

縁活で夏を楽しむ準備をしよう！

5F 街ステーション

7/6(木)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

6F スポーツセミナールーム

7/6(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 シニアバス400円 Mail: emipon9393@yahoo.co.jp Tel: 090-5645-5573

5F 街ステーション

7/8(土)

体験・展示 所要時間 約 30 分

当日随時受付 800円 Mail: enjoyotegami@gmail.com (おもしろ遊便倶楽部)

5F 街ステーション

7/9(日) 13:00~17:00

個別相談・セミナー

当日随時受付 無料 Mail: gla@show.ne.jp HP: http://ganlifeadviser.wixsite.com/20160213

7F 街ステーション

7/9(日)

体験 所要時間 約 30 分

10名 要事前予約 (当日参加可) 500円 シニアバス400円 Mail: ayakahidamari@gmail.com

8F 街ステーション

7/9(日) 10:30~17:00

体験 所要時間 約 40 分

当日随時受付 300円 Mail: info@tenmonbu.com HP: http://tenmonbu.com/

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てみませんか？自分自身で答えを出したい方向きです。何度でもお越し下さい。あつという間の60分です。

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「ハハハハ！」としっかり息を吐く笑いの体操でたっぷり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。

フミノナと作るマステで夏のおたより
マスキングテープでかき氷暑中ハガキ
フミノナ×おもしろ遊便倶楽部

見本をご参考にお好きなテープを Cutter ナイフで切り、色とりどりのなかき氷の夏のはがき作りを楽しみます。はじめてさんもテープ大好きさんも一緒に「フミノナ」のひと味ちがったテープの使い方を楽しんでください。＊Cutter ナイフを使います。お子さまは保護者の方にご参加ください。

聞くことは、安心することに繋がります
がんになった時の
お金と暮らしのサポートコーナー
がんライフアドバイザー協会

がんになっても自分らしく過ごせるように！看護師、社会福祉士、ケアマネジャー、FP などの有資格者が、お金や仕事など暮らしの悩みを持っている方の相談をお受けします。笑いを交えた情報満載のミニセミナーも開催します。聞いてみたかった気になること、この機会にお気軽にどうぞ！

体らくちんエクササイズ
椅子かきら
ALST (アルス)

関節を動かし (カ)、機能改善を促し (ウ)、体が楽になる (ウ)、ろっ骨エクササイズ KaQiLa 〜カキラ〜の椅子バージョン。年齢・運動経験問わず、誰でもできるエクササイズです。

子どもゆめ基金助成活動 第4回
かがく de ワク！ワク！
「おもしろ・こうさく・きょうしつ」
てんもんぶ

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。スタッフがマンツーマンに近い形で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くことができます。第4回は「風船を使ったホバークラフト」と「衝突 (しょうとつ) の力学」です。お楽しみに！ (受付は 16:30 まで)

子どもたちがお父さんのために学ぶ3日間

パパパラダイス、終了！

6月18日の父の日でパパパラダイスの全7プログラムが終了しました！縁活が、市民活動団体・ボランティア・百貨店売場とタッグを組み企画から作り上げた今回のプログラム、多くのお客様に楽しんでいただくことができました。今回のプログラムでは、「父の日を祝ってもらったのははじめてです！」とうれしそうに話すお父さんがたくさんいらっしゃいました。そんなお父さんたちの笑顔を引き出すお手伝いをできたのが、今回の企画のなよりの収穫でした！



縁活WALL GALLERY

7/1 (土) ~ 7/31 (月)
4F 「うえまち新聞拡大版展」
NPO 法人まち・すまいづくり

縁活ギャラリーは、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
交通のごあんない

・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
6月30日(金)・7月1日(土)地2階~4階は朝10時→夜9時

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 大阪市天王寺区悲田院町8-11 新和興産ビル503
TEL/FAX: 06-4305-4710
MAIL: k-garden@studio-l.org
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。

