

# City Life

We are Planet Sailors. since 1986

# 5

2022 MAY

vol.461

北摂EAST

高槻・茨木  
摂津

4月30日発行 無料

シティライフは再生紙を使用し、  
植物性インキで印刷しています。

発行 株式会社シティライフNEW <https://citylife-new.com> E-mail [info@citylife-new.com](mailto:info@citylife-new.com) 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0640 FAX06-6368-3505

## スパイス・ナン・欧風…

いろいろな味が勢揃い

カレー好き、集まれ。



P22-23に掲載

表紙/撮影：山口真一 ティレクション：前出安洋 協力：ネパール食堂 パルビパル

### 巻頭特集

## 西日本最大級のカレーの祭典 カレーEXPO

5/7(土)・8(日)、5/14(土)・15(日)

P.20~21

西日本最大級のカレーの祭典「カレーEXPO」が今年も開催。9回目となる今回も、関西の名店をグルメプロガーが厳選し、約30店舗のカレー店が出店します。カレーの他にもスイーツEXPOやおいもEXPO、よしもとお笑いライブなど楽しいイベントが盛りだくさんです。



コロナに負けない!がんばろう!  
北摂ワンチーム

### 巻頭特集

P.2~3

#### 心地よく暮らすために ウチ・ソトアップデート

読者が感じた暮らしの悩みについてのアドバイスを「ウチ」と「ソト」それぞれに分けてご紹介。おうちをアップデートするプロの技もお届けします。



### 健康

P.4~5

#### 体調向上プロジェクト

疲れやすいなどの身体の不調には様々な原因があります。専門家による改善方法をお届けします。



### セミナー

P.9

#### 日々の生活が“もっと”豊かになる プロから学ぶ生活向上セミナー

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、技術や知識を学ぶことができるセミナーです。暮らしにおける悩みを相談してみてください。



### コラム

P.25

#### よしもと芸人が書く好き勝手コラム

今回はR-1ぐらんぷり2018王者の濱田祐太郎さんが登場。SNSを始めた濱田さんが感じた事や発見について教えてください。



### 教育

P.10

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ  
「Kids&Mam」

### ニュース

P.26~27

City Life News  
「箕面市船場東が商業地で  
上昇率1位に」

P.14~17

## EXPOCITY

press Vol.67





心地よく暮らすために

# uchi・soto アップデート

コロナ禍に入り2年が過ぎました。おうち時間が増えてきたからこそ「もっと快適に暮らしたい」と思っている方は多いのではないのでしょうか。そこで今月号では、読者アンケートで寄せられた暮らしの悩みを「ウチ」と「ソト」に分けて、すぐに取り入れられる快適ポイントを専門家にアドバイスしてもらいました。

## CityLife読者アンケート

暮らしの中で気になるウチ(屋内)・ソト(屋外)

- |    |                 |
|----|-----------------|
| ウチ | 1位 リビング (28%)   |
|    | 2位 キッチン (27%)   |
|    | 3位 風呂 (11%)     |
| ソト | 1位 庭・ベランダ (28%) |
|    | 2位 玄関 (20%)     |
|    | 3位 駐車場 (7%)     |

[2022年4月号CityLife読者アンケートより]  
応募総数:373通



よく座る場所に棚やグリーンを置くと、緩やかな区切りができる。しっかりと区切りたい場合は、パーティションなど高さのあるものを置くと良い。



### 視線を意識した空間を区切るインテリア

「ウチ」の中で、まず見直したいと挙がったのはリビング。家族と過ごす時間が増えたことで、「距離感が近すぎてストレスが溜まる」「視線や動作が気になって落ち着けない」という悩みが多かった。そこで、まず取り入れたいのが「視線」を意識すること。「例えば、パーティションや観葉植物を活用して、空間を区切る方法。視線を遮ることで適度な距離感を保てます。ただし高さには要注意を。座ったときの目線の高さ(約120cm)を意識して、圧迫感を感じないように上の空間を残す。もしくは視線の抜けるデザインにするように」。

また、リビングでのリモートワークの悩みも多かった。「同じ空間で生活と仕事を切り替えるのは難しいですね。すぐに実践できるのが、座る位置の工夫です。仕事に集中したいとき、家族と会話するとき最適な配置は異なりますから、目的に応じて変えてみるというでしょう」。



### 視界に入る高さグリーンを配置

「ソト」の見直しで多かったのが、庭やベランダの活用法。「グリーンを置いたものの枯らしてしまう」「どこに置けばいいのか分からない」といった声。「これらもウチと同様に視線を意識しましょう。吊り下げ式のプランターや屋外用の棚を活用してみてください。常に視界に入る高さであればインテリアとして効果的ですし、世話を怠りなくなります」。

最近注目されている「ベランピング」も簡単に取り入れられる方法の一つ。「ベランダに屋外用のテーブルやイスを置いて、朝食やティータイムを楽しんでみてはいかがでしょうか。リモートワーク時の休憩におすすめです。環境を切り替えることでリフレッシュにもなりますよ」。



視線に合わせることで、インテリアとしても効果的で、水やりを忘れることも防げる。

アドバイスしてもらいました



インテリアコーディネーター  
ICA関西 正会員  
Calm Interior Design  
林 千恵さん

ハウスメーカーにインテリアコーディネーターとして入社。工務店・ビルダーなどを経て2021年に独立し、吹田市でCalm Interior Designを立ち上げる。



同社が手掛ける正雀本町のモデルハウス。家族みんなで囲んでできるインナーテラスや、広々使える造作の洗面ドレッサーなど、暮らしやすさとデザイン性を両立した住まいとなっている。

## 安心・安全をとことん追求

### 建てる前に完成をイメージできる、3D&VRを使った提案

理想を実現することと同時に、同社がこだわっているのが安心・安全への取り組み。新築に関しては、最もレベルが高い耐震等級3や地盤改良工事などが標準装備となっている。新築に限らず、リフォーム・マンションリノベーションも得意としており、こちらも同様に安心・安全を疎かにせず高断熱・高気密住宅への改修も請負っている。

お家づくりでよく聞く「建ててから、こうしておけば良かったと気がつくんです」ということ

が無いよう、パースや図面だけでなく、色や質感、間取りや家具・家電の高さに至るまで自分の目線の高さで確認ができる立体的なVRプランニング案を提示してくれるのも特徴的。同社なら、あなたの希望をカタチにするお家づくりをきっと叶えてくれるだろう。



観葉植物が似合う、シンプルナチュラルテイストのお家に生まれ変わったリフォーム事例。

マイホーム

### 地元で叶える、贅沢なオーダーメイド住宅 楽しくてワクワクする北摂エリアでのお家づくり

「お家づくりを考えているけど、住み慣れたこの街を離れたくない」とお考えの方は、地域密着サポートの同社に相談してみよう。茨木を中心に北摂エリアの土地探し、設計、建築、建物管理、メンテナンスと住まいの全てを行っており、地元情報に精通しているから頼りがいがある。「茨木で生まれ、地域の方々に育てられたからこそ、茨木の人達の為がんばりたいんです」とディレクターの柴田さんが語るように、地元愛にあふれているのがDREAM

HOUSE PLANNINGという会社だ。「お打合せの回数制限は設けていません。納得するまで何度でもヒアリングさせていただきます」と話すように徹底したイメージの共有をしつつ、希望に合わせたクオリティの高いデザイン性を加味したカスタムオーダーのお家づくりを叶えてくれる。しかも、相談からライフプラン(ローンの組み立て)、設計、建築、メンテナンスと住まいのあれこれを全て自社で一貫体制で行っているから無駄なコストを省いたお家づくりが実現するという。

4/24(日)~5/8(日)の期間限定で正雀本町のモデルハウスを体感できる見学会を開催!(事前予約優先制)



お家づくり無料相談会も実施中!  
(正雀本町モデルハウスまたは茨木ショールームにて)

今すぐのお家づくりは考えていないという方も大歓迎。いずれも、右記予約フォームからの参加でQUOカード500円分をプレゼント!



uchi update

### 楽しい家づくりをサポートしてくれる専門家集団

お家づくりにおける各分野の専門家たちが集う。明るい雰囲気です話しやすいディレクターの柴田さんは、シンプルで分かりやすい言葉を的確に使って「楽しくてワクワクするお家づくり」へと導いてくれる。



ディレクター 柴田 遼太郎さん

## DREAM HOUSE PLANNING

(ドリームハウス プランニング)  
茨木市玉瀬町42-12-101 年中無休  
☎06-6357-1121  
https://towa-kosan.net/



リフォーム  
リノベーション

## 吹田市山田南にモデルルームがOPEN “工事の見える化”で納得のリフォーム・リノベを

リフォーム&リノベーション(以下リノベ)を専門とする「スペースR」が手掛けるモデルルームが吹田市山田南にニューオープン。訪れた人が生活環境を具体的にイメージできることをコンセプトに、同社事務所をフルリノベした。同社の強みは依頼主に「工事の見える化」をすること。「リフォーム後、仕上がりは綺麗に見えるのに、壁や天井を外すと雑な工事をされているケースがあります。そうしたトラブルを避けるため、具体的な工事内容の説明は欠かせません」と話す代表の藤井さん。藤井さんは「一級建築施行管理技士」の資格を持つ。これは建築工事の施工計画や現場の工程・安全・品質の管理など、工事に関するあらゆる管理を高いレベルで行える資格。しっかりと依頼主に確認しながら作業を進めることで、納得できる工事を手掛けている。現在、リフォーム・リノベを考えている人はもちろん、見学だけでもOK!「『リフォームって、こんなことまでできるんだ!』...」と思っただけであれば幸いです

### 株式会社 スペースR

吹田市山田南45番A-603  
営/9時~18時  
不定休  
☎0120-611-268



モデルルームの詳細や  
リフォームのポイントと藤井さんに取材!  
コチラをチェック!

**特典** 「シティライフを見た」とモデルルーム来場で  
**サンサンスポンジをプレゼント!**  
(5月末まで・初回のみ・1組につき1個)



築40年のマンションの  
一室をフルリフォーム&  
リノベーションしたモデル  
ルーム。3LDKの間取り  
にはポイントを押さえた  
工夫が盛りたくさん!



5/26(木)開催のシティライフ主催「生活向上セミナー」(千里中央会場)に登壇!セミナーでは、代表の藤井さんが住まいの悩み事やリフォームの落とし穴、気を付けるべきポイントを講演。詳しくは「シティライフ生活向上セミナー」で検索。

### uchi update

#### モデルルームの見学はコチラから

事前申し込みをすれば誰でも見学OK(見学は5/6からスタート)。申込みは左記の電話、またはコチラのQR(ホームページ)にアクセスし「お問い合わせ」まで。



関西全域(大阪・兵庫・滋賀・奈良・和歌山)を  
対応してくれる。

### Menu

- 軽トラック積み放題(1量分).....13,000円
- 2トントラック積み放題(3量分).....33,000円  
(規定量を超えた場合追加料金有り)

### 特典

「シティライフを見た」と  
積み放題メニューをご利用の方、  
エアコン取り外し工事処分費  
**何台でも無料!**  
(2022年12月末まで)

### 不用品処分

## お得に不用品処分 遺品整理、買取もお任せ

ベテランスタッフの迅速丁寧な仕事ぶりが評判で、お客様同士の紹介多数。引っ越しシーズンが落ち着くこの時期は断捨離する絶好のタイミング!格安で不用品処分してもらえ、さらに買取まで。自社工場で分別するので事前にゴミを仕分ける手間が省けて嬉しい。大阪・兵庫・奈良・和歌山・滋賀を対応。LINEで無料見積もりを。

### uchi update

#### 悩みの種だった不用品を処分してスッキリ!

重たいテレビやソファ、食器、布団類など大量でしたが素早く運んでくださり、追加料金なし。駐車も近い場所ではなく、ご近所の迷惑にならない位置に停めて作業してください心遣いを感じました。予約の対応もスムーズです。  
(豊中・50代)

### 中岩商事 (ナカイワショウジ)

受/8時~20時 年中無休  
古物商許可No.大阪府公安委員会  
第621120162063号

☎06-6854-0520(大阪本社)  
<https://www.fuyouhin1.com/>

写真を撮って送る  
だけの簡単見積もり↓



LINE

### 外壁塗装

## 塗装専門店の直接受注だからこそ 実現できる高品質・低価格塗替え

経験豊富なプロ塗装職人がいる直営店なので、高品質・低価格での提案が可能。厳選塗料を使用し、標準が4回塗りなので、仕上がりのキレイさ・もちの良さが圧倒的。お客さんからの紹介が多いというのが満足度の高さの証明となっている。依頼が殺到しており予約が埋まってきている状況のため、後悔のない塗替えをしたい方は早めにお問合せを。

### soto update

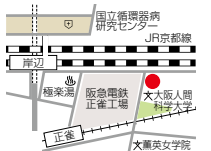
#### 施工実績多数・塗装のプロに任せて納得の塗替えを

摂津市塗装専門店No.1ショールームもあり、施工前にカラーシミュレーションが可能。断熱セラミックGAINA提携施工店でもあり、ニーズに合った塗料や施工方法を提案してくれる。

### 屋根・外壁塗装専門店 (株)ホクセツペイント

摂津市庄屋1-15-13 1F  
営/9時~19時

☎0120-62-4116  
<https://www.hokusetsu-paint.jp/>



## 暮らしを豊かに 部屋を整えるアイテム

空間を有効活用したインテリアやアクセントに使えるグリーンなど、部屋をアップデートしてくれるアイテムを紹介します。

### 手入れが簡単なのに奥が深い 様々な表情をみせるサボテンの魅力

阪急高槻市駅の近くで昨年の7月にオープンしたグリーンを扱うショップ。店頭では、約30種類のサボテンや多肉植物が並び、トゲの長さや色合いなど、それぞれに個性が異なる。「サボテンや多肉植物はサイズが小さくて手入れも簡単で、初心者にも育てやすいです。適度な個性があってインテリアにも映えやすいのがポイントです」と店主の小幡さん。併設のホットサンドカフェ「OTTO KNOT」でコーヒーを楽しみながらお気に入りのグリーンを探してみよう。



トゲの数や長さ、色合いなど、多様性がサボテンの魅力。植木鉢のデザインにも豊富に揃う。

### GREEN@MIND

(グリーンマインド)  
高槻市北園町13-29  
サクラビルII 2F  
営/10時~15時  
月曜定休



### 部屋に“一本の線”を引く、 新しい空間の使い方

箕面市今宮で3月にオープンしたばかりのNAGI LIVINGでは、エストニアをはじめとした、北欧テイストの家具とくらしの雑貨を取り揃えている。ミニマルな空間づくりを得意とし、この春は「DRAW A LINE(一本の線を引く)」というアイテムを使ったライフスタイルを提案している。突っ張り棒のようなイメージで、ベッドルームの端など、ちょっとしたスペースがあれば活用できるという。メガネや目覚まし時計、スマホを置くなど小物置きや、ランプアームにワイヤータイプのシェードを組み合わせると、雰囲気のある照明としても使える。空間に一本の線を引くだけで、充実の寝室へとアップデートできる。位置により硬さの異なるフォームを使用した、ノンコイルのマットレスもおすすめ。



Geltex QT220  
セミダブル  
198,000円

### NAGI LIVING

(ナギリリビング)  
箕面市今宮3-26-28  
営/10時半~18時半  
火・水曜定休

☎072-737-6166  
<https://nagiliving.com>



Tension rod c 6,270円 Lamp arm S 16,170円  
Table A 5,170円 Wire Shade 4,180円



# 体調向上プロジェクト

## 『アルカライズ』で免疫力を高める

疲れやすい、身体の調子が悪いなどの不調は、

身体の「酸性化」が原因かもしれません。体質改善法として今、注目を集めている『アルカライズ』について聞きました。

### 免疫力を上げるためにもアルカリ性の食品を摂ろう

「アルカライズ」とは、日本では馴染みのない言葉だが、オーストラリアやアメリカ、ヨーロッパでは以前から認知されている概念。「アルカライズ」の原則は、身体を最適なpH（ペーハー）バランスである弱アルカリ性に保つために生活習慣や食事を見直すことです」とエリカさん。

