

外が寒い2月は、
縁活であたたく楽しく過ごそう!

5F 街ステーション



2/1(金) 10:00~17:00

体験 所要時間 約15分

当日随時受付 ¥500円

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して下さい! 楽しくお喋りしながらあつという間の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 16:30

Mail: handcare.maki@gmail.com
handcare.kacco@gmail.com

7F 街ステーション



2/3(日) 13:00~17:00

体験・相談 所要時間 約30分

事前予約 ③12名 (当日参加も可) ¥300円


ネガティブな感情の扱い入門
心の健康ワークショップ&
カウンセリング体験会
NPO 法人日本予防医療ネットワーク

今回のテーマは「パートナーシップ」。大切な人と、コミュニケーションのずれを感じていませんか? 今の現状を、突破する方法が分ります。物理学ベースのカウンセリングの、驚きの解決策を体験してください。

①ミニ講座 13:00~14:00 ②対談 14:00~15:00
③個別カウンセリング体験 15:00~16:00

Tel: 070-5340-2758 (総機)
HP: https://yobouiryou.jp/

8F 街ステーション



2/3(日) 10:30~17:00

体験 所要時間 約40分

当日随時受付 ¥300円

子どもゆめ基金助成活動 最終回
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不思議で楽しい科学工作・実験教室。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可能。今回は「バルーンロケット」と「すつとびスーパーロケット」です。お楽しみに! ※受付は16:00まで

Mail: info@tenmonbu.com HP: http://tenmonbu.com/

7F 街ステーション



2/7(木)

体験 所要時間 約60分

各回 4名 要事前予約 (当日参加も可) ¥3,000円

おひるねアート写真でスクラップブック!
おひるねアート×スクラップブック
おひるねアートマッシュマロほっぺ × Kiyi's Strings

季節の可愛いおひるね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でさらに可愛く飾ります。毎月振りためていくと、素敵な成長記録のアルバムになります。

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

Mail: depuis2014yukirin@gmail.com

7F 街ステーション



2/9(土) 10:00~17:00

体験 所要時間 約10分

要事前予約 (当日参加も可) ¥500円/10分

お箸のお悩み相談承ります。
お箸の持ち方相談室
お箸塾 "Sakura-ju"

大人になっても悩んでいる人が意外に多い「箸」。毎日使うものだからこそ、ちゃんとした使い方を、ただで、今更誰に相談して良いかわからない…。そんなお悩みに寄り添うべく簡単なカウンセリングやレクチャーいたします。

Tel: 090-6915-0995
Mail: ohashijuku@gmail.com

5F 街ステーション



2/10(日) 13:00~17:00

体験 所要時間 約30分

当日随時受付 ¥500円

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連れてみませんか?

※16:30 受付終了

Mail: ak5768nzap@icloud.com

参加団体
ボランティア募集中

「縁活」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4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しています。「縁活」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/

4F ウォールギャラリー



2/1(金)~2/28(木)

展示

Tel: 06-6778-7222 Mail: uemachi@machi-sumai.com

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
- 大阪メトロ 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11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。
※2月4日(月)は地2階~11階は夜7時まで閉店。(「ソラハ※一部を除く」「無印良品」「エディオン」「ココミッドラック」、地2階「あべの市場食堂」、1・2・13・14階「あべのハルカスダイニング」は通常通り営業。)
※2月8日(金)→13日(水)地2階~2階とウイング館9階催会場は夜9時まで営業。
※2月14日(木)地2階~2階は夜9時まで営業。

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: 〒545-8545 大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-1-43
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。

2
2019
縁活 エンカツ
「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。



平日夕方開催!
街ステの学校、開講します!
ストアカ×縁活 女性のための気軽な学びシリーズ

~仕事帰りにあべのハルカスでちょっとおしゃれに自分磨き~
まなびのマーケット「ストアカ」のコラボ企画第一弾として、女性向けのおしゃれに自分磨きができる講座シリーズを開催します。ストアカは、ビジネススキルから趣味の習い事まで個人が主催する教室や講座を1万4千件以上掲載する、日本最大級のまなびのマーケットです。お仕事帰りに是非気軽にご参加ください! ストアカ×近鉄百貨店

下記講座を受講の方は、ストアカでのアカウント登録が必要です。手順や詳細につきましては、ストアカHPよりご確認ください。
ストアカHP: https://www.street-academy.com/super_specials/27
講座についてのお問い合わせ: information@street-academy.com

7F 街ステーション



2/6(水) 18:20~19:55
2/10(日) 10:30~12:20

講習会 所要時間 約95分

10名 要事前予約 ¥3,300円

感動を伝えるための技術を学ぼう!
3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座<初級>第3回
ストリートアカデミー

