

アクティブ フェスタ 2026

三段池公園扶桑化学工業アリーナ

サブアリーナ 2026.10.12(日)10:00-16:00

福知山市アクティブシティ推進アドバイザー中村友梨香さんと！

コーディネーション+相談会！

コーディネーションとは…

脳と体幹に刺激を与えるトレーニング！

教室に参加してアクティブポイントをゲット！

おとな向け

11:00-11:30

●おとなコーディネーション教室

11:30-12:00

●福知山マラソン1か月前！マラソンなんでも相談会

こども向け

14:00-14:30

●こどもコーディネーション教室

14:30-15:00

●運動が好きになるには??

こどもなんでも運動相談会

KENPOS

転倒予防、
QOL向上に！

姿勢がよくなる
集中力UP!!

アクティブブース

●ベジチェック&握力測定体験&

10秒チャレンジ・ピタツと選手権 明治安田 福知山営業所

●ミニボウリング 三恵観光株式会社 SAP

●ジム体験、何キロ持てる?? スポーツジムアトラス

●肌年齢測定&ロコモ度チェック

ベジメータ 株式会社ケーエスケー

●ゲーム「血液ファクトリー」 健康医療課

最新ARスポーツ

HADO

ニコニコスポーツプラザ

10:00-12:00

体験

12:00-15:00

大会



ゆるキャラたちと一緒に!!

みんなで!ふくちライフ体操!

10:00- 15:20-

+1000歩の会
1000歩くん



明治安田
ペンタン



ハートちゃん

日本赤十字社

KENPOS

トレジャー ハンティング

三段池公園を歩いて
この日だけのポイントをゲット!!
詳しくはKENPOSお知らせから

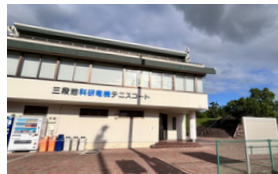


15:30-16:00

関西チャンピオン直伝!!
ボディビルショー



けんこうサギをさがせ！！



● テニスコート



● 大はらっぱ横
(SPEED STAR会場)



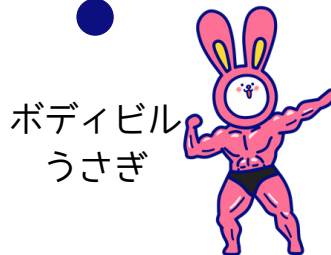
● アリーナ玄関



● サブアリーナ



ベジうさ



ボディビル
うさぎ



ARスポーツ
HADOうさぎ



アクティブ
うさぎ

さん だん いけ こうえん

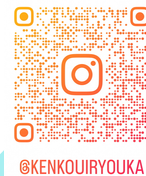
三段池公園に4ひきのけんこうサギがかくれているよ！

みんなみつけたら線つなぎを完成させてサブアリーナの受付にいこう！
けんこうサギのシールがもらえるよ！



詳細については健康医療課Instagramをチェック！

※当日の実施状況をSNSを含む広報に活用するため、スタッフが撮影する場合があります。
個人が特定されるような撮影前にはお声かけさせていただきます。撮影を希望されない場合は、お手数をお掛けしますが、
当日撮影スタッフにその旨お伝えいただきますようお願いいたします。



@KENKOUIRYOUKA

問合せ先
福知山市健康医療課 (0773-23-2788)