まずは食事の70%をアルカリ性食品に、30%を酸性の食品にすることをめざしたい。「酸性食品の一例は炭酸飲料（炭酸水も含む）、ハンバーガーやパスタ、スナック菓子、マヨネーズ、コーヒーなど。アルカリ性の食品は、バナナやグレープフルーツ、レタス、セロリ、アボカド、さつまいも、緑茶、ほうれん草やブロッコリーなどです。これだけを見ても現代人の食事が酸性に傾いていることがわかります」とエリカさん。身体が酸性化することによって、免疫力が低下したり、体重増加や不眠などの不調につながるという。

「身体を弱アルカリ性に近づけることで、免疫力が上がります。心臓病や糖尿病などの病気の予防はもちろん、肌がキレイになりアンチエイジングにも効果があります」。さらに酸性化につながる生活習慣（ストレスや睡眠不足など）を見直すことも大切だという。「なるべく和食中心にする、就寝前の1時間はできる限りスマホやPCに触らない。ストレスを感じたら、お風呂に浸かりながら温かいタオルでアイマスクをするなどのライフスタイルを見直して、できることから継続していきましょう」。



栄養コンサルタント Erica Angyal (エリカ・アングアル) さん

オーストラリア出身、シドニー工科大学卒業。健康科学学士。ミス・ユニバース・ジャパン公式栄養コンサルタントとして、「美しくなる食生活」を指南。栄養学、薬理学、生理学など予防医学における幅広い専門知識を駆使し、ハッピーな毎日のため、食とライフスタイルを発信している。

### 普通の食生活でも取り入れられるアイデア

**オイルをアルカリ性に**  
料理に使うオイルをアルカリ性のオリーブオイルに変えるだけでも効果あり。

**間食にはアーモンド**  
お菓子の代わりに、ナッツの中でもアルカリ性のアーモンドがおすすめ。

**グリーンカクテルを摂る**  
エリカさんが監修したアルカリ度の高い多品目食材を1包に詰め込んだグリーンカクテル。手軽に摂れるので、忙しい人におすすめ。詳細は下記HPへ。

### BOOKS 「最強でエレガントな免疫を作る100のレッスン」

免疫は、自分で作れる最強ワクチン。「健康」「美しさ」「自信」に効きます！カンタンで今すぐ始められる、味方になる食べ物、生活習慣、メンタルマネジメントを伝授。(幻冬社刊・1,430円)

公式ホームページ  
<http://www.ericangyal.com/>

## 自宅で気軽にできる本格施術がおすすめ 柔道整復師による訪問整体

つらい腰痛、きつい肩コリでお悩みなら、自宅で気軽に受けられる本格施術がおすすめ。店名のCalm Nervesは「緊張を解く」という意味。「身体も心も緊張を和らげる施術を理念にしています。痛みも固さも軽減させて、動きやすい身体になっていただきたいです」と話すのは代表の中山さん。訪問なら、通院の交通手段がない方や、家を長時間離れられない方も安心して利用できるという。訪問施術開始特別期間のこの機会に、一度相談してみたいかがだろうか。



代表 中山 靖士さん  
立命館大学心理学専攻を卒業後、柔道整復師を取得。急性期病棟でのリハビリ業務をはじめ整形外科クリニックや整骨院で様々な経験を積み、現在、提携しているスポーツジムでの施術も対応可能。

**Menu** 訪問施術(対象エリア:高槻市・茨木市)  
●スタンダードコース(30分) 4,000円  
●全身施術コース(60分) 7,000円  
●訪問交通費別途 1,000円  
※訪問施術開始記念、期間限定の特別割引回数券有り

**特典** 「シティライフを見た」で先着10名限定！  
右記QRコードからの予約で**訪問交通費が無料に！**  
**さらに施術料金特別割引！**  
●スタンダードコース(30分) 4,000円→**2,500円に!**  
●全身施術コース(60分) 7,000円→**4,500円に!**  
(5月末まで・新規の方のみ)

**NEW OPEN** **Calm Nerves Service**  
(カム ナーヴズ サービス)  
高槻市東天川12-20-4  
営/月曜～土曜 15時～20時  
(最終受付20時)  
※日曜・祝日の施術を希望の場合は要相談  
**☎070-9015-4014**

## 本場の中国整体で、頑固な痛みを改善 基礎代謝を高めて免疫力向上を目指そう

指や掌、肘を使った様々な手技を用いた施術を得意とする「楽楽堂」。普通の整体マッサージとは違い、全身のバランスを調整することに重きを置く本場中国仕込みの手技なので、肩・腰・関節の頑固な痛み改善はもちろん、人間本来のパワーである免疫力を高めてアレルギーや感染症に強い体を養う効果もあるそう。「病院に行っても治らなかったのに、ここに来て良くなった」という声も多数。保険治療対応もしているため、持病をお持ちの人や慢性的な不調を感じている人は、一度相談に訪れてみよう。



足裏には内臓と同じ反射区があり、冷えやむくみの改善に効果的。  
院長 李占法(リゼンホウ)  
中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道30年のベテラン。東洋医学の経路とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。

**Menu** 全身整体・足裏・ダイエット・吸気・刮痧の各コース  
●40分…4,500円 ●70分…7,000円  
●60分…6,000円 ●90分…8,500円  
※すべて税込 ※お得な回数券あり  
「楽楽堂整骨院」にて各種保険取扱  
手やベッドのアルコール消毒などコロナ対策万全

**特典** 「シティライフを見た」で各コース(初回のみ)**2,000円OFF!**  
(5月末まで)

**中国整体 楽楽堂** (ラクラクドウ)  
茨木市西駅前町5-36  
高橋ビル6F  
受/9時半～20時半  
無休 予約優先 詳しくはコチラ  
**☎072-623-6789**  
<http://raku-ibaraki.jp/>  
JR茨木 楽楽堂 で検索

## シニア向け健康運動で体力向上 マンツーマン無料体験

年齢とともに痛む肩・腰・膝。痛みを理由に運動から疎遠になっている方にオススメなのがスワン高槻のシニア向け健康運動。「長年悩まされた痛みが改善して運動が楽しくなった」「肩こりが無くなりストレスが減った」など効果を感じている方が多い。医療の国家資格を持つトレーナーも在籍しており、筋力の向上、機能改善を目的とした運動を指導してくれる。一人一人に対して丁寧な指導なので、効率良く運動ができる。いつまでも動けるカラダを作ろう!



マンツーマン、グループどちらのレッスンも自分で選べる。

**Menu**  
●シニア向け健康運動  
……月2回コース2,980円/月5回コース5,980円  
……月2回コース9,980円  
●パーソナルトレーニング  
30分4,400円/45分6,600円/60分8,800円

**特典** 「シティライフを見た」で  
●マンツーマン個別レッスン ……6,600円→**無料**  
●入会金 ……11,000円→**無料**  
(5月末まで)

**スワン高槻 パーソナルトレーニング**  
高槻市高槻町11-16  
第一領家ビル4F  
営/9時半～22時  
休/日曜・29日・30日・31日  
(月末5週目)  
**☎0120-947-068**  
スワン高槻 で検索

## アトピー性皮膚炎、ニキビ、じんましん 酒サなどの皮膚疾患は漢方で改善を

アトピー性皮膚炎、ニキビなどの皮膚トラブルにはステロイド剤などの赤味や痒みをとる化学薬品が対処療法として使用されるが、「一時的には必要な場合もありますが体質を改善するものではなく、長期使用は皮膚の角質化、リンパの腫れ、そして慢性化に繋がります。又、リバンドや内臓疾患に苦しんでおられる方も少なくありません」と戸田先生。自然の恵み体にやさしい漢方は一時押さええは無く自己免疫力を高め、赤身や痒みの出ない自然治癒力の整った肌質に改善するという。皮膚のトラブルはもちろん、不妊症、生理痛、自律神経、低体温、腰痛、めまい、寝たきり予防、免疫力アップなど諦めないで一度相談を。



(上) 茨木薬店は女性の漢方アドバイザー戸田先生が優しく親身に相談にのってくれる。  
(左) 高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中醫師」に掲載された藤本先生。

**国際漢方 茨木薬店**  
茨木市真砂1-11-35  
(平和堂1F)  
無休  
相談/10時～18時  
**☎072-638-9939**  
※各店予約制の為相談前に一度連絡を

**漢方瑞雲 高槻薬店**  
高槻市芥川町1-11-1  
(JR高槻徒歩3分)  
水曜・講習会日休  
相談/10時～18時  
**☎072-686-0090**



初めてでも楽しめる新感覚ヨガ  
姿勢改善で健康に



エアリアルヨガが人気のBRUSH。「ヨガ＝体が硬いと難しい」というイメージがあるが、エアリアルヨガは自重で無理なく自然に身体が伸ばされるので、体が硬い方でも始めやすい。慣れてきて逆さまになれるとアンチエイジングや姿勢改善の効果が期待できる!年齢不問な新感覚ヨガをはじめよう!



慣れてきたら、アクロバットな姿勢にも挑戦しよう!



(上)広々としたスタジオでゆったりと揺られながら体を柔らかくしていく。  
(左)併設のジムでは、筋トレとキックボクササイズでリバウンド知らずのダイエットもできる。

BRUSH Personal training&Yoga

(ブラッシュ)

摂津市鳥飼上3-15-3 es Bldg.2F  
営/9時~21時  
土曜不定・日曜定休  
駐車場完備



☎072-653-4582

- Menu**
- エアリアルヨガ(60分).....2,100円~
  - ヨガ(60分).....1,300円~
  - パーソナルトレーニング(60分)5,500円~
  - グループトレーニング... (60分)2,000円~

**特典** 「シティライフを見た」で  
入会金.....5,000円→**無料**(5月末まで)

○脚、膝の痛み、正座ができない...  
変形性膝関節症でお困りの方へ



「順天堂大学整形外科の黒澤医師が『一時的に痛みを軽くする“飲み薬と関節注射の繰り返し”では、膝の痛みが改善しないばかりか、徐々に悪化していくだけ。変形性膝関節で痛みがひどくなった方の人工関節の手術を行っています。ほとんどの方はそれまでの2~5年で、合計50~100本ものヒアルロン酸注射をしてきた経験者です』と述べられています」と山田先生。骨や関節が変形するには、必ず原因があり、変形を起こす関節は、十分に曲がらない、伸びない、正座ができない、といった関節の動きの異常があるという。「関節の変形は原因を改善してあげれば、元の痛みのない日常生活にもどれます」。関節の痛みや変形を本気で治したい方は、お電話を。



JR高槻駅西口徒歩20秒で通いやすい。



いこい治療院

高槻市上田辺町2-12 VIVID BLD II (ヴィヴィッドビルドツー)  
受/9時~19時  
完全予約制  
日曜午後、祝日休診



☎072-685-5414

http://takatsuki-iko-chiryuin.jimdo.com/

- Menu** 施術費 ●初めての方...6,000円  
●2回目以降の方...3,000円

夫婦・親子で考える  
**相続カフエ**

参加費  
無料  
(通常2,000円)

相続について学んだり、お悩みをご相談頂けます。

こんな方にオススメ

- ✓ 実家についてどうすれば良いかわからない
- ✓ 親の暮らしが心配
- ✓ 夫側の相続が気になる
- ✓ 実家の事業をスムーズに継承したい



メルマガに登録して  
情報収集しよう  
(登録特典付き)

わかりやすかった。

(60代女性)

大変勉強になり、とても有意義でした。

(60代女性)

少し気持ちが楽になりました。

(70代女性)

詳細はこちらから ▶



第24回 5/1日・11水・29日

第25回 6/1日・15水・26日

各日 13:00~14:30

【会場】ふくおか洋一  
法律事務所

茨木市永代町5  
阪急駅前茨木ビル(ソシオ1)3階311

丁寧に对应したいので各回1組限定



相続コンサルタント

森 拓哉

一級ファイナンシャル  
プランニング技能士  
CFP

宅地建物取引士

弁護士

黒根 祥行

弁護士(大阪弁護士会)

ふくおか洋一法律事務所  
代表代行

甲南大学 法科大学院  
特別講師

【主催】株式会社 アイポス  
茨木市園田町6-1 フィールドア2F  
info@i-pos.co.jp



【申込み・問合せ】

TEL.072-634-3331

※日程が合わない場合は個別に調整できます。

ご相談お待ちしております



天然100%アロマオイルリンパマッサージ  
疲労をとり体質を改善しよう

JR高槻駅西口から徒歩2分に位置するアロマショップHoooの中にあるMelissa。100%天然のアロマオイル、キャリアオイルを使ったリンパケアは、オールハンド、オーダーメイドの施術で溜まった老廃物を流し、体質の悩みを改善することができる。術後には併設のカフェで1ドリンクのサービスあり。気に入ったアロマオイルは購入することもできるので、自宅リラックスを実現できる。ゆっくり癒されてみては。



(上)個室でゆっくり施術が受けられる。  
(左)店内には棚いっぱいのアロマ製品が並ぶ。

- Menu**
- アロマオイルリンパケア(全身).....60分6,000円/90分9,000円
  - アロマオイルリンパケア(デコルテ).....40分4,000円
- 特典** 「シティライフを見た」で  
アロマオイルプレゼント(5月末まで)

リンパケアサロン Melissa

(メリッサ)

高槻市芥川町2-1-7 2F  
アロマ&カフェ Hooo内  
営/10時~16時  
金曜・日曜定休

☎090-2389-1286



編集後記

次号から直木賞作家の今村翔吾さんの連載が始まります。多忙な方々の連載は難しいかと思いましたが、経営する書店が箕面市ということもあり「地元なのでがんばります」と快諾をいただきました。その話の直後、まさか全国行脚に出掛けられるとは露知らず、聞けば移動しながら執筆すること。いやいや、すごいパワーのある方ですね。(P.26参照 コサオ)

コロナによって打撃を受けたイベント関連の需要喚起のため、イベントワクワク割の実施が検討されている。ワクチン接種歴または陰性の検査結果の確認ができれば入場料などを割引き、その負担は国が行うというもの。感染症拡大から2年以上。そろそろ社会活動が活性化し、経済がV字回復へと向かうことを期待する。(鉄)

最近、Podcast番組の企画運営をさせていただくことが増えました。動画コンテンツがTVから定額配信に形を変えたように、音声コンテンツもラジオから個人が気軽に発信できる時代になってきました。皆さんも気軽に始めてみてはいかがでしょうか(たろう)

コープこうべだより



よりよい「暮らし」の実現のために、組合員や地域の人たちとのつながりを大切にするコープこうべ。職員が働く上で心がけていることや、職員ならではの目線でオススメ商品を紹介します。

コープ茨木白川

茨木市白川2-2-10  
072-630-0110  
営/9時~20時50分  
無休(1/1~2を除く)

店長  
二宮  
かおりさん



スタッフみんなが前向きになれるような声かけを

総勢42名のスタッフが楽しく前向きに働けるよう、声かけを工夫しています。相談を受けた際も「本人がどうしたいのか」「そのためにどうすべきか」を一緒に考え、それぞれの得意を自発的に発揮できるようにしています。多少ミスがあっても必ずポジティブな面を見つけてフォローし合う風土ができています。「お店の雰囲気明るくなったね」と組合員からお声をいただいたことは職員みんなのやりがいにつながっています。

＜ 私のオススメ商品 ＞

北海道の野菜ミックス  
玉ねぎ入り (250g/332円)

珍しい玉ねぎ、いんげん入りの冷凍野菜ミックス。ベーコン、チキンコンソメ、バターをいれて、炊飯器でたくとピラフのできあがり。チーズをのせてドリアにしても美味しいです。水のかわりにトマトジュースで作るのもオススメです。



北海道のそのまま枝豆  
(250g/358円)

北海道十勝産で、収穫後に急速冷凍した枝豆。皮ごとごま油で中火で炒め、塩コショウすれば、指まで美味しい絶品おつまみに。これからの季節、ビールのおともにオススメです。



ターゲット2030

～コープのあるまち 協同のある暮らし～  
わたしたちは、みんなの知恵と思いを寄せ合い、2030年の「ありたいまち、暮らし」を表現したコープこうべビジョン「ターゲット2030」を策定しました。

ビジョン「ターゲット2030」がめざす「まち、暮らし」

- つながり: 人と人がやさしきでつながり助け合える「まち、暮らし」
- 健康: 健康でいきいきとした毎日を送れる「まち、暮らし」
- 環境: 自然環境と共生できる「まち、暮らし」
- あんしん: みんなが笑顔で、安心して暮らせる「まち、暮らし」

『やさしさつむいで』  
作詞・作曲 白井真







# 胎児の命を奪った歯周病菌

意外と知らない歯科知識

歯周病菌が全身疾患との関連が明らかになってきておりますが、知られざる症例で胎児への影響があるようです。赤木先生に話を聞きました。

この先生に聞きました!