7 2017

縁活 エンカッ

「できる」がてんこもり

「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

いよいよ夏本番！

縁活きもの部

7/1(土) 13:00~17:00
体験 所要時間 約 30~60 分

手ぬぐいで作る浴衣に似合う「和の小物」
ゆかたカフェ
縁活きもの部

いろいろなアレンジをして楽しむことのできる「手ぬぐい」。今回はその手ぬぐいを使って浴衣姿に似合う、あづま袋、手さげ袋、布うちわ等を作ります。今年の夏は浴衣を着て、お祭りや花火大会に行ってみませんか。袋物はなみ縫いができればどなたでも簡単に作ることができます。

10名
予約優先 (当日枠あり)
500円
Mail: k-garden@studio-l.org
Facebook: 「縁活きもの部」で検索

8F 街ステーション

7/2(日) 11:00~16:30

体験・鑑賞

当日随時受付 無料 Tel: 06-7176-8813 Mail: info@ikupro.jp (NPO 法人育プロ)

9F キッチンスタジオ(街ステーション)

7/2(日) 13:30~15:30

体験 所要時間 約 120 分

10名 要事前予約 3,500円 Mail: naka@komedouraku.com

5F 街ステーション

7/4(火)・22(土)

体験 所要時間 約 30 分

要事前予約 (当日参加可) 500円 シニアバス400円 Mail: ishii@sukoyaka-taiso.com Tel: 090-5974-6685 (石井)

7F 街ステーション

7/4(火)12(水)14(金)24(月) 13:00~19:00

体験

当日随時受付 550円 追加カウンセリング: 550円 Tel: 090-6201-8334

☆親子でイキイキ 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
育プロとあったかファミリー

お歌、演劇、ナインブレイク (今、話題のボードゲーム)、オカリナ演奏、身体を動かしてみんなでコミュニケーション、工作など親子で、家族みんなで楽しみましょう。お子さん達の想像力、思いやり、コミュニケーション能力といった豊かな心を育みます。

猛暑を乗り切る食養生！
糖尿病の食事を楽しむ料理教室
農と美の研究会

低カロリーでも美味しく楽しめる料理を、関西の料理人が実演。お召し上がりいただきながら、糖尿病やダイエットのための料理について学びます。今回は「食べることは生きること」を心におき、日々の食事に活かせる薬膳料理について学びます。講師：国際中医薬膳管理師 江島 純代 協力：金山内科クリニック、関西医科大学総合医療センター、関西医科大学香里病院

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。

MOMOの色彩・言の葉
カラー&アートカウンセリング
マトウクウ


あなたの心を掌に乗せてリラックスしながら、思うがままに、自分自身と遊んでみませんか。その時々で材料は変わりますが、シール・パステル・水彩鉛筆・箱・画用紙などで無心に遊びながら自分自身の心に気づきをもちたらしめてみませんか。お子様も一緒に楽しく参加できます。皆様のお越しをお待ちしております。

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 シニアパスポート連動プログラム

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)

5F 街ステーション



7/11(火)

体験 所要時間 約 30 分

モビバンで動ける体づくり
モビバン体操
ALST(アルス)

3つの輪が特徴のモビバンを使い、効果的にストレッチ＆トレーニング。どなたでも簡単に、安全に行える体操です。

①13:30 ②14:30

10名 要事前予約 (当日参加可) 500円 Mail: ayakahidamari@gmail.com

7F 街ステーション



7/11(火)

体験

おひるねアート、手形アート、おすわりアート
おひるねアートで記念撮影
記念日おひるねアート

1カ月、2カ月、お食い初め、ハーフバースデー、1歳、毎月いろんな記念日をおひるねアートで可愛く残してあげませんか？おすわりショットや手形アートもついています。今しかない我が子の可愛い姿を毎月一層可愛く残してあげてください。

①10:30～11:30 ②11:30～12:30
③13:30～14:30 ④14:30～15:30

16名 要事前予約 4,000円 Mail: aichan723@icloud.com
TEL: 080-8533-3507

7F 街ステーション



7/13(木) 14:00～16:00

講習会・相談会

永住できるマンションづくりのポイント
マンション管理組合ドットコム
～マンション管理の無料相談会～
NPO 法人 マンションサポートネット

相談会では、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関するその他、音やペットのトラブル、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。

