

いきてゆくフェスってなあに？

最期まで楽しい人生を送りたい、大切な人にもそんな人生を送ってほしい。あなたやあなたと関わる人たち、みんながこれからの地域と共に「いきてゆく」。

「いきてゆくフェス」は、高齢者の社会参加や、介護・福祉の魅力発信を目的としています。高齢者との交流やおしごと体験など、楽しく介護や福祉に触れられるコンテンツがいっぱいです。



▲2024年の実行委員メンバー

みんなでまわろう！

スタンプラリー

参加方法

6つのスポットを巡ってスタンプを集めよう！本部(★)までお持ちいただくと、スタンプ3つで1回、6つで2回、ガラガラ抽選で素敵なプレゼントを差しあげます。



「参加証ステッカー」を貼ってくれた方に
全員にオリジナルステッカープレゼント!

スタンプラリーチェック

3つ 6つ

いきてゆくフェス公式 **WEBサイト&SNS**
随時、最新の情報をアップしていきますので、右記の二次元コードよりご覧ください！



お問合せ 豊中市 福祉部 長寿社会政策課 ☎06-6858-2837

これからも豊中で！ **2025**
いきてゆくフェス
～あつまれ！多世代 知ろう！カイゴとフクシ～
つながる心 広がる笑顔
ジブンゴトでいきてゆく!!
10月26日
※警報発令など状況により、中止となる場合がございます。
当日 イベントプログラム 開催時間 **10:00-15:00**
会場 地域共生センター、岡町・桜塚商店街 ほか **雨天決行・荒天中止**
主催：豊中市、一般社団法人豊中市介護保険事業者連絡会 企画運営：いきてゆくフェス2025 実行委員会
協力：豊中市老人介護者(家族)の会 / 岡町・桜塚商業団体連合会 ※広報受託事業者：株式会社シカトキノ

先着300名様!
アンケートにご協力いただいた方に
オリジナルトートバッグプレゼント!!
※写真はイメージです
アンケート回収ボックスは「MAPの♡マークです!」
©2012豊中市 マチカネくん承認第426号

豊中市公式キャラクター「マチカネくん」がやってくる!
<登場時間未定>

のんびり散歩しながら行ってみようか

商店街でもいろいろやってるな～

みんなで一緒に行ってみよう～

お菓子がやすい!

お風呂はキッチンカーに行ってみようかな!

参加無料! 講師：中脇健児

は、スタンプラリースポットです!

10月26日
10:00~15:00

当日イベントプログラム

子どもも大人も
楽しめる企画がいっぱい!
各会場をめぐって
一日たっぷり楽しもう!

イベント会場を舞台に高齢者アート作品が並びます。今回も写真、作品、川柳の3本立て!さまざまな感性でつくられた作品を、ぜひ見に来てください。

会場 地域共生センター 東館

3F 会議室1・2 10:00~12:00 観覧自由
事前申込優先 当日受付あり

チーム対抗「棒サッカー」

先着8チーム
~おじもおばあもハッスルしよう~

今年もやります!第3回開催!昨年度優勝チームのトロフィー返還式もあります!今年もチーム対抗トーナメント戦です。老若男女4人1組で、チームの団結力が勝利の鍵!!見て楽しい~!!やって楽しい棒サッカー!!

棒サッカー参加申込はこちら
☎06-6858-2837 (長寿社会政策課)

13:00~15:00 やってみよう!! 入退場自由
New Sports

ディスコン、卓球パレー、棒サッカーなど。ルールも簡単!初めてでも楽しめます!新しいスポーツにチャレンジ!運動が苦手な人も普段運動する機会が少ない人も体を動かし、ストレス発散!レッツトライ~

会場 地域共生センター 西館

1F エントランス

10:00~11:00 観覧自由
オープニング

大阪音楽大学の学生、卒業生らによる生演奏。老人介護者(家族)の会による「認知症尊厳ソング」もあります。多世代アカペラ集団「童's」も出演します。一緒に盛り上がり楽しい1日の幕開けにしましょう!

