

平日夕方開催!

# 街ステの学校、開講します!

ストア×緑活: 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」のコロナ企画第一弾として、女性向けのおしゃれに自分磨き出来る講座シリーズを開催します。



ストアからは、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。おしゃれに自分磨き出来る講座シリーズは、ストアから選べる講座です。

下記講座を希望の方は、ストアでのアカウント登録が必要で、予約や参加につきましては、ストアHPよりご確認ください。  
ストアカ HP: [https://www.street-academy.com/super\\_specials/](https://www.street-academy.com/super_specials/)  
講座についてのお問い合わせ: [information@street-academy.com](mailto:information@street-academy.com)

**7月 街ステーション** 失敗平直にならないための技術を学ぼう!  
**<初級>第2回:3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座**  
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。今回はモードダイヤルの意味と使い分け方、失敗写真の原因、手ブレの克服、露出の意味、ホワイトバランスを学びます。お手持ちのカメラを持って、参加してくださいね!

4/5(日) 10:30-12:20  
講習会 所要時間 約110分  
10名 (当日参加も可) 3,500円 <https://www.street-academy.com>

**7月 街ステーション** 失敗平直にならないための技術を学ぼう!  
**<初級>第2回:3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座**  
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。今回はモードダイヤルの意味と使い分け方、失敗写真の原因、手ブレの克服、露出の意味、ホワイトバランスを学びます。お手持ちのカメラを持って、参加してくださいね!

4/8(水) 18:20-19:55  
講習会 所要時間 約95分  
10名 (当日参加も可) 3,500円 <https://www.street-academy.com>

**7月 街ステーション** 本物の芸術性を学ぼう!  
あじさいのUVレジンアクセサリーを作ろう!  
ストリートアカデミー

紫陽花のプリザーブドを使って、ピアス又はイヤリングをお作りいただけます。紫陽花のカラーは、数種類の中からお選びください。本物のお花だからその美しさをお楽しみください。

4/17(金) 18:00-19:30  
体験 所要時間 約90分  
4名 (当日参加も可) 3,000円 <https://www.street-academy.com>

**7月 街ステーション** 感動を伝えるための技術を学ぼう!  
**<初級>第3回:3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座**  
ストリートアカデミー

今回は、相手に感動を伝えるための構図や配色の工夫、写真を楽しく撮っ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!各講座の詳細はストアカアのサイトからご確認ください。

4/19(日) 10:30-12:20  
講習会 所要時間 約110分  
10名 (当日参加も可) 3,500円 <https://www.street-academy.com>

**7月 街ステーション** 感動を伝えるための技術を学ぼう!  
**<初級>第3回:3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座**  
ストリートアカデミー

今回は、相手に感動を伝えるための構図や配色の工夫、写真を楽しく撮っ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!各講座の詳細はストアカアのサイトからご確認ください。

4/22(水) 18:20-19:55  
講習会 所要時間 約95分  
10名 (当日参加も可) 3,500円 <https://www.street-academy.com>

## 緑活レポート

### 「月イチワークショップを開催しました」

昨年6月の緑活6周年から今年の2月までの毎月、「月イチワークショップ」開催しました。「月イチワークショップ」とは、月替わりのテーマでポストカードサイズの作品をお客様に制作してもらい、巨大マンスリーカレンダーに展示するワークショップです。カレンダーには、その月の緑活プログラムの紹介カードも展示しました。

毎月作品は、「寒祭り」や「ハロウィン」、「クリスマス」、「バレンタイン」などそれぞれの季節に合ったテーマとし、市民団体の方々やコラボをしながら、「歯しごもはんこ」や「バスター」、「善道(善)」などいろんな素材にも挑戦しました。そうしてできた作品はどれもお客様の個性が光る素敵なものばかりです。

作品を飾る巨大マンスリーカレンダーもわたしたちボランティアがデザイン・制作しました。「どんな大きさやカタチだったら、お客様の作品が映えるだろうか?使いやすいものになるだろうか?」とメンバーで何度も意見交換しながら作りました。こだわりは、作品を入れる「輪」。お客様の作品を入れた跡を蓋蓋すとカレンダーの日付が印字されています。カレンダーを見たお客様が驚かすことで、作品とカレンダーを一つ楽しめるよう工夫しています。

しばらく月イチワークショップはお休みになりますが、これからもお客様をはじめ、緑活に関わるみなさんが楽しめる企画をつくっていきたいと思います。お楽しみに!