赤木 善院長  
歯学博士。1984年赤木歯科開設。37年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

## 2010年の実例 胎児への影響

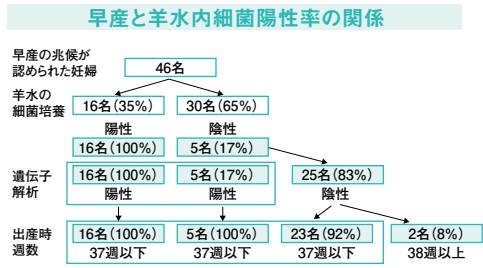
### 死亡原因と 因果関係とは

2010年に衝撃的な症例が報告されました。あと数日(妊娠39週と5日)で初産を迎えようとしていた35歳の妊婦が、明け方に胎児が動かなくなっていることに気が付きま

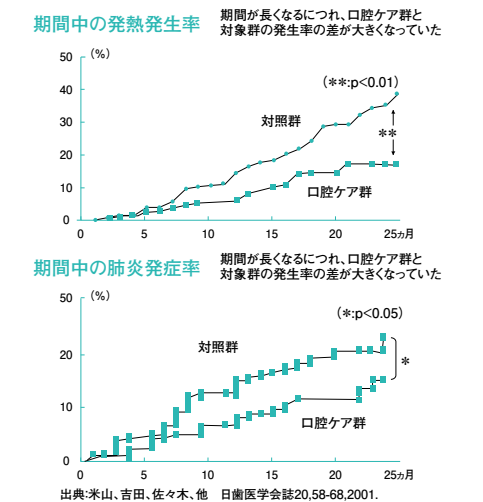
### 歯周病菌と 早産の関係性

下歯周病菌が子宮内に移行することにより「敗血症」となり、胎児の命が奪われたと結論づけられました。これまでもお腹の中にいる胎児は無菌であると言われてきました。しかし近年、羊水中の胎児の胎便から母親と同じ腸内細菌が確認されるなど、細菌感染の存在が明らかにされています。細菌は血行を介して胎盤を容易に通過し、細菌感染を起こすことが示され、歯周病菌が早産の原因となることが明らかにされました。このことは、口腔状態の良し悪しが健康と深くかかわっていることや、細菌感染に対する感受性からみても明らかです。以前にも紙面で取り上げましたが、口腔状態は高齢者の肺炎の原因にも深くかかわっています(図参照)。

Obstetrics and Gynecology誌に症例報告をしたCase Western Reserve大学のHan博士によると、胎児の解剖の結果、死亡原因は歯周病菌感染による「敗血症」と結論づけられました。胎盤内の絨毛羊膜やへその緒、胎児の肺などに大量の歯周病菌が認められ、母親の口、膣、直腸などから採取したサンプルと胎児のサンプルが遺伝子解析で一致しました。このことから、母親の歯肉炎が早産の原因となることが示され、歯周病菌が早産の原因となることが明らかにされました。このことは、口腔状態の良し悪しが健康と深くかかわっていることや、細菌感染に対する感受性からみても明らかです。以前にも紙面で取り上げましたが、口腔状態は高齢者の肺炎の原因にも深くかかわっています(図参照)。



出典: Han YW et al. Uncultivated bacteria as etiologic agents of intra-amniotic inflammation leading to preterm birth. J Clin Microbiol. 47(1):38-47, 2009. 改変



口腔ケア群のほうが発熱発生率、肺炎発生率が有意に低い

医療法人 貴志会  
赤木歯科  
再生医療認可施設  
高槻市高槻町 7-25  
072-682-0190  
https://www.akagi-implant.com/

## 「くもんの先生」募集説明会受付中

くもんの先生がはじめてやすくなりました!

- あんしんサポート制度
- 2年間一定の援助金を支給
- 2年間会場費を援助
- 開設時の教室備品やPRの費用を援助

応募要項 >>> 55歳迄の女性の参加をお待ちしております。  
仕事内容 >>> 教室は週2回(午後の5時間程度)  
教科は算数・数学、英語、国語  
収入は生徒数により異なります。

地区	日程	時間	会場
吹田市	5/18(水)	10:00~11:30	大阪シティアカデミー
豊中市	5/23(月)	10:00~11:30	千里朝日阪急ビル14F
高槻市	6/3(金)	10:00~11:30	高槻現代劇場

WEB説明会  
5/17(火) 5/26(木)  
5/30(月) 6/9(木)  
10:00~11:00・13:00~14:00

上記以外の希望日時がございましたら、ご相談ください。

0120-834-414  
公文教育研究会 大阪事務局  
〒532-8511 大阪市淀川区西中島5-6-6 公文教育会館2F

## 糸球体腎炎の原因は歯周病性細菌

### 歯周病予防で全身疾患を予防

最近の研究で突発性腎炎は原因が不明でしたが、歯周病が引き起こす毒素が原因であることが分かりました。IgA腎症患者から抽出された扁桃で歯周病菌であるRed Complexが検出されたことから、歯周病治療が有効と分かってきました。

又、歯周病が血糖をコントロールするインシュリンの働きを妨げ、糖尿病、脳梗塞、心内膜炎などを悪化させたり、歯周病菌が歯肉を攻撃することで、サイトカインが暴走し制御不能となり、自分の細胞まで傷つけてしまうことがあります。歯周病の治療はPMTTC(歯面クリーニング)やSPT(歯周病安定期治療)が効果的です。詳しくは、かかりつけの歯科医院でご相談ください。

朝倉歯科医院/本院  
かかりつけ歯科機能強化型診療所  
大阪大学歯学部臨床研修施設  
072-625-2001  
茨木市南春日丘1-1-19  
朝倉デンタルビル 春日丘交番隣り  
(医)朝倉クリニック(分院)  
一般小児障がい者歯科  
072-626-2006  
茨木市駅前4-3-26  
朝倉メディカルビル 養精中隣り

【歯科セカンドオピニオン外来】  
歯周病、入れ歯、咬み合わせ、インプラント、口臭、訪問診療、矯正診療、CT画像診断、審美歯科、ホワイトニング、金属アレルギーなどはお気軽にご相談ください。歯の悩み相談は春日丘本院で院長が行っております。  
0120-468-321  
HP: http://asakura-dental.com

## flower shop Style 茨木

5/8は母の日  
いつもの生活を、いつもよりおしゃれに  
3日間限定 OPEN EVENT  
5/7[土]・5/8[日]・5/9[月]  
全品 30%OFF

「flower shop Style」はお花で今日をちょっと特別な日にするお花屋さんです。普段使いができて、茨木の街に溶け込むお花屋さんを目指します。

お花屋さん「flower shop Style」と連携し、お花に関わる業務を行います。できることからじっくりと取り組み、楽しく働いて、お花の技術が身に付きます!

【利用対象者】  
就労継続B型は、身体障害、知的障害、精神障害、発達障害や難病のある方で、以下のいずれかの条件を満たす方が利用対象となります。  
●就労経験があり、年齢や体力の面で一般企業での就労が困難となった方 ●就労移行支援事業者などによるアセスメントで、就労面の課題が把握されている方 ●50歳に達している方 ●障害基礎年金1級を受給している方

お花好きの利用者さん大募集!  
ハートフェルト・フローラルプロジェクト茨木  
【就労継続支援B型事業所】

- ノルマなしのお花のお仕事  
お花屋さんのお店に関わるお仕事です。期限やノルマはありません!
- お花の資格取得支援  
フラワーデザイナー資格試験(NFD)or フラワー装飾技能士受検料、教材費、花材費を全額負担!(初回のみ)
- 送迎あります  
茨木にお住いの公共交通機関での通勤が難しい方は、ご自宅の近くまで送迎サービスがございます。(一部対象外地域あり)
- お花が25%OFFで買って、とってもお得!  
提携花屋で販売しているお花を25%OFFでご購入いただけます。
- 見学受付中!  
作業内容:生花アレンジ、プリザーブドフラワーアレンジ、苗管理、お水やり、など。
- 工賃最低保証!  
最低工賃1日500円(20日で1ヶ月10,000円) 技術に応じて、工賃が上がります。

flower shop Style 茨木  
〈フラワーショップスタイル〉  
茨木市別院町3-33  
営/10時~19時  
072-631-4187  
https://flower-style.jp

ハートフェルト・フローラル・プロジェクト 茨木  
茨木市沢良宜浜1-15-29  
利用時間/9時半~15時半  
営/9時~17時  
072-646-9506  
https://ibaraki.hffp-b.com



夏目前! トレーニングで理想の体型を  
**内側から健康的にダイエット**



右:トレーニング前にコンディショニングを行い、柔軟性を高める事でダイエット効果が上がる。



**楽しく痩せられる  
 ダイエットジム  
 2ヵ月で-8kgを実現しよう**

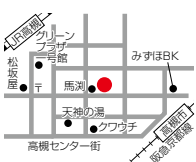
リバウンドを繰り返してしまいダイエットに悩んできた方にオススメなのが、同店のパーソナルトレーニング。業界でも有名なオーナーをはじめ知識豊富な専属トレーナーが、楽しく続けやすいトレーニング指導をしてくれる。無理のない食事のアドバイスと「整体×トレーニング」で効率の良いダイエットを実現。「個室でトレーニングに集中できる」「アットホームで通うのが楽しみ」と満足度の高いレッスンのようだ。「最速ダイエットコース」は通い放題のプランもあり、体重を早く落としたい方にオススメ。夏に向けてダイエットを始めよう。

- Menu**
- パーソナルトレーニング  
 ……30分4,400円/45分6,600円/60分8,800円
  - 最速ダイエット…月5回6,578円/通い放題10,978円
  - シニア向け健康運動  
 月2回3,278円/月5回6,578円/通い放題10,978円
- 特典**
- 「シティライフを見た」で  
 ●パーソナルトレーニング(45分)…6,600円→**無料**
  - 入会金…11,000円→**無料**  
 (5月末まで・20名限定)

**スワン高槻 パーソナルトレーニング**

高槻市高槻町11-16  
 第一領家ビル4F  
 営/9時半~22時  
 休/日曜・29日・30日・31日  
 (月末5週目)

LINE登録で  
 簡単予約



☎0120-947-068

スワン高槻 で検索

**ここが Point**



広々としたスタジオで、自分のペースでダイエットプログラムが受けられるのはスワン高槻の大きな魅力の一つ。パーソナルトレーニングと組み合わせることも可能。

コレで同世代と差がつく  
**キレイな私に Change!**

肌の露出が多くなる夏を前に、引き締まったボディラインやキレイな肌へチェンジしませんか。



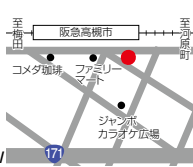
1 歴33年のオーナー田中さんは元エステ講師の実力派。その確かな施術力にリピーターが多数。



2 剥けないハーブピーリングは遠方からのゲストも多数。

**フェイシャル&ボディケアサロン  
 Bow (ハウ)**

高槻市城北町2-5-1 向井ビル2階  
 阪急高槻市徒歩1分  
 営/10時~18時 不定休  
**☎070-6500-3266**  
 施術中は電話に出ることが出来ない  
 ので、留守電にメッセージを。  
 HPにてネット予約24時間受付可  
<https://www.bow-takatsuki.com/>



**今始めるとココで差がつく**

「鏡を見るのが嬉しくなった」の声  
**透明感・ハリのある艶肌へ**

オーナー 田中さん

年齢を重ねるにつれ、肌悩みは増えていくもの。特に最近ではマスク生活で肌老化が進んでいる場合も。定期的なケアで、自信を持てる肌へ導いていきます。

**たるみ・毛穴、加齢による肌悩み改善  
 元エステ講師の確かな施術で若返り**

ほうれい線やフェイスラインのたるみ、くすみ、ニキビなどの年齢肌にお悩みの方に。同店の毛穴ケアと保湿、リフトアップが叶う贅沢な艶肌リフティングケアがイチオシ!1回で結果を実感できる即効性のあるコースだそう。肌状態を見てベストの施術を提案してくれるので、相談してみてください。

**特典**

- 「シティライフを見た」で
- 艶肌リフティングケア(70分) 11,220円→**5,800円**
- 美白・肝斑ケア…13,420円→**6,800円**
- 本気のニキビケアコース…**5,800円**
- 剥けないハーブピーリング…16,500円→**9,800円**  
 (要予約・新規の方・5月末まで)

**CROSS  
 WORD**

応募方法/はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日頃)

応募先/FAX:06-6368-3505  
 〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23  
 シティライフ「クロスワード」係

●4月号の答え さんさいとり

**クロスワード**

クロスを解くと二重マスに花の名前が斜め直線に読めるように出てきます。アイウエオ順に並べると、その中で一番最後になるのはどれでしょうか? (作・あさみ順子)

1	2	3	4	5	
6			7		
	8	9		10	
11	12	13		14	15
	16		17		
18		19	20		
21		22	23	24	
	25			26	

**タテのキー**

- 1 こんにちには、さよなら、などなど。○○○○を交わす
- 2 ○○な暮らしをしたい
- 3 第1と第2がある○○○体操
- 4 若者言葉では「オール」
- 5 御神(おみ)渡りて知られる長野県の○○湖
- 7 手術で治すのは外科、投薬で治すのは
- 9 ムササビより小型で、滑空するのは
- 10 相撲取り。控え○○○、役○○○
- 12 挿絵。○○○○マップ
- 15 自民党の「自」はなんの「自」
- 17 アプリコット、日本語では
- 18 実は白鳥だった「みにくい○○○の子」
- 20 線、無料通話アプリ
- 22 馬の○○に念仏
- 24 失敗。○○タッチ、ケアレス○○

**ヨコのキー**

- 1 伊藤左千夫らが刊行した短歌雑誌
- 4 蹴球はフットボール。庭球は
- 6 雌のカンガルーのお腹にある袋は○○○囊(のう)
- 7 サマーを日本語で
- 8 これがある人は皆に慕われる
- 11 二つで一組
- 13 イエメンの都市。酸味が特徴のコーヒー
- 14 日本の国鳥
- 16 元素記号はRn、○○○温泉
- 17 靴下だけ脱いで「いい湯だな〜」
- 18 きょうの次の日
- 19 寺院の建物
- 21 女優の黒木、シンガー・ソングライターの矢井田、名前は
- 23 「姉系図」「高野聖」などを著した幻想文学の先駆者、○○○鏡花
- 25 思い切れないこと。○○○がましい人
- 26 サラサラと時を刻む○○時計

**新型コロナ対策融資**  
 きたしん新型コロナ対策  
**「経営強化連携融資」**

★日本政策金融公庫との協調商品です★

**●商品の特徴**

- ・事業計画書の策定から資金調達まで、お客さまのご希望に応じて北おおさか信用金庫と日本政策金融公庫が連携してお手伝いします。
- ・各種相談業務、並びに公的支援施策の活用提案や、マッチング情報、セミナー情報等の本業支援に係るお手伝いもします。

※お申込みの際は、個別に審査をさせていただきます。結果によりましてはご希望に添えない場合もございます。  
 ※詳しくは当金庫の営業店窓口にお問合わせください。

この街の未来をひらく  
**北おおさか信用金庫**

**専門店だからできる高価買取!!**

ゴールド	ブランド品	プラチナ	宝石

金券・テレカなども絶対買取中!  
 当店ではお客様の商品を目の前で一点一点、丁寧にスピード査定!

