

福岡 100 関連イベント一覧

福岡 100 何歳でも
チャレンジできる
未来のまちへ

人生 100 年時代を自分らしく楽しむヒントが大集合💡

7/

1



他

令和8年度 第1回終活応援セミナー🎤

終活への関心を高めるための市民向けセミナー【動画配信】

終活のメリットやエンディングノートの書き方をテーマにした 7 本の動画（字幕付き）を配信中。

期 7月1日（水）～令和9年6月30日（水）

所 オンライン

HP <https://www.city.fukuoka.lg.jp/fukushi/chiikihoken/health/00/04/r6seminar.html>

10/

1



他

西区健康づくり月間 2026 🎉

「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。

期 10月1日（木）～10月31日（土）8時45分～17時15分（開庁時間内）

所 西区役所別館（西区内浜 1-4-7）

HP https://www.city.fukuoka.lg.jp/nishiku/kenko/life/kenkou/kenkoudukurigekkan_nishi.html

10/

8



カラダの未来をアップデート🎉

—笑って、測って、動いて変わる。大人のスマート運動習慣—

市内のスポーツクラブ等の協力のもと、体力測定や健康チェック、運動に関する相談を実施します。福岡市出身の落語家・桂惣兵衛氏による無料落語も開催。フレイル予防のヒントを見つけましょう。

期 10月8日（木）10時00分～15時00分

所 ソラリアプラザ1階ゼファ（中央区天神 2-2-43）

HP <https://yokatore.city.fukuoka.lg.jp/course/d08-1>

期=開催日時 **所**=場所 **HP**=ホームページ

※カレンダーの日付は、イベント開催日（複数日ある場合はその初日）を記載しています。

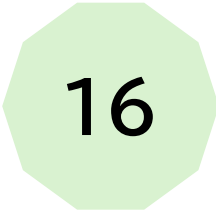


10/ 10 ⊕	東区ふれあい広場  障がいの有無に関わらず、地域住民がお互いに理解を深めあい、住み慣れた地域とともに暮らせるつながりや助け合いのある社会づくりを目的とするイベントです。 期 10月10日（土）10時00分～16時00分 所 イオンモール香椎浜（東区香椎浜3-12-1） HP https://fukuoka-shakyo.or.jp/news/event/20260907.html?preview=default 
10/ 14 水 他	きんしゃい♪フレイル予防教室 こすもすコース  フレイルとは、加齢とともに心身の活力が低下した状態をいいます。教室では、食事や口腔ケア等の講話と運動の実技を通して、予防のポイントが学べます。 期 10月14日（水）～11月4日（水）10時00分～12時00分 所 博多区保健福祉センター5階 集団指導室（博多区博多駅前2-8-1） HP https://www.city.fukuoka.lg.jp/hakataku/chiikifukushi/kanren-shisetsu/hakataku-chiiki-hokenfukushi-annai/kaigoyobou/fureiruyobou.html
10/ 14 水	知っとうね？成年後見制度  ～人生100年時代に備えよう～ 成年後見の内容や手続き方法などを、家庭裁判所職員が説明します。（※個別相談会ではありません）福岡市と成年後見推進センターによる取り組みの説明や市民後見人による活動の紹介も行います。※申し込み不要・先着200名 期 10月14日（水）14時00分～16時00分 所 福岡市市民福祉（ふくふく）プラザ 1階ふくふくホール（中央区荒戸3-3-39） HP https://www.city.fukuoka.lg.jp/fukushi/chiiki-hoken/health/00/04/seinenkoukenseido_setu_meikai_hounohi.html

期＝開催日時 **所**＝場所 **HP**＝ホームページ

※カレンダーの日付は、イベント開催日（複数日ある場合はその初日）を記載しています。



10/  	博多区健康づくり月間イベント 2026  健康づくりについて楽しく学べるイベントを開催します。睡眠に関する講演会や運動ミニ講座を実施するほか、健康ランチ（有料）を提供します。また、お口の健康チェック、骨密度・足指力・体組成などの測定コーナーや、お薬相談、栄養相談など、健康づくりに役立つさまざまなコーナーを設けます。なお、睡眠に関する講演会、運動ミニ講座、健康ランチは事前予約が必要です。詳しくは区ホームページをご確認ください。 期 10月16日（金）10時30分～13時30分 所 博多区役所 5階（博多区博多駅前2-8-1） HP https://www.city.fukuoka.lg.jp/hakataku/kenko/reiwa8/hakatakukenkoudukuri.html
10/  	第8回日本ユマニチュード学会学術集会 福岡大会2026  10月に開催される「国境なきユマニチュード国際会議 in 福岡 2026」との共同開催となります。「実践と科学で示すユマニチュード～多様な連携が支えるケアの進化～」を大会テーマとし、多数の基調講演やシンポジウムとともに、個別の学術発表・事例報告についてはポスターセッション形式で発表・討論を行います。 期 10月17日（土） 所 福岡国際会議場（博多区石城町2-1） HP https://jhuma.org/soukai8/
10/   他	令和8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、1人で外出することに不安や不自由な方の、「でかけたい」というニーズに対応するための、外出支援ボランティアを養成する講座です。 期 ①10月17日（土）②10月24日（土）③10月31日（土） ①②③10時00分～12時00分 所 福岡市市民福祉プラザ3階 交流ひろば（中央区荒戸3-3-39） HP https://fukuoka-shakyo.or.jp/news/event/20260825.html

