

“すかい”プロジェクト企画イベント 「おとなの健康づくりのススメ～いつまでもいきいきと暮らし続けるために～」 を開催します！

大阪市は、介護予防の更なる推進を図るため、2025年4月1日（火曜日）から、「すこやかに かいご予防で いい人生」の頭文字をとって名づけた「“すかい”プロジェクト※1」の事業を実施しています。

このたび、本プロジェクトの取組として、「健康づくり」や「介護予防」の大切さを楽しみながら学んでいただくイベント「おとなの健康づくりのススメ～いつまでもいきいきと暮らし続けるために～」を開催します。

本イベントでは、大阪市長、大阪市介護予防アンバサダー※2である内場勝則さんと未知やすえさんによるトークセッションや健康チェック機器による健康測定会を行います。

また、トークセッション終了後、記念品をお渡しします。

（イベントホームページ）<https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000668239.html>

※1 「“すかい”プロジェクト」の詳細：「<https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000649408.html>」

※2 「大阪市介護予防アンバサダー」の詳細：「<https://www.city.osaka.lg.jp/hodoshiryo/fukushi/0000664321.html>」

【トークセッション出演者】



大阪市介護予防アンバサダーのお二人

日程・場所等

【開催日時】

2026年1月18日（日曜日）13時から16時30分まで

【開催場所】

大阪国際交流センター（大阪市天王寺区上本町8丁目2番6号）

【対象者】

大阪市にお住まいの65歳以上の方とその同伴者の方で、合計3名まで応募いただけます。

同伴者の方は、ご家族や知人等、どなたでもご参加いただけます。

応募・参加方法

【応募方法】

[WEBフォーム](#)からご応募ください。（先着150名）

【応募期間】

2025年12月16日（火曜日）～2026年1月15日（木曜日）

（注）定員になり次第、応募受付を終了します。

【応募結果の通知】

WEBフォームで応募いただいた方へ、後日、メールで応募結果を通知します。

2025年12月下旬に応募いただいた方については、応募結果の通知が2026年1月5日（月曜日）以降になることがあります。

WEBフォームでは、年末年始期間である2025年12月27日（土曜日）から2026年1月4日（日曜日）までの間においても応募いただくことができます。（応募結果は2026年1月5日（月曜日）以降に通知します。）

【参加費】

無料

【本イベントの受付】

受付は、12時30分から、2階小ホール入口前で行います。

本イベントは、途中からでも参加いただくことができます。

特別上映会

映画「ケアニン～ここに咲く花～」上映会13時～14時45分

原則として途中入場はできません。

場所：2階 小ホール

上映会の映画については、公式ホームページ「[ケアニン～ここに咲く花～](#)」をご覧ください。

メインプログラム

健康測定会 14時45分～16時及び16時30分～18時

(概要)

大阪市が包括連携協定を締結している明治安田生命保険相互会社のご協力のもと、健康チェック機器による健康測定会を開催します。

血管年齢、野菜の摂取量、老化物質の量、筋力など、多彩な測定メニューを体験することができます。

開催時間中（14時45分～16時及び16時30分～18時）、自由に入退場ができますが、入場時間によってはお待ちいただく場合があります。

場所：2階 会議室（C・D）

明治安田生命保険相互会社との包括連携協定の内容については、「[明治安田生命保険相互会社との包括連携協定について](#)」をご覧ください。

トークセッション 16時～16時30分

(概要)

大阪市長と大阪市介護予防アンバサダーのお二人（内場勝則さんと未知やすえさん）による「健康づくり」や「介護予防」をテーマにトークセッションを行います。

原則として途中入場はできません。

場所：2階 小ホール

(注) 各プログラム内容や出演者は、変更となる場合があります。

各プログラムの開催場所については、「[大阪国際交流センターのフロアマップ](#)」をご覧ください。

問合せ先

大阪市総合コールセンター

06-4301-7285（8時～21時・年中無休）