7F 街ステーション

縁活 ×コミュニティデザイン展　開催日 1/31(土), 2/1(日)

まちづくりの取り組みをがんばっている、さまざまな地域を展示で紹介します。

縁活 エンカツ × コミュニティデザイン OSAKA

2026.1.31–2.1

縁活 ×コミュニティデザインワークショップ　開催日 2/1（日）

５階街ステーションや２階ウェルカムガレリアにて、地域の活動を体験できるワークショップなども開催します！

5F 街ステーション

私たちが今、難民のためにできること

## 国連難民支援キャンペーン

特定非営利活動法人　国連 UNHCR 協会

UNHCR（国連難民高等弁務官事務所）の公式支援窓口である国連 UNHCR 協会が、UNHCR の難民援助活動を支えるため行っているキャンペーンです。世界約 135 ヵ国で援助を行う UNHCR の活動や支援状況をご説明し、毎月の継続的な支援プログラム「国連難民サポーター」をご紹介しています。国連 UNHCR 協会は認定 NPO 法人ですので、ご寄付は税控除の対象となります。

1/7(水)~13(火)
10:30~18:00(初日のみ11:00~)

啓発　所要時間 約 10 分

当日随時受付　Tel: 0120-540-732 (平日 10:00～19:00)

7F 街ステーション
7F 森の広場

マイ♡フラワーバレンタイン

## 第 37 回フラワーデザインコンテスト

大阪府フラワー装飾技能士会

バレンタインをテーマに、それぞれの思いをお花で表現。４０人のフラワーデザイナーたちが、フラワーアレンジメントで一足早く春をお届けいたします。優秀作品は大阪府知事賞をはじめ、多くの賞が贈られます。華やかな作品たちを、ぜひご覧ください。

1/24(土) 11:45~19:00

展示

Mail: osk.flower.so@gmail.com

5F 街ステーション

フラワーアクセサリーで気分上々！

## フラワーアクセサリー作ってみよう！

大阪府フラワー装飾技能士会 × 縁活事務局

かわいい造花をつなげて作るアクセサリー。バレンタインの推し活はふわふわ羊毛ハートであなたの思いを伝えよう！いろんなシーンで飾れるあなただけのアクセサリーを作りましょう！

1/24(土) 11:00~16:00

体験

30名　要事前予約（当日参加も可）　1，５００円　Mail:k-garden@studio-l.org

# 縁活ボランティア

13 周年イベントを一緒に企画しよう！

作戦会議
2026 年 1 月 21 日
18:00~20:00
あべのハルカス近鉄本店
タワー館7階街ステーション
第 1 回

あべのハルカス近鉄本店を舞台に展開している楽しくて、社会をちょっとよくする取り組み「縁活」で、楽しい企画づくりに参加してみませんか？

GOOD DESIGN AWARD 2021年度受賞

**あべのハルカス近鉄本店「縁活」プロジェクトが GOOD DESIGN 賞を受賞しました！**

### 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
- 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　朝10時→夜8時