4/19(火)現在の金相場による買取価格 **K18 → 6,555円**

おかげさまで**10周年!**  
**買取&販売 ボスフル千里丘店**  
 摂津市千里丘1-10-3  
 営/11時~18時30分(日祝~17時)  
 定休/毎週木曜日、第2・4水曜

☎06-6330-5011 [www.bossfull.com](http://www.bossfull.com)

**シワ取り専門外来**  
 長期持続型「ポリューマXC」注入

5年持続プラン受付中!  
 再注入半額!

- ほうれい線・眉間・額などの深いシワ解消
- 目元・口回り・カラスの足跡などの小じわ解消
- 目の上・下、こめかみの凹み、頬のクケのポリューマ改善

厚生労働省認可ヒアルロン酸 ポリューマXC注入 注射器1本(1cc)11万円

**ハイフ(超音波)でタルミ取り**  
 ●ウルセラ3D施術(両頬と額) 165,000円

**上まぶたのたるみ解消**  
 ●目の上のたるみ取り 33万円  
 ●目の下のたるみ取り 495,000円  
 ●眼瞼下垂治療 55万円

**切らないワキガ治療**  
 「ミラドライ」両ワキ 363,000円

**脂肪吸引(太もも・腹部等)**  
 1ヵ所 33万円~

**5~8年の持続効果**  
**アクアリフト豊胸**  
 ●注射のみの施術 1cc 3,300円  
 ●シリコンバッグ抜去 33万円~

**シミ・老斑・イボの除去**  
 ●レーザー治療 直径1ミリ 11,000円

目の下のクマ・たるみ解消(腫れ、ダウンタイム最小限)  
 ●ラジオ波照射による経結膜脂肪除去治療 33万円

あさひ美容外科  
 大阪梅田院 阪急梅田駅 東へ徒歩5分  
 大阪市北区堂山町17-15 AXIS UMEDAビル4F  
 高槻院 JR高槻駅 西へ100m  
 高槻市上田辺町1-30 大阪住宅ビル6F

☎0120(889)480 院長カウンセリング無料 <公式> [www.asahi-biyou.or.jp](http://www.asahi-biyou.or.jp) ※全て税込表示



## 完全プライベート空間で満喫 高性能シミュレーションゴルフ

ゴルフ

JR茨木駅から徒歩5分のところに4/29(金・祝)にオープンする「GOLFDOM 茨木ゴルフ倶楽部」。高性能シミュレーターで全世界120のコースをラウンドしたり、練習することができる。傾斜地なら床が動き、本番環境を再現してくれるので、苦手なショットも特訓可能!ハイスピードカメラと赤外線センサーで、ヘッドスピードや弾道、スイングの確認もできプロさながらの練習環境が揃う。快適なプライベート空間で80分打ちっぱなしも可能で、同伴使用もできるので友達や家族での練習にも最適だ。



### GOLFDOMの特徴

- ① 月額制の利用し放題
- ② 1ブースだけの完全個室プライベート空間
- ③ 完全予約制・完全無人運営
- ④ スマホ一つで入退室・予約完結
- ⑤ 限られた人数の完全メンバーシップ制
- ⑥ 同伴利用可能(会員1人につき5名まで)
- ⑦ ゴルフ以外にも個室空間として利用可能



最新クラブ「STEALTH(ステルス)」や女性用、左打ち用、子ども用の貸出クラブもあるので、買い物や仕事帰りに手ぶらで気軽に立ち寄れる。

### MENU

- 【月額制】
- フルタイム会員(平日・土日祝5時半~23時50分) 24,800円
  - デイトタイム会員(平日5時半~23時50分) 19,800円
  - デイトタイム会員(平日昼間のみ5時半~17時40分) 14,800円

### 特典

- 「シティライフを見た」で無料体験後、入会の方限定  
契約期間中ずっと下記の料金適用
- 入会金..... 30,000円→**無料**
  - フルタイム会員..... 24,800円→**19,800円**
  - デイトタイム会員..... 19,800円→**14,800円**
  - デイトタイム会員..... 14,800円→**9,800円**
- (先着各10名、5月末までの問合せ対象)※全て税込み

NEW OPEN



詳しくは公式HPをチェック



体験予約やお問い合わせは公式LINEが便利

### GOLFDOM

茨木ゴルフ倶楽部  
茨木市中穂積1-1-56  
営/5時半~23時50分  
隣に有料コインパーキング有り  
☎050-7115-3100  
https://golfdom.jp  
お問い合わせ10時~19時



# 思い立ったら 習い事をはじめよう

暮らしを豊かに彩ってくれる、大人のための習い事を紹介します。



健康麻雀

## 赤入り健康麻雀スタート より楽しく認知症対策を

認知症予防や友達づくりに効果的と言われる「健康麻雀」。老舗麻雀ハウスTENPAI高槻店は、毎週月曜・木曜朝10時~16時で開催している健康麻雀に加え、毎週水曜に「赤入り順位取り健康麻雀」をスタート。赤ドラが入ったことで、これまでの健康麻雀以上にゲーム性が高まり、認知症予防に効果が期待できるとか。コロナウイルス対策ばっちりな空間で、健康麻雀をみんなと楽しんでみては。



女性のお客も多く、気軽に通いやすい。



詳しくはHPをチェック

### TENPAI 高槻店

高槻市城北町2-4-15 MOビル2F  
(通常麻雀)無休  
営/平日16時~/土日祝12時~  
(健康麻雀)  
営/月・木10時~16時  
赤入り健康麻雀は水曜12時~  
祝日の場合は休み  
☎072-672-3777



### MENU

- 健康麻雀(フリードリンク付き)..... 女性1,200円/男性1,500円
- 赤入り順位取り健康麻雀(3ゲーム、フリードリンク付き)..... 女性・学生1,000円/男性1,200円
- 通常料金..... 1卓1時間1,400円
- セット料金..... 5時間6,000円/8時間9,000円

### 特典

- 「シティライフを見た」で初回の方限定
- 健康麻雀..... 女性1,200円/男性1,500円→**500円**
  - 赤入り順位取り健康麻雀 女性1,000円/男性1,200円→**500円**(5月末まで)

# 伝言板

掲載お申込みの  
締切毎月10日

### 教えます

- 琴・三弦教室 菊志乃 史  
☎072-624-4060 JR茨木駅東200m
- ピアノ・ボイストレーニング・フルート・ギター・バイオリン・サクソ・トランペット・ウクレレ体験有 ☎06-6876-1871 松本楽器
- 尺八・琴・三弦教室・西田・菊富沙  
曜日・時間相談可 ☎072-696-6750
- タップダンス個人指導・高槻市  
子供~高齢者まで初心者大歓迎  
080-3114-0565 Rin (りん)
- アリス英語個別教室小2~高3  
他数国[入]無料!オンライン対応  
高槻市深沢本町 072-675-1439

### 大杉さゆり着付け教室

アメプロ有り ☎090-5093-7905

### 腹式呼吸・発音・発声 歌唱指導

出張・個人指導 石井072-623-6568

### ピアノレッスン 幼児~大人楽

しく茨木市水尾072-634-8322岡田

### 箏・三弦教室 淀の会 長野雅子

090-3996-9514 JR千里丘駅  
http://www.yodonokai.com

### 中高年のAEC英会話 高槻駅近

入門~無料体験有 070-4173-4891

### 売ります・買います

- レコードCD楽器書籍買取します  
「スノーレコード」←検索  
06-4862-4684 SnowRecords.jp

### 申込方法

「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字(初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。)。2,750円  
「教えます」のみ1,650円。新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23  
シティライフ・伝言板係  
Eメール dengon@citylife-new.com  
FAX 06-6368-3505  
問合せ/06-6338-0640

## あなたも“声”出演にチャレンジ 新規カタリスト募集5月15日(日)まで

語り手

FM千里(コミュニティ放送)では、今年も人気企画「新規カタリスト」募集(年1回)がスタート。プロ講師による研修(月3回・3ヵ月・有料、梅田近辺)があるので、未経験の方も大歓迎!受講者からも「楽しい!」と好評だ。ラジオの番組をやってみたい、朗読やラジオドラマなど声の出演に興味のある人はぜひ応募して、あなたの夢を叶えてみては。



パーソナリティのもりふみこさん

### コロナ時代に対応した安心・安全のレッスン

- 施設内の消毒・清掃の徹底
- スタッフ及び来客者の検温・消毒、手洗いの徹底
- 室内換気・空気清浄機・アクリル板の設置等

ラジオドラマの収録風景

### 応募方法

#### メール・FAX・LINE・ハガキ

いずれかで応募。〒、住所、氏名(よみがな)、年齢、電話番号(自宅・携帯)、FAX番号、メールアドレス、職業を明記してください。  
(締切)2022年5月15日(日)  
(詳細は説明会(少人数開催)にて)  
●LINE: 検索・電話番号(右)入力  
●FAX: 06-6377-0122

- メール: catalyst837@senri-fm.jp (メールに返信されるのでドメイン指定受信をしている場合は「@senri-fm.jp」が受けられるように設定を)
- ハガキ  
〒531-0072 大阪市北区豊崎1-11-9  
FM千里カタリスト S係  
※応募後、2週間以内に事務局より連絡あり。

#### FM千里

カタリスト事務局  
詳しくはこちら  
(千里ニュータウンFM放送株式会社)  
大阪市北区豊崎1-11-9 Alte Casa  
問合せ/10時~18時(平日)  
☎06-4802-8771  
https://fmsenri-catalyst.com/

応募時の個人情報については、上記の目的以外に使用いたしません。

## 摂津市商工会

### 令和4年度 生産性向上支援訓練のご案内(共催:摂津市商工会)

- 物流現場改善の基本(コース①)  
withコロナだからこそその物流現場の問題解決  
【日時】6月10日(金) 9:30~16:30  
・現状分析とムダの発見 ・作業改善立案推進者の育成 ・物流会社と荷主のそれぞれから見た「問題」と「解決方法」 ・荷主目線からの現場改善テーマ設定と真因特定など
- ビジネスとSDGsの融合(コース②)  
SDGsを理解し、自社ビジネスの成長につなげよう!  
【日時】6月27日(月) 9:30~16:30  
・SDGsの概要 ・取り組むメリット ・SDGsコンパスを活用した企業取組(バリューチェーンの構築)  
【講師】二宮 章浩氏 (株)東京ナレッジプラン(各コース) 【参加費】各コース3,300円/名  
【場所】ポリテクセンター関西 摂津市三島1-2-1  
【問合せ】ポリテクセンター関西  
TEL06-7670-7007

## 茨木商工会議所

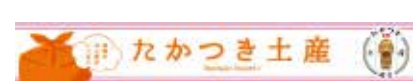
### 茨木商工会議所で行う 創業関係事業のご紹介!

- 大阪三島地域で創業を目指すセミナー  
【日時】7月6日(水) 18:30~20:30  
【対象者】大阪三島地域(茨木市、島本町、吹田市、摂津市、高槻市)での創業に関心のある方、創業に興味のある方など  
【内容】創業体験講演、三島地域とは、わがまち自慢、各市町創業施策及び情報交換
- 茨木商工会議所 創業スクール2022  
【日時】9月2日、9日、16日、22日、30日  
全5回 18:30~21:00  
【対象者】創業に関心のある方など  
【内容】座学とグループワーク、基調講演、計画書作成、経営、財務、人材育成、販路支援の基礎知識等 ※特定創業支援の茨木市指定講座。  
【会場・申込・問合せ】  
茨木商工会議所HPからどうぞ  
茨木市岩倉町2-150立命館  
いばらきフューチャラ  
TEL 072-622-6631 info@ibaraki-cci.or.jp



## 高槻商工会議所

### 「高槻」の魅力がぎゅっと詰まった 「たかつき土産」を贈りませんか



「高槻のおみやげを贈りたい」と思った時に皆さんは思い浮かぶものがありますか? 服部越瓜(しろうり)、高槻寒天、三箇牧トマト、鶺鴒のヨシ、富田の酒など、高槻には多くの特産品があります。  
そんな高槻の魅力を「お土産」で感じてもらえたら...と選ばれ、認定されたのが、この「たかつき土産」です。  
高槻商工会議所では、「たかつき土産」認定制度を2017年からスタートし、現在70品目を認定しています。その認定品は、下記ホームページに掲載していますので、是非ご覧ください。

http://omiyage.takatsukicci.net/  
【問合せ】高槻商工会議所  
TEL072-675-0484

# 商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO  
TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは? そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します!



シティライフ主催

グルメ券付き 日々の生活が“もっと”豊かになる

参加無料  
複数受講歓迎

各セミナー  
定員24名

# プロから学ぶ「生活向上セミナー」



5/30月 10:00～16:50

高槻市役所 生涯学習センター  
(高槻市桃園町2-1)  
JR高槻駅・阪急高槻駅 徒歩10分

## 事前申し込みが優先です。

申し込みフォームもしくはお電話で申し込みください。

※各セミナーの状況によって、当日参加も可能です。  
※事前申し込みをキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。  
※同業者の情報収集、勧誘を目的とした参加はお断りします。

■お問合せ TEL.06-6338-0640

(生活向上セミナー担当係まで) ※平日10時～17時

新型コロナウイルスの感染状況により、内容を変更または中止させていただく場合がございます。開催情報はシティライフホームページ(<https://citylife-new.com/>)をご確認ください。

申し込みはこちら



## 事前予約して来場された方にグルメ券をプレゼント

事前にご予約いただき、当日セミナーを受講された方には下記の店舗で使用できるお食事券(1,000円分)をプレゼント。各店舗先着20名までとなります。以降はセミナー受講のみとなります。

- 利用期間はセミナー翌日の5/31(火)～6/30(木)まで
- 希望の店舗はセミナー事前予約の際にお選びいただけます(当日の店舗変更等はできませんのでご了承ください)
- 複数受講された場合でもお一人様一枚限りのお渡しとなります
- お釣りは発生しませんので予めご了承ください
- チケットは受付時にお渡しいたします
- 店舗都合により休業もしくは営業時間が変更になる場合がございます。ご了承ください。



ふく義  
高槻市高槻町  
11-21



ごっつおさん  
茨木市総持寺  
駅前町5-29



スパゲティ  
レストラン  
マダム・アンスイ  
高槻市高槻町12-13

※新型コロナウイルスの感染状況などにより、セミナーが中止となった場合、グルメ券のプレゼントはいたしかねます。予めご了承ください。※写真はすべてイメージです。

### 第2会議室

### 第3会議室

10:00  
11:00

1 【相続&マネー×心理学】  
相続の準備と相続税の準備は違う?

相続と聞くと「自分たちには関係ない」と考えてしまう人が多いはず。実はほとんどの人に関係することなんです。では、どんな風に考え、準備していけば良いのでしょうか?

前半は「選択理論心理学」を取り入れた「誰にでもすぐ出来る心の準備」、「知っておいた方が安心できる相続の基礎知識」、「長生きのための資産形成の方法」について、また「iDeCo」や「つみたてNISA」の仕組みも分かりやすくお伝えします。

11:10  
12:10

後半は4月から年金法改正が順次実施されたことを受け、「公的年金の受け取り方」、「iDeCoの加入年齢拡大の変更点のポイント」を説明。また、「老後の資産形成の方法」についても詳しくご案内します。

インタビュー  
はコチラ!



講師 ファイナンシャルプランナー 北野 美世子さん

保険業界31年を迎えた業界一筋の北野さん。プライベートでは2人の子供を育て上げた母の顔を持つ。女性ならではの人生の悩みを始め、共感を呼ぶセミナーはわかりやすいと評判。



12:20  
13:20

4 知っているかどうかで大違い!貯蓄も保険も出口が9割

お亡くなりになると預金口座が凍結される事があるのはご存じの方も多いと思いますが、認知症になっても凍結される事があるのはご存じですか?貯蓄や保険などの商品を選ぶときは経済的優位性だけを見て選びがちですが、どうやって使うのかという出口を見失い、意味の無いものにしてしまわないための必見の講座です。

講師 ソニー生命保険株式会社 ライフプランナー 佐伯 忠史さん

豊富な経験をもとにした、的確なアドバイスが好評のファイナンシャルプランナー有資格者。自治体主催のライフプランセミナー等で講師も務めている。



SL2504-4730-0066

13:30  
14:30

6 『人生100年』時代に役立つ女性のためのマネー実践術

物価は上がるのに金利は上がらず、今や「長生きすること」もリスクの1つになりそうなお金の中…。将来に向けてお金を貯めたり殖やしたりする方法があります。積立NISAやiDeCoなどの投資信託や、外貨の活用など、あなたに合ったお金の殖やし方をアドバイスします。

インタビュー  
はコチラ!



