

春を感じてみませんか？

5F 街ステーション

話しがスッパリ！ホットひと息、リラックス！
こころのリフレッシュ
プチ・カウンセリングと性格チェック
NPO 法人Jニオライフ応援協会

■プチ・カウンセリング：「ひとりででも安心して話せる人がいると問題は解決できる」といわれています。最近話す機会が減っていませんか？愚痴・悩み etc... 気軽に立ち寄り下さい！
■性格チェック：性格特性カード 52 枚から 10 枚を選び、進んだカードから性格分析。カードに描かれた可愛いイラストのお蔭で楽しく分析・自分を知らず掛かりに！

4/9(日) 13:00~17:00
体験 所要時間 約 30 分

☑ 当日随時受付 ☑ 無料 ☑ HP: <http://enjoy-senior.link> *有資格者が対応

7F 街ステーション

今月の作って遊ぼう道場
ぶっ飛ばすシーソーを作って遊ぼう!!
A-yan!! 関西をアートで盛り上げる NPO

かんたんすぐに作れるシーソーで人形を飛ばそう!! お友達とここまで飛ばせるか一緒に遊ぼう?!

対象年齢 4 歳から大人まで、
大人の方が一緒に遊ばれてはくつでも OK! 楽しく遊びましょう!!

4/9(日) 13:00~16:00
体験 所要時間 約 30 分

☑ 当日随時受付 ☑ 300 円 ☑ Mailform: <http://form1.fc2.com/form/?id=843364>

8F 街ステーション

★家族でイキイキ豊かな心を育もう!★
家族で楽しむ子育てファミリーショップ
育プロ&あったかファミリー

感性教育・全脳教育でお子さん達の想像力、考える力、コミュニケーション能力といった豊かな心を育みます。ナインブレイク(カードゲーム)体験、お歌(ミニコン舎)、演劇、身体表現・感情表現といった内容を親子で、ご家族で楽しく体験、是非ご参加下さい。

4/9(日) 11:00~16:30
体験・鑑賞

☑ 当日随時受付 ☑ 無料 ☑ Tel: 06-7176-8813 Fax: 06-6764-4599

5F 街ステーション

誰もが楽しめる脳活エクササイズ
脳の活性化～シナプソロジー体験～
こころ・からだ・すこやかに体験企画

五感を刺激しながら身体を動かすことで、爽快感の向上、注意力アップ、手先の器用さ向上、記憶力・判断力などの脳の機能が向上します。出来る事が目的ではなく、混乱して笑うことで脳の活性化?!!ぜひご体験ください。
①14 時～ ②15 時～ (全2回)

4/11(火)
体験 所要時間 約 30 分

☑ 要事前予約 (当日参加可) ☑ 500 円 ☑ Mail: Ishii@suikoyaka-talso.com
Tel: 090-55974-6685 (石井)

6F スポーツセミナールーム

元気回復! 笑いヨガ
あべのハルカスから
笑顔をつなぐ笑いヨガ
どこでも笑い隊ラフター=ヨガクラブ

「笑はなくても良いですよ!!」から始まる笑いヨガ「ハハハ!!」としっかり息を吐く笑い体操でたっぷりと酸素を取り入れ健康と活力を実感していただきます。水分をお持ちください。

4/13(木) 10:30~11:45
体験 所要時間 約 75 分

☑ 要事前予約 (当日参加可) ☑ 500 円 ☑ Blog: <http://ameblo.jp/em9393>
Mail: emipon9393@yahoo.co.jp Tel: 090-5645-5573

縁活のこと、もっと教えて!