12･13･14階レストラン街「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。

※営業時間は変更になる場合がありますので、ホームページ等でご確認のうえ、お越しください。

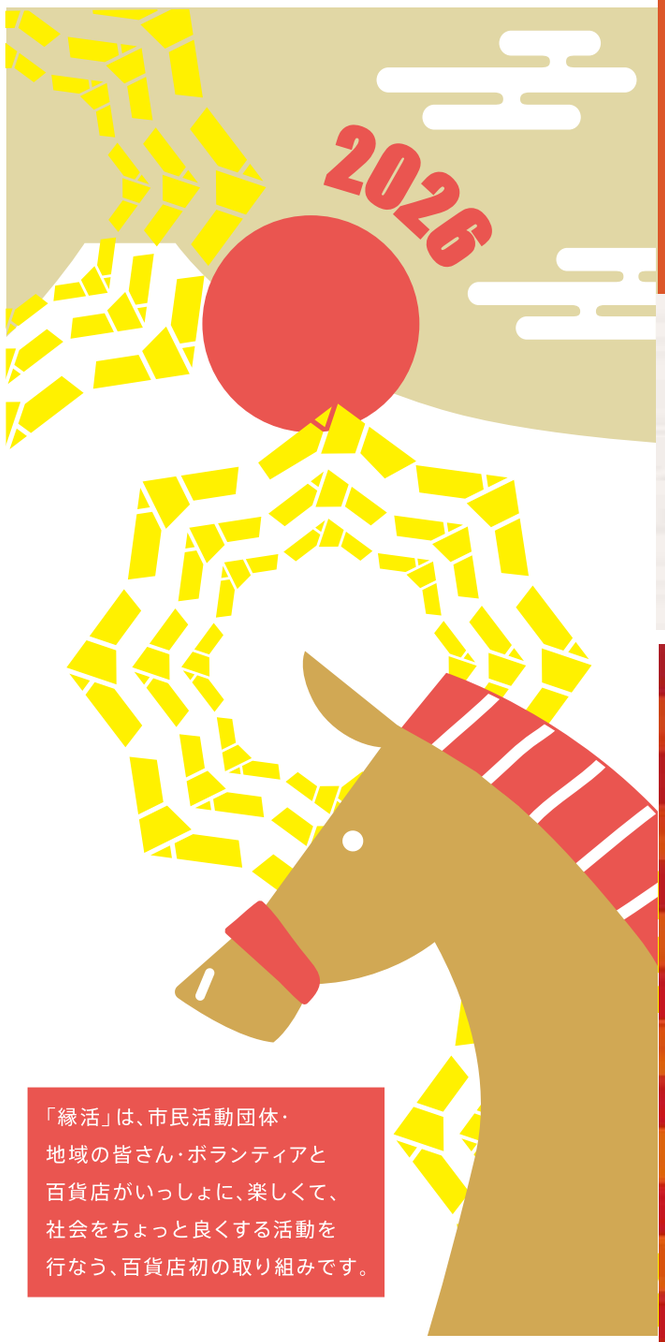
**縁活、街ステーションに関するお問い合わせ**
**あべのハルカス近鉄本店 縁活事務局**

address：〒545-8545 大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-1-43
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。

1
2026

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。

Kintetsu あべのハルカス 近鉄本店

GOOD DESIGN AWARD 2021年度受賞

8F 街ステーション

新しい一年のはじまりに

## 新春 縁活 書初め大会

ピクニック書道 × 縁活事務局

新年の抱負や好きな言葉を 想いを込めて書初めをしませんか？
お正月といえば書初め！これぞ日本のお正月！ご家族みんなでご参加くださいね。
13:00 より
大きなパネルに大きな文字を書く
書き初めデモンストレーションも開催！

1/3(土) 12:00~16:00

体験　所要時間 約 10 分

先着100名　当日随時受付　無料　Mail: k-garden@studio-l.org

# 森のクリスマス 記念トークセッション

「森のクリスマス」は、淀川キリスト教病院こどもホスピスで難病と向き合うこどもたちが笑顔になるように、地域のこどもたちが思いを込めて絵を描き、たくさんの大人たちでカタチにして届けるプログラムです。１０年にわたり活動を温かく受け入れてくださった鍋谷先生とともに、お絵かきを通じて想いを届けてくれている園児たちの代表として常盤幼稚園の谷本園長、そして学生ボランティアなどへ企画の想いを繋ぎ、オーナメント製作を支えてくださっている縁活活動団体「ハンドケア to heart」の三者をお迎えし、今まで互いに思いあっていた方々が出会い、つながるトークイベントを開催します。

日時：1月18日（日）　13：00～
場所：２階ウエルカムガレリア

記念トークゲスト

**鍋谷まこと氏**（淀川キリスト病院統括副院長、小児科主任部長、人材開発センター長、クオリティ管理部部長、全人医療部部長、国際部部長）
**谷本 弥生氏**（大阪市立常盤幼稚園園長）
**中尾和子氏**（ハンドケア to heart）

7F 街ステーション

10年を迎えた縁活サンタ企画

## 森のクリスマス 10 年展

縁活事務局

地域のこどもたちが、難病と向き合うこどもたちを想い絵を描き、たくさんの大人たちでカタチにして届ける「森のクリスマス」
2025 年に 10 年を迎えました。
今まで関わってくれたたくさんの方の想いを展示します。

1/17(土)・18(日)終日

展示

Mail:k-garden@studio-l.org

# プログラムガイド

定員　申込方法　参加費　申込・問い合せ先

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

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。

**1/6(火)**
**①14:00~ ②14:45~ ③15:30~**

体験　所要時間 約30分

8名　要事前予約（当日参加も可）　５００円　Tel: ０９０-５９７４-６６８５（石井）

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

## スリーＡフレイル予防ゲーム

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、若々しく保つためには、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？

