

「歩く」と「健康」をあなたの暮らしに！

ふくおかウォーキングフェア 2019

健康への関心が高まる中、西日本新聞社、凸版印刷、正興ITソリューションは健康アプリ「ふくおか散歩」を2019年1月にリリースしました。

これは、ウォーキングやイベント参加などによって得られる健康ポイントの付与により、楽しみながら生活習慣の改善につなげるためのアプリです。

このアプリのリリースを記念して、「健康」と「歩く」をテーマとした「ふくおかウォーキングフェア2019」を開催いたします。

参加者
募集！

参加無料

2019年

2月15日（金）10:00～16:00（10:00開場）

会場：エルガーラホール 7階中ホール（福岡市中央区天神1丁目4-2）

- 対象 健康に関心のある方ならどなたでも参加できます
- 内容 ウォーキングや健康に関するブース出展やセミナーを開催。
- 申込 申し込みは不要です。当日会場までお越しください。



ブースで気軽に楽しみながら健康チェックしよう！

●出展ブース

- ①ふくおか健康づくり県民運動（福岡県健康増進課）
- ②福岡市（口コモ予防～Try!40cm～）
- ③中間市・なかまフットパス
- ④公益社団法人 福岡県栄養士会
- ⑤西日本新聞森永宅配センター
- ⑥凸版印刷
- ⑦正興ITソリューション
- ⑧ファイテンショップ天神店
- ⑨ふくおか散歩（西日本新聞、凸版印刷、正興ITソリューション）

テレビで話題の
グランチアも登場！
（セミナー①・③）



セミナーでウォーキングや健康づくりの楽しみを知ろう！

●ミニセミナープログラム

- ①10:30～10:55 「ウォーキング 外でも家の中でも楽しもう～グランチア～」太刀山美樹氏（MIKI・ファニット）
- ②11:00～11:30 「筋肉を保つための食事と栄養」福岡県栄養士会 前田美咲管理栄養士
- ③11:30～11:55 「ウォーキング 外でも家の中でも楽しもう～グランチア～」太刀山美樹氏（MIKI・ファニット）
- ④12:05～12:20 「足のアーチをつくる中足骨ケア」ファイテンショップ天神店
- ⑤13:00～13:30 「立腰・丹田＆ニコニコペース®を使ったウォーキング前の準備体操」田中真紀氏（一般社団法人10分ランチフィットネス協会公認マスター インストラクター及び教育トレーナー）
- ⑥13:45～14:00 「ありのままの中間市を歩く～なかまフットパス～」中間市役所（なかまフットパス担当者）
- ⑦14:30～15:00 「楽しく歩こう！筋力アップのための食事工夫」福岡県栄養士会 酒井陽子管理栄養士
- ⑧15:10～15:25 「ありのままの中間市を歩く～なかまフットパス～」中間市役所（なかまフットパス担当者）

※実施時間・内容は事情により変更する場合もあります。

アプリをインストールして 来場特典をゲットしよう！

先着順でお米や菓子などのプレゼントもあります。 ※アンケートの記入が必要なものもあります。

来場時はスマホとアプリの
インストールを忘れずに！



ふくおか散歩のミッションとして
会場内のQRコードを読み取ると

1,000 ポイントゲット！

主催：西日本新聞、凸版印刷、正興ITソリューション 後援：九州ヘルスケア産業推進協議会（HAMIQ）、福岡県、福岡市

「ふくおか散歩」公式ウェブサイト <https://fukuoka-sanpo.jp/>