



# 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

**4F ウォールギャラリー**

上野台地を撮る！ 最高賞金 15万円！  
第11回 夕陽丘うまち写真コンテスト  
受賞作品展示会  
夕陽丘うまち写真コンテスト事務局

9/13(木)~27(木)

展示

📍 当日随時受付 📞 Tel: 06-6774-2877 Mail: kura@issfuj.net

**5F 街ステーション**

色彩療法を使ったフラワーアレンジと体験カラー診断  
五感を刺激する色彩ワークショップ  
クリエイティブプロジェクト

フラワーアレンジは石鹸系のお花を使い、色彩療法の心理効果と触感素材の効果を取り入れました。  
体験カラー診断では、自分の肌調和する色を選び、季節、秋の装いに役立つ色の活用方法をご提案いたします。

9/14(金) 13:00-16:00

体験 所要時間 約15分

📍 30名 📍 当日随時受付 📞 Tel: 06-6774-2877 Mail: info@springcolor.net

**5F 街ステーション**

デバ(な)ホ(ホ)とステーション  
第56回あんしん相談会  
～充実したシニアライフのために～  
相談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フタが個別相談を行い、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「あんしん」を掲げていく活動を広げたいと考えています。

9/15(土) 13:30-15:30

相談会 所要時間 約30分

📍 当日随時受付 📞 無料 📞 Tel: 06-6105-5679

**8F 街ステーション**

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

伐材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フタのつくりを楽しめます。大人気の木の玉ころも入れますよ！

9/15(土)16(日) 11:00-17:00

体験 所要時間 約15分

📍 当日随時受付 📞 500円 📞 TEL: 06-6115-6919 Mail: info@mokui.org

**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  
本気の自分を知りましょう！  
性格診断と無料カウンセリング「頼頼屋」  
関西プロボノの会 KICOKA33 (キコカサンザン)

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？  
私たちが KICOKA33 (キコカサンザン) があなたの話を聞かれます。簡単なチェックシートで本気のあなたの個性を知ることができ、(自己分析)性格診断と無料カウンセリングができます。ぜひ、お気軽にご相談ください。お待ちしております！

9/16(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約15-30分

📍 当日随時受付 📞 無料 📞 Mail: kicokak33@gmail.com

**5F 街ステーション**

えっ、なんで、不思議なまじック  
魔法のテーブルマジック  
旭マジシャンズクラブ

目の前のテーブル上で、トランプ・コップ・ロープ等を使った不思議なマジックを披露します。  
マジックを見ての驚きは子どもから大人まで同じです。ぜひお立ち寄り、マジックを楽しんでください。

9/16(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約15分

📍 当日随時受付 📞 無料 📞 Mail: tsanda@heartcon.jp

**5F 街ステーション**

がんは身近な病気です！  
知って得するあなたの「がんライフ」  
NPO 法々つかりひろば

あなたが、あるいはご家族のどなたかが、がんと言われたとき相談できる所はありませんか？  
自分自身や親戚と向き合える。治療やこれからの生活を決定していくことができます。  
がんと向き合っていくための情報をどこから探せばいい？  
実際の相談にも専門家が対応します。腫瘍士のハンドケアのコーナーも体験できます。

9/19(水) 13:00-17:00

体験・説明会

📍 30名 📍 当日随時受付 📞 無料 📞 Mail: tsunagari.201@gmail.com

**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  
S N B 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。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いきます。何度でもお話し下さい。あつという間の60分です。

9/20(木) 10:00-13:00

体験 所要時間 約60分

📍 要事前予約 📞 無料 📞 Mail: s.n.b.s.130609@ezweb.ne.jp Tel: 090-6203-0609

**5F 街ステーション**

チョコX2でモチX2にバイバイ！  
エコーージュで気持ちスッキリ！  
一般社団法人日本マインドヘルス協会

今の気分が鬱々としたら、モチモチとした気持ちで過ごす。エコーージュで気持ちスッキリ！  
一般社団法人日本マインドヘルス協会

9/22(土) 13:00-16:00

体験 所要時間 約90分

📍 各回10名 📍 要事前予約 (当日参加可) 📞 2,000円/人 📞 Mail: info@jamhs.org

**5F 街ステーション**

関文書 多世代交流型住宅ストップ推進事業  
住まいの相談会 vol.1  
(一社) 既存住宅・空家プロデュース協会

住まいで少しでも気軽に暮らす、ありませんか？  
大きな地震で家が倒壊しないか不安、雨漏りのような小さな問題がある、外壁に大きなヒビがある、空室にない実家を何とかしたい等、お気軽にご相談ください。

