

厚生労働省・スポーツ庁連携イベント

# 「スマートライフフェスタ in 横浜」

横浜スタジアムで  
広い星空と月を眺めながらのヨガを！  
参加無料・予約不要です！

## YOKOHAMA STADIUM NIGHT YOGA

令和元年9月2日（月）  
19:30～20:30（開場 19:00）

講師：浅野佑介先生

主催 厚生労働省・スポーツ庁  
共催 横浜市  
協力 健康経営会議実行委員会事務局 株式会社ディー・エヌ・エー 株式会社横浜スタジアム

開催場所 横浜スタジアム

受付場所 DREAM GATE 付近

実施時間 19:30～20:30（入場開始 19:00～）

参加費用 無料

参加資格 18歳以上の方、若しくは保護者同伴の中高校生

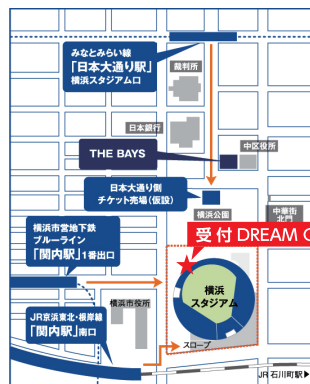
参加方法 当日受付にて参加同意書にサインをお願いします。（予約不要）

持ち物 人工芝の上でヨガを行います。ヨガマットやビニールシート  
バスタオル等お持ちください。

定員 定員を超えた場合、入場をお断りする場合がございます。

- 注意事項
- 小学生以下のお子様、保護者の同伴がない中高生及び  
ヨガ参加目的以外（見学等）の入場はご遠慮ください。
  - ヒールなど人工芝を傷つける可能性のある靴の場合は入場時に靴を  
脱いでください。
  - 更衣室はありませんので、動きやすい服装でお越しください。
  - 飲食はご遠慮ください。（グラウンドでの飲食は水のみ可能）
  - ドローン等の飛行・撮影についてはご遠慮ください。
  - インストラクター、イベント時間は変更になる可能性があります。
  - 雨天、荒天時は中止となります。
- <https://www.smartlife.go.jp/restorative>にてご案内します。

### ACCESS



- ・JR 根岸線「関内駅」南口より徒歩 2 分
- ・JR 根岸線「石川町駅」北口より徒歩 5 分
- ・横浜市営地下鉄「関内駅」1 番出入口より徒歩 3 分
- ・みなとみらい線「日本大通り駅」2 番出入口  
（横浜スタジアム口）より徒歩 3 分



連絡先  
厚生労働省健康局健康課  
03-5253-1111 (2346)

