

自然とつながる  
**森林ヨガ 2026spring**  
Nature Yoga

いつもの暮らしに一息入れて、本来の自分の心と身体に戻る体験をしてみませんか。新緑のしたたる静かな境内にてお待ちしております(各日2回実施)。

対象:18歳以上の女性限定  
日時:5.9(土)、5.10(日)、5.23(土)、5.24(日)  
10:00~12:00(すっきり朝ヨガ)  
14:00~16:00(ゆったり昼ヨガ)

場所:瀧安寺鳳凰閣  
定員:各12名  
費用:各2,500円



**箕面トレラン・ステップアップセッション**  
Minoh Trail Running Step-Up Session



走った後は  
ハンモックで  
リラックス!

箕面の自然豊かなトレイルを舞台に、レベルに合わせて選べるトレラン体験。ゆっくり楽しむコースから、知る人ぞ知る「天上ヶ岳」へのチャレンジランまで、走ってととの森時間をお届けします。

- 登りは歩いて、ゆっくりラン(約5km。トレランデビュー向け)  
日時:5.5(火・祝) ①8:00~11:00 ②11:00~14:00
- 天上ヶ岳チャレンジ(約15km。ミドルレベル向け)  
日時:5.23(土) 9:00~13:30

定員:各16名  
費用:各1,500円



ビギナーからベテランまで  
駅徒歩20秒でランニングギアが揃う専門店

Navigator's Shop  
**unité**



ソロで!みんなで!  
**春の爽快ハイキング**  
Refreshing Spring Hiking

- 募集型ハイキング(予約制。各回定員20名)  
4.15(水) 瀧安寺 大護摩(戸開法要)と箕面大滝  
5.11(月) 初夏の滝道 植物観察

- オープンハイキング(予約不要)  
4.22(水) 鉢伏山を目指して  
5.2(土) 勝尾寺南山を北から登る  
5.25(月) 絶景ポイントを巡る(六個山)



この季節だけの贅沢なひととき  
**箕面川床**  
Minoh Kawayuka

4.25(土)~11.3(火・祝)

吹き抜ける風を感じながら、旬の食材をふんだんに取り入れた目にも鮮やかなお料理が楽しめます。箕面川沿いにあり、ゆったりと自然を楽しむのにもぴったり。

川床磯よし ☎072-724-2477  
川床音羽山荘梅屋敷 ☎072-721-3005



周辺の  
**イベント情報**  
Event Information

4.15(水)~5.31(日)新緑カーニバルの期間中、箕面公園周辺ではイベント盛りだくさん。詳しくは箕面市観光協会のホームページをご覧ください。



- 箕面山瀧安寺 採灯大護摩供 戸開法要 山伏大行列  
日時:4.15(水)10:00~13:00
- みのお瀧道本町会 滝道かざぐるま巡り  
日時:4.15(水)~5.31(日)
- 箕面山 己巳の市  
日時:4.25(土)10:00~16:00 ※雨天順延4.26(日)
- みのおの森でおやこトレッキング  
日時:5.5(火・祝)10:30~14:00 ※雨天中止
- タッキー816みのおエフェム公開生放送 よくふく「タオルの日」らじお  
日時:5.2(土)11:00~16:00  
タオルプレゼントあり



箕面山瀧安寺 採灯大護摩供

無料アプリ ノベルティプレゼント企画実施!

ARで「みのお歴史発見!」

AR技術を用いたアプリを使って  
明治・大正・昭和時代の  
箕面を体感しよう!

アプリのダウンロード  
Android用 iOS用

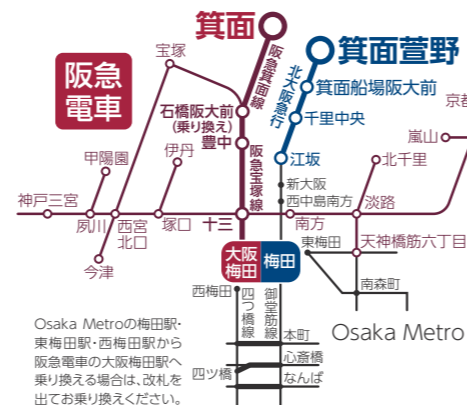
プレゼント企画  
実施期間 4.15水~5.31日

- 1 滝道の途中にある瀧安寺で「特典写真」をタップ
- 2 「特典写真」の画面のスクリーンショットを撮影!
- 3 箕面 交通・観光案内所で撮影したスクリーンショットを見せてノベルティをゲット!

**ふるさと納税「PayPay商品券」で箕面を楽しもう!**  
市内の飲食店やお土産店などで使える「PayPay商品券」が箕面市ふるさと納税のお礼の品として申し込みます。

- 1 ふるさと納税サイト「さとふる」から箕面市に寄附をする
- 2 PayPayアプリ内でPayPay商品券を受け取る
- 3 観光しながら箕面のお店でPayPay商品券を使う

ふるさと納税  
PayPay商品券が  
使える店



箕面 交通・観光案内所

TEL 072-723-1885  
FAX 072-721-1788

所在地/大阪府箕面市箕面1-1-1  
(阪急箕面駅改札を出て右)  
営業時間/平日10:00~16:00  
土・日曜、祝日9:00~17:00  
休館日/木曜日(祝日の場合は翌平日)  
年末年始(12月28日~1月4日)

Touch Minoh 箕面市観光協会ホームページ



New Arrival  
滝ノ道ゆずるグッズ  
箕面市の魅力が詰まった  
「箕面タオル」販売中!

Minoh  
**新緑  
リトリート**

Minoh Shinryoku Retreat

2026

「明治の森箕面国定公園」  
**新緑  
カーニバル  
2026**  
4.15(水)~5.31(日)

Contents

- リフレッシュポイントセレクト
- 森林ヨガ2026spring
- 箕面トレラン・ステップアップセッション
- 春の爽快ハイキング
- 箕面川床
- 周辺のイベント情報
- 「ARでみのお歴史発見!」プレゼント企画

Touch Minoh  
箕面市観光協会



発行・主催/箕面市観光協会

「リトリート」  
日常から離れて心身を癒やす活動や旅のこと