カメラ初心者の方も楽しんで学ぶことができる講座です。本講座は3回連続講座ですが、途中参加も可能ですし、一回毎の参加も歓迎しています。今回は、相手に感動を伝えるための構図や配色の工夫、写真を楽しく続けていく方法を学びます! お手持ちのカメラを持って、参加してくださいね!

https://www.street-academy.com

7F 街ステーション



2/13(水) 18:20~19:50

体験 所要時間 約90分

8名 要事前予約 (当日参加も可) ¥3,300円

初めてでも書ける筆文字体験!
筆文字でありがとうのメッセージカード作り
ストリートアカデミー

筆文字が初めてでも書ける「ありがとう」等の書き方について学べます。必要な道具はすべて用意されているので手ぶらで参加OKです! 文字や絵に苦手意識を持つ人も大丈夫! コツを知ることで誰でも楽しく書けます!

https://www.street-academy.com

7F 街ステーション



2/17(日) 10:30~12:20
2/20(水) 18:20~19:55

講習会 所要時間 約95分

10名 要事前予約 ¥3,300円

感動を伝えるための技術を学ぼう!
3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座<初級>第1回
ストリートアカデミー

カメラ初心者の方も楽しんで学ぶことができる講座です。本講座は3回連続講座ですが、途中参加も可能ですし、一回毎の参加も歓迎しています。今回はカメラの取扱方、フォーカスの意味を知ろう・撮影実習 小物撮影の基本を学びます! お手持ちのカメラを持って、参加してくださいね!

https://www.street-academy.com

7F 街ステーション



2/22(金) 18:00~19:30

体験 所要時間 約90分

6名 要事前予約 (当日参加も可) ¥3,700円

これからの季節にぴったりの可愛くて華やかなアクセサリを!
本物のお花とファアのアクセサリづくり
ストリートアカデミー

本物のお花とファアを組み合わせた、これからの季節にぴったりのアクセサリ作りです。誰でもキレイに出来るように、しっかりサポートいたします。

https://www.street-academy.com

2F ウエルカムギャラリー



2/23(土) 17:00~17:30

鑑賞 所要時間 約30分

当日随時受付 無料

HAPPY WOMAN FESTA 2019
川井郁子さんトークイベント
特定非営利活動法人 国連 UNHCR 協会

3月8日の国際女性デーを記念して、ヴァイオリニスト・作曲家 川井郁子さんのトークイベントを開催します。2006年に母となり、難民の子どものための支援活動を行う川井さん、活動を通じて感じたことなどをお話しいただきます。国連 UNHCR 協会広報委員の武村貴世子さんが司会を務めます。

Mail: http://www.japanforunhcr.org
Tel: 0120-540-732 (平日 10:00~19:00)

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

5F 街ステーション



**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

2/10(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 (堤)

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！

7F 街ステーション



**飼い主さんとペットのための
ペットを守る！「災害への備え」**
認定NPO法人 日本レスキュー協会

2/10(日) 11:00~16:30

講習会 所要時間 約 60分

各回 10名 要事前予約 (当日参加可) 1,000円 Tel: info@japan-rescue.com Tel: 072-770-4900

災害に備えてどんな準備が必要か。災害が起きたときにどう対応すればよいのか。そして実際の災害現場や避難所ではどんなことが起こるのか。実際の災害現場や避難所への支援活動を行ってきた経験からお話しします！
①13:30~ ②15:30~

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&あったかファミリー

2/10(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 Tel: 06-6394-5137 Mail: mail@attakafamily.com

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、ライブ、ラップで百人一首、絵本の読みかせ、ナインブレイク、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てます。将来のお子さん達のイキイキと生きつづける力に繋がるといいます。

8F 街ステーション



**元気な足は心と体を育てます！
足育イベント かけっこ教室**
特定非営利活動法人日本足育プロジェクト協会

2/11(月祝) 10:00~15:00

体験・講習会 所要時間 約 10分

要事前予約 (当日参加可) 足計測 (足育手帳込): 1,000円 かけっこ教室: 500円/人 Tel: 0743-85-6088 Mail: info@ashiiku-pj.com

足の計測と相談会はどなた様もどうぞ。10時半~赤ちゃんのはいはいレース (無料) とプチ足育講座。12時半~13時半~ (各先着20名) かけっこ教室とプチ足育講座。参加希望の方はメールでお申し込みください。

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・すこやか体操企画

2/12(火) 10:30~12:30

体験 所要時間 約 30分

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

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。
①14:00~ ②15:00~ (全2回)