**1/13(火) 11:00~12:00**

体験　所要時間 約60分

15名　要事前予約（当日参加も可）　無料　Mail: mail@niyokatsu.com

5F 街ステーション

癒しのハンドケアトリートメント

## Handcare ～手から心へ

ハンドケア to heart

いつも何気なく使っている手、働き者の手を私たちの手でケアさせて下さい。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。ハンドケアにより愛情ホルモンと呼ばれるオキシトシンが分泌されます。
※最終受付 16:30

**1/18(日) 11:00~17:00**

体験　所要時間 約15分

当日随時受付　５００円　Mail: handcare.to.heart@gmail.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

## スリーＡフレイル予防ゲーム

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、若々しく保つためには、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？

**1/27(火) 11:00~12:00**

体験　所要時間 約60分

15名　要事前予約（当日参加も可）　無料　Mail: mail@niyokatsu.com

5F 街ステーション

大人も子供も簡単マフラー作り

## 色選びが楽しい！編まない縫わないすぐに作れるマフラー　モフリー®

brickhouse

たくさんの色のフリースから好きな色を組み合わせ、編まずに縫わずに簡単に作れるマフラーのワークショップ。
お子様から大人の方まで色選びを楽しめて、自分用はもちろん手作りのあたたかさはプレゼントにもぴったりです。
最終受付 16:00

**1/6(火)13:30~16:30**

体験

10名　当日随時受付　２７５０円　Mail: brickhouse1002@gmail.com

7F 街ステーション

介護や認知症の相談お受けします

## 本人・家族サポート相談

認知症の人とみんなのサポートセンター

若年性認知症の人や初期認知症の人を含め、認知症などの診断を受けた本人・家族の相談の場です。生きがいづくり、就労や経済的支援策、上手な制度の使い方について相談をお受けいたします。
※最終受付 16:00

**1/16(金) 13:30~16:30**

相談

6名　要事前予約（当日参加も可）　無料　Mail: dementia.spc@kxe.biglobe.ne.jp

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

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ね。
※雨天中止

**1/22(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（岡本）

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

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ね。
※雨天中止

**1/8(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（岡本）

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

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。

**1/17(土)**
**①14:00~ ②14:45~ ③15:30~**

体験　所要時間 約30分

8名　要事前予約（当日参加も可）　５００円　Tel: ０９０-５９７４-６６８５（石井）

7F 街ステーション

自分で決める相続・遺言・後見・介護・医療

## 第36回フェニックス・プラン 終活相談会（みらいを考える）

一般社団法人フェニックス・プラン

元気な終活を考えていきましょう。「おひとりさま」「おふたりさま」を中心に、相続、遺言、後見（特に、任意後見）、生前整理、介護（施設入所）、医療などの相談にのります。一度、相続のための家族会議を開いてみませんか。会議の司会進行などお手伝いをします。相談員：行政書士、社会福祉士他　最終受付 12:30

**1/10(土) 10:15~13:00**

相談会　所要時間 約30分

要事前予約（当日参加も可）　無料　Ｔｅｌ０９０−５２５７−５００４

5F 街ステーション

話してスッキリ！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法人ウエルネスライフ応援協会

■プチ・カウンセリング：「話す」ことで考えが整理され気づきが生まれ、問題解決の糸口が見つかることも多いと言われています。愚痴・悩み等、気軽にお立ち寄り下さい！
■性格チェック：性格特性カード52枚から10枚を選び 選んだカードから性格分析。可愛いイラストカードで楽しく性格分析し自分を知る手掛かりに！（＊いずれも有資格者が対応）※最終受付 16：00 まで

**1/17(土) 13:00~16:30**

体験　所要時間 約30分

当日随時受付　無料　Mail: info@wellness-enjoy.com

8F 街ステーション

科学大好きのちびっこ集まれ〜！

## てんもんぶの移動科学館〜秋冬版

てんもんぶ ー子どもゆめ基金助成活動ー

満点の星空をライブ解説でお楽しみいただく本格的なプラネタリウム（当日整理券配布）と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教室を開催。小さなお子さまやご家族での参加も大歓迎です！
参加人数：工作：材料終了まで
最終受付：16：00