縁活は、ホームページを開設しています。また、縁活のボランティアメンバーによる、縁活情報満載のレポーターブログ、さらに日々の縁活のプログラムの様子が見られる Facebook ページなど、さまざまな形で情報を発信しています。ぜひ一度ページを見に来てください。
一緒に縁活で活動する仲間も常時募集しています! \見に来てね!\

[縁活HP] <http://en-katsu.info/>
[縁活 Facebook] [縁活] で検索
[レポーターブログ] <http://csr-reporter.net/>

縁活4+377-184100

縁活レポート

縁活コラボ企画 ジャカジャカ忍者 x チャンバラ合戦～戦 KUSA～

2月22日はニンニンで忍者の日だそうです。それに先駆け、2月11日(土)に、「あべのハルカスでニンニン忍者修行!」が縁活活動団体のコラボによって開催されました。百貨店内にある2つの街ステーションと森の広場を修行場所に見立て、子供たちは一人前になるべく5つのステージで修行に挑戦! 「忍者レクチャー修行」では「忍法お片付けの術」など、楽しみながら忍者の礼儀を学んだり、「チャンバラ合戦修行」では、子供 vs 大人 (運営チーム) 戦を、大差で子供チームが勝利するなど、大人も子供も分け隔てなく笑顔と笑い声が響き渡る修行になりました。全ての修行を体験した子供たちに、最後は師範役より「合格!」の言葉で大団円。
汗いっぱい満足気の子供たちからは、はじけるような笑顔があふれており、非日常体験を満喫した様子でした。

～ 縁活レポーター テル & 縁活事務局 ～
縁活プログラムのレポートは「CSR Reporter Blog」に掲載しています。
<http://csr-reporter.net/>



縁活 WALL GALLERY

4F 4/1(土)～4/30(日)
「うえまち新聞拡大版展」
NPO 法人まち・すまいづくり
縁活キヤラリーは、各階ともにタワー・館西エレベーターそばにあります。

アクセス 交通のご案内

- ・近鉄南大阪線 大阪阿部野橋駅
- ・JR天王寺駅
- ・地下鉄谷町線、御堂筋線 天王寺駅
- ・阪堺上町線 天王寺駅前駅



あべのハルカス近鉄本店 〒545-8545 大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-1-43

営業時間のご案内
地2階～3.5階は朝10時～夜8時30分、
4階～11階は朝10時～夜8時

12・13・14階レストラン「あべのハルカスダイニング」は朝11時～夜1時、
地2階「あべの市場食堂」は朝10時～夜10時 ※一部営業時間の異なる喫茶・レストラン等がございます。

縁活、街ステーションに関するお問い合わせ

あべのハルカス近鉄本店 縁活事務局
address: 〒543-0055 大阪市天王寺区恵田院町8-11 新和興産ビル503
TEL/FAX: 06-4305-4710
MAIL: k-garden@studio-lorg
WEB: <http://www.en-katsu.info>

各プログラムに関するお問い合わせ・お申し込み

中面にあります各プログラムの問い合わせ先までご連絡ください。
※ 価格は、消費税を含んだ税込価格を表示しています。

4 縁活 エンカツ

2017

「できる」がてんこもり

桜の季節です。縁活で一緒に

あべのを 知ろう展6

～ 街ステに咲かせよう! みんなの“さくら”～

人気のマッピング企画第6弾です。今回は春らしく「桜」をテーマに、昔の阿倍野・天王寺おすすめ桜スポットで「あべのさくらMAP」を作ります。
そのほかにも、縁活の春の恒例行事「さくらワークショップ」も同時開催! 百貨店の中で桜を満喫できる2日間! 街ステーションで色んな“さくら”を楽しみましょう!

さくらワークショップ

あべのハルカスが位置する阿倍野・天王寺周辺で、あなたがおすすめる「桜スポット」(桜の名所や穴場等)の情報を書いた旗を会場のMAPに立てて下さい。他人の人のすすめる情報から、新たな発見があるかもしれません!



7F 街ステーション

あべのさくらMAP
桜の幹の絵に手のひらで花びらを付けていただきます。あなたが押した手形のスタンプのひとつひとつが桜の花びらになります。幹の絵にみんなでペタペタ、たくさんのお花びらで街ステーションの桜を満開にしましょう!

4/1(土)・2(日) 11:00~17:00
体験

☑ 当日随時受付 ☑ 無料 ☑ Mail: k-garden@studio-lorg Tel: 06-4305-4710 (縁活事務局)

8F 街ステーション

桜の花でモノづくりを体験しよう
金属を使って桜の花を作ってみよう!
～volume2～
enjoy mono

あべのハルカス3周年記念企画に引き続き、金属を使って桜の花を作ってみようということで、本物の桜の大阪府花予想日に合わせてプレス成型で作った花弁や、リベットの花托、鉄線を溶接した雄しべ、ワイヤーの茎を使って、桜の花のオブジェと一緒に作ってみませんか?