～緑活CSRボランティア 古川～



緑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/>

### アクセス

交通のご案内

- ・近畿南大駅 大塚駅前駅
- ・JR天王寺駅
- ・大阪メトロ 谷町線 御堂筋 天王寺駅
- ・阪神上町線 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

※2階「あべの市場」は10時～夜10時 ※1階営業時間の異なるレストランがございます。

新型コロナウイルス感染拡大防止に向けて、営業時間、会費、使い内容等変更になる場合がございます。おさまりにご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解くださいませう。お願ひ申し上げます。

### 緑活、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 緑活事務局  
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](mailto: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。

# 4 縁活 エンカッ

2020

「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、社会をちょっと良くする活動を行なう、百貨店初の実り組みです。

Kintetsu  
あべのハルカス 近鉄本店

## 新年度も縁活でたくさん思い出作ろう!

**4+** ウォールギャラリー

ハルカスにデカうえまち  
上町台地界隈の情報紙  
うえまち展示  
NPO法人まち・すまじつくり

上町台地界隈の情報紙「うえまち」は毎月末に最新号を掲載しています。あわせて「うえまち」最新号の新聞も配架しています。

4/1(水)～4/30(木)  
展示

① Mail: [uemachi@mach-sumai.com](mailto:uemachi@mach-sumai.com)

**5+** ウォールギャラリー

思考が変わると、未来も変わる  
生活習慣を変える。あなたの生き癖、思考癖が見つかる展示作品  
kin ころの高齢化カレッジ

長年慣れ親しんだ生活習慣からくる「生き癖、思考癖」が自身の生きづらさとなっていませんか?  
「知る」「学ぶ」事から始める理由がわかりやすく解説。展示会場にてご確認ください。

4/1(水)～4/30(木)  
展示

② Tel: 06-6777-6156

**10+** 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楽しい日  
自然を感じておそとでアハハ!  
どこでも笑い輝ラフターヨガクラブ

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出し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

4/9(木) 10:30-11:30  
体験 所要時間 約60分

③ 当日随時受付 500円 ④ Tel: 090-5645-5573

**5+** 街ステーション

誰もが楽しめる縁活エクササイズ  
脳の活性化～シナプソロジー体験～  
ころから・からだ・すこやか体全企画

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、混乱して交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)

4/11(土)  
体験 所要時間 約30分

⑤ 要事前予約 (当日参加も可) 500円 ⑥ Tel: 090-5974-6685 (石井)

**7+** 街ステーション

関連「エンディングノート」編纂  
第7回 フェニックス・プラン終活相談会  
一般社団法人 フェニックス・プラン

元気なハッピー終活をススメ(勧め・進め)で行きたいと思えます。皆さんに合ったハッピー終活を一緒に考えていきましょう。支援の内容は、健康、捨離(整理)、リソース、任意後見(見守りを含む)、遺言、相続などです。相談員:行政書士、社会福祉士、看護師ほか

4/11(土) 13:00-17:00  
相談 所要時間 約30分

⑦ 要事前予約 (当日参加も可) 無料 ⑧ Tel: 090-5257-5004

**8+** 街ステーション

カッコいい忍者がハルカスに登場  
ジャカジャカ忍者 忍者教室  
ジャカジャカ忍者

忍者教室: 間接筋力強化と呼吸器3つの忍者術でござる。  
1. はじめに: 忍者はどうやって運動していたか知ろう?  
2. 忍者の歩き方: 膝を固定し足が足を支えることで歩かせる。  
3. チャンバラ(スリッパ)を使ってかっこよく走る!  
4. 手裏剣: 忍者の武器と言えはこれにてござる!  
対象: 4歳～小学生  
⑨13:00-14:10 ⑩14:40-15:20 ⑪15:50-16:30

4/11(土)  
体験 所要時間 約40分

⑫ 各回20名 ⑬ 要事前予約 (当日参加も可) 0.00円 (観覧無料) ⑭ URL: <https://yjakalin.com/>

# 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**

ハルーンアートで笑顔に  
ハルーンアートにふれてみませんか  
ハルーンアート プルースカイ Am!

お子様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、花などを作れる  
ハルーンアートの世界に触れてみませんか？  
16時30分受付終了。

4/12(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

**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  
おもしろマジッククラブ・ホントバ!

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。プロマジシャンの素晴らしいテクニック  
をお楽しみください。新鮮な驚きとワ  
クワした気持ちをお届けします！

4/12(日) 13:00~17:00

体験 所要時間 約15分

📄 当日随時受付 無料 📞 Tel: 09-7557-8116 (ホントバ! 総)

**8F 街ステーション**

科学大好きのちびっこ生まれ～！  
てんもんがの移動科学館  
てんもんが

科学館などへ出向かないとみることもできな  
かったプラネタリウムやサイエンスショーをそのま  
ま9時～持ち出してお楽しみいただきます。また身  
元付料理でも食べたっていい不思議な楽しい  
科学工作・実験教室を開催。マジックマンに近い  
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。お楽しみに！  
※受付は16:00まで

