福岡 100 関連イベント一覧

食べて歩こう！パートナーズウォーク

ウォーキングと健康に良い食事を促すため、健康・食育パートナーズ登録店や市内で開催される健康づくりイベントを巡るウォークラリーイベントを実施します。

【日時】
9 月 1 日(月)～10 月 31 日(金)
【場所】
市内の健康・食育パートナーズ登録店(約 170 店舗)
市主催等の健康づくりイベント(対象イベントのみ)
【詳細 URL】
https://pw-fukuoka.com/

認知症サポーター養成講座＆ユマニチュード講座

認知症サポーター養成講座とユマニチュード講座を同時開催し、認知症の基礎知識とユマニチュードの接し方について一緒に学べる機会となっています。2 回のシリーズで、より実践的に考える講座です。

【日時】
① 9 月 24 日(水) 14 時～16 時
② 10 月 22 日(水) 14 時～16 時
【場所】
博多区役所
【詳細 URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/hakataku/chiikifukushi/life/R7hakataku_ninnsapo.html

区民と医師との会　公開講演会 「認知症と睡眠」

南区医師会 50 周年を記念して、「認知症と睡眠」をテーマに睡眠による健康づくりや、睡眠と認知症との関係について講演を行います。講師は久留米大学学長の内村直尚さんです。

【日時】9月 27 日(土)14 時～16 時
【場所】福岡市男女共同参画推進センターアミカス 4 階ホール
【詳細 URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/kenko/charm-event/kuminntoishitonokai.html

中央区健康フェア

今年のテーマは「見直そう！健康習慣　のばそう！健康寿命」です。健康の基本や食事、運動のこと等、健康情報満載でみなさまのご参加をお待ちしています。

【日時】
10 月 1 日(水)10 時～13 時
(各種健康チェックコーナーは 12:30 受付終了)
【場所】
あいれふ　1･2･5･7 階
【詳細 URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/chuoku/kenko/life/kenkoudukuri/kenkofea2025.html

西区健康づくり月間 2025

「西区健康応援ポイントラリー」や健康づくりに関するパネル展示など、健康づくりのきっかけを応援するイベントです。

【日時】
10 月 1 日(水)～10 月 31 日(金)
【場所】
西区役所別館
【詳細 URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/nishiku/kenko/life/kenkou/kenkoudukurigekkan_nishi.html

オトナ女子の身体リセット講座

壮年期の女性が自身の心身の状態について理解を深め、若い頃から要介護状態にならないための取り組みを継続できるよう支援する講座です。

【日時】※原則 3 回全てに参加できる方
①　10 月 1 日(水)14 時～15 時 30 分
②　10 月 15 日(水)14 時～15 時 30 分
③　10 月 29 日(水)14 時～15 時 30 分
【場所】
西区役所別館
【詳細 URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/nishiku/chiikifukushi/charm-event/otonazyosi.html

東区ふれあい広場

障がいの有無に関わらず、地域住民がお互いに理解を深めあい、住み慣れた地域でともに暮らせるつながりや助け合いのある社会づくりを目的とするイベントです。

【日時】
10 月 4 日(土)10 時～16 時
【場所】
イオンモール香椎浜
【詳細 URL】
https://fukuoka-shakyo.or.jp/news/event/20250908.html

令和 7 年度視覚障がい者外出サポートボランティア入門講座

視覚障がい者の外出を安全かつ快適にサポートするための知識と基礎技術を学び、通院や買い物などの外出に付き添う外出支援ボランティアを養成する講座です。

【日時】
1 回目:10 月　4 日(土) 13 時～16 時
2 回目:10 月 11 日(土) 13 時～16 時
3 回目:10 月 18 日(土) 10 時～16 時
【場所】
福岡市市民福祉プラザ
【詳細 URL】
https://fukuoka-shakyo.or.jp/news/event/20250819.html

40～50 歳代女性のためのオンライン講座

40～50代の女性を対象に、生活の質向上を目指す2回シリーズの講座です。

【日時】
第 1 回:10 月 8 日(水)14 時～15 時 45 分
第 2 回:10 月 22 日(水) 14 時～15 時 45 分
【場所】
Zoom・録画配信での受講(先着 100 名)
【詳細 URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/jonanku/chiikifukushi/charm/women-bemyself10081022.html