講師 ファイナンシャルプランナー 植田 ひとみさん

営業事務・秘書・経理などの職業を経験。お金に関する豊富な知識はもちろん、様々な人との関わりで培われたコミュニケーション力で相談者の信頼を得ている人気の講師。



14:40  
15:40

8 国が勧める「投資」とは?「投資」の有る時無い時

国が勧める「投資」とは何でしょうか?4月から高校の授業でも投資の勉強が始まります。国が超押ししている「投資」するべき?今のままがリスクなく安全だと思って何もしないとどうなるの?いやいや…今のまま、かなり危険です。皆様に未来の安心をお届けいたします。

講師 ファイナンシャルプランナー・DCコンサルタント・IFA 小塩 美和さん

長期積立投資の真実を知って驚愕し、過去に証券会社で働いていたにもかかわらず、なぜこの仕組みを当時誰も教えてくれなかったんだろう?これを知っていたら今頃…!という思いからお伝えしています。



15:50  
16:50

10 お金との付き合い方、賢い貯め方を学ぶセミナー

金利が上がらないにも関わらず消費税と物価は上がります!使えるお金の量が縮小し、お金の価値は下がっていく一方…。iDeCoや積み立てNISAなどの投資信託、外貨積み立て、何が自分に合うのか、初歩から一緒に考えてみませんか?

講師 ファイナンシャルプランナー 豊福 勝彦さん

生命保険・資産形成のプロとして具体的なライフプランの提案に定評がある。これまで1,500世帯以上を担当してきた経験をもとに目からウロコのマネーセミナーを開催する。



### 第2会議室

2 大人のがん教育～最先端がん治療とがんファイナンス～

日本は生涯2人に1人ががんになるという「がん大国」!しかし、がんは早期発見と正しい情報収集で、不治の病から治せる病気になりました。そもそもがんってどんな病気なの?知らない損するがんになったら使える制度、最新のがん治療に関する情報をわかりやすく解説します。

講師 オリックス生命保険株式会社 ファイナンシャルプランナー 樋口 美乃里さん

航空業界出身の異色FP。1000世帯以上のマネーコンサルティングの経験を持ち、「金融をもっとわかりやすく」がモットー。複雑な社会保障制度や金融商品などの最新情報を専門用語を使わずに解説し、初心者でも「わかる」を実感できる人気の講師。



3 家族が認知症になっても慌てない相続のコツ

認知症は他人事ではありません。5人に1人が認知症になる現在、いつ、誰がなってもおかしくありません。そんな時代に必要なのは正しい準備。よくある課題、タイミング、認知症の予兆見分け方などをこれまでの実例を用いて分かりやすくお伝えします。

講師 相続相談の専門家 辰巳 博さん

京都相続診断士事務所ハートビーイング代表。相続のモヤモヤをスッキリとさせて、ワクワクに変える専門家です。直接お会いする面談だけでなく、オンラインを利用して全国どこでも相談者様のサポートをしています。



5 相続専門家による“専門用語”を使わない生前贈与セミナー

開催すれば毎回満席の人気セミナー。「生前贈与を始めたい」「今やっているけどこれでいいのかな?」「そもそも何をどこに相談していいのやら…」とお悩みの方へ、相続専門税理士が生前贈与のヒケツをお伝えします!専門用語を使わず分かりやすくご説明します。ご希望の方には講師による無料個別相談も承ります。

講師 一般(社)ひかり相続センター 税理士・司法書士 鎌田 諭さん

税理士と司法書士のダブルライセンスを持つ数少ない相続の専門家。これまでに合計で150件以上の生前対策、相続手続き、相続税申告を行っている。



7 資産運用ブームってホント!?今本当にすべきことは何?

昨今、コロナ禍の影響もあり、資産運用の本がベストセラーになったり、有名人のマネー系YouTubeも大人気!でもよく考えて!あの人達と我々は違います!金融業界28年目の講師が皆様に合ったお金の話を語ります。

講師 有限会社ALIVE 代表取締役 池田 康彦

ノンバンク・外資系金融機関での25年の経験を活かし、確定拠出年金や保険、不動産を使った「じぶん年金」を作るセミナーに定評がある。長期分散積立投資を日本中に広めることが目標。確定拠出年金教育支援協会会員・つみたて投資協会会員。



9 ズボラな人ほど投資向き!?ほったらかし投資術

新型コロナウイルスの蔓延、ウクライナ情勢、このような不安定な経済状況でどこに投資しますか?「しよう、しよう」と思っただけで時間が過ぎていませんか?今日こそ始めましょう!ズボラな人でも簡単にできる自分に合った投資術を無料診断します。

講師 ソニー生命保険(株)ライフプランナー/ファイナンシャルプランナー有資格者 武内 磨弥さん・川田 昌史さん

家計診断による貯蓄計画や資産運用、住宅購入、相続・生前贈与、税金など幅広くアドバイスしてくれるのが評判。チームでセミナーを開催し、様々な個別相談に対応する。



11 今こそ準備する!生命保険を活用した相続セミナー

相続対策は、資産の多い少ないに限らず①税軽減、②納税資金準備、③遺産分割といった3つの対策が必要です。「そういわれると難しいそうだし、うちは関係ないから」と思われている方も多いのではないのでしょうか?実はこの3つの対策は[生命保険1つ]で対応できるんです!今回のセミナーではその保険活用術を詳しくお話しします!

講師 株式会社ノードス 赤川 元秀さん

ファイナンシャルプランナー。チーム★ライフプラン研究所所属。現在まで1,000件を超える顧客の相談を担当。全国組織の金融機関の外部講師経験も持つ。





### フォトスタジオ 今撮って秋におでかけ。七五三キャンペーン 2023年成人式振袖前写しプランも受付中

七五三写真8ポーズがセットの秋におでかけプランは、前撮りの衣装美容着付け、秋におでかけの衣装美容着付けすべてが付いて3歳19,400円(税別)、5歳18,000円(税別)、7歳22,900円(税別)と5月末までの超お得なフルセット価格。赤ちゃんのお宮参りもただ今6大特典付き。2,900円相当の6切り焼き増しも1枚無料。30×30cmのレザー台紙2面(赤ちゃん+家族)で12,800円(税別)と、とてもリーズナブルな価格。振袖スタジオ内レンタルは、バルーンの着物で、美容着付け小物すべてセットで29,800円(税別)。成人式当日の振袖レンタルプランも当日の美容着付け写真がついて58,000円(税別)。振袖持込も8ポーズの写真美容着付けセットで24,800円(税別)。その他詳しくはWEBにて。

#### 七五三 おでかけバック前写し (5月撮影限定価格・秋のおでかけ時も店内でお着付け)

3歳女児.....**19,400円**(税込21,340円)  
3~5歳男児.....**18,000円**(税込19,800円)  
7歳女児.....**22,900円**(税込25,190円)

台紙付き6ツ切2ポーズ、6ポーズハーフキャビネ台紙付き、CD画像8カット、衣裳一式、着付け、ヘア含む。

#### 振袖前写しプラン実施中(税込)

(ヘア着付・写真8ポーズ・CD2画像をセット)

- お持込みプラン...**27,280円**(ご持参の振袖で撮影)
- スタジオ内振袖レンタル...**32,780円**
- 成人式おでかけ振袖レンタル...**63,800円**

いずれも経験豊富な美容師によるお支度を店内で行います。(成人式当日を除く)

#### 6大特典付お宮参りお得プラン

- 2ポーズ...**12,800円**(税込140,800円)
- 3ポーズ...**17,800円**(税込19,580円)
- 4ポーズ...**22,800円**(税込25,080円)

#### 6大特典付

- 1ポーズ分のCD画像(1400×1000ピクセル)
- お祝い着無料貸し出し(外出OK)
- フォトカード(9×6cm)3枚④デザインフォト(20×25cm)
- カメラアルバムに変更無料 ※4ポーズ以上
- 6ツ切写真(25×20cm)焼き増しプレゼント(5月末迄)

### フォトスタジオバルーン ☎0120-753-317

**茨木スタジオ** 茨木市園田町8-18 ビアリッツ茨木2F 営/10時~18時半 P有り イオン新茨木店より東へ200m ☎072-638-6088

**高槻スタジオ** 高槻市千代田町5-5 営/10時~18時半 P有り 阪急高槻市駅より約15分 ☎072-668-7456

LINE友達登録でクーポンプレゼント中 ▲HP ▲ブログ

特典 この記事持参で、七五三撮影限定ビッグキーホルダープレゼント! ※撮影時にこの記事を持参ください ※他特典の併用不可

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

# Kids & Mam

キッズ&ママ

## 一斉+個別指導 学習塾 上手く勉強が進まないとお悩みならまずは"勉強のやり方"を見直そう

小学生の頃は100点ばかりだったのに、中学にあがってから成績が悪くなった…。それは中学校の勉強が難しいわけではなく、小学生の頃に準備が出来ていないだけだという。「小学校のテストは100点をとって当たり前です。内容がそのようにできていますから。保護者の方も含めて、本当に基礎固めが出来ているか確認をしてください」と話すのは転塾生の96.2%が成績アップという驚異の結果を出している、め塾の長島先生。同塾では、勉強を教えるのではなく"勉強のやり方"を教えることに主眼を置く。「勉強が出来る子は決まって、勉強のやり方を知っています。私たちは勉強ができる子が実践している勉強のやり方から教えています」。全ての学習の基礎となる国語力アップは特に定評があり、読解力や語彙力を高めることを念頭にいた指導をしている。気になった方は、一度お問合せを。

小学生の頃は100点ばかりだったのに、中学にあがってから成績が悪くなった…。それは中学校の勉強が難しいわけではなく、小学生の頃に準備が出来ていないだけだという。「小学校のテストは100点をとって当たり前です。内容がそのようにできていますから。保護者の方も含めて、本当に基礎固めが出来ているか確認をしてください」と話すのは転塾生の96.2%が成績アップという驚異の結果を出している、め塾の長島先生。同塾では、勉強を教えるのではなく"勉強のやり方"を教えることに主眼を置く。「勉強が出来る子は決まって、勉強のやり方を知っています。私たちは勉強ができる子が実践している勉強のやり方から教えています」。全ての学習の基礎となる国語力アップは特に定評があり、読解力や語彙力を高めることを念頭にいた指導をしている。気になった方は、一度お問合せを。

自分で勉強できるように指導する学習塾 **め塾**

茨木市舟木町3-12 福寿ビル2F 営/14時~22時 ☎072-632-7773 <https://www.mejuku.com/>

## わが家のアイドル自慢

よしゆきくん/茨木市 ランコン大好き! 抱っこ紐からこんこちは

陽菜様/茨木市 我が家のお姫様

あいちゃん/摂津市 初物のスイカをばくりっ!

ともきくん/高槻市 わんちゃんとおでかけ中!

いっくん/高槻市

web版はこちら

次号もわが家のアイドルの写真を募集します。普段の何気ない仕草からお気に入りのポーズなど、お子さまやペットの可愛い写真とエピソードをお送りください。抽選で本撰まちな本を5名にプレゼント。

応募方法 ①締切 2022年5月13日(金)まで ②掲載 CityLife 6月号・CityLife News Web (紙面はWEST版に載る場合もございます) ※応募多数の場合は抽選となります。なお掲載可否に関する連絡は原則行いませんのでご了承ください。 ※プレゼントの当選は景品の発送をもって代えさせていただきます。

## ソニー生命 でお子さまの教育資金のご準備を。

# 学資保険

選ばれ続けて **150万件** ※1 2021年5月現在(ソニー生命調べ)

払い込んだ保険料より **多くの学資金が受け取れます**

ご契約例	保険料 払込期間	保険料 払込方法	1回ごとの払込保険料	払込保険料 総額	受取学資金 総額	返戻率 ※
ご契約例1	18年	個別毎月払	9,020円	1,948,320円	2,000,000円	102.6%
		個別毎年払	107,428円	1,933,704円		103.4%
ご契約例2	10年	個別毎月払	15,788円	1,894,560円	2,000,000円	105.5%
		個別毎年払	188,036円	1,880,360円		106.3%

※返戻率 = 受取学資金総額 ÷ 払込保険料総額 × 100 (小数点第2位以下切捨)

学資保険相談キャンペーン実施中! 2022年4月1日~6月30日

問合せ先 ☎06-7632-8315 受付担当ライフプランナー 四方(しかた)/佐伯(さえき)

【資料請求・無料相談】直接面会かリモート面談どちらかをお選びいただけます

ソニー生命保険株式会社 大阪ライフプランナーセンター第2支店大阪市北区梅田2-2-22 ハービスENTオフィスタワー15F SL2504-4730-0227 右記二次元コードより空メールをお送りください。担当者より折り返しご連絡させていただきます。

## 梅花は愛なる女学校です

梅花中学校 梅花高等学校

【進学チャレンジコース】 【リベラルアーツコース】

【舞台芸術エレガンスコース】 総合進学専攻 国際教養専攻

こども保育専攻 調理・製菓専攻

舞台芸術専攻 NEW

アートデザイン マンガ・イラスト 専攻

【アドバンスコース】 特進S専攻 医療看護専攻

オープンキャンパス 梅花も参加します

中学校 5/28(土) 高等学校 6/11(土) 大阪私立中学校フェア2022 5/8日 大阪府立国際会議場

梅花中学校・梅花高等学校

花と緑のキャンパスで開催! 茨木ガーデンキャンパス

# オープンキャンパス

〈事前申込制〉

5/29(日) 6/12(日)

## 梅花女子大学

オール梅花 1Day Campus

エメラルドパフォーマンス 6/19

グランフロント大阪 北館1階 ナレッジプラザ

## 七五三前撮り キャンペーン '22 6月末まで

70% OFF

### すばるの8大特典

- 撮影料無料
- メモリーフォト(20cmx25cm)プレゼント
- L判6面アルバムプレゼント(プランA-1を除く)
- 使用写真全データプレゼント
- 着付けヘア無料。ご兄弟のお着替えも無料!
- 画像転送サービス 2画像無料
- パパママ撮影用着物レンタル無料! お着付け代お一人3,000円 ペア割5,000円

8秋のお出かけレンタル(着付けヘア込み)が70%OFF! 3才女児/男児...3,960円 7才女児...5,400円

おすすめプランA-① ...10,200円 6切2面台紙とL判3枚 5ポーズ

おすすめプランA-② ...12,200円 6切2面台紙とL判6面アルバム 8ポーズ

おすすめプランC 「さくら」2面...14,000円 10ポーズ

おすすめプランA-③ ...15,300円 6切3面台紙とL判6面アルバム 9ポーズ

おすすめプランB ...21,800円 「華」ファインアート2面とキャビネ2面2冊のセット 16ポーズ

「さくら」3面...17,800円 13ポーズ

★ファインアート3面は19ポーズ 25,800円

※表示価格はすべて税込みです

お宮参り★キャンペーン 好評受付中! 6大特典がついて今がお得 6切2面台紙+データ付 13,500円(撮影料込)

茨木 スタジオ すばる 茨木市稲葉町5-12 Pあり 営/9時半~18時半 火曜定休 ☎0120-927-753 <http://www.eonet.net.jp/~studio-subar/>





「オシャレに楽しくエコを実践しよう!」とはじまったロハスフェスタがプロデュースする「ロハスピクニック」が尼崎の森にやってきました! 想いのこもった手づくり雑貨、グリーン、体に優しいフード、ワークショップなど、ココでしか出会えないモノ、コトがたくさんあります。ロハスな生活スタイルを、みんなで楽しみましょう。

SDGsが達成された社会を目指すために、ロハスピクニックでは、さまざまな取り組みを行っています。



リサイクル資源をお持ちください

ロハスピクニックでは下記資源を回収しています。使用済み天ぷら油はバイオディーゼル燃料に精製して発電機燃料に利用します。牛乳パックは再生トイレトーパーとして使用します。



おやこでSDGs SDGsってなあに?

