

ひとりでも、
みんなでも、
スマホでできること



あっこ 始め 健康 習慣 の 日



参加無料
入退場自由

スマホ持参
おすすめ！
スマホやタブレットの
持参でさらに楽しめる
イベントです

2026年
3月10日(火)

10:30から15:30まで 最終受付15:00

会場 東大阪市立市民多目的センター
3・4階 (高井田元町1丁目2-13) ※受付は4階

アクセス JR「河内永和駅」、近鉄奈良線「河内永和駅」から徒歩2分
※専用駐車場はございません。できる限り公共交通機関をご利用ください。

参加者には、
便利なグッズを
プレゼント！

※無くなり次第終了
※画像はイメージです



新 たな楽しみを見つけるブース

全員集合! あっこでボウリングゲーム大会 事前予約優先

優勝した方には賞品があります! 午前中は様々なゲームの体験会を行います。

時間 14:00~15:30



コーヒーハンドドリップ体験 事前予約優先

スマホも使いながら、おうちでも毎日淹れたいくなる美味しいコーヒーの魅力を知ることができます!

時間 ①11:00~12:00 ②13:00~14:00

協力 藤田珈琲~the ROASTERY Lab.



スマホアプリ いろいろ体験会

おうちでも出来るおすすめのスモアの使い方、生活に便利なアプリを体験できます。



みんなのフォト展示

~好きな写真について語ろう~

好きな写真を見ながら、みんなで楽しくお話ししましょう。



地域と繋がる情報コーナー

地域での活動情報や東大阪市からのお知らせなど、日々の中で役立つ情報の発信をしています。

いまの自分を知るブース

脳の健康度チェック 事前予約優先

(約15分)

「目で見るだけ」で、記憶力や注意力などをゲーム感覚で楽しくチェックできます。

会場ウォークで歩数チャレンジ

今日の歩数は何歩? みんなの歩数を足すとどこまで行けるかチャレンジしてみましょう。

毎日続けよう! 血圧チェック

いまの血圧を知り、測り続ける大切さを看護師など専門職から伝えます。

専門職によるお悩み相談ブース

専門職に、もの忘れなど日頃の悩みについて相談ができます。

お問合せ・申込み方法

事前予約優先 のプログラム及び、来場事前登録(※)を受付中!

※プログラム予約をしていた時点で、来場事前登録は完了しています。

※プログラム予約がない方でも、来場事前登録をしていただくと入場がスムーズになります。

①または②の方法でお申込みください

※いただいた個人情報は本事業に関するご連絡以外には使用いたしません。

①インターネット

二次元コードからアクセスしてください。

②お電話「あっこひがしおおさか」運営事務局(ウェルビーイング阪急阪神)

06-6676-8010 (平日10:00~17:00)



申込(事前登録)締切 3月6日(金)17:00まで(プログラムのご予約は先着順)

注意

・プログラム内容は、予告なく変更することがあります。また気象状況により開催を見合わせる場合があります。

・本イベント内では、写真・動画撮影を行います。撮影したデータは広報などで使用することがあります。

・「あっこでボウリングゲーム大会」は、任天堂の協賛・提携を受けたものではありません。

※コミュニティ大会への出場および観戦に関する規約

https://www.nintendo.co.jp/tournament_guideline/rules.html

目 指せ全問正解!

あっこでクイズラリー

頭とからだを使う楽しいクイズラリーで景品をゲットしよう!



あっこ
HIGASHIOSAKA

「あっこひがしおおさか」とは

2025年から始まった東大阪市主催のプロジェクトです。

ゆるやかに歳を重ねたい。

かけあしをやめて一步一步をたしかめて。

急がなくなったら人生は楽しい。

このような想いで、皆さんがいつまでも健やかに過ごすためのヒントを、楽しく見つけれられる機会を提供していきます。