

## スプリングチャレンジ（入院型4日間）

[開催期間]：令和8年3月3日(火)AM10時から  
3月6日(金)AM12時まで  
(受付 3月3日(火)9時30分～)

[開催場所]：東長野病院 第一会議室・東2階病棟

木々の芽吹きに春の訪れを感じる季節となりました。

このたび、令和8年3月3日（火）から3月6日（金）までの4日間にわたり、主に『肥満』や『登校渋り』などの悩みを抱えるお子さまを対象とした体験型プログラム「スプリングチャレンジ（入院型）」を開催する運びとなりました。

近年、お子さまを取り巻く環境は大きく変化し、スマートフォンやゲームの利用時間の増加、運動不足、生活リズムの乱れなどにより、心身のバランスを崩しやすい状況にあります。春休み期間においても、生活の切り替えが難しく、体調不良や不登校傾向につながってしまうケースも少なくありません。

本プログラムでは、4日間の集団生活の中で、さまざまな活動や周囲の方々との関わりを通して、「できた」「たのしい」「続けたい」という前向きな体験を積み重ね、新学期に向けて生活スタイルを見直すきっかけとなることを目的としております。

また、参加するお子さま同士が共に生活体験を送ることにより、連帯感や自己肯定感、社会性を育むことも大きな目的のひとつです。医師・看護師・リハビリスタッフ・心理職などの多職種が連携し、安心・安全な環境のもとで支援いたします。

つきましては、ぜひこの機会に「スプリングチャレンジ」へのご参加をご検討いただき、お子さまが新たな一歩を踏み出すきっかけをしていただければ幸いです。

**お問い合わせは当院小児科外来(午後2時～4時)まで**

今回のプログラムは、小学校3年生から中学校3年生向けとなっております

お申し込みは令和8年1月30日（金）まで承りますが、定員に達し次第、締め切らせていただきますことご承知ください

※ 参加のご連絡をいただいたご家族の方へは、別途ご案内の文書をお送りする予定です。

※ 費用概算（参加者負担額）

○ 入院費等

医療費自己負担額 0円（福祉医療費受給者証がある場合）

食事療養費自己負担額 4,590円

○ 諸経費

2,000～3,000 円程度（詳細未定）

〒381-8567 長野市上野 2丁目477番地

独立行政法人国立病院機構 東長野病院

☎ 026-296-1111(代表)

Fax 026-296-1189

ホームページアドレス <https://higashinagano.hosp.go.jp/>