5F 街ステーション



**心的心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

2/14(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 Tel: s.n.b.r.s.130609@ezweb.ne.jp Tel: 090-6203-0609

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です。何度でもお越し下さい。あつという間の60分です。

10F ハルカスウイングガーデン



**あべのハルカスから笑顔をつなぐ笑いヨガ
自然を感じておそとでアハハ!**
どこでも笑い隊ラフターヨガクラブ

2/14(木) 10:30~11:30

体験 所要時間 約 60分

当日随時受付 500円 Tel: 090-5645-5573 Mail: emipom9393@yahoo.co.jp

空・太陽・雲・風を感じながら体を動かし「ハハハ」と声を出します。笑うことで息を吐き体に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。※雨天中止

5F 街ステーション



**デバなホッとステーション
第60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

2/16(土) 13:30~15:30

相談 所要時間 約 30分

当日随時受付 無料 Tel: 06-6105-5679

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弁護士、税理士などの相続のプロが個別相談を行い、知識を深めていただきます。円滑、円満な相続が進むようお手伝いを提案し、皆様に「あんしん」を届けていく活動を広げていきます。

8F 街ステーション



**木とふれあおう! きとひろば
きとひろば**
NPO法人木育フォーラム

2/16(土)17(日) 11:00~17:00

体験 所要時間 約 30分

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

化学物質の匂いより木の香りのほうがいいと思いませんか?きとひろばは木とふれあう空間。木のおもちゃや木のすべり台、木の玉ボールを体験できます。間伐材を使ったものづくりワークショップも随時開催!

5F 街ステーション



**手から手へと伝わる癒しの良い和 (輪)
代替医療としてアロマが活躍!**
ソレイユ

2/17(日) 11:00~18:00

体験 所要時間 約 15分

当日随時受付 500円 HP: https://soleil-therapist.com/

アロマは代替医療のひとつとして医療機関で活用されています。私達ソレイユメンバーは病院、介護施設、産婦人科など毎日どこかの医療機関にアロマをお届けしております。患者様にさせていただいているアロマのハンドケアを一度体験してみませんか?

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
本当の自分を知ろう!**
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)

2/17(日) 13:00~17:00

体験 所要時間 約 15~30分

当日随時受付 無料 Mail: kikoka33@gmail.com

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、お気軽にお越しください。お待ちしております!

7F 街ステーション



**体らくちんエクササイズ
椅子かきら**
ALST (アルス)

2/17(日) 13:30~15:30

体験 所要時間 約 30分

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

関節を動かし (カ)、機能改善を促し (キ)、体が楽になる (ラ)、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。
①13:30 ②14:30

5F 街ステーション



**がんはとても身近な病気です!
知っておきたいがん情報**
NPO法人つながりひろば

2/20(水) 13:00~17:00

体験 所要時間 約 5分

30名 当日随時受付 無料 Tel: 080-4892-3847 Mail: tsunagari2017@gmail.com

がんと診断されたときに、きっと役に立つ情報をお伝えします。病院選びや治療の選択、がん向き合うことは多くの情報や判断が必要です。既にがん向き合っている方、不安を抱えている方のご相談も受けします。体験コーナー: 乳がんしこりタッチ、骨盤矯正

5F 街ステーション



**色を役立てるコツがわかります!
体験カラーイベント**
クリエイティブプロジェクト

2/22(金) 13:00~16:00

体験 所要時間 約 15分

当日随時受付 ワークショップ: 1,500円 カラー診断: 500円 Mail: tinfo@polarcolor.com

色彩心理療法を取り入れたフラワーアレンジメントのワークショップ、お似合いの色を見つける体験カラー診断イベント、どちらも色の楽しさを体験できます。

5F 街ステーション



**チョコ×2でモヤ×2にバイバイ!
エコ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

2/23(土) 13:00~16:00

体験 所要時間 約 15分

各回 6名 要事前予約 (当日参加可) 2,000円/人 Tel: 06-6764-0875 Mail: info@jamha.org

雑誌などを切り貼りするうちにモヤモヤした気持ちが落ちていきます!完成した作品を眺めながらお話をすることでアナタの隠された気持ちを再発見!こころの扉を開き一歩踏み出す自分に出会えます!
①13:15~14:45 ②15:15~16:45 ※最終受付 15:15

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・すこやか体操企画

2/23(土) 14:00~16:00

体験 所要時間 約 30分

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

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。
①14:00~ ②15:00~ (全2回)

