

TOPICS 01

アプリで楽しく健康習慣

# 「ふくおか健康ポイントアプリ」リニューアル!

県が配信する健康アプリが、ポップでシンプルなデザインになって使いやすくなりました。無理なく続けられる運動の紹介や、塩分摂取量のチェックなど、健康に役立つコンテンツが盛りだくさん! ポイントをためて、抽選会に応募もできます。アプリを使って、楽しみながら、健康づくりに取り組んでみませんか。

**NEW** **おすすめ運動**  
スロージョギングやケア・トランポリン運動を紹介。

**NEW** **観光スポット**  
地区を選んで、県内のおすすめ観光地情報を見ることができます。おでかけを健康習慣に!

**NEW** **スマソる?レシピ**  
おいしい減塩レシピを見つけてチャレンジしよう。

**NEW** **スマソる?度チェック**  
塩分取り過ぎに注意!自分の状況を確認してみよう!



毎月抽選会開催中!

毎月**200**名様に**2000円分**の**QUOカードPay**が当たる!  
ポイントをためて応募しよう!

応募期間 毎月1日~15日  
使用ポイント数 2000P  
応募口数 複数口応募可能

ポイントの取得方法

アプリを開く <b>1~10P</b>	1000歩あたり <b>5P</b> (1日50Pまで)
体重記録 <b>5P</b>	友達紹介 <b>300P</b>

など

ダウンロードはこちら

App Store Google Play

問 健康増進課 ☎092-643-3598 FAX092-643-3271

TOPICS 02

未来子どもチャレンジ応援プロジェクト

# 未来をつくる高校生チャレンジ2023

県内の高校生が社会問題の解決などにチャレンジするプランを、専門家によるアドバイスや資金面で応援する「未来をつくる高校生チャレンジ」。今年度は「高校生が考える避難所づくり」や「AED普及プロジェクト」など9つのチャレンジプランを実施しています。

未来を担い、世界に羽ばたく青少年のさまざまなチャレンジを応援します。

実施中のプランはこちら



## チャレンジプランの一部をご紹介します

### ● 学生団体ふーぷ高齢者スマホ教室

高校生がシニア向けにスマホの楽しさを伝える教室を開催し、地域のDX化(さまざまな世代の人が自分らしく暮らすことのできるデジタル社会づくり)に取り組んでいます。



学生団体ふーぷ代表  
東筑高校2年 渡辺 美紀さん

スマホの基本操作やLINE・カメラ機能の使い方などを、高校生たちがマンツーマンでサポート!

私たちと一緒に活動しませんか?

学生団体ふーぷでは新しい仲間を募集しています。今後の活動予定や加入のご相談はこちらから



## 高校生がチャレンジ成果を発表!!

入場無料(要申込)です。ぜひご参加ください。

日時  
3月28日(木) 13時~15時30分

会場  
エルガーラホール(福岡市中央区天神)

申込方法  
右記二次元コードから  
※申込期限 3月19日(火)

内容(予定)  
第1部 高校生による成果報告  
第2部 ゲストによるトークセッション

テーマ 「失敗を恐れず、未来に向けてチャレンジする重要性」(仮)



問 青少年育成課 ☎092-643-3615 FAX092-643-3389