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

5F 街ステーション



7/14(金) 10:00～16:30

体験 所要時間 約 15 分

働き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、働きの手を私たちの手でケアさせて下さい！楽しくお喋りしながらあっという間の15分で手も心もリラックス！気分転換、ストレスからの解放により心身がほぐれ疲労緩和。触れることにより愛情ホルモンとよばれるオキシトシンが分泌されます。予約なしでどなたでも受けていただけます。受付終了 16:00

当日随時受付 500円 Facebook: 「ハンドケア to heart」で検索
Mail: handcare.makii@gmail.com / handcare.kacco@gmail.com

5F 街ステーション



7/15(土) 13:00～17:00

体験 足圧測定+個人指導 所要時間 約 30 分

はじめよう 足から健康づくり！
フット・コンディショニング
足圧・足育
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、浮指などの変形を招き、大地を掴み、蹴り、衝撃吸収する機能を十分に果たせなくなります。フットビューによる足圧加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、身体の芯から元気になります。

要事前予約 (当日参加可) 500円 シニアパス400円 Tel: 090-9111-0038
Mail: info@enjoy-senior.link

地域情報番組 あべのハルカス 緑活テレビ
「緑活」のインターネット番組、月1回お届け!!

緑活に関わる市民活動団体さんや、あべの・天王寺の話題、地域に根差して様々な活動に取り組んでいる方々にスポットをあてるインターネット番組です。緑活のプログラム紹介やあべのハルカス周辺情報もお届けします！社会をちょっと良くする活動を緑活がお届けします。あべの・天王寺にも詳しくなれますよ！緑活HPやyoutubeでご覧いただけます。

緑活HP: <http://ankatsutv.tumblr.com>
youtube: 「緑活テレビ」とご検索ください！



5F 街ステーション



7/15(土)16(日) 10:00～16:00

体験・展示 所要時間 約 20 分

暑い日々に届ける心のハガキ絵
暑中見舞い the 絵手紙
NPO 法人ふれあい広場「コスモス」

たくさんのメンバーが暑中見舞いを書きました。楽しく愉快的絵手紙を見てください。簡単にあなたにしか書けない暑中見舞いを、お友達に送ってみませんか。

当日随時受付 100円 Tel: 090-7096-3998 (山内) 070-5344-1882 (藤田)
Mail: s-emiko1850@com.zaq.ne.jp

5F 街ステーション



7/16(日) 13:00～17:00

体験 所要時間 約 15～30 分

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 KICOKA33 (キコカサンサン)

悩んでいるというほどではないけれど、誰かに何か話したい。聞いてほしい。そんなとき、ありませんか？私たち KICOKA33 (キコカサンサン) があなたのお話をうかがいます。簡単なチェックシートで本当のあなたの特性を知ることができ「エゴグラム」性格診断と無料カウンセリングです。ぜひ、お気軽におこしください。お待ちしております！

当日随時受付 無料 Mail: kicoka33@gmail.com

5F 街ステーション



7/17(月祝) 13:00～17:00

体験 所要時間 約 15 分

あれれ、どうして？
不思議なテーブルマジック
おさかマジッククラブ

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ご披露します。ベテラン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！

当日随時受付 無料 Tel: 090-7557-8116 (堀)

5F 街ステーション



7/17(月祝) 13:00～17:00

体験 所要時間 約 30 分

バルーンアートで笑顔に
バルーンアートにふれてみませんか
バルーンアート 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かわいらしい動物、花などをつくれるバルーンアートの世界に触れてみませんか？(16時半受付終了)

当日随時受付 500円 Mail: ak5768nzap@icloud.com

7F 街ステーション



7/17(月祝) 13:00～16:00

体験 所要時間 約 30 分

怖いけどかわいい工作で遊ぼう！
作って遊ぼう道場夏スペシャル！
おばけグッズつくろう！
A-yan!! 関西をアートで盛り上げる NPO

A-yan!! の田中やんぶ先生とおばけ屋敷で使うようなガイコツやゾンビなどの糸操り人形や、ふわふわ動く火の玉を作ります！みんなで作って動かして遊ぼう！糸操り人形はかわいいうも作れるで！！夏休みの工作の参考になるかも！！