4/12(日) 10:30~17:00

体験 所要時間 約15～40分

📄 当日随時受付 各100円～300円程度  
サイエンスショーは無料 📧 Mail: info@tenmonjaka.com

**7F 街ステーション**

脳と体が喜ぶ！自然な笑いのトレーニング  
デジタルアレルギーを解消しよう！  
スリー A フレイル予防ゲーム&  
いままら聞けないスマホ講座  
一般社団法人認知症予防活動コンソーシアム

脳も心も体も行動も、若く保つためには、  
苦手は捨てて、楽しくスマートな生活につな  
げよう！みんなで笑って楽しい時間を過ごし  
ませんか？  
①11:00～12:30 (スリー A)  
②14:00～15:00 (スマホ講座)

4/14(火)

講習会 所要時間 約60～90分

📄 要事前予約 (当日参加可) 📄 スリー A：無料  
スマホ講座：500円 📧 Mail: mail@en-katsu.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、そして社会をちょっとよくなるプログラムを展開する百貨店の取り組みです。2013年6月から、館内4ヶ所の街ステーションで日々皆さんのプログラムを開催しています。現在約300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(ただし営利活動のそく)。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/>



**8F 街ステーション**

赤ちゃんの眠りのコツ教えます  
ママと赤ちゃんのくっすり講座  
SLEEPY

夜泣き・寝ぐずり・長時間の寝かしつけ・夜間  
覚醒・哺乳・・・様々な睡眠トラブルの原因を  
探り改善しましょう。  
特別ゲスト・日本人初睡眠コンサルタントの  
愛波文さん

4/14(火) 10:00~17:00

講習会 所要時間 約30～60分

📄 要事前予約 (当日参加可) 無料 (個別相談50分2,000円) 📧 Mail: sleepy\_kozakura@gmail.com

**5F 街ステーション**

がんはともて身近な病気です！  
知っておきたいがんの情報  
NPO法人つながりなは

がんと診断されたときに、きつと役に立つ情  
報をお伝えします。病院選びや治療の選択。  
がんと向き合うことは多くの情報や判断が必  
要です。既にごんと向き合っている方、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：乳がんこりタッチ、骨盤調整

4/15(水) 13:00~17:00

体験・説明会

📄 30名 📄 当日随時受付 無料 📧 Mail: tsunagari.2017@gmail.com

**8F 街ステーション**

木ともだちになろう！人と木の遊び場  
きとひびろ  
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。大人気の木の玉ボールも入れます  
最終受付 16:00

4/18(土) 11:00~17:00

体験 所要時間 約30分

📄 当日随時受付 500円～ 📧 Mail: info@mokuiku.org

**8F 街ステーション**

木ともだちになろう！人と木の遊び場  
きとひびろ  
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。大人気の木の玉ボールも入れます  
よ！  
最終受付 16:00

4/19(日) 11:00~17:00

体験 所要時間 約30分

📄 当日随時受付 500円～ 📧 Mail: info@mokuiku.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  
自分の性格を知りましょう！  
性格診断と無料カウンセリング(傾聴室)  
関西プロボノの会 K1COKA33 (キコカンザン)

悩んでいるというほどではないけど誰かに話を  
聞いて欲しい、そんなときありませんか？産  
業カウンセラーの資格を持つ経験豊富なお  
話を聞きます。簡単なチェックシートで  
できる「Eコグナム」性格診断と無料カウンセ  
リングです。お気軽にお申し込みください。

4/19(日) 13:00~16:30

体験 所要時間 約15分

📄 当日随時受付 無料 📧 Mail: k1coka33@gmail.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～ペンソロジー体験～  
こころからだ、すこやかに体長企画

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を  
向上させます。出来る事が目的ではなく、直  
接して交ることでの脳活性化の「せむこ体  
験」してください。  
①14:00～②15:00～(全2回)

4/21(火)

体験 所要時間 約30分

📄 要事前予約 (当日参加可) 500円 📞 Tel: 090-5974-6685 (石井)

**まちスタディーツアー**  
「萩之茶屋」編

4/21(火) 12:50~16:30

講習会 所要時間 約220分

📄 10名 📄 要事前予約 3,000円 📧 Mail: info@mpo-syutaku.jp

**5F 街ステーション**

逆傾力、折れない心を手に入れる！  
WADA 式陽転トレーニング講座  
福祉エデュケーター 大阪チーム

人生、山あり、谷あり、いろいろなことがお  
こります。  
この講座では、心の支え方がわかります。  
何があってもしなやかに立ち直る。  
物事の見方を変えること、自分に合った良  
い方向へ進んで行くことができます。

