



no entrance fee

2024

9.13

金

14:00→18:00

札幌地下歩行空間(チ・カ・ホ)

北3条交差点広場[西] 特設ステージ

憩いの空間[E]、[W]、[北1東]

9.14

土

11:00→18:00

札幌市北3条広場(アカプラ)

道庁側広場

9.15

日

11:00→18:00

※最終受付17:00

STAR Pilates

札幌商工会議所

北海道大学

HOKKAIDO UNIVERSITY

COI&NEXT

hokkaido univ.

NTT DATA

株式会社NTTデータ北海道

SUNTORY

SUNTORY GLOBAL INNOVATION CENTER

HILSEIDO

TAKENAKA

思いをかなかに 未来へつなぐ

AGH

AGH

meiji

健康にアイデアを

明治安田

Yakult

Present & Access

あるある言いたい！

おみくじ引換券プレゼント

「やろうと思っていたのに、いつのまにか寝てしまった…」

めんどくさいから始まるあるあるをボードに掲出してくれた方に、おみくじ引換券を差し上げます。

いいことあるかも…？

ウェルネスおみくじ体験

身体に良いことを始めたいのに、なかなか始められない…

そんなあなたにピッタリな「ウェルネスおみくじ」。

優しく背中を推してくれる TIPS や、叱咤激励してくれる一言などが手に入ります。

AR ART STREET と連動企画！

北1条公共地下歩道でARを楽しむと、WELLNESS 総合受付で景品がもらえるかも…！？

札幌地下歩行空間 北3条交差点広場 [西]

地上

アカプラ

地下

チ・カ・ホ

JR 札幌駅

JR Sapporo station

さっぽろ

Sapporo Subway station

大通

Odori Subway station

東西線

Touzai Line

南北線

Nankoku Line

東豊線

Toho Line

札幌市北3条広場(アカプラ)

道庁側広場

札幌地下歩行空間(チ・カ・ホ)

北3条交差点広場[西] 特設ステージ

憩いの空間[E]、[W]、[北1東]

主催：札幌市、NoMaps 実行委員会

NoMaps SAPPORO ウェルネス

「トークを聴く」から、始めよう。

チ・カ・ホ

北3条交差点広場 [西]
特設ステージ

武井壮

司会 / 森 結有花

9.15 13:30→14:00

HBC「キラキラ」×
武井壮スペシャルステージ

健康に誰にでも通用する必勝法はない。サウナ、グルメ、ゴルフ、自転車、トレーニング、音楽など、好きなことと、住んでいる地域の魅力を掛け合わせて、自分なりのウェルネスを！

無料

司会 / 医療キャスター
松本 裕子司会 / HBCアナウンサー
森 結有花漫画家
瀧波ユカリ
司会 / 松本裕子

9.14 13:00→14:00

いつか「私の人生なんだったの？」にならないために、いま私たち女性の「痛み」の話をしよう。

仕事も育児も家事も介護もあるから自分のことなんて後回し...そうやってずっと生きてきた皆さん。目が覚めるようなトークで、自分を大切にする一歩を踏み出しませんか？

順天堂大学教授
谷本 道哉
司会 / 松本裕子

9.14 14:00→15:00

「めんどくさい」を超えていけ！
今日から始める筋力トレーニング

なかなか運動を始められない方は要チェック。10分でもOKなその場でできる筋トレを学びましょう！じっとしているこの時間を、いまずぐ筋トレタイムに、スイッチ10！

トータルサウナプロデューサー
佐野美紀恵
司会 / 森 結有花

9.15 14:00→15:00

美容と健康のための、
ちょこっと役立つサウナの魅力

忙しい女性、日々頑張っている女性のご褒美に、サウナという選択肢を。サウナは男性だけが楽しむものではありません。女性に嬉しい効果と魅力を知って、ご褒美サウナを楽しんで。