7F 街ステーション



**自己肯定感があがる考え方を身につけよう!
和田裕美式 陽転トレーニング講座**
陽転エデュケーター 大阪チーム

2/26(火) 10:30~12:30

体験・講習会 所要時間 約 120分

5名 要事前予約 (当日参加可) 2,500円 Mail: toitoito3737@gmail.com

目の前にある事実をありのままに受けとめて、そこから「よかった」を探る考え方を身につけると、おさんや自分の良いところを見つけやすくなります。大好評のカルタを使って「よかったこと」を捉える力を一緒に身につけましょう。

10F ハルカスウイングガーデン



**あべのハルカスから笑顔をつなぐ笑いヨガ
自然を感じておそとでアハハ!**
どこでも笑い隊ラフターヨガクラブ

2/28(木) 10:30~11:30

体験 所要時間 約 60分

当日随時受付 500円 Tel: 090-5645-5573 Mail: emipom9393@yahoo.co.jp

空・太陽・雲・風を感じながら体を動かし「ハハハ」と声を出します。笑うことで息を吐き体に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。※雨天中止

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)

これからの介護・福祉の仕事を考える
デザインスクール
エキシビジョン

2019 10:00~18:00 会場 あべのハルカス近鉄本店
2月24日(日) 5・7・8階 街ステーション/17階ホール

8階 街ステーション さをり織り体験 10:00~18:00 500円~
デジタル工作機と手仕事を組み合わせた製作体験プログラム Good Job センター-香芝 10:00~18:00 有料

誰でも好きに自由に自分を表現できるさをり織り。たくさんのお糸を織り込んで自分だけの作品を織りにませんか? Good Job! センター-香芝が、デジタル工作機と手仕事を組み合わせたワークショップを開催!親子で一緒に楽しめます!

他にも楽しいプログラムがあるよ!詳しくは観覧のホームページ (http://enkatsu.info) まで!

展示プログラム「これからプロジェクト展」会場・7階 街ステーション

デザインスクールで生まれた9つのプロジェクト 10:00-18:00

介護・福祉の楽しさを伝えるアイデア Tシャツを通じて世代を超えて語り合う 少年少女「Median BOY & Girl」 さまざまな自由をかなえるアイデア わがままちゃん!ささいな自由をかなえるメニューのあるカフェ 楽しく働くためのアイデア とくかく見た目にこだわる! オシャレ福祉	声にならぬ思いに寄り添うアイデア 楽しさでプロ現場に+αを 「なまがねプロジェクト」 歳を通じて世代をつなげるアイデア アップリットで繋がる 多世代が集う場づくり 地域で暮らすためのアイデア 死ぬまで働く! 名刺をもって地域でPR	地域をつなげるアイデア 「ウツサ」は地域と福祉の連携 「うわさ郵便局」知らんけど! お互いに助け合えるアイデア 失敗から見つける隠れた団子ごと 「missiter (ミスッター)」 仕事が楽しくなるアイデア 個性を認め合い楽しく働くための 一茶一湯マナー
--	---	---

GOOD JOB CENTER POP UP SHOP がやってくる! 10:00~18:00 有料

障害のある人を超えて街の中に楽しみを生み出したい団体暮らしランの旗を掲げるコーヒー屋台「3yatai」が自家焙煎豆と共にやってくるよ!

障害のある人が関わらされているアートグッズや雑貨など、全国の商品をセレクトして販売している GOOD JOB STOREのPOP UP SHOPがやってくるよ!

他にも楽しいプログラムがあるよ!詳しくは観覧のホームページ (http://enkatsu.info) まで!

7階 森の広場 ハーブティ作り体験 12:00~16:00 500円
NPO法人フェルマータ

5階 街ステーション 癒しのハンドケアトリートメント 10:00~17:00 500円
ハンドケア to heart 手から心へ ※16:30受付終了

「障がい者の街の暮らしを創る」事業を大阪府高槻市で自主開発した商品たちを広く知っていただくために、ハーブティ作り体験を行います!

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して下さい!楽しくお喋りしながらあつという間の15分でも心もリラックス!

特別トークプログラムとして多彩なゲストをお招きし、コミュニケーション山崎がモデレーターとなり、人生100年時代のこれからの「暮らし」について語り合います。そして、そんな「暮らし」の視点から、デザインスクールで生み出したアイデアの更なる可能性を探ります。

11:00-12:30 「衣」をテーマに暮らしを語る (ゲスト) 西尾美也
13:30-15:00 「食」をテーマに暮らしを語る (ゲスト) 三浦 雅之
15:30-17:00 「住」をテーマに暮らしを語る (ゲスト) 山崎 亮

HP: これからの介護・福祉の仕事を考えるデザインスクール https://kfd-school.net/ Mail: kaigo_ks@studio-l.org (デザインスクール関西事務局)