

市政記者各位

令和8年9月8日
福岡市福祉局

福岡100PARTNERSと連携したイベント

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～

日時

10/8 (木)

10:00～15:00



場所

ソラリアプラザ1階
イベントスペースゼファ

(中央区天神二丁目)

誰もが人生100年時代を健康で自分らしく過ごせるよう、福岡市では、加齢や病気によって心身の機能が低下する「フレイル」の予防に取り組んでいます。

この度、福岡100PARTNERS登録企業のスポーツクラブ等と連携したフレイル予防啓発イベント「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～」を開催します。

本イベントでは、落語や笑いヨガのステージイベントを実施するとともに、体力測定や健康チェックを通して、自分に合った運動やフレイル予防のヒントを見つけることができます。

また、スポーツの日の直前に開催することで、市民の皆さまの運動への関心を高め、スポーツクラブや地域の介護予防活動への参加につなげることを目指します。

つきましては、より多くの方にご利用いただけるよう、広報・周知にご協力いただきますようお願いいたします。なお、取材の際は、事前に下記問い合わせ先までご連絡いただきますようお願いいたします。

内容

1

福岡100PARTNERS
登録企業による

体力測定、健康チェック、
個別相談

体力測定

握力測定、下肢筋力レベルチェック など

健康チェック

身体組成測定(Inbody)、骨の健康度チェック
など

個別相談

スポーツクラブブースでの相談
栄養士による栄養アドバイス

2

スポーツクラブ
紹介ブース

各スポーツクラブの特徴
を知り、自分に合った
スポーツクラブを探す
機会を提供します。



ステージイベント

3

落語や笑いヨガの
ステージで笑って元気に！



落語家
桂 惣兵衛氏

4

ガラポン抽選会

スタンプラリー参加者にさまざまな特典を
ご用意しています！

※スポーツクラブとの連携内容については、
「福岡市フレイル予防応援サイト」で確認いただけます。

福岡市
フレイル予防応援サイト

<https://yokatore.city.fukuoka.lg.jp/>



<問い合わせ>

福祉局 生活福祉部

地域包括ケア推進課 担当:吉村

TEL:092-711-4314(内線2016)