9/22(土) 14:00-16:30

相談会 所要時間 約15分

📍 当日随時受付 📞 無料 📞 TEL: 06-6941-2525 Mail: info@hws.or.jp

**8F 街ステーション**

切り貼りに楽しむ心理学  
親子のこころがわかる心理学  
こころ絆プロジェクト

お子さんの心理分析を踏まえた心理学、いろんなものを切り貼りに作品を作ります。ながら親子で心理学を楽しむ体験ができます。育児相談もありますから、日頃の悩みをお伝えください。

9/22(土) 13:00-17:00

体験 所要時間 約15分

📍 当日随時受付 📞 500円 📞 Tel: 080-6176-5757 Mail: makomakok33@gmail.com

**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会  
NPO 法人 南大阪電脳支援集団

ご自宅のパソコン、使わずにほこりをかぶっていませんか。パソコンを知らない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。

9/23(日) 13:30-16:30

相談会

📍 当日随時受付 📞 無料 📞 HP: http://demo.fem.jp/ Mail: minamiosaka.demoo@gmail.com

**7F 街ステーション**

筆を愛しよう！ 書道実技が同時に学べる  
ピクニック書道 大人の教養講座  
ピクニック書道

日本の伝統文化の「書」を季節の話題を絡めて「もみじ」の座学。それに関連した言葉、俳句等を筆で書いて楽しみつつ、実技のワンポイントアドバイスもします。筆のしなやかさや「書」の歴史や半世紀、自分だけの札のアートに挑戦しよう！ 道場まで当直で用意します。手ぶらでもお越しください。

9/23(日) 13:30-15:30

体験 所要時間 約30分

📍 要事前予約 (値引きあり) 1,500円 📞 Mail: 20chieko@ezweb.ne.jp

**8F 街ステーション**

子育てファミリーワークショップ  
家族でイキイキ 豊かな心を育てよう  
育プロ&あつたファミリー

オカリナ演奏、お歌、演劇、身体を動かしてみんなでコミュニケーション、フラッグ、フラッグを踊る、触本の読みかせ、チャットレイト、工作など、親子で、家族みんなで楽しみましょう。体験参加型で、お子さん達の想像力、思いやり、感性、コミュニケーション能力といった豊かな心を育みます。将来のお子さん達のイキイキと生きつくりが繋がればと思います。

9/23(日) 11:00-16:30

体験・鑑賞 所要時間 約50分

📍 30名 📍 当日随時受付 📞 一部有料 📞 Mail: mail@attafamily.com (あつたファミリー)

# 私の美活シューカン (週間・習慣)

**7F 街ステーション**

女性笑顔になれる！  
ビューティーエクササイズ  
NPO 法人 MYフィットネスイズ

美ボディ(美容)を目的としたエクササイズレッスン！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然にあつという間の60分です。

9/26(木) 14:00~

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 無料 📞 Tel: 06-6776-2415

**8F 街ステーション**

似合う色を見つけませんか  
パーソナルカラー★  
ビューティーライフフェスタ  
NPO 法人 パーソナルカラー協会  
関西支部

あなたを素敵に輝かせる「色」を見つけませんか。顔色診断資格を持った「色」のスペシャリストがカラー診断を担当させていただきます。お姉にはカラーチャートのプレゼントあり。  
※受付は17:30まで

9/27(木) 11:00-18:00

体験 所要時間 約25分

📍 各回10名 📍 当日随時受付 📞 1,500円 📞 Tel: 090-1134-3569 (山田) まで

**8F 街ステーション**

すぐに実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

毎日の美活にピッタリの耳つばは、和美人を目指す着物所作を学び体験頂けます。お着物の大人まで制作ワークもあります！

9/29(土) 10:00-17:00

体験・講習会 所要時間 約30分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 800円 📞 HP: http://bicera.jp/

**7F 森の広場**

心身から美しくなる簡単なヨガ  
かんたん美活ヨガ  
ユニバーサルヨガ

外壁だけでなく内側から綺麗になるヨガを30分ごとに体験を要してお伝えします。どんなでもできる簡単なヨガです。

9/26(木)29(土) 13:00~

体験 所要時間 約30分

📍 15名 📍 当日随時受付 📞 500円 📞 Facebook: Universal Yoga, で検索

**7F 街ステーション**

姿勢を機械で測って美しく！  
姿勢美人になりましょう！  
美と美の研究会

足圧測定器に立つだけで、コンピューターが姿勢を分析、タイプ別に姿勢美人になる方法をプロがお教えします。

9/28(土)30(日) 15:00-17:00

体験 所要時間 約10分

📍 先着20名 📍 当日随時受付 📞 500円 📞 Mail: naka@komedouraku.com

**8F 街ステーション**

すぐに実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

毎日の美活にピッタリの耳つば、ヘッドマッサージ、座りヨガ&正しい指づこづのつかけ方を学び体験頂けます。

9/28(土) 10:00-17:00

体験・講習会 所要時間 約15分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

**7F 街ステーション**

簡単に実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

美しいボディラインを目指したウォーキングエクササイズ！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然になれるプログラムです。  
※フラッシュシューズでのプログラム(ヒールも対応！)  
①14:00 ②15:00

