

参加無料

あっこでみつかる からだあたま 発見会

ちよつとした物忘れや疲れを
感じることはありませんか？
座ったままできる楽しい運動や、
スマホでできる脳トレが体験できます！

実施地域 **布施**

日程 2026年

7月30日(木)

時間 **10:00~15:00** 最終受付
14:30

場所 布施駅前リージョンセンター
(夢広場)
5階 大会議室・音楽室
※1階イオン布施駅前店にて
一部ブース出展予定

実施地域 **日下**

日程 2026年

8月17日(月)

時間 **10:00~15:00** 最終受付
14:30

場所 日下リージョンセンター
(ゆうゆうプラザ)
4階 第1・2会議室

実施地域 **若江岩田**

日程 2026年

8月18日(火)

時間 **10:00~15:00** 最終受付
14:30

場所 若江岩田駅前リージョンセンター
(くすのきプラザ)
5階 会議室A・B

複数のブース参加者にはオレンジ色の花苗をプレゼント!

(@オレンジガーデニングプロジェクト)※無くなり次第終了



詳細は
裏面へ

実施地域 **布施**日時 2026年
7月30日(木) 10:00~15:00
最終受付 14:30場所 布施駅前リージョンセンター(夢広場)
5階 大会議室・音楽室

※1階イオン布施駅前店にて一部ブース出展予定

実施地域 **日下**日時 2026年
8月17日(月) 10:00~15:00
最終受付 14:30場所 日下リージョンセンター
(ゆうゆうプラザ)
4階 第1・2会議室実施地域 **若江岩田**日時 2026年
8月18日(火) 10:00~15:00
最終受付 14:30場所 若江岩田駅前リージョンセンター
(くすのきプラザ)
5階 会議室 A・B

予防のコツを知るブース

事前予約
優先
各10名

時間 午前 10:30~11:30 午後 13:30~14:30

内容 ①棒体操体験

棒を使った様々な運動を行い、バランス能力を鍛えます。
椅子に座ったままできるので、初心者でも安心して取り組みます！

②おうちで脳エクササイズ体験

スマホで出来る1000種類以上の脳トレや、運動や音楽などの
多彩な内容を組み合わせた動画プログラムを体験しましょう！

※①、②どちらかの参加だけでも OK！
※おうちでできるスマホの登録サポートあり

今のじぶんを知るブース

予約
不要

脳の健康度チェックブース (約10~15分)

記憶力や注意力などをゲーム感覚で楽しくチェック。

骨密度チェックブース

じぶんの骨の状態を簡単にチェックできます。

お悩み相談・知って安心ブース

日頃のお悩み相談や生活に役立つ情報をお伝えします。

お問合せ・申込み方法

※2026年7月6日(月曜日)10時より受付開始

事前予約優先プログラムの参加登録を受付中(先着順)!

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)

〒553-0003 大阪市福島区福島5-6-16 阪神杉村ビルディング5階

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。
・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。

