

チ・カ・ホで「歩く」7日間

worker

walk

week!

参加無料

ワーカー

ウォーク

ウィーク!

2024

3.10^{SUN} - 16^{SAT}

人体改造カブ株式会社と健築[®]がコラボし、
「歩く」をテーマに2つの会場でイベントを開催!

3月10日(日) 13:30~16:30 / チ・カ・ホ [憩いの空間W]

フレイルチェック(歩幅計測、握力チェック等)、ステップ・るーらー体験

3月11日(月)~16日(土) 11:00~16:00 / チ・カ・ホ [憩いの空間W]

ステップ・るーらー体験、展示(人体改造カブ株式会社)、アンケート

3月15日(金)~16日(土) 10:00~16:00 / D-LIFEPLACE 札幌

ステップ・るーらー体験、五感レスポンス[®]・ウェルネスシステムの体験

たのしく歩く!

たくさん歩く!



主催 札幌駅前通まちづくり株式会社、株式会社竹中工務店

お問合せ 人体改造カブ株式会社(事務局:札幌駅前通まちづくり株式会社)

011-211-6406 / info@ekimaest.jp



チ・カ・ホで「歩く」7日間

worker walk week!

ワーカーウォークウィーク

札幌駅前通地区のまちづくりから健康づくりを考える「人体改造カブ株式会社」と、建物やまちの空間デザインから健康づくりに取り組む株式会社竹中工務店の「健築®」チームが、「歩く」をテーマに2つの会場でイベントを行います。雪でも雨でも歩けるチ・カ・ホを拠点に、自分で自分の身体をリビルドしていくための健康づくりをお手伝いします。

3月10日(日) フレイルチェック(歩幅計測、握力チェック等)、ステップ・るーらー体験

13:30~16:30 / ①チ・カ・ホ [憩いの空間 W]

「フレイル」とは、健康な状態と要介護状態のちょうど中間の状態を指します。身体的・精神的・社会的の3つの面から、フレイル予防についてアドバイスをいたします。

3月11日(月)~16日(土) ステップ・るーらー体験、展示(人体改造カブ株式会社)、アンケート

11:00~16:00 / ①チ・カ・ホ [憩いの空間 W]

歩幅計測マット「ステップ・るーらー」の体験ができます。自分の歩幅を知り、適正な歩幅を意識しながらチ・カ・ホを歩いて、健康な生活を目指しましょう。

3月15日(金)~16日(土) ステップ・るーらー体験、五感レスポンス®・ウェルネスシステムの体験

10:00~16:00 / ②D-LIFEPLACE 札幌

センサーで認識した人の動きに応じて、映像や、音、香り、風などが連動して人の感覚を刺激することで、楽しみながら身体活動を促進できる「五感レスポンス®・ウェルネスシステム」を体験できます。



人体改造カブ株式会社 [札幌駅前通まちづくり株式会社]

札幌駅前通地区を、お勤めの皆さんにとって働きやすいまちにしていきたいため、健康づくり×まちづくり=「エアリアルスマネジメント」を掲げて活動する、ワーカーさんのためのコミュニティです。聞き書き本の制作やイベントの開催など、様々なアプローチで地域全体の健康づくりに取り組んでいます。



健築® [株式会社竹中工務店]

竹中工務店は、人と建築が寄り添うことで健康的な環境を実現するコンセプト『健築®』を展開し、建築やまちに暮らし働く人々を主役に考え、一人ひとりにとっての幸せや可能性に貢献していきたいと考えています。健築®では、社会環境を変えることで人々を無意識のうちに健康に導く『0次予防』を建築やまちで実現することを目指し、人々の日常生活の動線上に、健康により行動をとることができ、健康につながる環境に身を置くことができるデザインやプログラムを研究開発し、提供しています。



連携企画

今日よりもっと健康な明日につながる体感空間

さっぽろウェルネス★スクエア

3月16日(土) 12:00~17:00

③チ・カ・ホ [北3条交差点広場(西)]

野菜摂取目安量測定などの健康チェック、
連携企業による健康企画

主催 | 札幌市保健所、帝人(株)ほか
問合せ | さっぽろウェルネス★スクエア運営事務局
info@ib-hokkaido.jp



ウェルネス何スル?
~カラダにイイこと、もう一歩~

さっぽろ
ウェルネス
プロジェクト



人体改造
カブ株式会社
× 健築
生きる場所をつくる