大阪音楽大学「ファーストリオ」
大阪音楽大学「ゆるハモ」

老人介護者(家族)の会
多世代アカペラ集団「童's」

11:00~12:00 観覧自由
Siluro Music

大阪を拠点に活動するシンガーソングライターで、ボイストレーナーとしても活躍する生津祐輔による歌のひととき。思いがこもったやさしい歌声をお楽しみください。

13:00~13:30 観覧自由
間近で生の声を体感しよう♪(オペラ)

人の声で魅せる、心に響くメロディ。間近で味わう生のオペラ歌唱が、あなたの感性を揺さぶります。見て、聴いて、音楽の楽しさをみんなで体感しよう!非日常のひとときと名曲の世界を、初めての方もぜひご堪能ください!

13:30~14:30 観覧自由
豊中市立第四中学校 大道芸部

全国でも珍しい、中学校の「大道芸部」が登場!豊中市のイベントや施設でパフォーマンスを披露し、小さなお子さんからご高齢の方まで笑顔にしています。今回は1年生と2年生が出演します。

会場 スマイル デイサービス

10:00~15:00 プレゼントあり

☆きッズケア☆ 参加自由
~はじめての介護おしごと体験~

車いすを押したり、ベッドから車いすに移動したり、ヘルパーさんのおしごとを親子で体験!終了後にもらえるイベント通貨で、お菓子をかうことができますよ!

2F 会議室2 10:00~15:00
作品展 観覧自由

手芸、ちぎり絵、書道など、市内の介護事業所を利用する高齢者の皆さんによる作品を展示。

まちなかシニアアート

▲いきてゆくフェス2024の「作品展」の様子

2F 会議室3 10:00~12:00
当日受付あり 事前申込優先

先着20名様 / 1枚の写真で綴る 1ページの「自分史」

★完成した自分史は、後日送付します
★大切な写真1枚をご持参ください

お気に入りの写真をもとに、講師と一緒に自分史作りに挑戦してみませんか。大切な【写真】1枚をご持参ください。写真と向き合いながら、その時、何を感じていたのかを思い出してみよう。文章が苦手な方もサポートしますので安心です。写真1枚から、ご自身の大切な人生の記録ができていきます。

1ページの「自分史」参加申込はこちら

3F 会議室3 10:00~10:50
いつまでも元気に歩ける 当日受付
体操講習

フレイル予防を学んだ理学療法士による体操講習。どなたでも気軽に参加できます。

11:00~12:00 当日受付
認知症に備える 後見制度と 遺言書のお話

財産を管理してくれる後見人って?知っておきたい遺言書の書き方について、行政書士がやさしくお話しします。

3F 大会議室 10:00~15:00
プレゼントあり

車いすアスレチック 参加自由

福祉用具で作ったコースを、車いすで通るアスレチックに挑戦!コースは日常のさまざまな生活状況を想定しています。徒歩と車いすの違いを、親子で体験してみよう!終了後にプレゼントがもらえるよ!

みんなでやろう!!
昔あそび体験
お手玉・ベーゴマ体験
輪ゴム鉄砲体験

大人には懐かしく、子どもたちには新しい昔あそび。楽しいあそびを通じて、多世代で交流しよう。大人の方も、飛び入り先生も大歓迎!ぜひご参加ください。

3F 会議室2 10:00~15:00
抽選受付11:30まで

カメラマンの 水本光さん

※午前中の撮影枠は先着です。以降の撮影枠は抽選になります。

いきてゆく写真館

「今の自分の姿」を写真に残しませんか?写真の専門家に身をゆだね、モデルをしているその瞬間は、まさに人生の主演!見る人も撮られる人も、写真を通じて「楽しい!」「良かった!」を体験できます。撮影させていただいた写真はプレゼント!いつか今日の写真が特別な宝物になります。

13:00~15:00
旅エーターが語る「旅の講座」 観覧自由

64歳から始めた「日本と世界」の旅紀行

64歳から旅を始め、これまで日本一周10回、海外68か国を訪れた旅エーターが旅の魅力を語ります。この10年間で訪れた「国内1,300日」「海外40か国500日」の旅から、写真・ビデオ・ドローン映像とともに、訪問地の解説や人々との出会い、旅先での印象的なエピソードをご紹介します。旅の醍醐味をたっぷりご体感いただけます。