4/1(土) 13:00~17:00
体験・鑑賞

☑ 20名 ☑ 当日随時受付 ☑ 500 円 ☑ Tel: 06-6746-0056
Mail: info@enjoymono.net

5F 街ステーション

心の声を言葉にして気づきの一歩
ibマッピング体験会
SNB ibマッピング会

1つのテーマから私たちが質問しながら、あなたの言葉をシートに書き出していきます。複雑になりがちな自分の思考を整理してココロをスッキリさせませんか? 何自身で答えを出したい方向ですか。何でもお越し下さい。あつという団の60分です。

4/6(木) 10:00~13:00
体験 所要時間 約 60 分

☑ 要事前予約 (当日参加可) ☑ 無料 ☑ Mail: s.n.b.r.s.130609@web.ne.jp Tel: 090-6203-0609

8F 街ステーション

まちの魅力スポットを紹介します
縁活・あべのん・ゼロスの
阿倍野の魅力発信!
阿倍野区役所 x 地球戦士ゼロスイベント係

あべのん、地球戦士ゼロスが、阿倍野区で作成したまちの魅力を発信する冊子を活用したクイズコーナーなどを行い阿倍野の魅力を紹介します。
また、同時に縁活 MAP チームが実施してきた「あべの MAP」企画の展示も実施します。

4/8(土) 11:00~16:30
体験・展示 所要時間 約 30 分

☑ 当日随時受付 ☑ 無料 ☑ Tel: 06-6222-9734 (阿倍野区役所企画調整課 街づくり) HP: <http://www.city.osaka.lg.jp/abeno/>



「縁活」は、市民活動団体・地域の皆さん・ボランティアと百貨店がいっしょに、楽しくて、社会をちょっと良くする活動を行なう、百貨店初の取り組みです。

Kintetsu
あべのハルカス 近鉄本店

プログラムガイド

定員 申込方法 参加費 申込・問い合わせ先 シニアサポート運動プログラム

7F 街ステーション

「永住できるマンションづくりの2つのポイント」
マンション管理組合ドットコム
 NPO 法人マンションサポートネット

相談会では、上記の他、大規模修繕工事の進め方や管理委託への疑問、また滞納管理費の回収方法、長期修繕計画の見直しなどの管理組合運営について、および、音やベットのトラブル、高齢者の居住支援などの専有部分の問題へのご相談にもお答えします。

4/13(木) 14:00~16:00

講習会・相談会

当日随時受付 無料

HP: <http://msnet.or.jp> Mail: mail@msnet.or.jp Tel: 075-722-1510

5F 街ステーション

はじめて 足から健康づくり!
フット・コンディショニング
足圧 測定
 NPO 法人 シニアライフ応援協会

運動不足や不適切な靴により、足は外反母趾や扁平足、浮腫びなどの変形を招き、大地を踏み、蹴り、衝撃吸収する機能を十分に果たしていきません。フット・コンディショニングによる足圧測定でチェックし、フット・エクササイズなどにより足趾・足・足関節の機能を回復させ、身体を芯から元気にしましょう。

4/15(土) 13:00~17:00

体験 所要時間 約 30分

要事前予約 500円 (当日参加可)

HP: <http://enjoy-senior.link> Tel: 090-9111-0038 Mail: info@enjoy-senior.link

7F 街ステーション

働き者の手を私達の手で優しくケア
*** Hand Care * 手から心へ癒しのハンドケアトリートメント**
 ハンドケア to heart ~手から心へ~

いつも何気なく使っている手。働き者の手を私達の手でケアさせていただきます。優しくお褒めしながらからあつちの間の15分で手も心もリラックスし気分転換、ストレスからの解放により心身がほぐれ疲労軽減、触れることで心身が癒されホルモンによはれるオキシトシンが分泌されます。ご予約をいただくと丁寧なケアを受けていただけます。

4/15(土) 10:00~16:30

体験 所要時間 約 15分

当日随時受付 500円

HP: <http://handcare-toheart.jp> / <http://handcare.maki@gmail.com> / <http://handcare.kacco@gmail.com>