要事前予約 (当日参加可) 300円 Mail: info@a-yan4649.com

7F 街ステーション



7/17(月祝) 17:00～19:00

体験・講習会 所要時間 約 120 分

おばけ屋敷やりたいオトナ集合！
『子ども最恐おばけ屋敷』オトナ作戦会議
A-yan!! 関西をアートで盛り上げる NPO

A-yan!! 関西をアートで盛り上げる NPO が大阪各地で繰り広げる子どもたちが学んで演じる「最恐おばけ屋敷」緑活とコラボレーションしての開催です！29日(土) 子ども作戦会議、30(日) 本番の「子ども最恐おばけ屋敷」を一緒に作るオトナ参加者募集です！昭和子どもだったアナタ！「口裂け女」、「テケテケ」を思い出しそれら再現一緒に子どもを楽しく驚かせませんか？A-yan!! 田中やんぶと一緒に企みます！

15名 (高校生以上) 要事前予約 (当日参加可) 無料 Mail: info@a-yan4649.com
Blog: <http://ameblo.jp/saikyou-obaakeyasiki/>

7F 街ステーション



7/20(木)

体験 所要時間 約 60 分

海のアートでマーメイドに大変身！
おひるねアート×スクラップブックング
おひるねアート mi-co's × souvenir (スヴニール)

今月は海の中の可愛いマーメイドに変身！海のアートで撮影会をし、その場で写真を1枚プリントアウト。その写真を使ってスクラップブックングでさらに可愛く飾ります。毎月撮りためていくと、素敵な成長記録のアルバムになります。

①10:30 ②11:30 ③13:30 ④14:30(各回60分)

各回4名 要事前予約 (当日参加可) 3,000円 TEL: 090-7553-5627

5F 街ステーション



7/22(土) 13:30～15:30

体験 所要時間 約 30 分

デバなカホッとステーション
第42回あんしん相続相談会
～充実したシニアライフのために～
相続あんしん支援センター

いつかは起きる相続、その準備について、疑問や関心のある方を対象に相続のブログが個別相談を行い、知識を深めていただきます。円滑、円満な相続が進むようなお手伝いを提案し、皆様には「あんしん」を届けていく活動を広げていきます。

当日随時受付 無料 Tel: 06-6105-5679

8F 街ステーション



7/22(土)23(日) 11:00～17:00

体験 所要時間 約 40 分

木とともだちになろう！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、木の温かさに触れてものづくりを楽しめます。大人気の木の玉プールも入場無料で楽しめますよ！

最終受付 16:00

当日随時受付 500円～ Mail: info@mokuiku.org Tel: 06-6115-6919
Facebook: 「木育フォーラム」で検索

5F 街ステーション



7/23(日) 13:30～16:30

相談会

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 南大阪電腦支援集団

ご自宅のパソコン、使われずにほこり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。

当日随時受付 無料 HP: <http://denno.fem.jp>
Mail: minamiosaka.denno@gmail.com

5F 街ステーション



7/23(日)

体験 所要時間 約 60 分

お子様の想像力＆作文能力UP！
第29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

安西市立北河田小学校で 190 組の親子で実施！校長先生大絶賛！かわりばんこに絵を描いてお話を作るだけ！親子のコミュニケーションがグッとよくなる！お子様の作られたお話の出来栄に「うちの子、天才やわ！」と、リピーター続出！

①14:00～15:00 ②15:30～16:30

各回8名 要事前予約 (当日参加可) 親子1組:1,000円 Tel: 06-6764-0875 FAX: 06-6764-08756
Mail: info@jamha.org

7F 街ステーション



7/23(日) 10:00～17:00

体験・展示 所要時間 約 10～20 分

あなたにキラキラウキウキなスパイスを！！
スワロフスキーを使った
グルーデコ®アクセサリ体験
Magicwand Factory

グルー(接着粘土)にスワロフスキーを埋め込んで作るアクセサリです。簡単に出来てどんなシーンにも映えるアイテムを今回もご用意しました。ペンダントとしても使えるブローチ2種とバッグチャームとしても使えるプレスレット2種です。どちらも2way機能を持たせたので貴女の夏のアイテムに大活躍する事間違いなし！

