゃ、もったいない！





ハンモックに寝転んで
ゆったりリラックス～



“まだ見ぬ新たな絶景”をテーマに作られた「Café 360」。デッキ中央には、ハンモックシートが設置されており、流れる雲をのんびり眺めながら癒しのひとときを過ごせます。併設されているトレーラーカフェでは、ドーナッツやドリンクの販売も。

**天空の特等席！
360度の大パノラマ**

リフトでの旅を終え、蓬萊山の山頂に到着すると、360度のパノラマが楽しめるカフェテリア「Café 360」（カフェサンロクマル）がお目見え。

アーチ状に広がる大きなウッドデッキからは、打見山よりも約70m高い目線から迫力たっぷりにびわ湖を見下ろすことができ、目の前には息をのむほどの広大な景色が広がります。

デッキの先端に立つと視界を遮るものは何ひとつなく、まるで空中に浮かんでいるかのような浮遊感が。びわ湖の約8割を一望できる庄巻のロケーションからは、京都や大阪の街並み、さらには日本海側の山々まで見渡すことができます。天候などの条件が揃えば、遠く南アルプスが見えることもあり、雄大なびわ湖を独り占めしているかのような贅沢な一体感を堪能できます。



山頂にはかなり強い風が吹いており、見晴らしの良さを肌でも体感。思わず「さむ～い！」と口をついて出てしまうものの、開放的な景色、肌を照らす太陽の光、五感の全てを通して感じるその心地よさは、最高のリフレッシュに。こちら、打見山のメインテラスに負けず劣らずの絶景フォトスポットとして圧倒的な人気を誇ります。



歩いているだけで
気分爽快！



リフトから見る景色も格別！
ゆったりと流れ移ろう豊かな
自然の表情を、1秒も逃さずに
堪能して。



ジップラインで
使用したグローブは
そのまま土産に！



1. ジップラインでは、木々のはるか上を爽快地に滑空。景色・スリル・開放感を一度にまとめて楽しめます。
2. 絶景ブランコから見る景色はまさに「絶景」の一言。足をびわ湖に向かって大きく投げ出せば、空に飛び立つような感覚が味わえます。



空と大地の
コントラストも素敵！

リフトは、素早い動作が不安な方でも、スタッフのサポートのもとで一時停止して乗り降りできるので安心。なお、山頂エリアは、初夏であっても山麓とは5℃～7℃ほどの気温差があるため、上着を一枚羽織るなど、防寒対策をするのがおすすめです。



**リフトを乗り継ぎ
最高峰・蓬萊山へ**

打見山のメインテラスを満喫したいちご会一行。次に向かうのは、びわ湖バレイの最高峰・標高1174mに位置する蓬萊山です。山頂へは2つのリフトを乗り継いで移動。風を感じながら進む道中では、森の中を滑走する「ジップライン」や、青空へ飛び出すような「絶景ブランコ」といった人気アクティビティの様子もうかがえます。

いちご×カケル

人と人のご縁を大切にする「いちご会」では、さまざまな団体や事業所とのコラボイベントを開催しています。
今回ご紹介するのは、スターバックス コーヒー 大津堅田店にて開催されている
医療法人弘英会 介護事業部が主催の2つのイベントです。

認知症や病気などで一人不安を抱えている方や、そのご家族がほっと一息つけるように。そんな想いで4月から毎月第2月曜日に開催されているこのイベントは、同じ悩みを持つ仲間同士が心を通わせあう温かな交流の場です。

「訪問看護ステーションらしくる」の認知症看護認定看護師や、当法人の看護師・理学療法士らなど、医療・介護専門職のスタッフが、参加された方の健康相談や家族支援の



毎月
第2
月曜日

「スターバックスコーヒー大津堅田店」とカケル 小さなつどいの場

相談にも寄り添います。
会話の中では、大切な家族だからこそすれ違ってしまいうこともあるお互いの想いを、介護をする側・される側の双方が聞いて「ふむふむ」と学び合う時間も。介護の悩みはなかなか簡単に解決しませんが、「話を聞いてもらってスッキリした！」と毎月たくさんの方の笑顔がうまれ、心地よい時間となっています。

気軽にしゃべりして「明日も頑張ろう」と気持ちを前向きにできる場所を、みんなでつくっていきましょう。

小さなつどいの場
(令和8年度大津市委託事業)
毎月第2月曜 10:00~12:00
参加・ワンドリンク 無料

【参加予約・問い合わせ】
医療法人弘英会 介護事業部 (担当: 轟)
Tel. 077-598-2066
Mail. kaigo-desk@boh-care.jp

電話対応 平日9:00~17:00
電話がつかない場合は、留守番電話またはメールでお問い合わせください。

時を忘れた感動ツアー、グランドフィナーレ！

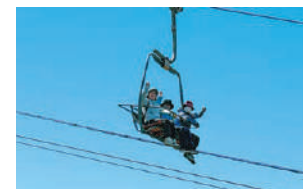
冬には多くのスキヤーやスノーボーダーで賑わうゲレンデへと姿を変える坂道を、初夏の陽気に包まれてハイキング。まるで名作ミュージカル映画『サウンド・オブ・ミュージック』の世界に入ったようで、あまりの開放感に思わず歌って踊りたくなってしまいます。



帰り道、最後の一步まで続く絶景

行きは爽快なリフトに揺られ、帰りは青々とした芝生を踏みしめて下山する。同じルートでも、視点を変えるだけでまた新しい景色が広がります。途中、リフトで下山する他の参加者たちと手を振り合う、微笑ましい一幕も楽しめました。