5/21(土)・22(日)

世界中で起こっているさまざまな社会の問題とSDGsのつながりを、「ゆめ・まち SDGsドリル」を用いて映像やワークシートなどでお子様にも楽しく学んでいただけます。  
時間: 11:00~13:00~/15:00~(30分~45分程度)  
定員: 各5名※ロハスピクニック公式WEBで事前予約必要  
協力: 阪急阪神 未来のゆめ・まちプロジェクト  
(<https://www.hankyu-hanshin.co.jp/yume-machi/top.html>)

参加無料

マイ食器・カトラリー・マイボトル

ロハスピクニックではゴミを減らすために、マイ食器やカトラリー、マイボトル、エコバッグなどの持参を呼び掛けています。ぜひ、お気に入りのマイ食器やカトラリーで楽しみましょう。会場内にあるお支度洗い場で洗って再利用を。会場内でもリユース食器の販売あり(1ヶ100円)。



Foods & Sweets

手づくり雑貨やこだわり食材フード&スイーツ 約100ブースが登場

ロハスピクニックの一番の魅力は、なんと言ってもロハスなこだわり作品やグルメに出会えること。想いのこもった作品や体に優しいグルメをぜひ楽しんでください。



Booth

大人も子どもも楽しい! ファミリーで楽しめるブースが盛りだくさん

大型絵本を楽しもう

無料 11時~12時~、13時~14時~ ※随時受付 [尼崎市教育委員会]

森の案内ツアー&クラフト

無料 11時~13時~、14時半~ ※随時受付

ふわふわ 恐竜親子&恐竜迷路

1回各400円 ・ふわふわ:3歳~12歳 ・迷路:4歳~(4歳以下のお子様の参加は保護者の方1名同伴入場可)

バンジーバンジー

1回1,000円 3歳~60kgの成人の方まで利用可(飲酒されている方、妊娠中の方、健康に不安のある方のご利用はご遠慮頂いております。)

カンテレ ステーションキャラクター ハチエモンが登場!(予定)

無料 5/21(土)11時、13時、15時 5/22(日)11時、13時、15時 ※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては出演中止の可能性がございます

大麦でマイストローをつくらう!!(かやぶき民家)

無料 5/22(日)のみ13時~15時 ※随時受付、100名限定

土づくりと木の赤ちゃんの植替え体験

無料 5/22(日)のみ ●苔テラリウムづくり 1,200円~ ●花の販売 100円~ [阪神園芸株式会社]

むかし遊び

無料 ●緑日(ヨーヨーつり ほか) 有料(各1回100円) [(公財)尼崎緑化公園協会]

Doggies Area

ワンちゃんと一緒に楽しめる「ロハス♡Doggies!」エリアにドッグラン登場

おしゃれなお洋服やアクセサリなど、ワンちゃんにも優しいLOHASな商品の販売や、ワンちゃん専用フォトスポットもご用意。是非ロハスピクニックで、愛犬とともに思い出に残る1日をお過ごしください。

【ドッグランを使用される方は1年以内のワクチン接種証明書(狂犬病、混合ワクチン)をご持参のうえご来場ください】



Lohas Stage

ALOHASフラステージ

5/21(土)・22(日) ハワイアンミュージックにのせて、様々なフラダンスチームが優雅で華やかなパフォーマンスを披露します。青空の下、ゆったりとハワイの雰囲気をお楽しみください。 協力: AWAJISHIMA&HAWAII

くまモン、ロハスステージに登場!

5/21(土) 12:00~登場予定! ©2010 熊本県くまモン協力 熊本県大阪事務所 ※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては出演中止の可能性がございます



主催 ロハスフェスタ実行委員会 共催 尼崎の森中央緑地パークセンター 後援 環境省、兵庫県、尼崎市、阪神南県民センター、公益社団法人ゴルフ緑化促進会、一般社団法人日本ホビー協会(一部予定) 協賛 関西テレビ放送、サラヤ 企画・運営 シティライフNEW 企画・協力 エムズプランニングオフィス  
問合せ ロハスフェスタ大阪事務局(シティライフNEW内) 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 Tel.06-6338-0641 ※雨天決行(荒天の場合中止) ※予告なくイベント内容を変更する場合がございます。

ロハスフェスタ 検索 LOHAS\_FESTA

兵庫県立 尼崎の森中央緑地 (尼崎市扇町33-4)

問合せ 06-6412-1900(尼崎の森中央緑地パークセンター) <http://ama21mag.jp>

駐車場 [収容台数]1000台程度 [利用料金]無料 ※湾岸線高架下駐車場 [利用時間]9:00~17:00

COOL CHOICE ロハスフェスタは「COOL CHOICE」(クールチョイス)に賛同しています

無料シャトルバスあり

■運行時刻表 詳細はコチラ▶

JR「立花」駅(南口) → 阪神電鉄「武庫川」駅経由 → 尼崎の森中央緑地 9時30分 / 10時00分、30分 / 11時00分、30分 / 12時00分

尼崎の森中央緑地 → 阪神電鉄「武庫川」駅経由 → JR「立花」駅 14時00分、30分 / 15時00分、30分 / 16時00分、30分



新型コロナウイルス感染症防止対策 ●マスク着用をお願いします。●発熱・咳などの症状がある方は入場できません。●会場内各所に消毒液を設置します。手指消毒のご協力をお願いします。通路は通常より広く確保し、密集・密接を防止します。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントは中止・変更の場合があります。



万博記念公園だより 5月号 令和4年4月20日発行 通巻504号

# BAMPAKU News

2022  
05

1970年の大阪万博開催時、世界9カ国から平和を願って贈られたバラたちと、最新のバラを取り入れた極上の癒し空間“として生まれ変わった「平和のバラ園」。優美なバラの姿はもちろん、豊かな香りもぜひお楽しみください。バラ苗販売、各種体験会、講習会も共催しています。

# ローズフェスタ

5.7土 - 6.5日 9:30~17:00  
(入園は16:30まで)

[場所] 平和のバラ園 [料金] 無料 ※別途入園料が必要



## 関連イベント

{ [場所] 平和のバラ園内 }  
※全て別途入園料が必要

### 京都川端商店バラの香り染めワークショップ&販売

5/7(土)、8(日) ①11:00~②14:00~ ¥ [ハンカチ染め] 1,000円 [ストール染め] 3,000円 定員 各回15名

### 期間限定 バラ苗・花苗販売ショップ

5/8(日)、29(日)、6/5(日) 10:00~16:00 日本庭園前ゲートすぐ

### 春を楽しむリアルボタニカルのアクセサリ作りワークショップ

5/22(日) ①10:30~12:00 ②13:30~15:00 ※時間内随時受付 ¥500円~

### ローズマイスター 青木亨治氏によるバラ園ガイドツアー

5/29(日)、6/5(日) 13:30~14:30 ¥500円 定員 20名

### フラダンスステージ

5/8(日) 12:00~12:30 ¥無料

参加申込方法等、詳しくはイベントホームページをご確認ください。



### 香り豊かな藤の花を楽しむ

4月下旬~5月上旬

4月下旬から5月上旬にかけて平和のバラ園内の藤棚が見頃を迎えます。大阪市福島区発祥とされている「ノダフジ」など、妖艶な花房と香りをお楽しみください。

◎ 自然文化園 平和のバラ園 ¥無料 ※別途入園料が必要



### 花の丘一面に広がる約38万本 ポピーフェア

開催中~5/8(日) 9:30~17:00

◎ 自然文化園 花の丘 ¥無料 ※別途入園料が必要

### 日本の春咲えびね展

4/29(金・祝)~5/3(火・祝) 9:30~17:00

※最終日5/3(火・祝)は16:00まで

◎ 日本庭園園芸植物展示場 ¥無料 ※別途入園料が必要

### 日本庭園ボランティアガイド

5/7(土)、8(日)、21(土)、22(日)

いずれも13時~14時30分

※ガイドボランティアについては、検温、マスクの着用を徹底し、密とならないようお客様同士の間隔を保ちながら行います。

◎ 中央休憩所前にて上記期間内随時受付、随時出発

¥無料 ※別途入園料が必要

### 万博記念公園Instagram(インスタグラム)フォトコンテスト入賞作品ギャラリー公開

2021年12月20日(月)から2022年2月19日(土)までInstagram(インスタグラム)においてハッシュタグを利用して投稿を募集した当コンテストは、おかげさまで1200件を超える多数の投稿(応募)をいただき、そのうち20作品を最終審査にて入賞とさせていただきますので、下記の通り公園ホームページに公開させていただきます。また、当万博記念公園だより「BAMPAKU NEWS」紙面や公園SNS等におきましても随時掲載してまいります。投稿(応募)いただきました皆様には関係者一同心より御礼申し上げます。今後とも万博記念公園をよろしくお願ひ申し上げます。 [URL] <https://www.expo70-park.jp/instagramphotocontest2021/>



下のQRコードからご確認ください。



入園料 | 大人260円、小中学生80円(自然文化園・日本庭園共通)

休園日 | 水曜定休 [5/5(木・祝)まで無休] ※5/6(金)は振替休園。 ※詳細はイベントの公式ホームページでご確認ください。 時間 | 9:30~17:00(入園は16:30まで)

問合せ | 万博記念公園コールセンター ☎0120-1970-89 / ☎06-6877-7387 E-mail: info@expo70-park.jp H P | <https://www.expo70-park.jp> 制作 | 万博記念公園マネジメント・パートナーズ

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、変更・中止になる場合があります。

🕒 時間 📍 場所 💰 料金 🛋 休み 🗳 主催 🗨 問合せ 🏠 ホームページ





## Pickup Event

※水曜定休 [5/5(木・祝)まで無休] ※5/6(金)は振替休園。 ※別途入園料が必要。  
 ※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、変更・中止になる場合があります。  
 ※詳細はイベントの公式ホームページでご確認ください。

### ロハスフェスタ万博 2022春

**[1st] 4/22(金)~24(日)**  
**[2nd] 4/29(金・祝)~5/1(日)**  
**[3rd] 5/3(火・祝)~5日(木・祝)**  
**9:30~16:30**



ハンドメイド雑貨やファッションアイテム、ガーデニング雑貨、インテリア、肌にやさしい服、健康的なグルメなど、約800店が出店されます。ご家族、お友達で、素敵な時間を楽しんでください。

- 東の広場
- 入場料500円(小学生以下無料)
- ロハスフェスタ実行委員会・シティライフ
- 06-6338-0641 <https://lohastesta.jp>

### Warai Mirai Fes 2022 ~Road to EXPO 2025~

**4/29(金・祝)~5/1(日)**

未来のために、まずはみんなの心をつなげたい。SDGsの目標達成を旗印に、大阪のエネルギーの源たる笑い、食、そして音楽の力でムーブメントを関西から日本中へ、そして世界へと広げるイベントです。



- お祭り広場・上の広場・下の広場・EXPO'70パビリオン
- 各コンテンツにより異なります。
- チーム関西/吉本興業株式会社
- <https://warai-mirai.jp/>
- 前売券は上記ホームページからお買い求めください。



### ブラスエキスポ 2022

**5/8(日) 9:30~16:00**



国内最大規模の吹奏楽イベント。近畿一円の小、中、高、大学生が集結します。10時30分から園内各所で演奏リハーサルを行い、12時15分からは園内一帯でパレードを実施します。14時からはお祭り広場で各府県単位の演奏と参加者全員で合同演奏されます。

- 東大路およびお祭り広場
- 無料
- 06-6202-1231 (平日13:30~17:30)
- 関西吹奏楽連盟事務局

### 第9回 カレーEXPO in 万博公園

**5/7(土)・8(日)・14(土)・15(日)**  
**9:30~17:00(L.O.16:30)**

大阪発祥の「スパイスカレー」をはじめ、インド、欧風、スープカレーなどさまざまなジャンルのカレーが一堂に味わえる、西日本最大級のカレーのイベントです。奥深いカレーの世界をお楽しみください!



- 東の広場
- 入場無料
- シティライフ
- 06-6338-0641 <http://www.curryexpo.com>

### 魚ジャパンフェス

**5/27(金)~29(日)**  
**9:30~17:00**

累計86万人が来場した国内最大級の魚介料理の祭典がついに大阪に上陸! 海鮮や郷土料理、漁師めし、鍋料理、海鮮ラーメン、海鮮パエリアなど全国各地の魚介グルメが大集合します。



- お祭り広場
- 入場料300円
- SAKANA & JAPAN FESTIVAL 実行委員会
- [info@jffes.com](mailto:info@jffes.com)

### OUTDOOR PARK (アウトドアパーク)

**5/21(土)・22(日)**  
**9:30~17:00(入場は 16:30まで)**

関西最大級のアウトドアイベント OUTDOOR PARK。最新のアウトドアグッズの展示や販売だけでなく、大人子どもも楽しめるワークショップやアウトドア体験、ステージプログラム、飲食ブースもあるので、ご家族やお友達と一緒に楽しんでください。



- 東の広場
- 500円
- OUTDOOR PARK 実行委員会 <https://outdoorpark.jp>

## Information

万博記念公園の関連施設の情報は、公式ホームページ内のリンクページからご確認ください。 >>>



### 自然文化園エリアを走る「森のトレイン」

風景を楽しみながらエリア内をめぐります



**運行日**  
 4月・5月は水曜を除き毎日運行します。  
 5/4(水・祝)は運行。5/6(金)振替休園、  
 5/8(日)運休  
**運行ルート**  
 中央口⇒お祭り広場⇒だんだん坂北口  
 ⇒西大路広場⇒ソラード前⇒中央口  
**料金**  
 1人350円(3歳以上)  
 ※一部ルートを変更する場合があります  
 ※雨天時等、運休する場合があります

### EXPO'70パビリオン企画展 やって見た展 カラダで学ぶ遊園地

「体験する」ことは「学ぶ」こと! 楽しさのなかに学びが詰まった、いろいろな「やって見た」体験が大集合。新しい自分を発見することを楽しむデジタル「遊園地」です。さらに今回は大阪万博とのコラボ展示が実現! 当時の貴重な資料や様子をパネルで紹介!

