

FREE

鶴見緑地おでかけ情報誌

つるみ〜つ

つるみで会おう、つるみ〜つ！
いよいよ夏本番！



8 月号

Vol.124

2025 年 8 月 1 日発行

サルスベリ 令和 6 年 8 月 9 日撮影



／ 鶴見緑地フェスタ2025 ／ 出展募集

11 / 1 SAT ・ 2 SUN 10:00
16:00

年に1度の鶴見緑地でのお祭り！
地域みなさまに笑顔を届ける「鶴見緑地フェスタ2025」への
出展をご検討ください。



詳細はこちら



鶴見緑地指定管理事業者

鶴見緑地 スマイルパートナーズ

- ・（代表）大和リース株式会社
- ・一般財団法人大阪スポーツみどり財団
- ・美津濃株式会社
- ・株式会社ウエルネスサプライ
- ・有限会社エルミオーレ
- ・三菱電機ビルソリューションズ株式会社
- ・大和ライフネクスト株式会社

編集・発行：鶴見緑地パークセンター（営業時間 9:00 ～ 17:30 ／休日 年末年始）電話 06-6911-8787

今月のテーマは“Open Heart”
皆様のご参加をお待ちしています！

【営業時間】 9:00 ～ 17:30
【対 象】 18 歳以上（高校生不可）
【参加費】 1 回 1,650 円（レンタルマット代込み）
月額 4,840 円
【講 師】 kanae、midori、eri
【定休日】 水曜日・木曜日（その他不定休日あり）
【問合せ】 鶴見緑地パークセンター
06-6911-8787(9:00 ～ 17:30)



ホームページ



Instagram



LINE



プログラムスケジュール



今月のヨガマインド＆ポーズ

夏と楽しく共存するためには、息が上がりすぎない程度に心地よく全身体を動かし、血流を良くすることで、熱や老廃物を排出しやすくしよう。中医学では、汗は血液と同じという考え方がありますので、過剰に汗をかき続けることは避けましょう。体温調整のための血液を司る心臓のある胸のあたりをしなやかに保つことで、熱を発散しやすい体へととのえましょう。

ハイランジ

足を前後に大きく開きます。
前足は踵の上に膝がくるように、後ろ足は爪先の上に踵がくるようにします。
骨盤が前に倒れやすいので、お腹を引き上げて骨盤を立たせましょう。
そして腕を上にも伸ばします。
足では床を強く押し、その反動の力で上半身は上に伸びて、呼吸を繰り返します。



咲くやこの花館情報

★ 虫を食べる植物展 “クールな仲間たち”

冷涼な環境で暮らす、クールな食虫植物にスポットをあてます。自由研究にピッタリな植物観察教室やスペシャルツアーなども開催！
“クールな仲間たち”と一緒に、咲くやこの花館でクールな夏を体感しましょう。

【日 程】 7/12(土)～9/21(日)



★ Sakuya Green Jam 4 植物販売イベント

週替わりで選りすぐりの名店がめじろおし！
ネット販売のみのショップや植物愛好家など有名店舗が出店。
個性の強い植物から珍種、ランや食虫植物など貴重な植物に会うチャンスをお見逃しなく！

【日 程】 9/6(土)～7(日)
9/13(土)～14(日)
9/20(土)～21(日)



【開館時間】 10:00 ～ 17:00(最終入館 16:30)
【入館料】 大人 500 円
中学生以下・障がい者手帳等をお持ちの方
(介護者 1 名を含む) 大阪市内在住の 65 歳以上の方は無料
要証明(生徒手帳、運転免許証、敬老優待乗車証等の原本)
【休館日】 月曜日(休日の場合は翌平日)
【問合せ】 06-6912-0055(9:00 ～ 17:30)



