

新しい趣味に出会う

65歳から、

参加無料!
※一部要事前申込み(先着)

八尾市主催

趣味の 体験フェスタ

自分の体を整える!
姿勢調整エクササイズ

プロが淹れる!
ハンドドリップコーヒー
飲み比べ会

2026 火
10/20
10:30~16:00

場 所 | 八尾市文化会館プリズムホール 5F(八尾市光町2-40)

対 象 | 八尾市内在住の概ね65歳以上の方とそのご家族

「これから何か始めたい」「仲間づくりをしたい」など、新しいことを探している方にぴったり!

趣味や興味に応じて選べる体験イベントや、気軽に受けられる健康測定など。友人やご家族をお誘いの上、ぜひご参加ください。

主催: 八尾市 高齢介護課 地域支援室 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

趣味の体験フェスタ プログラム

自分の体を整える!

姿勢調整エクササイズ

自分でできる体のメンテナンスを体験。運動初心者でも無理なくできる、簡単・シンプルな動作で体のバランスを見直してみませんか?

時間 11:00~12:30

講師 永濱 旭さん

(街の健康ROOM代表
姿勢調整エクササイズ協会
認定トレーナー)

定員 100名程度

持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装



事前予約優先

みんなのあこがれ!

オペラ&ボイストレーニング

プロのオペラ歌手によるミニコンサートと、楽しく歌うための発声や呼吸方法にチャレンジするボイストレーニング。

時間 14:15~16:00

講師 堀口 莉絵さん

(堺シティオペラ理事、
一般社団法人ピアチェレ
ミュージックマネージメント
代表理事)

定員 100名程度

持ち物 飲み物



事前予約優先

ハンドドリップ

コーヒーの飲み比べ会

意外と知らなかったコーヒーの奥深い知識やハンドドリップの淹れ方について、焙煎士から教えてもらいます。

時間 13:00~14:00

講師 山口賢一郎さん
(ハチマル珈琲焙煎所)

定員 10名程度



事前予約優先

みんなで脳トレ♪

ボードゲーム体験

囲碁将棋、オセロだけではなく、いろんな種類がある「ボードゲーム」の体験ブース!楽しく遊びながら、脳トレにもつながります。

時間 随時



予約不要

健康測定会

予約不要

ご自身の健康状態を知ることができる健康測定ブース。血管年齢、姿勢計測、脳の健康などを気軽に測ってみましょう。

時間 随時



スケジュール

10:30		
11:00	事前予約優先 11:00~12:30	
12:00	姿勢調整エクササイズ	
13:00	事前予約優先 13:00~14:00	
14:00	コーヒーの飲み比べ会	
14:15	事前予約優先 14:15~16:00	
15:00	オペラ& ボイストレーニング	
16:00		

ボードゲーム体験

健康測定会

11月から趣味の連続プログラムがスタート!

お申込み受付を会場で実施します。

- ・姿勢調整エクササイズ
- ・ボイストレーニング
- ・ハンドドリップコーヒー
- ・ボードゲーム

フェスタで体験ができるプログラムが、11月から全6回の連続講座として始まります♪フェスタ当日は、会場にてお申し込みも承っています。

先着

事前予約優先 お申込み

①または②の方法でお申込みください。

①お電話でお申込み

「八尾市・趣味の体験フェスタ」事務局(株式会社ウェルビーイング阪急阪神内)

TEL. 06-6676-8010 (10:00~17:00 土日祝除く)

「八尾市・趣味の体験フェスタの予約」とお伝えください。

②インターネットからお申込み

右記二次元コードから
アクセスしてください



※いただいた個人情報は、
本事業に関する連絡以外には使用いたしません。

ご注意

・プログラム内容は、予告なく変更することがあります。
・会場内では、写真・映像撮影を行います。撮影したデータは広報などで使用することがあります。