9.15 11:00→12:00

アスリートの
食から考える健康とは？

株式会社レバンガ北海道の折茂武彦代表取締役社長と北海道コンサドーレ札幌の選手寮「しまぶく寮」の松浦沙耶花調理師が、アスリートの食・健康について語り合います。

レバンガ北海道 代表取締役社長
折茂武彦
北海道コンサドーレ札幌しまぶく寮調理師
松浦沙耶花

「ふらっと体験」から、始めよう。

無料

9.13 14:00→18:00 9.14 9.15 11:00→18:00 ※最終受付17:00

チ・カ・ホ 北3条交差点広場 [西] 特設ステージ、憩いの空間[E]、[W]、[北1東]

参加企業

株式会社Ambi/株式会社竹中工務店/株式会社ノノラボ/株式会社明治/サツドラホールディングス株式会社(13日のみ)/札幌商工会議所/トヨタカローラ札幌株式会社/札幌ヤクルト販売株式会社/サントリークローバルイノベーションセンター株式会社/資生堂ジャパン株式会社/スターピラティス/北海道大学COI-NEXT×森永乳業株式会社 うんちラボ/北海道大学サステナビリティ推進機構/北海道ヘルスケア 産業振興協議会/明治安田生命保険相互会社/雪印メグミルク株式会社/株式会社レバンガ北海道(14日のみ)/(五十音順)

測って、知る。

ハカル

□ 憩いの空間 W

北海道大学 × 森永乳業 うんちラボ

北海道大学 COI-NEXT と森永乳業株式会社がコラボして、チ・カ・ホに巨大な「口」を作っちゃった...!?口・胃・腸・肛門を通して「うんちの旅」をしながら楽しく腸内環境を学べます。お子様も大歓迎です！

憩いの空間 W

憩いの空間 E

□ 憩いの空間 北1東
スターピラティス

KPOPアイドルやモデルも実践している、話題のマシンピラティスがやってくる！マシンが身体の動きをリードするため、初めての方でも楽しく行えるピラティスです。気になっていた方、ぜひこの機会に体験してみてください。

ウゴク

動いて、めぐる。

□ 北1条公共地下歩道

AR ART STREETと連動企画！

北1条公共地下歩道でARを楽しむと、WELLNESS総合受付で景品がもらえるかも...!?

食べて、整える。

タベル

□ 北3条交差点広場 [西]

札幌ヤクルト販売株式会社

現代社会を生きるあなたのための「Yakult (ヤクルト) 1000」を、アンケート回答で先着プレゼント!ぐっすり眠れない方、朝なかなか起きられない方におすすめです。ワンランク上の快眠を目指しませんか?「元気度」をチェックする測定器もご用意しています。ブースでお待ちしています!

めんどくさいから始まるあるある発表!

北3条
交差点広場 [西]
特設ステージ

□ 憩いの空間 E

資生堂ジャパン株式会社

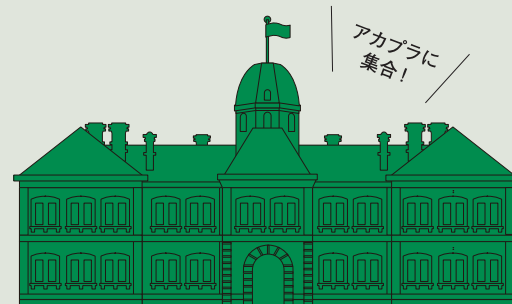
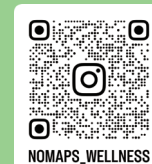
北海道のイベント初上陸の「鼻骨格診断」で、未来の肌状態を予想しよう!肌悩みが現れる前の予防ケアを肌と身体の内側からアプローチする美容情報をご案内します。診断後はスキンケアのサンプルも進呈します!

トトノエル

休んで、養う。

気になる、つながる、体験してみよう!

17団体・35ブース
出展決定!

アカブラに
集合!

NOMAPS_WELLNESS

そのほか、出展ブースがもりだくさん!