8F 街ステーション

木と木と木になろう! 人と木の遊び場
きとひろば
 NPO 法人木育フォーラム

間伐材ヒノキでつくるデコストラップ作りや、木の温かさに触れるものづくりを楽しめます。大人気の木玉ボールも入場無料で入れますよ。

4/15(土)・16(日) 11:00~17:00

体験 所要時間 約 40分

最終受付 16:00

当日随時受付 500円 (当日参加可)

Mail: info@kokuu.or.jp Tel: 06-6115-6919 Facebook: 木育フォーラム で検索

5F 街ステーション

簡単なチェックシートとカウンセリングで本当の自分を知りましょう!
性格診断と無料カウンセリング(傾聴屋)
 関西プロボノの会 K10OKA33 (キコカサン)

悩んでいるというほどではないけれど、誰かに話したい。聞いてほしい。そんなとき、ありませんか? 私たち K10OKA33 (キコカサン) があなたのお話をさせていただきます。傾聴をきっかけにあなたのあなたの特性を知ることである「プログラム」性格診断と無料カウンセリングです。ぜひ、お気軽にお越しください。お待ちしております。

4/16(日) 13:00~17:00

体験 所要時間 約 15-30分

当日随時受付 無料

Mail: kicoka3@gmail.com

参加団体
ボランティア
募集中

「緑活」は、百貨店内にある「街ステーション」を舞台に、市民活動団体と地域の皆さんが、楽しくて日々の暮らしや地域、そして社会をよりよくするプログラムを展開する百貨店初の取り組みです。2013年6月から、国内3ヶ所の街ステーションで自分たちのプログラムを開発しています。現在約270の市民活動団体が登録し、約150名のボランティアとともに活動を行っています。「緑活」の対象となるのは、市民活動に関わっている方、団体および行政、ならびに社団法人・学校法人などの公共性の高い団体が主催する活動です(ただし、営利活動のものを除く)。参加の条件など、詳しくは以下のウェブサイトをご覧ください。

http://en-katsu.info/entry/

5F 街ステーション

お気軽にご相談ください
パソコンなんでも相談室
 NPO 法人 南大阪電脳支援俱楽部

ご自宅のパソコン、使わずにはほりてかぶっていませんか。パソコンを使わないのはもったいないです。パソコンの使い方がわからない、パソコンが動かない、パソコンで何ができる、パソコンでこんなことをしたい、など、お気軽にご相談ください。

4/16(日) 13:30~16:30

相談会

当日随時受付 無料

HP: <http://demo.fem.jp/> Mail: minamosaka.demon@gmail.com

7F 街ステーション

一生動ける体づくりに最強のコラボ
椅子かきさら + モビパン
 ALST (アルス)

関「椅子かきさら」でカラダ(姿勢)を整え、「モビパン」でカラダを相強めます。運動経験や年齢を問わず、どなたでも「椅子かきさら」と、3つの輪が特徴の「モビパン」の効果を感じていただけます。

4/16(日) 13:30~16:30

体験 所要時間 約 60分

2名 要事前予約 1,000円 (当日参加可)

Mail: ayukhidamar@gmail.com

9F キッチンスタジオ(キッチンファン)

スイーツ女子・男子大集合!
低糖質・グルテンフリーのケーキを作ります。
低糖質・グルテンフリーの『Rino〜ル』
 糖質制限! パス・料理教室 a-la-sant e
 小麦粉、砂糖不使用の低糖質・グルテンフリーロールケーキ「Rino〜ル」を1人1台を作ります。ご自宅でも、材料・器具をそろえるのが、大変! すべて、参加しただけは、全てをご用意いたします。美味しく、美味い新食感を味わいませんか? ご参加お待ちしております。

4/16(日)

