

ココロとカラダが軽くなる公園エンターテインメント

スポ・みと

Sports and Green



大阪発公園ライフ情報誌
2015年11・12・2016年1月号

vol.30

巻末
TOPICS

まみたん × 花博記念公園鶴見緑地 25周年プロジェクト

25人のちびっこ花博大使が決まりました！

2020年東京オリンピック有望選手紹介

ATHLETE FACE

西田 玲雄 <飛込>

巻頭特集

身近な「憧れの世界」、 乗馬を体験 してみよう

スペシャルインタビュー
鶴見緑地乗馬苑支部長
岡部 彰宏さん

咲くやこの花館から11月～来年1月に
見頃を迎える可愛いお花を紹介します。

咲くや花みごろ

「カラダで覚える」スポーツで
心身ともに健康維持を。
社会心理学博士の視点で語るスポーツ×心
ミモココロモ

簡単ベーシックヨガ講座
疲労回復に効果アリ！

弱った内臓機能の活性化と腰痛・肩こり解消！

手を足につけるポーズ
すきのポーズ

五十肩の原因は老いではない？
柔道整復師が診る「五十肩」の原因と対策とは

カラダのハナシ

ココロとカラダが軽くなる
公園エンターテインメント

スポ・みと 大阪発公園ライフ情報誌
2015年11・12・2016年1月号 vol.30

発行 一般財団法人 大阪スポーツみどり財団
〒552-0006 大阪市東淀川区中3-1-40 大阪市中央体育館内
TEL:06-6577-5261 URL: <http://www.osgf.or.jp/>

制作 (有)フロンティアエージェンシー
〒541-0054 大阪市中央区南本町2-3-12 エイ・ビー・ビル2F
TEL:06-6265-8617 URL: <http://www.p-a.co.jp/>

2015年11月発行
再生紙を利用しています。



三倉 菜奈

三倉 佳奈

その夢を、
あと押し、ひと押し。

信頼で地域とつながる
City 大阪シティ信用金庫

インターネットアドレス <http://www.osaka-city-shinkin.co.jp/>

本店 〒541-0041 大阪市中央区北浜2-5-4 TEL(06)6201-2881(代表)

大阪府内に92店舗。大阪市内全24区に店舗を有する唯一の地域金融機関です。

平成27年10月1日現在