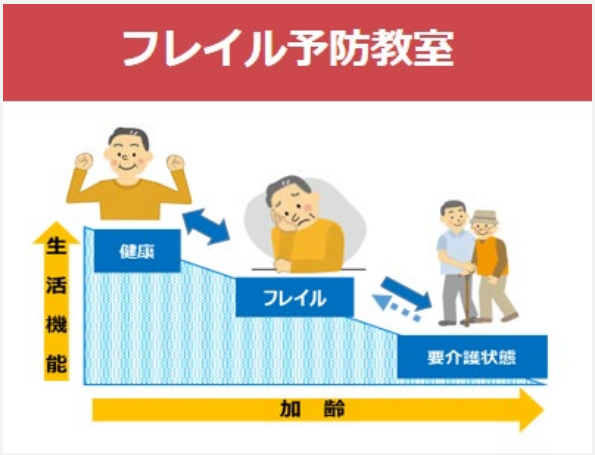
南区 Go To Walk 2025 in 若久通り

南区内にある「若久通りウォーキングコース」で、地域や大学、企業と連携し、健康や食育に関するイベントを開催します。

【日時】
10 月 13 日(月・祝日)
第1部:10 時～12 時
第2部:13 時～15 時
【場所】
若久通り、若久病院駐車場
【イベント URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/k-shinko/charm-event/R7 minamiku go to walk.html

きんしゃい♪フレイル予防教室　こすもすコース

フレイル(加齢等により心身が弱っている状態)予防に必要な運動・栄養・お口の健康などを学ぶ講座です。



【日時】
いずれも 10:00～12:00(全 4 回コース)
①　10 月 31 日(金)
②　11 月 7 日(金)
③　11 月 14 日(金)
④　11 月 28 日(金)
【申込締切】
10 月 15 日(水)
【場所】
博多区保健福祉センター　5 階集団指導室
【イベント URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/hakataku/chiikifukushi/kanren-shisetsu/hakataku-chiikihokenfukushi-annai/kaigoyobou/fureiruyobou.html

令和 7 年度おでかけ付き添いボランティア入門講座

加齢や障がいなどにより、一人での外出が不安な方の、外出をしたいというニーズに対応するため、外出支援ボランティアを養成する講座です。

【日時】
10 月 18 日(土) 10:00 ～ 15:30(12:00 ～ 13:00 は休憩時間)
【場所】
福岡市市民福祉プラザ 3 階 交流ひろば
【イベント URL】
https://fukuoka-shakyo.or.jp/news/event/20250821_2.html

令和7年度博多区健康づくり月間イベント

骨粗しょう症に関する講座、食生活、健康づくりに関するブース出展などを行います。

【日時】
10 月 21 日(火)10 時～13 時
【場所】
博多区役所 5 階
【イベント URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/hakataku/kenko/R7/kenkouseikatu.html

生活習慣病予防セミナー

生活習慣病予防のための食生活について正しい知識の普及を行い、食生活を見直す機会とすることで、生活習慣病予防の推進を図るセミナーです。

【日時】
10 月 27 日(月)14 時～15 時半
【場所】
西区役所別館(旧保健所)1 階講堂
【イベント URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/nishiku/chiikifukushi/seikatusyuukanbyouyoboukouennkai.html

RUN 伴 2025

RUN伴とは認知症の人や家族、支援者、一般の人が少しずつリレーしながら一つのタスキをつなぎゴールを目指す全国プロジェクトです。福岡市エリアでは、『認知症であっても なくても安心して暮らせる まちづくりを応援します』を合言葉に、誰もが住みやすいまち、そして皆さん自身が幸せに暮らしていける、きっかけづくりのソーシャルアクションを行います。

【日時】11 月 1 日(土)
【イベント URL】
https://www.city.fukuoka.lg.jp/hakataku/chiikifukushi/documents/RUNtomo2025chirashi.pdf

イベント情報は順次更新していきます！お楽しみに♪