4/22(水) 10:30~12:30

講習会 所要時間 約120分

📄 5名 📄 要事前予約 3,300円 📧 Mail: tottoito3737@gmail.com

**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楽しい日  
自然を感じておそとでHAPI!  
どこでも楽しい緑ファーターゴクラー

空・太陽・雲・風を感じながら体を動かして「ハ  
パロ」と声を出します。  
交感神経で身体に緊張を取り入れ健康  
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

4/23(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

**5F 街ステーション**

おしゃれ手あわたになる～ファッションシビー  
CRIPお悩み相談室  
クリエイティブプロジェクト

肌をきれいにする色がわかる「カラー診  
断」+似合うファッションスタイルがわか  
る「顔タイプ診断」  
2つの診断を組み合わせておしゃれ上手に  
変身できる、あなただけのファッションレ  
ンズをお渡しします。

4/24(金) 13:00~16:00

体験 所要時間 約20分

📄 20名 📄 要事前予約 1,000円 📧 Mail: info@polecolor.net

**7F 街ステーション**

みんなとつくりあげるワークショップ企画  
アップサイクル準備ワークショップ  
studioX 緑活事務局

ファッションアイテム回収ボックスを百貨店内に設置  
しており、ここに集めたものを活用するリメイクワー  
クショップを5/30(日)に開催する予定です。このワー  
クショップに際して、準備となる品物の仕分けやワー  
クショッププログラムの開発を各にお願いしてい  
ます。みんなでクリエイティブなアップサイクルを体  
験しましょう！参加にはお申し込みください！

4/25(土) 11:00~16:00

体験

📄 当日随時受付 無料 📧 Mail: k-garden@studio-x.org

**7F 街ステーション**

脳と体が喜ぶ！自然な笑いのトレーニング  
デジタルアレルギーを解消しよう！  
スリー A フレイル予防ゲーム&  
いままら聞けないスマホ講座  
一般社団法人認知症予防活動コンソーシアム

脳も心も体も行動も、若く保つためには、  
苦手は捨てて、楽しくスマートな生活につな  
げよう！みんなで笑って楽しい時間を過ごし  
ませんか？  
①11:00～12:30 (スリー A)  
②14:00～15:00 (スマホ講座)

4/28(火)

講習会 所要時間 約60～90分

📄 要事前予約 (当日参加可) 📄 スリー A：無料  
スマホ講座：500円 📧 Mail: mail@nyokatsuo.com

6F ウイング館5階 街ステーション 9F 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)

## 緑活事務局からのお知らせ

連日新型コロナウイルスに関する報道が続き、不安な  
中過ごされている方も多くいらっしゃるかと思います。  
今回掲載している緑活プログラムの中にも、開催を延  
期させていただいているものが出てきております。  
最新の開催状況につきましては、緑活のHP  
(<http://en-katsu.info/>) よりご確認くださいませう、よろし  
くお願い申し上げます。



## ENKATSU × UP! CYCLE

5/30(sat)-31(sun)

楽しくて、社会をちょっとよくなる  
アップサイクル

準備ワークショップ開催します！  
4/25(sat)・5/23(sat)

あべのハルカスHAPI ECO WEEK (5/20-6/2) に合わせて開催す  
る、「緑活 ×UP!CYCLE」プログラム (5/30、5/31) では、百貨  
店内にアップサイクルのワークショップやチャリティショップが  
出現します。  
「アップサイクル」とは、古くなったものをアイデア・デザイン・  
テクノロジーの力で新たな価値を生み出すモノに作り変えること。  
「チャリティショップ」はイギリス発祥の社会貢献店舗で、不要  
になったものをチャリティショップに寄付し、その寄付品を販売し  
て得た利益を社会課題の解決のための資金とするものです。  
百貨店内に回収ボックスを設置し、寄付されたものをアップサイ  
クルとしてリメイクするさまざまなワークショップを開催します。  
クリエイティブな衣料品を生み出すリメイクワークショップを参  
加型で開発する準備ワークショップもあります。アップサイクル  
やチャリティショップなど、プロジェクトに興味のある方は、準  
備ワークショップなどから、ぜひ、ご参加ください！

**Loiduts**  
charity shop

ファッションアイテムを  
集めています！

あなたのいらなくなったものをお持ち下さい。  
5/23(土)まで以下の場所に回収ボックスを設置しています。  
・タワー館4階エスカレーター横  
・タワー館7階南ステーション  
・ウイング館8階街ステーション