

令和8年1月14日

保健医療局総務企画部保健医療政策課

市政記者各位

Fitness City プロジェクト

3日連続 8,000 歩チャレンジを開催します！

福岡市では、自然と楽しく体を動かしたくなる仕組みや仕掛けづくり「Fitness City プロジェクト」を進めております。

この度、新しい年の始めに3日連続 8,000 歩チャレンジを開催します。
つきましては、広報へのご協力をお願いいたします。

▼Fitness Cityプロジェクト
詳しくはこちら



3日連続 8,000 歩チャレンジ概要

- **開催期間**
令和8年1月19日（月）～2月1日（日）
- **実施内容**
期間中、3日連続で 8,000 歩以上
歩いた方の中から抽選で 100 名様に
図書カード 1,000 円分が当たります。
- **参加方法**

どうして 8,000 歩？

厚生労働省が「健康づくりのための
身体活動・運動ガイド 2023」
で、健康寿命延伸のために1日
8,000 歩以上（20～64 歳）歩くこ
とを推奨しています。



STEP
1

「ふくおか散歩」アプリ
をダウンロード

Androidの方



iPhoneの方



STEP
2

イベント期間中に
3日連続で 8,000 歩
以上歩く



STEP
3

応募フォームから
抽選に申し込む



抽選で 100 名様に
図書カードをプレゼント！

※詳細につきましては、別紙チラシをご確認ください。

【問い合わせ先】

保健医療局 総務企画部 保健医療政策課 担当：仲野、龍

TEL：092-707-1062（内線 2045） FAX：092-733-5912

健康な一年の始まりに!

初春

3日連続

8,000歩

チャレンジ

2026 1/19(月) ▶ 2/1(日)



達成者の中から
抽選で!

図書カード1,000円分
100名さまにプレゼント!

さらに達成者全員に「ふくおか散歩ポイント 500P」プレゼント!

※ 図書カードのデザインはイメージです。実際とは異なります。

イベントページはコチラ▶



参加方法は裏面をご確認ください。

《参加方法》

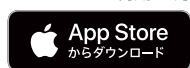
まずはアプリをダウンロード



「ふくおか散歩」アプリをダウンロード。

「ふくおか散歩」とは、西日本新聞社などが運営する無料のウォーキングアプリです。登録したスマホを持ち歩くだけで自動で歩数を計測しポイントが貯まります。

iPhone をご利用の方



Android をご利用の方



※本アプリの利用料は無料ですが、ダウンロードおよびご利用には別途通信料がかかります。お客さまのご負担となります。
※Apple および Apple のロゴは、米国もしくはその他の国や地域における Apple Inc. の商標です。
App Store は、Apple Inc. のサービスマークです。※Google Play および Google Play ロゴは、Google LLC の商標です。

ミッションへの参加方法

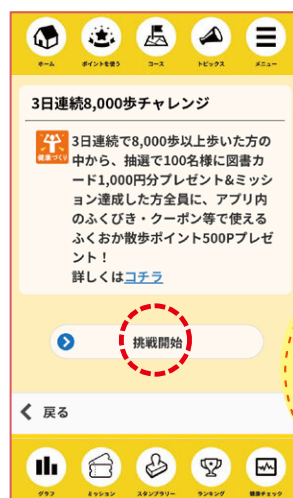
1 ホーム画面から
ミッションをタップ



2 「3日連続8,000歩チャレンジ」
の「詳細」をタップ



3 「挑戦開始」をタップ



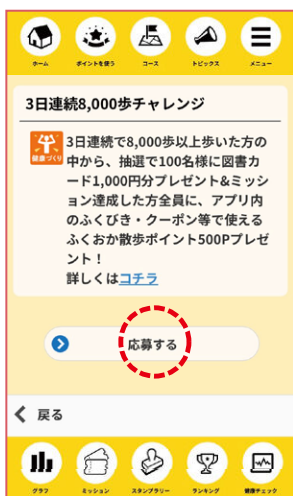
チャレンジ
参加完了!

抽選への応募方法

4 ミッションクリア後、
ミッション画面で「達成」に
なっていることを確認しタップ



5 「応募する」をタップ



6 フォームにて必要事項を
入力し「送信」で応募完了



抽選応募
完了です!



※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※ポイントはミッションクリア時に自動的に付与されます。

歩数が上手くカウントされないなど、アプリに関するお問い合わせはコチラ ▶