講習会 所要時間 約 90分

各10名 要事前予約 3,500円

HP: <http://a-la-sante.com/> お問い合わせページまで

5F 街ステーション

カラーの知識も身につくワークショップ
サポンドゥフルールで
フワアランジミニ講座
 クリエイティブプロジェクト

安全な素材で作られたサポンドゥフルール(石鹸素料のお粉)で、フワアランジを美しく作るワークショップです。サポンドゥフルールは丈夫で扱いやすく、臭い消し効果も優れたお花です。ペーパードライヤーで乾燥を分けてお花です。ミニ講座もご用意しています。お一人様1回限り、シニアパスポートとご参加の上、ご参加いただいた場合、300円相当の良書BOOKをプレゼントいたします。

4/19(水) 13:00~16:00

体験 所要時間 約 30分

20名 当日随時受付 (材料費・テキスト含む)

Tel: 06-6105-5679

7F 街ステーション

おひるアートでお祝いしよう!
4月生まれ☆1歳の子供デー撮影会
 おひるアート mi-coo

今話題のおひるアートで思い出作りをしませんか? 撮影会では「ママさんフォト」も誕生日のアート? 種類豊富で可愛い衣装をご用意しております。手形アートとケーキを可愛くデコレーションするアルバムブックの体験付き。

4/19(水) 13:00~16:30

体験 所要時間 約 60分

各回 要事前予約 撮影会(撮影のみ): 4,000円 TEL: 080-8533-3507 (当日参加可)

5F 街ステーション

心を言葉にして気づきの一歩
ibマッピング体験会
 SNB ibマッピング会

1つのテーマから私たちが質問しながら、あなたの言葉を書き出していきます。複雑になりがちな自分の思考を整理してココロをスッキリさせてみませんか? 自分自身で答えを出したい方向です。何度でもお越し下さい。あつちの間の60分です。

4/22(土) 10:00~13:00

体験 所要時間 約 60分

要事前予約 (当日参加可) 無料

Mail: s.n.b.rs.130609@ezweb.ne.jp Tel: 090-6203-0609

5F 街ステーション

小さな子ども〜大人まで楽しめるプログラム
わくわく工作体験フスティバ[ミニ]
 関西パルアート協会 MAMA'S HOUSE

自分で作る「ものづくり」簡単でかわいいものが30分程度で出来上がります。体験できる内容はパルアート・ディンブルアート・可愛いかばん・ホルダー・ピースで作るう・万華鏡など、材料費だけのボランティア集団です! 世界で1つだけの思い出が作れます。

4/22(土) 13:00~16:00

体験 所要時間 約 30分

各10名 (当日参加可) 200円~1,000円

Tel: 080-4767-0111 (高木)

5F 街ステーション

あれ、どうして?
不思議なテーブルマジック
 おおきマジッククラブ

トランプや、コイン・ロープなどを使った不思議なマジックを目の前で披露します。ペテラマジシャンの素晴らしいテクニックをお楽しみいただき、新鮮な驚きとワクワクした気持ちをお届けします!

4/23(日) 13:00~17:00

体験 所要時間 約 15分

当日随時受付 無料

Tel: 090-7557-8116 (雄)

5F 街ステーション

パルアートで笑顔に
パルアートにふれてみませんか
 パルアート ブルースカイAmi

お子さまから大人まで、どなたでも風船を使って簡単に作っていただけます。花などをつくれるパルアートの世界に触れてみませんか? (16時半受付終了)

4/23(日) 13:00~17:00

体験 所要時間 約 30分

当日随時受付 500円

Mail: ak5768nzap@icloud.com

8F 街ステーション

科学好きのチビっこ集まれ!
かか〜de ワ〜ク!
「おもしろ・こさく・きょうしつ」
 てもんぶ

身近な材料や道具を使ったとっても不思議で楽しい科学工作・実験教室です。スタッフがマンツウマンに近い形で作業の手順や実験の方法を指導させていただきますので、小さなお子さまからご参加いただけます。皆さまのお越しをお待ちしています。 (受付は16:30まで)

4/23(日) 10:30~17:00

体験 所要時間 約 40分

当日随時受付 300円

Mail: info@tennonbu.com HP: <http://tennonbu.com/>

5F 街ステーション

誰もが楽しめる脳活エクササイズ
脳の活性化〜シニアプロジェクト〜体験
 こころ、からだ・すこやか体操企画

五感を刺激しながら身体を動かすことで、爽快感のもと、注意力アップ、手先の器用さ向上、記憶力・判断力などの脳の機能が向上します。出来る事が目的ではなく、混雑して笑うことで脳の活性化! ぜひご体験ください。