期＝開催日時 **所**＝場所 **HP**＝ホームページ

※カレンダーの日付は、イベント開催日（複数日ある場合はその初日）を記載しています。

10/

18



他

国境なきユマニチュード国際会議 in 福岡 2026

本会議には、ユマニチュード発祥のフランスやアジア各国など、国内外の自治体や研究機関、大学、医療・福祉関係者など多様な主体が参加し、「すべての人により良いケアを～誰もが安心して暮らせる人生 100 年時代の実現に向けた挑戦～」をテーマに高齢化が進む社会におけるケアのあり方やそれを取り巻く環境について議論や交流が行われます。本会議は、国際的な専門家の交流の場ですが、市内の医療・福祉の関係者、一般市民の皆様を含め、どなたでもご参加が可能です。



期 10月18日（日）～10月19日（月）

所 福岡国際会議場（博多区石城町 2-1）

HP <https://www.congre.co.jp/humanitude2026/index.html>

10/

21



中央区健康フェア 2026

今年のテーマは「防災×健康～もしもに備える、毎日の元気づくり～」です。防災ミニ講座や食事・運動に関する情報など、健康づくりのヒントが満載です。みなさまのご参加をお待ちしています。

※「体組成チェック」のみ事前予約が必要です（先着 60 名）

期 10月21日（水）10時00分～13時00分

（各種健康チェックコーナーは12時30分受付終了）

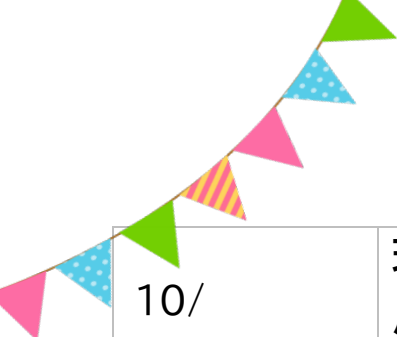
所 あいれふ 1・2・5・7 階（中央区舞鶴 2-5-1）

HP <https://www.city.fukuoka.lg.jp/chuoku/kenko/life/kenkoudukuri/kenkofea.html>



期=開催日時 **所**=場所 **HP**=ホームページ

※カレンダーの日付は、イベント開催日（複数日ある場合はその初日）を記載しています。



10/   他	環境フェスティバルふくおか 2026 & ふくおか元気チャレンジ DAY  10 月は健康づくり月間です。今年は家族で環境と健康づくりについて考えてもらうため、「環境フェスティバルふくおか 2026」と同時開催します。 スペシャルゲスト「おかあさんといっしょ」21 代うたのおねえさんの小野あつ子さん、お笑い芸人「きしたかの」さんによるステージイベントや、健康クイズ大会、ダンスやヨガなどの運動体験、健康測定など参加・体験型コンテンツが盛りだくさんです。入場無料。ぜひお越しください♪ 期 10 月 24 日（土）・10 月 25 日（日） 各日 10 時 00 分～16 時 00 分 所 福岡市役所西側ふれあい広場（中央区天神 1-8-1） HP https://www.city.fukuoka.lg.jp/hofuku/shika-eiyo/health/kenko-dukuri/fukuoka-health-promotion-month.html
10/   他	区民と医師との会 公開講演会  昭和 51 年 9 月の福岡市南区医師会の発足と同時に発案された『区民と医師との会』は地域住民の健康知識の向上を図るため、各校区においては福岡市南区健康推進連合会を主体として、全区版においては福岡市南区健康づくり推進協議会との共催で福岡市南区医師会の専門医による講演・対話・質問コーナーを開催しています。 期 10 月 24 日（土） 14 時 00 分～16 時 00 分 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（南区高宮 3 丁目 3-1）
10/   他	RUN 伴 2026  RUN 伴（らんとも）とは、認知症の人や、その家族、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。地域に暮らす人たちがお互いを知り、つながり、認知症について考える一。そんな機会、きっかけをつくるソーシャルアクションです。 福岡では『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』を合言葉として活動しています。 期 10 月 31 日（土）・11 月 7 日（土） 午前中 所 博多区内 HP https://www.city.fukuoka.lg.jp/hakataku/chiikifukushi/R8hakataku_ninchishou-gekkkan.html

期＝開催日時 **所**＝場所 **HP**＝ホームページ

※カレンダーの日付は、イベント開催日（複数日ある場合はその初日）を記載しています。

10/ 31 ⊕	RUN 伴東区 2026  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。東区では、地域住民や企業、商店などの皆さんが認知症と生きる「本人」や「家族」、「医療福祉関係者」と共に、次の人へとタスキをつなぎながら、誰もが暮らしやすいまちを目指します。 期 10月31日（土）13時00分～15時30分 所 東区内5ルートおよびイオンモール香椎浜かけはし広場
11/ 7 ⊕ 他	令和8年度視覚障がい者外出支援ボランティア養成講座  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を実施します。 期 ①11月7日（土）②11月14日（土）③11月21日（土） ① ②13時00分～16時00分 ③10時00分～16時00分 所 福岡市市民福祉プラザ 201 会議室他（中央区荒戸 3-3-39）
11/ 15 日	一般市民向け講座「初めて知るユマニチュード®」  認定インストラクターが、認知症への理解を促し、ユマニチュードの実践方法を分かりやすく伝えます。「見る」「話す」「触れる」「立つ」などの基本技術も実技を通して学びます。参加費は無料！事前の参加申込みが必要です。 期 11月15日（日）13時30分～15時30分 所 福岡市男女共同参画推進センター アミカス ホール（南区高宮 3 丁目 3-1） HP https://jhuma.org/r8fukuoka-shimin/ 

期=開催日時 **所**=場所 **HP**=ホームページ

※カレンダーの日付は、イベント開催日（複数日ある場合はその初日）を記載しています。