

# 梅田あるくフェス2024 週末のぽ活 (特設会場イベント) 概要

※開催内容は変更する場合がございます。本紙の写真は2023年度実施時のものです。

「ぽ活で自分を高める」

## ヘルシーラボ

JR大阪駅・大阪ステーションシティ5F  
「時空 (とき) の広場」会場

日々の暮らしに優しく取り入れられ、自分の体との上手な付き合い方を教えてくれる、人気のエクササイズや、心と体をリフレッシュできるアロマ作りなど、体験ブースが盛りだくさん！自分を高める充実の「ぽ活」を体験しよう！

【開催日時】：10月5日(土) 11:00～18:00

【開催場所】：JR大阪駅・大阪ステーションシティ5F  
「時空 (とき) の広場」



「ぽ活で暮らしを彩る」

## ポップアップマーケット

by 大阪ぐりぐりマルシェ

阪急サン広場会場

素敵で毎日を育む品々と出会える、個性あふれるお店が集結！食のライフスタイルから健康やキレイのヒントをくれる魅力的なマーケット「ぽ活」に参加しよう！

【開催日時】：10月19日(土) 11:00～18:00

【開催場所】：阪急サン広場  
(雨天時：阪神梅田本店 南側軒下)



「ぽ活で心を癒す」

## リフレッシュパーク

阪神梅田本店 東側歩道会場

ウォーキングレッスンや体力測定などを通じて、自分の体を整える体験会が勢揃い！

気持ちをリラックスできるアイテムで、心も体も整えてくれる「ぽ活」スポットでリフレッシュしよう！

【開催日時】：10月26日(土) 11:00～18:00

【開催場所】：阪神梅田本店 東側歩道  
(雨天時：阪神梅田本店 南側軒下)



## 特設会場 位置図

※ R まち巡りラリーポイント

2024年度、新規ラリーポイント：KITTE大阪



詳細は「梅田あるくフェス」  
公式WEBサイトをご確認ください。

<https://www.umedarukufes.jp/>  
SNS (Facebook、X (旧Twitter)、Instagram)  
公式アカウント@umedarukufesでも、  
最新情報を発信しています。