帰路の景色も余すことなく堪能し、ロープウェイで山麓へ。旅の締めくくりを飾るのは、待ちに待ったお土産選びです。滋賀の名産品や、ここぞしか手に入らない限定アイテムがずらりと並び、目移りしてしまうほどの充実ぶり。初夏の爽やかな思い出と感動の余韻を胸に、ツアーは最高潮のまま幕を閉じました。



毎月
第3
木曜日

「スターバックスコーヒー大津堅田店」とカケル ママさんCAFE

いつも頑張るママさんたちに、「自分だけの時間をゆっくりと過ごし、リラクゼーションできる居場所」という想いから始まったこのイベント。普段は忙しいママさんたちも、美味しいコーヒーとお菓子を手に、ママ仲間＆先輩ママ・パパであるスタッフとおしゃべりや子育て情報の共有を楽しみます。

イベント内では、「訪問看護ステーションらしくる」の助産師免許をもつ看護師や、当法人の看護師が、子どもの発達やママさんの心身の悩みに応じる個別相談を実施。さらに、多くのママさんが悩む「抱っこによる肩こりや身体の不調」に対しては、当法人の理学療法士が自主トレ指導を行うなど、心と身体の両面からサポートをしています。



ママさんCAFE
毎月第3木曜 10:00~12:00
参加費: 500円(ワンドリンク制)

【参加予約】
<https://reserva.be/yumemura5>



【問い合わせ】
医療法人弘英会 介護事業部 (担当: 轟)
Tel. 077-598-2066
Mail. kaigo-desk@boh-care.jp

Special thanks

今回ご協力いただいた施設をご紹介します。
皆さんも、ぜひ足を運んでみてください！



びわ湖テラス(びわ湖バレイ)

滋賀県大津市木戸 1547-1

☎ 077-592-1155

📍 山岳地特有の天候変化があるため、ホームページ内「本日の営業状況」をご確認ください。

https://www.biwako-valley.com/tips/biwako_terrace/



1. お土産は、びわ湖バレイオリジナル商品をはじめ、地酒や近江牛商品などを取りそろえたセレクトショップ「びわ湖ストリート」で。

2. 人気商品は、シンボルである大型ロープウェイのゴンドラを型どったパッケージの「ロープウェイチョコクランチ」。

いちご会
会員限定

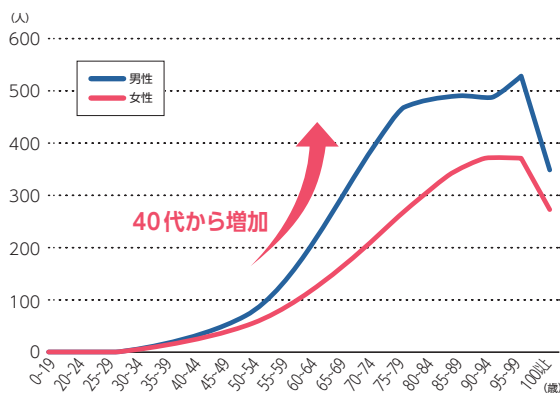
大腸がん検診が、 毎年1回無料で受けられます！

お申し込み期間：令和8年10月13日（火）～11月24日（火）

大腸がんは年間5万人以上の方が亡くなっており、がんの部位別罹患率や死亡者数でも上位に入っています。なかでも罹患率は40代以降から急増するため、ミドル世代や高齢者は特に注意が必要です。しかし、大腸がんは進行が遅いことも多いため、定期検診により早い段階で発見ができれば高い確率で治すことが可能です。

ただ、なんの症状もないのに、いきなり病院の受診や精密検査（大腸内視鏡検査・大腸CT検査）を受けたりするのはハードルが高いと感じる方は多いかもしれません。そこで、まずは検便（便潜血検査）で手軽に大腸がんチェックをしてみましょう。最低でも1年に1回検査をすることが、大腸がんの早期発見につながります。

■年齢階級別 罹患率（人口10万人対）



※国立がん研究センター がん情報サービス「がん統計」（全国がん登録）より

お申し込み方法は下記の2種類です。お気軽にお申し込みください。

①オンライン申し込み

オンライン申し込みページはこちら▶



②電話でのお申し込み

いちご会 TEL.070-3798-2611（平日9～17時）

詳細は、チラシを
ご確認くださいチラシの閲覧
はこちら▶

いきいき体操教室 & 健康ミニセミナー

琵琶湖大橋病院 循環器ロビーにて毎月第1金曜日 開催！過去のセミナーをピックアップしてご紹介します。

「腎臓長持ちの秘訣」

講師：CKDセンター 副センター長・腎臓内科部長 足立孝臣 先生

健診で「eGFR」が60以下、または「尿蛋白」が陽性（+）なら、まずは腎臓内科の受診を。結果が大丈夫な方も、腎臓機能の低下を食い止めるために減塩やこまめな水分補給などを意識しましょう。腎臓を長持ちさせることは、健康寿命を延ばすことにつながります。

■琵琶湖大橋病院 腎臓内科外来

診療時間：毎週 水（13:00～15:00）、金（9:00～15:00）、土（9:30～12:30）

※土曜は第1・2・3・5週のみ ※予約優先で診療いたします

予約：TEL.077-573-4321 月～金曜日（祝日除く）14:00～16:00

医療法人 弘英会
琵琶湖大橋病院

いちご会

いちご会は、健康寿命延伸・住みよいまちづくりを
テーマに、地域のつながりを深める活動をしています。

■電話で入会・その他 問い合わせ

070-3798-2611（平日 9～17時）

■LINEで入会

①いちご会のアカウントを友だち追加
②トーク画面から会員登録入会費
年会費
無料

アンケートのお願い

読者アンケートを
実施しております。
ご協力よろしくお願いいたします。

回答はこちら