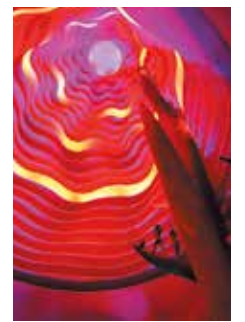


- 開催中~5/8(日) 4/29~5/1は特別展を予定しております。
- 10:00~17:00(入館は16:30まで)
- EXPO'70パビリオン ホワイエ
- 大人1,500円、中高生1,200円、小学生800円、未就学児無料 ※別途入園料が必要
- <https://www.lnp-mother.com/yattemita/>



### さあ「太陽の塔」の中へ!...入館予約受付中

「太陽の塔」は1970年大阪万博テーマ館の一部として造られた芸術家・岡本太郎 最大の作品です。大阪万博以降、原則非公開であった太陽の塔...内部には40mを超える「生命の樹」があります。大地に根を張り真つすぐに立つその姿は、未来に向かうエネルギーの象徴です。「生命の樹」の先にどんな未来があるのか...皆さん自身が「生命の樹」の一部となって、岡本太郎の世界をお楽しみください。入館人数に限りがありますので、事前予約をお願いします。



写真撮影について 1階展示空間からのみ撮影可能です。安全のためスタッフの誘導のもと、楽しくご撮影ください。

- 10:00~17:00(入園は16:30まで)
- 大人720円/小中学生310円
- ※別途入園料が必要
- 水曜定休
- 0120-1970-89
- <https://taiyoutou-expo70.jp/>
- 太陽の塔オフィシャルサイト [検索](#)

お得なセットチケット販売中!  
 入園料がお得になる「セットチケット」をご購入いただけます。詳しくは「太陽の塔オフィシャルサイト」をご確認ください。



### 万博記念公園で使える

2022年5/9(月)~2023年3/21(金)

### お得な前売りチケットを発売!

ご購入方法などの詳細は公式ホームページにて >>>



### お得に万博記念公園エンジョイパス

(大阪モノレール全線1日乗り放題と自然文化園)

門真市駅からの場合往復通常価格  
 大人(高校生以上).....1,080円 → **割引価格 850円**  
 中学生.....900円 → **割引価格 700円**  
 小学生.....500円 → **割引価格 360円**  
 ※大阪モノレールは全線1日乗り放題

### 万博BEAST

(自然文化園と万博BEASTセット券)

大人(高校生以上).....通常価格 3,760円 → **割引価格 3,360円**  
 中学生.....通常価格 3,580円 → **割引価格 3,220円**  
 小学生.....通常価格 3,080円 → **割引価格 2,870円**

### EXPO'70パビリオン企画展セット割引 webチケットは発売中!

2022年5月8日(日) 15:00まで

### 太陽の塔

(自然文化園と太陽の塔内部観覧セット券)

大人(高校生以上).....通常価格980円 → **割引価格930円**  
 小中学生.....通常価格390円 → **割引価格380円**  
 ※太陽の塔オフィシャルサイトでの事前販売チケットのみ



### 万博記念競技場の

### トラック等が新しくなりました。

独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツ振興くじ(toto)助成金を受け、万博記念競技場のトラック等が新しくなりました。団体利用はもちろん、個人利用は1人1回110円でトラックをご利用いただけます。



※詳しくは公園ホームページをご確認ください。



### LINEお友達登録で最新情報をゲットしよう!

万博記念公園の情報をLINEでも配信します。友達追加は「万博記念公園」で検索、または右記のQRコードからお願いします。

※YouTubeやInstagramなどのSNSもチェックしてください。万博記念公園公式サイトから確認いただけます。



新型コロナウイルスの感染拡大防止に向け、**ご来園者の皆さまへ以下のご協力をお願いします。**

- 「密閉・密集・密接」を避ける
- マスクの着用
- 咳エチケットの徹底
- 手洗い・手指消毒の徹底
- 「大阪コロナ追跡システム」への登録

### 受動喫煙防止について

万博記念公園では受動喫煙防止のため、指定された場所以外での喫煙(加熱式たばこ等を含む)を禁止しています。

### 万博記念公園へは公共交通機関で!

行楽シーズン・イベントや試合がある日は、周辺道路や駐車場が大変混雑し、駐車場の入出庫に時間がかかる場合がありますので公共交通機関をご利用ください。※駐車場の状況は万博記念公園公式HPでご確認ください。



Vol.67  
エキスポシティプレス

## EXPOCITYpress

5  
2022 MayららぽーとEXPOCITY  
リニューアル特集

第2弾



2019年度から大阪芸術大学と産学連携を進めているEXPOCITY。そのデザインプロジェクトの一環として、大阪芸術大学の学生による優秀作品を館内のリニューアル装飾として展示。館内に散りばめられた創造力とアイデアが光るデザインが楽しめます。



地元の魅力を発信する「インフォレストすいた」もリニューアル。食・美容・アート・スポーツ・遊びなどのジャンルに力を注ぐ人材を介し、吹田の魅力を体験・体感できる場所に進化しました。子どもや家族で楽しめるイベントなども企画予定。

3/24(木)から続々とリニューアルし、パワーアップを見せるららぽーとEXPOCITY。4月号に続き、今月号もリニューアル情報をお届けします。

新しいショップのオープンだけでなく、産官学連携の推進もリニューアルの大きなポイントです。そのうちのひとつに、「次世代人流管理システム(ひとたび)※」の導入があります。大阪大学発のベンチャー企業である株式会社HULIXと協業し、「来館者・従業員満足度の向上」「安心・安全の向上」「次世代型施設運営の推進」のため、EXPOCITY館内の人や空間の動きを一括で把握・管理できるように。館内人口や混雑度などを把握でき、より安全で安心して過ごせる施設を目指します。2021年度末までに施設の全エントランス、2022年度以降はフードコートなど館内の主要エリアへと導入範囲を拡大予定です。

※「ひとたび」は国立大学法人大阪大学の登録商標です。「ひとたび」のシステム開発・運用は大阪大学発のベンチャー企業「HULIX」が提供しています。

## PEANUTS Cafe 大阪

大阪初出店!  
「PEANUTS Cafe」が今春オープン!

スヌーピーの大好きなピザや彩り野菜のデリ、公園内の緑に映えるテイクアウトメニューが充実。ライフスタイルを豊かにする食器やお土産にぴったりなお菓子、ファミリーで楽しめる大阪店限定デザインのグッズも販売予定です。

最新情報はHPやインスタグラムをチェック!

© 2022 Peanuts Worldwide LLC

関西初出店のショップも  
続々オープン

NEW  
SHOPS  
PICK  
UP!!

FASHION &amp; GOURMET

4/21(木)  
OPEN

ステーキ・ハンバーグ  
1ポンドのステーキハンバーグ  
タケル

ららぽーとEXPOCITY 3F

FoOD PaViLloN



「BEEFTIFUL LIFE」タケルはお肉で幸せにする...をコンセプトに掲げ、海外の厳選された牛肉を、リーズナブルに気軽にお腹いっぱいお召上がり頂けます。

4/21(木)  
OPEN

台湾料理・スイーツ・ドリンク  
台湾甜商店 (たいわんでんしょうてん)

ららぽーとEXPOCITY 3F

FoOD PaViLloN

## 台湾甜商店

taiwan ten cafe



フードコート初出店の台湾甜商店より、本場の伝統的な味を再現した魯肉飯や牛肉麵などの「台湾美食」、毎日お店で丁寧に作る生タピオカ、芋圓・豆花などの台湾スイーツで「心を癒す、台湾時間」をお届けいたします。

4/21(木)  
OPEN

カツ丼・カツサンド  
北新地とんかつépais  
(きたしんちとんかつエペ)

ららぽーとEXPOCITY 3F

FoOD PaViLloN

## épais

北新地 とんかつ エペ



ミシュランビブルマン獲得の「北新地とんかつépais」がフードコートに初進出。肉厚でジューシーなとんかつを贅沢なカツ丼に仕上げたカツ丼専門店です。

4/21(木)  
OPEN

抹茶スイーツ  
辻利兵衛本店  
(つじりへいほんてん)

ららぽーとEXPOCITY 1F



江戸時代(1860年)京都・宇治に創業。茶びつの考案と玉露を完成させ宇治茶を全国に広めた貢献を称えられ平等院正門横に銅像が建立されております。店舗では、石臼挽きたて抹茶を使用したパフェやドリンクを提供しております。

4/21(木)  
OPEN

ラーメン  
どうとんぼり神座  
(どうとんぼりかむくら)

ららぽーとEXPOCITY 3F

FoOD PaViLloN



フレンチレストランのオーナーシェフであった創業者が1年以上かけて完成させた自慢のスープに程よく絡む独自の麺。あっさりしているのに素材の旨みとコクが凝縮された「おいしいラーメン」をご賞味あれ。

4/21(木)  
OPEN

韓国料理  
VEGEGOオヌレシクタン  
(ベジゴオヌレシクタン)

ららぽーとEXPOCITY 3F

FoOD PaViLloN



美容と健康は食事から。VEGEGOでは韓国の家庭料理を定食スタイルでお召上がりいただけます。豊富な組み合わせをご用意しておりますので、毎日でもお楽しみ頂くことができ、毎日足を運びたいそんなお店です。

4/22(金)  
OPEN

コラボレーションカフェ  
FUNTOS (ファントエス)

ららぽーとEXPOCITY 3F



「FUNTOS(ファントエス)」は、アニメや映画ほかジャンルを問わず、その世界観に沿ったコラボフード、フォトスポットなどを提供するコラボレーションカフェです。コンテンツは不定期で替わりますので、新たなお気に入りを見つけにぜひご来店ください。



# ららぽーとEXPOCITY リニューアル特集

第2弾

4/21(木)  
OPEN

コスメ  
**cos:mura** (コス ムラ)  
ららぽーとEXPOCITY 3F

cos:mura



まるで韓国!「cos:mura」は最新のトレンド商品を中心に有名な韓国コスメを豊富に取り扱うビューティーストアです。お客様のお肌の悩みに寄り添い、「美」への追求のお手伝いをさせていただきます。

4/21(木)  
OPEN

生活雑貨  
**Standard Products**  
(スタンダードプロダクツ)  
ららぽーとEXPOCITY 1F

Standard Products



「ちょっといいのが、ずっといい。」普段の生活で使う、日用品をちょっと楽しく。スタンダード+αの感動品質で、300円を中心とするオリジナルアイテムを揃えた雑貨店です。

4/21(木)  
OPEN

メンズ・レディース  
**ANTIQUILTURE**  
(アンティカルチャー)  
ららぽーとEXPOCITY 3F

ANTIQUILTURE  
CLOTHES, FURNITURES & ACCESSORIES



ユーロ、US等世界各国からバイヤーが直接買い付けをしたヴィンテージクローズと出会えるショップ。30's~90'sと幅広い年代のメンズ、レディース古着をセレクトしています。

4/27(水)  
RENEWAL  
OPEN

メンズ・レディース・キッズ・ベビー  
**graniph**  
ららぽーとEXPOCITY 2F

graniph



グラフィックで彩られたTシャツや雑貨、ファッションアイテムをリーズナブルな価格で展開。毎週リリースされる新作グラフィックアイテムを多数とりそろえてお待ちしております。

4/6(水)  
OPEN

靴・レディース・メンズ・キッズ  
**agnes b.**  
ららぽーとEXPOCITY 2F

agnes b.

フレンチカジュアルを代表するパリのブランド。流行に捉われることなく、着心地の良さやカッティングにこだわったエスプリ溢れるアイテムは、世界中の人に長く愛されています。VOYAGE(雑貨)ラインを中心に、FEMME(レディース)・HOMME(メンズ)・ENFANT(キッズ)のベーシックアイテムを展開。

4/21(木)  
OPEN

メンズ・レディース・アンダーウェア・雑貨  
**Calvin Klein** (カルバンクライン)  
ららぽーとEXPOCITY 2F

Calvin Klein

1968年にアメリカで創立したカルバン・クラインはクリーンで革新的なデザインを特長とし、アパレル、ジーンズ、アンダーウェア、香水をはじめとしたアイテムの数々を展開するグローバル デザイナーズ ライフスタイルブランドです。

4/21(木)  
RENEWAL  
OPEN

メンズ・レディース・キッズ  
**Tommy Hilfiger**  
(トミーヒルフィガー)  
ららぽーとEXPOCITY 2F

TOMMY HILFIGER

トミー ヒルフィガーは、1985年にNYで誕生したプレミアム・ライフスタイルブランド。デザイナーのトミー・ヒルフィガーが慣れ親しんだ東海岸のクラシック・アメリカン・クールなスタイルにモダンなツイストを加えた、遊び心と上品さが特徴です。

4/28(木)  
OPEN

靴、ファッション雑貨  
**COACH** (コーチ)  
ららぽーとEXPOCITY 2F

COACH  
NEW YORK

コーチは、1941年にニューヨークで創立したグローバルファッションブランドです。クリエイティブ・ディレクターのステュアート・ヴィヴァースのビジョンと、私たちのホームタウンであるニューヨークの、誰をも受け入れる姿勢(インクルーシブ)、そして勇気ある精神にインスパイアされ、誰もが自分らしくいられるように、永く愛される美しいものづくりを行います。

## EVENT INFORMATION

Mitsui Shopping Park  
**ららぽーとEXPOCITY**

**PLAY! OUTDOOR FESTIVAL**

三井ショッピングパーク ららぽーと甲子園・和泉・EXPOCITYは、最新のアウトドア情報を伝える人気メディア「GO OUT」がプロデュースした「PLAY! OUTDOOR FESTIVAL」を開催! オリジナルグッズがもらえるスタンプラリーや、ボルダリング体験など、さまざまなイベントをご用意! アウトドア関連の商品もたくさん手に入るの、ららぽーとへお出かけし、これを機会に、もっとアウトドアライフを楽しもう!

期 間 4/29(金・祝)~5/29(日)



他にもアウトドア  
商品の特集も公開!  
詳しくはWEBサイトを  
CHECK!



**クレヨンしんちゃんショップ**

世代を問わず愛される国民的キャラクター「クレヨンしんちゃん」の期間限定ポップアップショップ! 文房具から生活雑貨、アパレルまでしんちゃんのカワイイグッズが勢ぞろい!!



期 間 4/29(金・祝)~5/15(日)

場 所 ららぽーとEXPOCITY 1F Loft前 イベントスペース

**EXPOCITY サステナブル・マルシェ**

現在、世界で推進されているSDGs。地域社会にとってもサステナブルな取組みが求められています。北摂を中心とした大阪の農産物や名産品が一堂に集まり、地元の魅力を再発見できます!

日 時 4/30(土) 10:00~17:00

場 所 空の広場



## EXPOCITY 吹田市千里万博公園2-1

営業時間 **新型コロナウイルス感染拡大防止対策に伴い、営業時間を変更させていただきます。最新の営業時間は施設ウェブサイトをご確認ください。**

- 4/1(金)~の平日  
ららぽーとEXPOCITY 10:00~20:00(EXPO KITCHENは11:00~21:00, Eggs'n Thingsは10:00~)
  - 4/2(土)~の土日祝及び5/2(月)・5/6(金)  
ららぽーとEXPOCITY 10:00~21:00(EXPO KITCHENは11:00~22:00, Eggs'n Thingsは10:00~)
- ※一部営業時間が異なる店舗がございます。※エンターテインメント施設については各施設ホームページをご確認ください。

お客様の安心・安全のため混雑する時間帯を避けてのご来館にご協力ください。  
(13:00~16:00が混みやすい時間帯となっております)  
※ご来館前に最新情報をご確認のうえ、ご来館いただくようお願いいたします。  
混雑する時間帯の詳細はこちらからご確認ください。

問合せ先 06-6170-5590(代表/10:00~18:00)  
<https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/>

最新情報は  
HPをご覧ください

## エキスポシティのInstagram公式アカウント

「遊ぶ、学ぶ、見つける」楽しさをひとつに!エキスポシティの  
おすすめアイテムやイベント、お得情報をお届けしています!

Instagram  
@expocity\_official



[https://www.instagram.com/expocity\\_official/](https://www.instagram.com/expocity_official/)

定期的に最新情報を  
更新しています。  
ぜひフォローください!

弊社の商業施設では、ご来館のお客様に安心してご購入・お食事をお楽しみいただくため、新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた様々な取り組みを実施しております。お客様にはご不便おかけいたしますが、お客様および従業員の健康と安全確保のため、ご配慮・ご協力をお願いいたします。また、政府および自治体の協力要請などにより、営業時間・駐車場利用時間・営業内容に変更が生ずる場合がございます。ご来館の際には、施設ウェブサイトをご確認のうえ、お越しください。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。



### 2022 NIFREL FAMILY CLUB

入会費を払うと期間中は何度でもニフレルを楽しめ、入館毎に支払う会員入館料500円は生きものたちのサポートに活用されます。

**入会費**

大人(16歳以上・高校生)5,000円  
 子ども(小・中学生)2,000円  
 幼児(3歳以上)500円

**会員入館料**  
 500円/1回

入館料は生きものたちのエサ代や健康管理費に

販売期間 2022年3月11日～2023年1月9日

有効期間 2023年3月31日まで

オリジナルバックや  
 カフェ・ショップの割引など  
 お得な特典もたくさん!



詳細はコチラから

**おトクな回数券が再登場!**

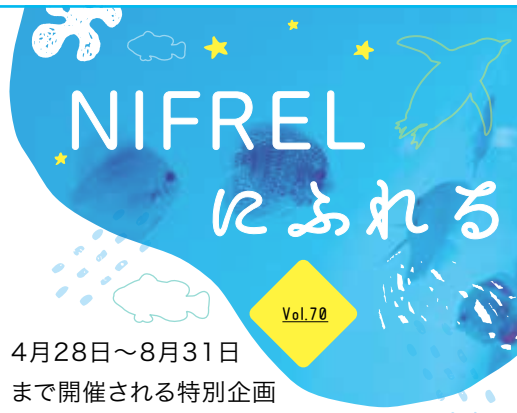
以前も大好評だった回数券が帰ってきました。2枚で800円、3枚で1,600円お得に。自分でリピートするのもよし、家族や友人とシェアするのもよし、使い勝手の良い回数券です。



マダガスカル天然由来のパニラを使用



ニフレルで暮らすワオキツネザルとマダガスカルの魅力にふれよう!