事前予約可 (当日参加可) 各1,500円 Mail: magicwandfactory@gmail.com
HP: <http://magicwandllc.jimdo.com/>

5F ウォールギャラリー



7/26(水)～31(月)

展示

ハッピーな物語
～眠っていた才能を発見！～
ちっちゃくアーティスト活動
NPO 法人アート教育研究所

どんな人だってみんなちっちゃなアーティスト。
“ハッピーな物語”
今回は幸がぎゅっと詰まった作品をたくさん集めました。たくさんの人にアートの楽しさを知ってほしい。この作品たちを見たら、あなたもきっとハッピーになりますよ。

Mail: e-mc2@deepeople.jp Tel: 06-6479-1302
ちっちゃくアーティスト活動事務局 (NPO 法人 DeepPeople 内)

7F 街ステーション



7/29(土) 13:00～15:00

体験・講習会 所要時間 約 120 分

学んで！作って！驚かす！
『子ども最恐おばけ屋敷』作戦会議！！
A-yan!! 関西をアートで盛り上げる NPO

30日実施の子ども達が学んで作って演じる参加型最恐おばけ屋敷「アベノ昭和地獄絵巻」の子ども作戦会議！！『お客さんをびっくりさせ方』、『おばけのメイクの仕方』などを A-yan!! 田中やんぶ先生、泉田ゆうこ先生に学んで、30日本番のおばけ屋敷と一緒に楽しくおばけやろう！

20名 要事前予約 500円 (材料費、保険代、30日参加費含む) Mail: info@a-yan4649.com

8F 街ステーション



7/29(土) 11:00～17:00

体験・鑑賞 所要時間 約 30～60 分

『とらきちのいいところ』発売記念
H@Lさんと一緒にアートしよう！
H@L

絵本『とらきちのいいところ』の主人公とらきちをモチーフにしたワークショップや参加型ライブイベント、絵本の読み聞かせ(13:00と15:00の2回)を開催します。『とらきちのいいところ』をお買い上げの方へ、著者がサインをします！

読み聞かせ ①13:00～②15:00 (全2回)

当日随時受付 ワークショップ: 200円
ライブイベント: 100円 Mail: hal_xxx@infoseek.jp
HP: hal-spirit.info

7F 街ステーション



7/30(日) 13:00～16:00

体験 所要時間 約 10 分

昭和の懐かしいおばけが出るで！
子ども最恐おばけ屋敷
『アベノ昭和地獄絵巻』本番！！
A-yan!! 関西をアートで盛り上げる NPO

子どもたちが、学んで！作って！演じる！参加型最恐おばけ屋敷「アベノ昭和地獄絵巻」本番！！今年はオトナも参戦！7階街ステーションが恐怖の空間に！！子どもたちが中心となってやる「手作りやけど侮れない！マジでびっくりするおばけ屋敷！！」親子カップルお友達でどうぞいらっしやい！！

当日随時受付 おばけ屋敷入場料 300円 Mail: info@a-yan4649.com
Blog: <http://ameblo.jp/saikyou-obaakeyasiki/>

8F 街ステーション



7/30(日) 11:00～17:00

体験 所要時間 約 20 分

Bicera Project キッズイベント第4弾！
サマーフェスタ 2017
Bicera Project

昨年も大好評を頂きました夏休みワークショップキッズイベント！団体名称を一新させ実施する第4弾は、サマーフェスタ2017☆夏休みの工作や自由研究の宿題になりそうなオススメのワークショップブースに、夏休みミニ撮影会を加えたスペシャルなキッズイベントです。2ブース参加でプレゼントがもらえます！

当日随時受付 500円～ Mail: bicera.project@gmail.com
HP: <https://www.facebook.com/bicera.project/>

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、そして社会をちょっと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、館内3ヶ所の街ステーションで日々たくさんのプログラムを開催しています。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しています。「緑活」の対象となるのは、市民活動に携わっている方・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(ただし営利活動をのぞく)。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/