13:00~13:50 当日受付
備えて安心!お金と健康

ファイナンシャルプランナーによる、老後に備えるお金と健康のセミナー。保険の見直し、年金、老後のお金など、役立つ情報をお話しします。

14:00~14:50 当日受付
介護施設の選び方

在宅生活が難しくなった場合の施設選びについて、介護福祉士がお答えします。

3F 会議室1 10:00~15:00 観覧自由

「ショート映画」上映会

豊中市介護保険事業者連絡会が制作したショート映画作品を上映します。介護の人材不足と言われますが、人材不足になるとどんな生活なる?映画を通じて、介護の仕事の大切さを感じてください。

3F 会議室4 10:00~15:00
各種専門家による 事前申込優先
介護・老後・終活よろず相談会

介護福祉士、理学療法士、ファイナンシャルプランナー、行政書士による相談会を実施します。

よろず相談会参加申込はこちら

会場 岡町商店街

A 10:00~15:00 当日予約
手と手でつながる 認知症ケア

見えない想いに“ふれる”時間。タッチケアと手の展示を通して、認知症の方との、やさしい関わりを体験できます。

B C D 10:00~15:00 観覧自由
写真展

「年を重ねるごとにひとは物語になる」笑顔に刻まれた人生の時間、まなざしに宿る強さとやさしさ。そのすべてが愛おしい「今」を写真におさめ、深く心に響くひとときをどうぞご覧ください。

E 10:00~15:00 参加自由
あそびの場!by看護学生

未来の医療を担う「大阪医療看護専門学校」の学生たちによる「スーパーボールすくい」や「じぶん風船」などの縁日を開催予定!参加費は無料!お子様と気軽に遊びに来てください!

会場 桜塚商店街

F 10:00~12:00 13:00~15:00 プレゼントあり
ハロウィン かぼちゃを見つけ 参加自由

ヒントをもとに「ハロウィンかぼちゃ」を探そう!豊中市のみまもりステッカー「おかえりQR」を体験しながら、認知症について学べるイベントです。

G 10:00~15:00 参加自由
介護者の心のオアシス

豊中市老人介護者(家族)の会
「ひとりでも悩まないで、よっといで~」
小さな手「手づくり介護用品展示」

H 10:00~15:00 プレゼントあり
☆きッズケア☆ **看護師体験** 参加自由

白衣を着用して、血圧を測ったり、リアルな赤ちゃん人形のお世話体験など、看護師さんのおしごとを体験!終了後にもらえるイベント通貨で、お菓子をかうことができますよ!

協力:大阪府看護学校協議会

I 10:00~15:00
93歳おばあちゃんの頭皮マッサージ 参加自由

某探偵局に出演したおばあちゃんによる、愛情たっぷりの頭皮マッサージ。大好きなおしゃべりをしながら楽しくマッサージします。

J 10:00~15:00
癒しとネイル 当日順次受付

ハンドフットケアサロンのマッサージ&肩ほぐし。福祉ネイリストによるキッズ&大人ネイル体験など、ななでもどうぞ!

K 10:00~15:00
川柳展 観覧自由

高齢者の皆さんが、過去の失敗を川柳に詠みました。人生いろいろ、お気に入りの一句にご投票ください!

パル(レンタルスペース) 10:00~15:00
とよなか介護しごと案内ステーション 観覧自由

介護保険事業者連絡会が、介護の仕事を探している方に向けたブースを設置。各事業所の求人情報をたっぷりご案内しています。気になる情報は、二次元コードから情報収集や問合せも可能です!

2F 桜塚ショッピングセンター
10:00~15:00 参加自由 ※ゴーグルを自分で保持できる方のみ対象
ほちょうきのRe 補聴器VR体験会・補聴器アクセサリの展示会

VRで、難聴の方がふだん聞いている世界や、補聴器を使ったときの聞こえを体験してみよう!補聴器をデモレーションしたオリジナルブランドの展示もあります。

10:00~15:00 参加自由
カワイク訪問看護ステーション 血圧測定会

看護師による健康チェックや介護・医療の相談のほか、ファッションショーのグッズを利用したフォトブースを展開。