

市政記者各位

令和5年1月23日

第9回 アラカンフェスタ を開催！！

退職などで生活スタイルの大きな転換が見込まれる「アラカン世代」（60歳前後の世代）を中心とする幅広い世代を対象に、これからの過ごし方を考え、余暇活動や地域活動、生きがいづくりとしての仕事などを考えるきっかけをつくるための催し「アラカンフェスタ」を開催します。

開催 令和5年2月23日(木・祝) 10:00~16:00

場所 福岡国際会議場（博多区石城町）

主催 アラカンフェスタ実行委員会（福岡市ほか）

主な内容

● 講演会・セミナー

・「ズボラな人にも響く健康講座」

鎌田 實 氏（医師・作家）（11:00~）

・「人生100年時代私たちのチャレンジ」

石原和幸氏（庭園デザイナー）×石井康子氏（園芸研究家）（13:00~）

・「アラカン爆笑寄席」

桂 そうば 氏（落語家）：（14:00~）

● ミニセミナー

「春の薬膳料理と養生方法」（薬膳料理研究家 甲木里枝氏）

「V字回復とその後」（株式会社スターフライヤー前社長 松石禎己氏）

● ワークショップ

「やってみよう椅子ヨガ」（ヨガインストラクター 門永友香氏）

● パフォーマンス

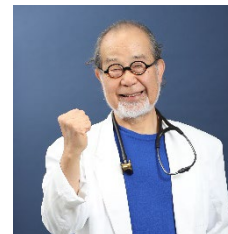
「アラカンモデルファッションコーディネートショー」

● ブース会場

- ・口腔ケア、ロコモ予防、ファッション等 健康・美容に関するブース
- ・ネットスーパー、健康ウォーキングアプリ等 デジタルツールの利用促進に関するブース
- ・その他、アラカン世代の暮らしに役立つ商品・サービスに関するブース



※アラカンフェスタ公式 LINE お友達登録特典として
鎌田氏講演会事前予約枠あり（先着 500名）
※往復はがきによる事前予約枠もあり（抽選 100名）



鎌田實氏



桂そうば氏



石原和幸氏・石井康子氏

問い合わせ先

福祉局高齢福祉課 担当：中村
TEL：(092)711-4881、FAX：(092)733-5587

アラカンフェスタ実行委員会事務局(イデアパートナーズ株)
担当：神山 TEL：(092)8389-7492





第9回

アラカンフェスタ

2023.2/23 (木祝) 10:00~16:00

福岡国際会議場

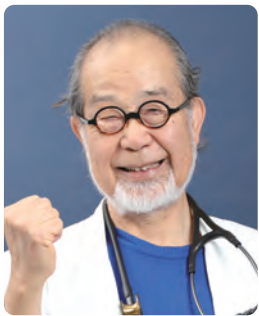
入場無料

福岡市博多区石城町2-1



ポスト・コロナを
楽しく生きるヒントが
ここにある。

アラカン講演会



オトナの健脳塾
鎌田 實氏

『ズボラな人にも響く健康講座』

3階ホール 11:00~

医師・作家。ベストセラー「がんばらない」をはじめ著書多数。

事前予約はこちら



アラカン爆笑寄席



落語を聞いて笑いで元気に!!
桂 そうば氏

3階ホール 14:00~

1978年8月10日生まれ 福岡市出身(百道小学校、西南学院中学校、卒業)【受賞歴】朝日放送主催・第一回なみ1グランプリ優勝。神戸大学の落語研究会で上方落語と出会う。薬品会社に勤務後、桂ごぼに入門。落語初心者にも分かりやすい落語をモットーに、老若男女に笑いを届ける。

アラカントークショー



人生100年時代
私たちのチャレンジ
庭園デザイナー
石原 和幸氏

園芸研究家
令和4年度 都市緑化功労者 国土交通大臣表彰 受賞

石井 康子氏

2階セミナー会場 13:00~

アラカンセミナー [2階セミナー会場]

やってみよう
椅子ヨガ
◆ヨガインストラクター
門永 友香氏

10:10~



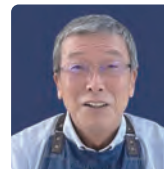
春の薬膳料理と
養生方法
◆薬膳料理研究家
甲木 里枝氏

10:50~



V字回復と
その後
◆スターフライヤー元社長
松石 禎己氏

15:00~



アラカンフェスタは、生活スタイルの転換期を迎える60歳前後のアラカン(=アラウンド還暦)世代を中心とした皆様の第2の人生のヒントが満載のイベントです。

会場ではイベントも盛りだくさん！

ミラクルマンデーファッション コーディネートショー



ベンリを始めよう！やってみよう！ ネットスーパー体験、 スマホアプリ活用術、 eモータースポーツ

終活への第一歩！ メモリアル フォト撮影会



脱炭素の暮らしのヒント EV車展示/太陽光発電相談会



健康づくり ロコモ予防、口腔ケア、 スロージョギング

※ イベント内容は変更になる場合がございます。

発酵無添加マルシェ 福岡市「福岡100」情報サロン

～ 介護に関心をお持ちの方へ～
小規模多機能型居宅介護に
関するフォーラムも同時開催!!

4階
14:00
16:00

アラカンを応援する企業・団体はコチラ!!

お食事処 丸良 福岡市 NPO・ボランティア交流センター あすみん 福岡市地球温暖化対策市民協議会 福岡県中高年就職支援センター
 福岡市社会福祉協議会・ボランティアセンター 公益社団法人 福岡市シルバー人材センター 福岡県生涯現役チャレンジセンター
 公益社団法人 福岡県高齢者能力活用センター 公益社団法人 福岡市老人クラブ連合会 シニア・ハローワークふくおか 福岡市（順不同）

[会場] 福岡国際会議場
福岡市博多区石城町2-1 TEL.092-262-4111

【ご来場者へのお願い】 当イベントは感染拡大の防止に細心の注意を払い実施します。新型コロナウイルス感染拡大予防対策として、体調不良時や濃厚接触者の来場自粛、入場時の手指消毒や検温、不織布のマスクの常時着用、会場内での密の回避等予防対策のご協力をお願いいたします。また、ご協力いただけない場合は、入場口にて入場をお断りすることもありますのでご了承ください。

駐車場に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

西鉄バス 天神ソリアステージ前 行先番号 80, BRT 博多駅西日本シティ銀行前F 行先番号 88, BRT 国際会議場サンバレス前

アラカンフェスタ
実行委員会事務局
(イデアパートナーズ(株)内)
イベントに関するお問い合わせ

TEL.092-401-3456
(平日10時～17時)
FAX.092-739-6081