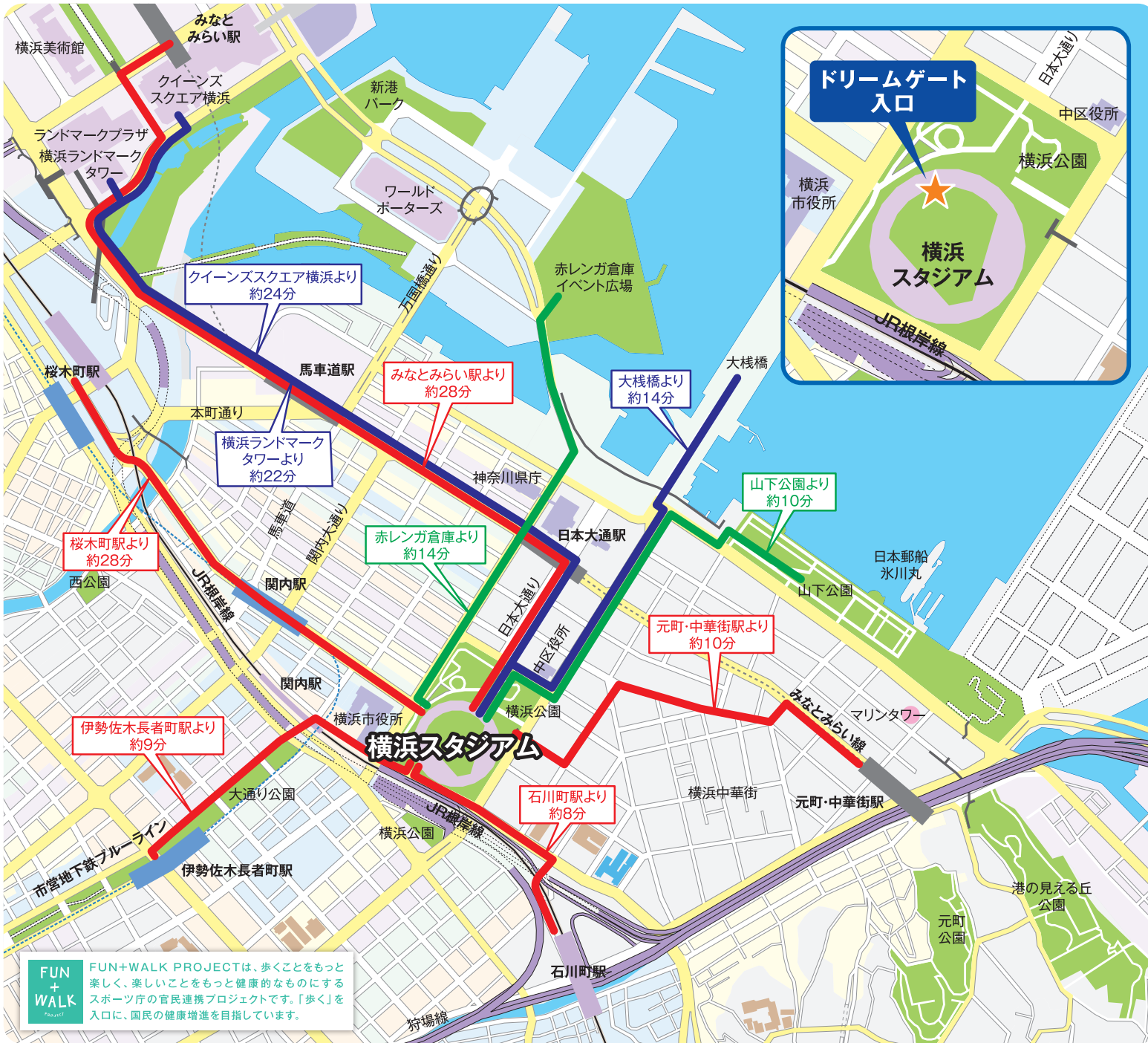
FUN  
+  
WALK  
FESTIVAL

ハマスタ周辺は魅力的なスポットがたくさんあります。  
ナイトヨガの参加前、参加後にウォーキングも楽しみませんか？

プラス1000歩!

横浜スタジアムまで歩いて行こう! 歩いて帰ろう!

# スマートライフフェスタ in 横浜スタジアム



FUN+WALKアプリ

よこはまウォーキングアプリ  
(歩数計アプリ)

を使って、  
もっと楽しく歩こう!

「歩く」がもっと楽しくなるアプリです!

FUN+WALK アプリ



歩くことをもっと楽しく、楽しいことをもっと健康的なものに変えていくスポーツ庁の「FUN+WALK PROJECT」をサポートするアプリ。1日の歩数にあわせて、ご当地キャラがどんどん変身したり、1000歩ごとにたまるポイントを、割引クーポンと交換できたり。もっと歩きたくなる仕掛けが、たくさん詰まったアプリです。

ダウンロードは  
こちらから



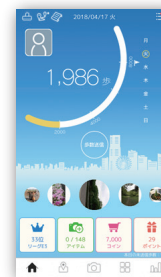
Androidの方は  
こちらから



iOSの方は  
こちらから

「よこはまウォーキングポイント」に  
歩数計アプリで参加しよう!

よこはまウォーキングアプリ  
(歩数計アプリ)



アプリではこんなことができます

- ① 沢山歩いてポイントが貯まると、抽選で素敵な景品が当たります!
- ② スタンプイベントやミッション、写真投稿など、様々なコンテンツを楽しむことができます!
- ③ 横浜の魅力あるウォーキングコースを100コース以上掲載しています!

ダウンロードは  
こちらから



Androidの方は  
こちらから



iOSの方は  
こちらから

アプリストアで「よこはまウォーキングポイント」と検索

FUN+WALK PROJECT

FUN+WALK PROJECTは、歩くことをもっと楽しく、楽しいことをもっと健康的なものにするスポーツ庁の官民連携プロジェクトです。「歩く」を入口に、国民の健康増進を目指しています。