

暮らしと
体を整え、
健康に

いけだ健康フェスタ 2024秋

いつも
yobou
いけだ

日々の疲れを癒し、
暮らしを彩るコンテンツの体験ブースや、
気になる体のことを知ることができる健康チェックブースなど、
親子3世代で楽しく参加できるイベントを開催！

2024年

9月29日(日) 10:30~16:30
受付開始 10:15 / 最終受付 16:00

場所 池田市民文化会館 (アゼリアホール)

参加無料

入退場自由

来場者プレゼントあり！

詳細は裏面へ →

主催：池田市 企画運営：阪急阪神ホールディングス株式会社、株式会社ウェルビーイング阪急阪神
後援：池田市医師会、池田市歯科医師会、池田市薬剤師会

癒やしと趣味の体験ブース

日々の疲れを癒し、新たな趣味を作るきっかけになる体験ブース。これからも彩りのある日々を過ごすためのヒントを知ることができます。

事前予約
優先

ハンドマッサージ体験 (約15分)

手の先から疲れを癒す体験をしてみませんか。
※予約不要の体験ブースもございます。

パーソナルカラー診断体験 (約15分)

自分に似合う色を知って、日々の服選びをもっと楽しんでみませんか。

予約不要
(約15~30分)

ゆるいヨガ体験 ※当日整理券配布

木工手作り体験 ※当日整理券配布

いろんな本の楽しみ方

大道芸人たつきゅうさんによる笑い与健康小話



みんなで楽しむマルシェブース 一部有料あり

子どもから大人まで楽しめるマルシェも開催! 気軽にお立ち寄りください。

ブース出店内容

味を追求した一杯を
試飲できるコーヒー店

親子で今日の思い出を残す
イベント撮影

他にも物販や
展示ブースなどが
あります

暮らしと体を整える学びのブース

これからの暮らしや健康のために、日々の中で知っておくべきことを学べるブース。

11:00~12:00

日常に活かせる健康診断の読み解き方

講師 岡田 拓也医師 (市立池田病院／糖尿病・内分泌内科部長)



13:00~14:00

美味しいだけじゃない! コーヒーから始める健康習慣

講師 原田 大輔氏 (ネスレ日本株式会社)



14:30~16:00

簡単な動作で姿勢を改善! エゴスキュー体験

講師 永濱 旭氏 (エゴスキュー・ジャパン協会)



気になる体の健康チェックブース

意外と知らない自分の体について、気軽に知ることができる健康チェックブース。



予約不要

体のこげつきチェック (約10分)

肌年齢チェック (約5~10分)

※その他にも気軽に計測できる機器をご用意しています。

事前予約優先 ※当日枠あり

疲労度チェック (約10分)

脳の健康チェック (約10~20分)

10分の目で追うコース／20分のトランプコース

お問合せ・申込み方法 事前予約優先 | 9/2(月)より申込開始

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お電話「いつもyobouいけだ」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

②インターネット

右記の二次元コードからアクセスしてください。



注意 以下の内容にご了承の上、ご参加ください。

- ・本イベントは雨天時も実施予定です。プログラム内容は、予告なく変更することがあります。
- ・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。
- ・イベントにご参加の際は、基本的な感染症対策にご協力ください。

アスマイルでポイントゲット



日常生活からポイントが貯まる!
18歳以上の大阪府民なら使える
大阪健活マイレージ「アスマイル」。
左記からダウンロードと事前登録を!

今後の
お知らせ

いつもyobouいけだは「病気やフレイルを予防して、元気をまもる」プロジェクト。11月から楽しい介護予防教室、年間を通して市内各地域で健康計測会を実施予定! 詳しくは「広報いけだ」をご覧ください!