**1/12(月祝) 13:00~17:00**

体験　プラネタリウム 約20分 科学工作 約20分

工作 材料終了まで　当日随時受付　工作：100 ～ 300 円 プラネタリウム：無料　Mail: info@tenmonbu.com

5F 街ステーション

気になることを話してみませんか？

## 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

何かモヤモヤしてスッキリしない、そんな気持ちになることはありませんか。身近な人には言えないようなことも、産業カウンセラーがお聴きします。ご希望の方には、簡単なチェックシートであなたの特性を知ることができる「エゴグラム」性格診断を体験いただけます。

**1/18(日) 13:00~16:30**

体験　所要時間 約15分

先着24名　当日随時受付　無料　Mail: kicoka33@gmail.com

ストアカ × 縁活　女性のための気軽な学びシリーズ

# 街ステの学校、開講します！

〜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出来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　検索

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、講座が何回目につきましては、ストアカ HP よりご確認ください。

7F 街ステーション

基本を学んでカメラと仲良くなろう！

## <初級>3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座（第3回）

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！各講座の詳細はストアカのサイトからご確認ください。

**1/14(水) 18:20~19:50**

講習会　所要時間 約90分

7名　要事前予約（当日参加も可）　3,500円　https://www.street-academy.com

7F 街ステーション

基本を学んでカメラと仲良くなろう！

## <初級>3回でカメラの使い方がしっかり理解できる講座（第1回）

ストリートアカデミー

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。今回はカメラの扱い方、写真を楽しむ方法、フォーカスの合わせ方とその意味、効果的な撮影の仕方などを学びます。

**1/25(日) 10:30~12:20**

講習会　所要時間 約110分

7名　要事前予約（当日参加も可）　3,500円　https://www.street-academy.com

9F キッチンスタジオ

サカナ１尾から３品を作る！超初心者向け

## (第1回) もっとサカナが美味くなる！やさしい捌き方教室

ストリートアカデミー

ストアカの人気講座があべのハルカスにやって来た！忙しい毎日の中で、少しだけ自分に向き合う時間を。本講座は、魚捌き初心者の為の全３回・超入門レッスンです（全３回ですが途中参加も１回限りの参加も可能です）。第１回目は魚１尾を使い、捌き方の基本から３品に仕上げる体験を。

**1/18(日) 10:30~12:20**

講習会　所要時間 約110分

5名　要事前予約　7,000円　https://www.street-academy.com

7F 街ステーション

ショート動画！スマホ１台で思い出を形に

## 3回で撮影から投稿まで🔰初心者向けインスタ講座（第1回！撮影編）

ストリートアカデミー

ストアカ受講者 85000 人超えのトップ講師が、リール動画の基本を徹底指導。スマホ１台で「映える」撮り方をマスター！超初心者向けの寄り添い型講座だから安心。先着５名限定！あなたも素敵な映像を撮ってみませんか？

**1/15(木) 10:30~11:30**

講習会　所要時間 約60分

5名　要事前予約（当日参加も可）　3,000円　https://www.instagram.com/insta_sutoakagram

7F 街ステーション

ショート動画！スマホ１台で思い出を形に

## 3回で撮影から投稿まで🔰初心者向けインスタ講座（第2回！編集編）

ストリートアカデミー

ストアカトップ講師が、撮った動画をプロ級に仕上げる編集術を伝授！リールの魅力が倍増するテクニックをスマホで実践。超初心者向け寄り添い型で安心。先着５名限定！記憶に残る動画を一緒に作ってみませんか？

**1/25(日) 14:30~15:30**

講習会　所要時間 約60分

5名　要事前予約（当日参加も可）　3,000円　https://www.instagram.com/insta_sutoakagram

7F 街ステーション

ショート動画！スマホ１台で思い出を形に

## 3回で撮影から投稿まで🔰初心者向けインスタ講座（第3回！投稿編）

ストリートアカデミー

ストアカトップ講師に会えるチャンス！作った動画をリールで発信！操作方法やコツを伝授。初期〜効果的な設定まで、超初心者向け寄り添い型でサポート。先着５名限定！あなたの作品を世界に届けてみませんか？

**1/29(木) 10:30~11:30**

講習会　所要時間 約60分

5名　要事前予約（当日参加も可）　3,000円　https://www.instagram.com/insta_sutoakagram