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約30分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 600円 📞 Mail: ayahikidamari@gmail.com

**8F 街ステーション**

体験カラー診断とミニ骨格診断  
アークセラーの遊び方  
クリエイティブプロジェクト

カラー診断は肌になじむ色、ミニ骨格診断は体型に合ったアークセラーと配色をご提案する体験プログラムです。

9/26(木)28(土) 13:00-16:00

体験 所要時間 約20分

📍 30名 📍 当日随時受付 📞 500円 📞 Mail: info@polacolor.net

**8F 街ステーション**

すぐに実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

毎日の美活にピッタリの耳つば、ヘッドマッサージ、座りヨガ&正しい指づこづのつかけ方を学び体験頂けます。

9/28(土) 10:00-17:00

体験・講習会 所要時間 約15分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

**7F 森の広場**

女性笑顔になれる！  
ビューティーエクササイズ  
NPO 法人 MYフィットネスイズ

美ボディ(美容)を目的としたエクササイズレッスン！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然にあつという間の60分です。

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 800円 📞 HP: http://bicera.jp/

**8F 街ステーション**

簡単に実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

美しいボディラインを目指したウォーキングエクササイズ！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然になれるプログラムです。  
※フラッシュシューズでのプログラム(ヒールも対応！)  
①14:00 ②15:00

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

**5F 街ステーション**

朝倉準備にお洋服選び  
に育児に朝からバタバタ... そんな忙しいあなたにオススメの時短メイク術をご紹介します。

9/27(木) 11:00-18:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 セミナー: 無料 📞 パーソナル診断: 1,000円 📞 Tel: 070-5434-212

**5F 街ステーション**

特別開催！  
パーソナルカラー★  
ビューティーライフフェスタ  
NPO 法人 パーソナルカラー協会  
関西支部

あなたを素敵に輝かせる「色」を見つけませんか。あなたに似合う色を使ったパーソナルメイクを体験いただけます。プレゼントあり。今回は特別にメイクのみの体験もOK。  
※受付は17:30まで

9/29(土) 10:00-18:00

体験 所要時間 約15分

📍 各回10名 📞 当日随時受付 📞 1,500円 ~ 3,500円 📞 Tel: 090-1134-3569 (山田) まで

**8F 街ステーション**

簡単に実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

美しいボディラインを目指したウォーキングエクササイズ！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然になれるプログラムです。  
※フラッシュシューズでのプログラム(ヒールも対応！)  
①14:00 ②15:00

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

**8F 街ステーション**

簡単に実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

美しいボディラインを目指したウォーキングエクササイズ！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然になれるプログラムです。  
※フラッシュシューズでのプログラム(ヒールも対応！)  
①14:00 ②15:00

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

**5F 街ステーション**

いつでもどこでも、疲れを軽減  
軽くやかし  
顔&首のセルフケア  
ジューバ/パーソナルケア大阪支部

多くのアロマセラピストを育てたアロマの技術をレクチャー。ひとりひとりに合ったおすすめアロマブレンドもアロマバス。

9/27(木) 13:30-17:00

講習会 所要時間 約15分

📍 各回10名 📞 セミナー: 無料 📞 パーソナル診断: 1,000円 📞 Tel: 070-5434-212

**5F 街ステーション**

簡単に実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

美しいボディラインを目指したウォーキングエクササイズ！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然になれるプログラムです。  
※フラッシュシューズでのプログラム(ヒールも対応！)  
①14:00 ②15:00

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

**7F 街ステーション**

簡単に実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

美しいボディラインを目指したウォーキングエクササイズ！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然になれるプログラムです。  
※フラッシュシューズでのプログラム(ヒールも対応！)  
①14:00 ②15:00

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

**8F 街ステーション**

簡単に実践できる美活講座  
キレイを学ぶ！  
Biceraの美活  
Bicera Project

美しいボディラインを目指したウォーキングエクササイズ！女性の魅力を引き出して、キラキラ笑顔に自然になれるプログラムです。  
※フラッシュシューズでのプログラム(ヒールも対応！)  
①14:00 ②15:00

9/30(日) 13:00-17:00

体験 所要時間 約20分

📍 各回10名 📞 要事前予約 (当日参加可) 📞 1,000円 📞 Tel: 06-6776-2415

「もっとキレイに、もっと素敵に」をテーマに、あべのハルカス近鉄本店の様々な場所で美容や美活に関するフェアを開催致します。  
縁起でも、簡単なエクササイズも様々な団体が美をテーマにしたプログラムを各階の街ステーションでご用意しております。