

## 自然とつながる 森林ヨガ 2024spring

### Minoh Nature YOGA

日時	すっきり朝ヨガ 10:00~12:00	ゆったり昼ヨガ 14:00~16:00
5.12日	Maiko	Maiko
5.18日	未央	Maiko
5.25日	未央	Maiko
5.26日	Maiko	Maiko

※小雨決行(荒天中止)

会場 瀧安寺鳳凰閣(国登録有形文化財)  
阪急箕面駅から徒歩20分ほど

対象 18歳以上の女性 定員 各回10名(申込順)

費用 1,500円

問合せ 箕面 交通・観光案内所 ☎072-723-1885

詳しくは箕面市観光協会ホームページ「ふらっと箕面さんぽ」をご覧ください。

講師 Maiko  
歴史深いこの場所で、自然の恩恵を全身で受け止めながら、心地よいヨガの時間を一緒に楽しみましょう。

講師 未央  
滝道は青紅葉が美しい季節です。箕面の自然の中で呼吸を深め心地よいヨガをして心身を整えていきましょう。

## 自然につつまれ、心ととのう

# みのお森のセラピー

### Minoh Forest Therapy

森林の散策やハンモック体験で自然の癒しの力を満喫し、また、勝尾寺への参拝(ご案内あり)によって、心と身体を整えることができるプログラムです。

「きぬがさ」春を感じる旬彩弁当(オプション)

日時 5.4(土)・18(土) 11:00~14:30

会場 勝尾寺園地・勝尾寺境内

対象 18歳以上のかた

定員 各日20名(申込順)

費用 3,000円  
昼食オプション:「きぬがさ」春を感じる旬彩弁当1,500円(要予約)

問合せ 箕面 交通・観光案内所 ☎072-723-1885  
※売り上げの一部を箕面の森の環境保全の活動に寄付します。  
共催: NPO法人みのお山麓保全委員会

スケジュール  
11:00~12:30 「みのお森のセラピー」プログラム受講(勝尾寺園地)  
12:30~13:30 お昼休憩(勝尾寺園地)  
13:30~14:30 ご案内のもと勝尾寺境内参拝

### 箕面観光ボランティアガイドの案内で巡る

#### オープンハイキング 申込不要

- 5.1日 「二十二曲がりから南山へ」
- 5.26日 「絶景ポイントを巡る(六個山)」

いずれも9:40阪急箕面駅前集合

#### 募集型ハイキング 要申込・定員各20名・先着順

- 4.29日 「勝尾寺の八天石蔵巡り」(21km、健脚向け)  
7:40阪急箕面駅前集合(申込期間4.9日~26日)
- 5.18日 「勝尾寺と二天・二明王」  
9:40阪急箕面駅前集合(申込期間4.26日~5.14日)

お申込み・お問合せ 箕面 交通・観光案内所 ☎072-723-1885

### 箕面滝道ワンウェイ観光周遊バス

令和6年度も運行します!マイカーを使わずに、箕面の観光名所を効率よく巡ることができます。

運行日  
4.20日~令和7年3.30日の土・日曜日、祝日及び夏休み期間中の平日  
※紅葉期、年末年始を除く。

乗車券(1日乗り放題)  
大人 ..... 2,000円  
子ども(3歳~小学生) ..... 1,000円  
※乗車券はバス車内で販売しています。初乗り時に購入してください。  
※一区間だけ乗車できる区間乗車券も販売します。なお、区間乗車券にはクーポン券は付きません。

運行ルートや運行ダイヤなどについて、詳しくは市ホームページ(二次元コード)をご覧ください。

4.20日~5.6日 日没からは、各所で「春の特別ライトアップ」が開催されます。日中とはまた違う、幻想的な箕面を楽しみませんか? 詳細はチラシ裏面へ

## 箕面大滝 エネルギー満ち溢れるきらびやかさ 煌めく光×新緑 春の特別ライトアップ

### SPRING ILLUMINATION

# 4.20日~5.6日(月・休)

箕面大滝ライトアップ 観期間内毎日 日没~21:00

勝尾寺新緑の宵参り2024 観 4.20日・27日・28日 5.3(金)・4(土)・5(日) 日没~20:30(最終入山20:00)

