

癒しと学びの Osaka city フェスタ

ヨガやクイズを楽しもう!

～ 2023年9月16日(土)開催! ～

涼しいハナミズキホールのリラックス空間でゆっくり自分のからだ、おなかがいいことを体験しませんか?
ぜひお友達やご家族とご参加ください。

癒しタイム「Osaka City Yoga in ハナミズキ」

夏の終わりに、腸活リラックスヨガで疲れたからだを癒そう。

- 日程:** 2023年9月16日(土曜日)
時間: ①11:00～②12:00～③13:00～④14:00～の4レッスン
(45分/1レッスン)
場所: ハナミズキホール(花博記念公園鶴見緑地内 大阪市鶴見区鶴見緑地公園 2-463)
対象: 大阪市民限定(小学生以下は保護者同伴)
定員: 先着 200名(お一人様1レッスンへのお申込みにご協力ください。)
※参加者全員に参加特典あり
料金: 無料(専用サイトにて事前エントリーが必要)
共催: NPO 法人プレイブサークル運営委員会
(大阪市健康局すこやかパートナー)
協力: 森永乳業(株)



ヨガへのご参加は事前エントリーが必要です
無料エントリーはこちら

9月1日(金) 10:00 エントリー開始



いいこといっぱい! クイズラリーに挑戦、からだのサビをチェック

5つのクイズに挑戦して大腸がんのこと、これだけは!
からだのサビをチェックして頑張る自分をメンテナンスしよう!

- 日程:** 2023年9月16日(土曜日)
時間: 11時～16時
場所: ハナミズキホール(花博記念公園鶴見緑地内 大阪市鶴見区鶴見緑地公園 2-463)
内容: クイズ(解答者全員に景品プレゼント)、ベジチェックなどの体験、
野菜で腸活(YACYBER直売所地元農産物販売)
対象: どなたでも(大阪在住、在勤、在学/小学生以下は保護者同伴)
定員: なし(景品は先着 300名)
申込: 不要、時間内自由に入場
料金: 無料
協力: (株)ウエルネスサプライ・明治安田生命・YACYBER・
アフラック生命保険(株)・森永乳業(株)・協会けんぽ・
NPO 法人プレイブサークル運営委員会



OSAKA CITY
大阪市



主催: 大阪市健康局健康づくり課

問い合わせ電話番号: 06-6208-9943 (平日9:00～17:30)

9月は「がん征圧月間」、また9月1日は「大腸がん検診の日」です! がん予防のため日々の運動習慣は大切。
ご自身と大切な人のために、健康を見つめ直すきっかけにして欲しい、そのような思いで健康イベントを開催いたします。