

気づいて、続けて、健康やで。

けん こう すこやか大阪21 ば
健康きづけ場!

大阪市は、“気づけば健康” “知ればもっと健康”になる健康習慣づくりをめざし、健康づくりプロモーション事業「健康きづけ場!」を実施します。

健康きづけ場!
特設サイトはコチラ!
<https://kenko-kidukeba-osaka.jp/>



日常生活の中で無理なく
『ついでに』続けられる健康づくりの
情報をお届けしています。

EVENT INFO!

参加
無料

9.26[±]

11:00~17:00

健康きづけ場!
in グランフロント大阪

**ついでに
健康FESTA**

グランフロント大阪
北館1階 ナレッジプラザ

10.24[±]・25^日

10:00~17:00

健康きづけ場!
in マタニティ&
ベビーフェスタ大阪2026

**知れば健康
~パパとママの
食チェック~**

インテックス大阪 4号館

11.28[±]

セミナー / 13:30~14:30
出展ブース / 13:00~16:00

大阪市保健所移転記念イベント
健康きづけ場!
in 大阪市保健所

**知れば
健康セミナー**

大阪市保健所 4階
大阪市中央区安土町3丁目1番3号

「健康きづけ場!」の詳細は、裏面もチェックしてね!

健康きづけ場! ものを食べてみいひん?

特設サイトをチェック!

「気づいて、続けて、健康やで。」を
テーマに、いろんな「気づけば健康」
「ついでに健康」を発信中。



「知ればもっと健康」に
なれる情報も
得られるで〜!

例えば、日常のこんなひとコマも「気づけば健康」。

健康の隠し味は、誰かと食べること。

共食が多い人ほど、バランスのとれた食事をしているという研究結果も
あります。誰かと一緒に食べる時間は、心もおなかも満たしてくれるで。
おいしさも健康も、みんなで分け合おう!



ついでに!

会話を楽しんで、
ゆっくり食べよう。

食事はゆっくりと楽しみながら食べよう。
ゆっくり食べることで、食べすぎや
肥満防止にもつながるで!

EVENT!

健康きづけ場! に行ってみいひん?

イベントでは、ステージや体験ブースなど、健康について楽しみながら学べるコンテンツがいっぱい。
おでかけのついでに、自分のカラダや健康習慣を見つめてみよう! 健康に一步近づくで〜

9.26土

参加
無料

健康きづけ場! in グランフロント大阪

ついでに健康FESTA

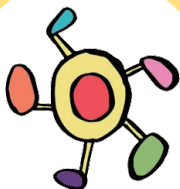
時間 11:00~17:00

場所 グランフロント大阪北館1階 ナレッジプラザ

参加費 無料 事前申込不要でどなたでも
ご参加いただけます

出展ブース

- 認定NPO法人健康ラボステーションの
かんたん健康チェック
(糖化度・骨密度・血流・筋力測定)
- お野菜足りてる? 「やさいチェック」
- 見て・触れて・学ぶ がん検診
- OSAKA Vitalityチャレンジ
体組成・血管年齢測定
- 唾液で手軽にストレスチェック
- 大阪府「健活10」
- nishikawaの眠りの体験



すこやか大阪21
シンボルマーク「いっぽくん」

STAGE EVENT!

なかやまきんに君 出演!

「ついでに健康」 スペシャル トークショー

時間 14:00~15:00

※来場多数の場合、入場制限あり

その他食生活・身体活動・睡眠など、
健康づくりに関するステージイベントを開催します



10.24土・25日

入場
無料

健康きづけ場!

in マタニティ&ベビーフェスタ大阪2026

知れば健康

〜パパとママの食チェック〜

時間 10:00~17:00

場所 インテックス大阪 4号館

参加費 無料

申込方法 来場登録制 「マタニティ&ベビーフェスタ大阪2026」
特設サイトよりお申込みください

やさいチェック、たべやんに聞いてみよう! 健康につながる毎日の食生活



11.28土

大阪市保健所移転記念イベント
健康きづけ場! in 大阪市保健所

知れば健康セミナー

場所 大阪市保健所 4階 大阪市中央区安土町3丁目1番3号

出展ブース

- 明治安田×健活チャレンジ ● 大阪市健康局 ほか

時間 13:00~16:00

SEMINAR!

内村航平さん 出演!

「トップアスリートと学ぶ、 心とカラダを整える睡眠のチカラ」 スペシャルセミナー

時間 13:30~14:30 参加費 無料

申込方法 事前申込制

詳細は10月下旬に健康きづけ場!
特設サイトでご案内します