箕面公園夜間ライトアップ・瀧安寺 観期間内の土・日曜、祝・休日 日没~21:00

箕面公園夜間ライトアップ・西江寺 観期間内の土・日曜、祝・休日 日没~21:00

### 一日たっぷり箕面で過ごそう! 周辺のイベント情報

新緑カーニバル(4.20日~5.26日)の期間中、箕面公園周辺ではイベントが盛りだくさん! 詳しくは、箕面市観光協会ホームページをご覧ください。

【瀧安寺】  
要申込 箕面山役行者音舞絵巻 一いにしへの笛・舞・壺琴・琵琶がたりー  
観客 龍虎の間  
観 4.20日・21日 13:30~16:30  
観一般5,500円、小中高生3,300円  
主催:箕面山役行者音舞絵巻実行委員会

【勝尾寺】  
「日本巡礼文化の日」記念法要と法話  
観 5.5(日) 11:30~  
1300年つづく日本最古の観音巡礼「西国三十三所巡礼」では、4月15日(良いご縁の日)を「日本巡礼文化の日」に制定し、4月15日~5月6日の期間で、各お寺にて特別法要・法話を実施します。  
第一回 勝尾寺流 お坊さんめぐり大会  
観 5.5(日) 13:00~  
勝ち運の寺・勝尾寺流、お坊さんに焦点を当てたオリジナルルールで楽しむ「お坊さんめぐり」は大人から子どもまで楽しめます。

箕面で晩ごはんを探すなら  
いただきます! 箕面 晩ごはん MAPで お店選び!

### この季節だけの贅沢なひととき 箕面川床 要予約

## Minoh KAWAYUKA

# 4.20日~11.4日(月・休)

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ピッタリ。

【川床 磯よし】  
●かわゆか いそよし  
箕面公園1-20 ☎072-724-2477  
観(春)4.20日~6.30日 12:00~16:00  
観(夏)7.1日~8.31日 12:00~21:00  
観(秋)9.1日~11.4日 12:00~16:00  
※梅雨時期は休業する場合があります。  
※ご予約はご利用日の前日まで。

【川床 音羽山荘 梅屋敷】  
●かわゆか おとわんそう うめやしき  
箕面公園2 ☎072-721-3005  
観(春)4.20日~6.16日 11:30~15:00  
観(夏)7.13日~9.15日 17:00~20:30  
観(秋)9.22日~10.27日 11:30~15:00  
※金・土・日曜、祝日の営業。10名様以上は上記日程以外でも予約可。前日17時までに要予約(火曜休)。

### 箕面 交通・観光案内所

所 大阪府箕面市箕面1-1-1 (阪急箕面駅改札を出て右)

☎072-723-1885  
FAX 072-721-1788

時 平日10:00~16:00  
土・日曜、祝日9:00~17:00  
休 木曜(祝日の場合は翌平日)  
年末年始(12月28日~1月4日)  
★11月は全日9:00~17:00無休で開設しています。  
※掲載されている個々の特典については、それぞれのお店へお問い合わせください。

無料アプリ 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!  
箕面駅前などのARスポットではAR画像と記念撮影ができるほか、市内18カ所の見どころスポットでは昔の画像を見ることができます。

Android用 iOS用  
アプリのダウンロード

# MINOH EXPO

## やっぱりいいな 箕面 新緑お出かけガイド

# Minoh 2024

### 新緑カーニバル 4.20日~5.26日

お得な情報 / 新たな魅力 / 箕面の新緑観光をたっぷりご紹介

### 春の特別ライトアップ

### Contents

- みのお森のセラピー
- 森林ヨガ 2024spring
- 春の特別ライトアップ
- 新緑お楽しみ特典
- 箕面川床
- 周辺のイベント情報紹介

発行・主催 / 箕面市観光協会 後援 / 箕面市

箕面市観光協会 ホームページ  
多言語観光案内 ホームページ