4/25(水) 13:30~16:00

体験 所要時間 約 30分

要事前予約 (当日参加可) 500円

Mail: ishi@sukoyaka-taiso.com Tel: 090-5974-6688 (石井)

7F 街ステーション

季節は春 歌の世界も花いっぱい
出前歌声サロン&オカリナ演奏会
 NPO 法人 風笛

心うきうき、楽しい春の唄をご一緒に歌いましょう。ミニオカリナコンサートもお届けします。

4/25(水) 13:30~16:00 展示 14:00~15:30 歌声サロン&オカリナ演奏会

体験・展示 所要時間 約 90分

当日随時受付 無料 (ミニ歌集配布)

Mail: info@npo-syuuka.jp Tel: 06-6365-0619

5F ウイング館5階 街ステーション 8F ウイング館8階 街ステーション
 7F タワー館7階 街ステーション 9F タワー館9階 キッチンスタジオ(街ステーション)

6F スポーツセミナールーム

元氣回復! 笑いヨガ
あべのハルカスから笑顔をつなぐ笑いヨガ
 こども笑いヨガアドバイザー ヨガクラブ

「笑はなくても良いですよ!」から始まる笑いヨガ「ハハハハ!」としっかり息を吐く楽しい体験です。最後は体を揺らし入れ健康と活力を実感していただきます。水をお持ちください。

4/27(木) 10:30~11:45

体験 所要時間 約 75分

要事前予約 (当日参加可) 500円

Blog: <http://ameblo.jp/emj993> Mail: emj993@yahoo.co.jp Tel: 090-5645-5673

5F 街ステーション

想像力&コミュニケーションUP!
第26回 あべのハルカス♡ストーリー
 一般社団法人日本マインドヘルス協会

面用紙を6つに区切り一人がクレヨンでぐるぐる。もう一人はそれが何に見えるか宣言し返して仕上げる。それをかわりはえんこ宣言し返して5つ絵を完成させる。最後の絵には5つのお話を描いてお話し。お話しが終わったお話しのお出来栄に「うちの子、天才やわ!」と、リピーター続出!

4/29(土・祝) 14:00~15:00 ②15:30~16:30

体験 所要時間 約 60分

各回 要事前予約 (当日参加可) お一人様(大人)1,000円 (小学生以下)500円

Tel: 06-6764-0875 HP: <http://amha.org> Mail: info@amha.org

7F 街ステーション

春のスペシャルミニ撮影会!
Spring Kids Festa
 Bicecca Project

こどもの日にぴったりなディスプレイでかわいい記念写真をお取りする「こどものスペシャルミニ撮影会」、おひるアートでお子さまの成長を可愛く記録する「春のおひるアート撮影」の2本立てで撮影会を開催! 当日お子さまもお楽しみ頂けるワークショップも実施します! ※画像はイメージです。ディスプレイが異なる場合がございます。

4/30(日) 11:00~17:00

体験 所要時間 約 30分

要事前予約 (当日参加可) 800円

Mail: btherapy.project@gmail.com HP: <https://www.facebook.com/btherapy>

4/23(日) 17:30~19:30
7F 街ステーション

緑活ブランド向上委員会
直前ミーティング開催!

11月に開催された緑活ブランド向上委員会。その場から生まれた5つのキーワードをもとに、緑活ブランドを向上するよう企画を考える会議を開きました。緑活活動団体さんや緑活ボランティアのみならず、百貨店のみならずメンバーも増え、当日の体制も決まってきました。これからいよいよ準備が始まります。

お父さんと一緒に家族みんなで体験できるプログラムが3日間開催されます。どんなプログラムになるかは次回のリフレットをお待ちください!

プログラムのタイトルはなににしよう? 多くのアイデアの中から決定しました! 写真の中に採用案はあるかな?!

次企画会議は、4月23日(日)17:30から、7階街ステーションで直前ミーティングを開催します。当日一緒に活動するメンバーをまだまだ募集していますので、興味のある方はぜひお越しください!お待ちしております。

Mail: k.garden@studio-l.org