鶴見緑地ナイトプール

まるで海外!? 夏季限定ナイトプールがバージョンアップ!
光に包まれる非日常をお楽しみください。

- 【点灯時間】 8/24(日)まで ※期間中無休
18:00 ~ 20:30(最終入場 20:00)
- 【料 金】 大人 1,200 円、小人 600 円
※65 歳以上 600 円(要証明書)
※未就学児無料(必ず 16 歳以上の保護者同伴)
- 【問合せ】 鶴見緑地プール
06-6915-4721



ホームページ



2025 いいやまスノーワンダーランド in 大阪

長野県飯山市から 10 トンの雪を持って鶴見緑地にお邪魔します!
天然雪を使った雪だるま作りや滑り台の体験メニューを用意しています。
どなたでもご参加いただけますので、ぜひご来場ください。

- 【日 程】 8/24(日)
13:00 ~ 19:00
- 【場 所】 中央噴水横
- 【問合せ】 飯山市役所 商工観光課 観光係
0269-67-0731
shoukan@city.iiyama.nagano.jp



ホームページ

つるモビ

歩行による移動をサポートする最新のモビリティ (C⁺walk T) です。

- 【営業時間】 10:00 ~ 16:00
- 【場 所】 つるモビ STATION(いのちの塔西側)
- 【予約方法】 ホームページより ※当日予約可
- 【料 金】 無料
- 【対 象】 小学 4 年生以上 (140 cm 以上 185 cm 未満 100 kg 以下)
※18 歳未満は保護者の同意・同伴が必要です
- 【問合せ】 つるモビ STATION 080-3846-6759(10:00 ~ 16:00)



ホームページ



【立ち乗りタイプ】



【座り乗りタイプ】

せせらぎマルシェ

各地のこだわり生産者からのスイーツ、キッチンカーなど約 20 店舗が集結!
★せせらぎマルシェ × 大阪・関西万博 多国籍メニューフェア開催★
※店舗数は変更する場合あり※雨天中止

- 【日 程】 8/3(日)、10(日)、17(日)、24(日)、31(日)
15:30 ~ 19:30
※8/24 は 13:00 ~ 19:30
- 【場 所】 中央通
- 【問合せ】 鶴見緑地パークセンター
06-6911-8787(9:00 ~ 17:30)



ホームページ



一服亭

本格茶室で至福のひと時を味わいませんか?
今回は自分でお茶を点てる体験会を実施します。

- 【日 程】 8/24(日)
10:00 ~ 16:00
- 【参加費】 抹茶セット: 500 円(なくなり次第終了)
冷たい抹茶セットもごさいます。
- 【場 所】 茶室「むらさき亭」
- 【問合せ】 ホール・茶室管理事務所
06-6915-3246(9:00 ~ 17:30)
※月曜定休日(祝日の場合は翌平日)

ダイナソーアドベンチャーツアー メガ恐竜パーク鶴見緑地

動く! 吠える! 世界中のリアルな恐竜たちが、大阪・鶴見緑地に大集結!! 迫力満点の冒険に出発だ!

- 【日 程】 7/19(土) ~
平日 10:00 ~ 18:00(最終受付 17:00)
休日 9:00 ~ 18:00(最終受付 17:00)
- 【場 所】 咲くやこの花館前(26 くすのき通西トイレ横)
- 【入場料】 1,000 円 ※2 歳以下無料
- 【問合せ】 メガ恐竜パーク事務局(株式会社新創社)
050-1724-5106



ホームページ



呪霊苑

呪物に囲まれながらホラー映画・ホラーコスプレランウェイを楽しむ前代未聞のホラーマーケットイベント!

- 【日 程】 8/10(日)
12:00 ~ 19:30
- 【場 所】 花博記念ホール
- 【対 象】 小学生以下は保護者同伴が必要
- 【参加費】 HP 参照
- 【問合せ】 jyuryoen.info@gmail.com



ホームページ



ホームページ



LINE

花ごよみ 8月

韓国の国花となっており、鶴見緑地でも国際庭園内の韓国家庭園の周辺に多く植わっています。



鶴見緑地を散策される際にはこまめな休憩と水分補給を忘れずに、無理のないペースで楽しんでください。

つぶやき