4月28日～8月31日  
 まで開催される特別企画  
 「WAO! ワオキツネザル」についてご紹介します。



これまでのバックナンバーはCityLife Newsから



吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内  
 営/平日10時～18時 ※土日祝日の最新情報はHPでご確認ください。  
 入館料/大人(高校生/16歳以上)2,000円  
 子ども(小・中学生)1,000円、幼児(3歳以上)600円  
 駐車場/約4,100台(¥200/30分) ニフレル入館で120分無料

0570-022060 [Facebook] [Twitter] [Instagram] [YouTube] [NIFREL] で検索 (ナビダイヤル)

1.動物取扱業社の名称:株式会社海遊館 2.事業所の名称:NIFREL 3.事業所の所在地:吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内 ニフレル 4.登録に係る第一種動物取扱業の種別:展示、登録番号:第2899-5号、登録の年月日:平成27年8月11日、有効期限の末日:令和7年8月10日 5.動物取扱責任者の氏名:小畑洋

日本最大級の魚食イベントが関西初開催! 全国各地の魚介グルメが万博に大集合!!

# SAKANA & JAPAN FESTIVAL 2022

## 魚ジャパンフェス in 万博記念公園

2022年 5.27(金) | 28(土) | 29(日)

※雨天決行・荒天中止

会場 お祭り広場

入場料 前売り券 250円

当日券 300円

魚ジャパンフェスは、姉妹イベントの「ジャパン フィッシャーマンズ フェスティバル」と合わせ累計来場者が約86万人に上る日本最大級の魚食イベント。関西では初開催となります。旬の新鮮な海の幸を使った海鮮丼や各地に伝わる郷土料理や漁師めしのほか、海鮮ラーメンや海鮮パエリアなど和洋中の魚介グルメが大集合。各地の特産品を使ったご当地グルメもご堪能いただけます。

※万博記念公園入園料・飲食代は別途  
 ※大学生以下無料

魚ジャパンフェス

https://37sakana.jp/sakanajapanfes/  
 主催:SAKANA & JAPAN FESTIVAL実行委員会



ロハスフェスタの  
 人気アイテムがWebで買える

## LohasFesta Mall

ロハスフェスタのキップをオンラインでも楽しめるECモール。  
 今月は茨城県の名物「イバラキング」をご紹介します。

紹介している商品は  
 下記のQRコードで  
 購入できます



糖度は  
 15~  
 17度!

「茨城(イバラキ)のメロンの王様(キング)になってほしい」。そんな思いを名前に込めた「イバラキング」。味や香りの良い高級アールスメロンのメロンを父親メロンとし、10年以上の歳月をかけ、誕生した極上のメロン。上品な香りと甘さ、なめらかな口あたり、きめ細かくジューシーな果肉が魅力。

ギフト用/3L×2玉 送料税込 4,000円

訳あり/3L~2L×4玉~6玉 送料税込 4,500円

コロッケ・トンカツ 洋食のいろは 榎本鮮魚店 たこ焼き・焼鳥・お好み焼き おたふく 新鮮野菜 木屋青果店 肉つつみ屋 家ジュエリーアンリ 八百伊食品 北岡園 新鮮野菜 くだい果実店 梨栗・弁当 新鋭治青果店 ひらい果実店 ライフキッチン 衣料専科 衣いきハウス

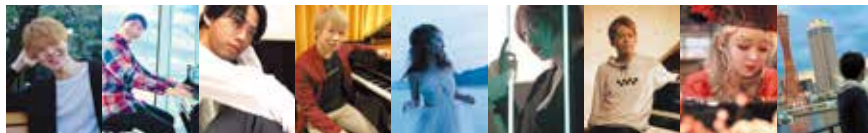
安心・新鮮・便利 センター街中央  
**ICHIBA** 072-685-1755  
 高槻市高槻町18-1 営/あさ10時~よる7時まで 毎水曜は定休

**Food Net Mart**  
 毎日 フードネットマート 安い!

高槻店 高槻市大蔵司3-14-4 ☎072-698-4130  
 茨木店 茨木市元町8-1 ☎072-665-4567  
 蛍池店 豊中市蛍池中町2-4-17 ☎06-6843-0589  
 山下店 川西市見野2-24-11 ☎072-795-1552  
 石橋店 池田市豊島北2-4-6 ☎072-761-7777  
 片山町サンゼリア店 吹田市片山町3-32-3 ☎06-6380-6405

### 大阪モノレール

## ピアノEXPO2022 in万博記念公園駅 2025 大阪・関西万博応援イベント ~大阪モノレール&ストリートピアノ YouTuber FES~



Anzy Kucchy★多 光輝 スミワタル チカコシュカ 松尾優 みやけん MOKA★. RAMI and more...!

日時 2022/5/14(土) 12:00~17:30

料金 入場無料

お問合せ 大阪モノレールサービス(株)お客さまサービス課 06-6319-9785(平日9:30~17:30)

5/15(日) JAZZマルシェMay.2022 in Bampaku Sta.開催

※詳細は大阪モノレールホームページをご覧ください。

## お得なモバイルチケット発売中

スマホアプリから購入できるモバイルチケット2種類が発売中です。大阪モノレール沿線のおでかけに、お得で便利。利用方法など、詳しくはHPをご確認ください。

大阪モノレール モバイルチケット 検索



	価格(税込)	利用可能日時	利用可能区間
休日満喫 1 DAY モバイルチケット	大人 700円 小児 300円	4月29日以降の休日ダイヤ運行日	大阪モノレール 全線 乗り降り自由
オフピーク モバイルチケット	600円 (大人のみ)	5月2日以降の平日ダイヤ運行日 10:00~16:00 (出場は16:45まで)	





新型コロナウイルス感染症拡大防止への取り組みとお客様へのお願い

感染拡大防止と安全・安心のための対策を行いながら営業してまいります。ご来場を予定されているお客様におかれましては、咳エチケットや手洗い、マスク着用など、感染症対策にご協力いただき、体調管理にご留意ください。当日の状況によりイベントを中止する場合がございます。ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。

ステージショーについて

- イベント当日、整理券をお配りします。
●感染予防、拡散防止のため運営方法を変更することがあります。
●運営スタッフがマスク・手袋を着用させていただいております。

ゴールデンフェア

イベント開催 11:00~17:00

※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00~配布、1世帯1名様限りとなります

ドリマムクリエイターズフェスタ 4/30(土)

ママたちのクリエイティブなアイデアとパワーからうまれる人気のフェスタを開催!



ハンドメイド雑貨やワークショップ約20店!!

先着300組様にフェスタで使える金券500円分をプレゼント!

サンリオカフェワゴンがやってくる!

4/29(金) 祝 100組様

かわいいキャラクターのクレープをサービスします!



限定グッズの販売も!

© 2022 SANRIO CO., LTD. TOKYO, JAPAN © 株式会社サンリオ

パッコロリン ミニステージショー

観覧無料

「みんなでウキウキ!」パッコロリン

5/1(日)

- ①11:00~
②13:00~
③15:00~

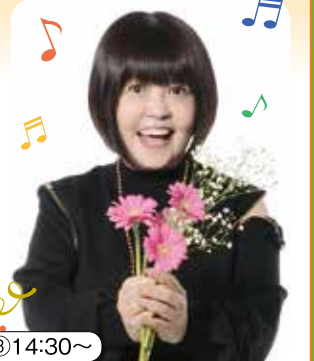


©NHK・NHKエデュケーショナル

当日の10時からイベントブースにて観覧整理券を各回先着48組様に配布いたします

ドリーミングファミリーコンサート

ドリーミングと一緒に歌えば元気100倍! 「アンパンマンのマーチ」や「勇気りんりん」など『それいけ!アンパンマン』のたくさんの歌でおなじみのドリーミングがお届けする楽しいミニコンサートです!



5/3(火) 祝

- ①11:30~
②13:00~
③14:30~

当日の10時からイベントブースにて観覧整理券を各回先着48組様に配布いたします

strawberry カーニバル

5/3(火) 祝 200組様

100年つづく農家・おさぜん農園のキッチンカーが登場!



いちご抽選会

いちごふわふわ

暴太郎戦隊ドンブラザーズ プレイランド

5/4(水) 祝

参加無料



- ふわふわドンブラザーズ
ふわふわドンモタロウ
アカレンジャースライダー
バスケットゴール わなげ
ドンモタロウ撮影会
①11:00 ②13:00 ③15:00

※カメラはご持参ください ※このイベントはキャラクターショーではありません

©テレビ朝日・東映AG・東映

パウ・パトロール あそぼう!

パウ・パトロールと一緒にクイズやダンスであそべるバラエティーショー!



5/5(木) 祝

- ①11:00~
②13:00~
③15:00~

観覧無料

※諸般の事情により、ショー内容を変更する場合がございます

当日の10時からイベントブースにて観覧整理券を各回先着48組様に配布いたします

きかんしゃトーマス トレインツアー



5/7(土)

※当日、混雑の状況により早めに受付を終了させていただきます場合があります

© 2022 Gullane (Thomas) Limited. © 2022 HIT Entertainment Limited.

はたらくのりもの大集合



5/7(土)

人気のはたらくのりものが大集合!

※カメラはご持参ください

T-REXウォーキングショー



5/8(日)

- ①11:00~
②13:00~
③15:00~

観覧無料

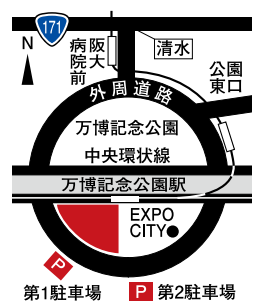
恐竜なまあてスタンプラリー 300組様

ミニリケラトプス撮影コーナー ※カメラはご持参ください

くみたて化石恐竜プラモデル 200組様

※画像はイメージです

\*「住まいのアンケート」はABCハウジング並びに当会場の出展住宅会社からお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得し利用します。1世帯1名様限り、期間中1回限りさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※催し物については一部、「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。当日の状況により、内容の変更(または中止)や予定時間前に終了する場合があります。詳しくは住宅公園受付までお問合せください。※各イベントへの参加は、1世帯1名様限り。なくなり次第終了させていただきます。※掲載写真はイメージです。



千里住宅公園

大阪モノレール「万博記念公園」駅から徒歩すぐ

- 車でお越しの方は ●万博記念公園外周道路沿い
電車でお越しの方は ●大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ

TEL 06-6876-1521

○専用駐車場有り ○開場時間/10:00~18:00
○住宅公園受付は毎週水曜日・日曜日(祝日は営業)
※メーカーにより定休日異なります。水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。
主催: 朝日放送グループホールディングス ABC開発 朝日新聞社

他にも楽しいイベントが盛りだくさん! イベント&キャンペーンの詳細情報はホームページで ABCハウジング で検索!

ご来場プレゼント

4/29(金)祝 → 5/31(火) 祝
※水曜日を除く、5/4(水・祝)は営業

期間中、住宅公園受付で「住まいのアンケート\*」にお答えください。モデルホームご見学後、ご覧の賞品をプレゼントします。

Shupatto. Lサイズ コンパクトバッグ

シュパットと簡単! メディアでも多数紹介された、一気にたためる便利なエコバッグをプレゼント!



※いずれかひとつ。
※色や柄は選べません。※写真はイメージです。
※賞品は予告なく変更される場合があります。



みんなの小さなエコを大きなコエに

# ロハスフェスタ<sup>®</sup> 万博

2022 春

2ND 4/29 FRI. 30 SAT. 5/1 SUN. 3RD 5/3 TUE. 4 WED. 5 THU.

9:30-16:30 入場料:500円[小学生以下無料]  
[雨天決行 ※荒天中止] ※入場券販売は16:00まで

万博記念公園 東の広場

自分にも地球にもやさしいライフスタイル、それがロハス。ウィズコロナの時代だからこそ、日常の暮らしをあらためて見つめてみたい。3年ぶりの春開催には今回もハンドメイド作家たちが思いおもしろい作品を出展します。健康に配慮した人気のグルメも勢ぞろい。あたたかな陽射しの万博記念公園でモノ、コト、ヒトとの素敵な出会いを楽しんでください。

新型コロナウイルス感染拡大防止策のため「給茶・給水コーナー」は中止しました。ご了承ください。

総出展店舗数  
約800店 /

City Life

シティライフアプリの提示で入場料がおトクに！詳しくはロハスフェスタの公式WEBをご覧ください。



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントは中止・変更する場合があります。

## ロハスフェスタステージ

アーティストによる演奏や、ダンス、FM大阪の公開録音などさまざまなパフォーマンスをロハスフェスタでお楽しみください。 協力: ネットヨタニューリー北大阪

2ND /

4/29(金・祝)

11:00~ Chululu  
12:00~ 竹ちなみ  
13:00~ 佐合井マリ子  
14:00~ LIKALIFE  
14:45~ Shallow Sea  
15:00~ 白井大輔



Yes Happy!



立花綾香

4/30(土)

11:00~ Yes Happy!  
11:45~ 土肥ボン太  
13:30~ FM大阪「hug+」  
公開録音ライブ  
15:00~ 立花綾香

FM大阪「hug+」公開録音ライブ

「hug+music LOHAS LIVE」

※「hug+」は毎週金曜日  
8:20~11:00オンエア



DJ 大塚由美

5/1(日)

11:00~ 中野聡子&李美香  
12:00~ Rubino  
13:00~ 優利香  
14:00~ ハナフサマユ  
15:00~ u-full



Rubino



ハナフサマユ

3RD /

5/3(火・祝)

11:00~ Nachika  
12:00~ おんまゆず  
13:00~ 一原ちひろ  
14:00~ 小出夏花  
15:00~ 市村順平



小出夏花



一原ちひろ

5/4・5『ALOHASプラスステージ』を開催!

総勢38チームの出演者が、美しく優雅なフラダンスを披露します。ハワイの空気を感じてください。 協力:AWAJISHIMA & HAWAII



Kimiyo Hula Halau



ブアケアフラスタジオ



'Oli'Oli hawaiian hula studio



Ka Lino Pawalu Hula Studio



HITIMANA



フラ オマカレア

## エコでオシャレなハンドメイドクラフト カラダにやさしいフード



作家のこだわりが光るアクセサリーや、経年変化で深みを感じるアンティークインテリア、新鮮な野菜で作ったフードやカラダにやさしい焼き菓子など、エコでオシャレなショップがずらりと並びます。(一部紹介)



acco  
出展日:5/3~5/5



melo  
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



みんなのマフィン  
出展日:5/3~5/5



easen candle  
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



Mon petit jardin & hinasanchi  
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



十月  
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



le souffle  
出展日:5/3



kirarixunjouet  
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



Craft Box Sarasa  
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5

ステージの詳細は、公式WEB内にて公開しています。

出展店舗の詳細は、公式WEBにて公開しています。



# 親子の思い出づくりにぴったり

## ロハスフェスタで「いちご狩り」が楽しめる!

開催日 ▶ 2nd(4/29~5/1)、3rd(5/3~5/5)のみ  
 各日6部制(11:00~/11:30~/13:00~/13:30~/15:00~/15:30~) 定員 ▶ 各部 先着75組  
 参加料 ▶ 1,000円 参加方法 ▶ 当日9:30からブースにて、全時間の整理券配布を開始いたします。

まさに今が旬の美味しい苺。今回はロハスフェスタ会場にいちご農園がトラックでやってきます!収穫体験を楽しみながら、ぜひ、美味しく可愛い苺をご賞味ください。またいちごの生果販売も「Lohas-Festa Mall厳選フルーツ販売」ブースにて実施。



万博記念公園の豊かな緑に囲まれて、「いちご狩り体験」など親子で楽しめるイベントも目白押し。また「SDGs」について学べるクイズラリーやフードドライブなどの企画も盛りだくさん。親子の思い出づくりに参加してみませんか。

## 捨てちゃう端材を使って、ロハスフェスタ出展作家がサステナブルな作品へアップサイクル

### LohasFesta SDGs Collection

開催日 ▶ 全日 端材や規格外品を提供する企業と、ロハスフェスタ作家がタッグを組んで生み出す作品シリーズです。今回の素材は、森林整備で発生する「切り株」「間伐材」、タオル製造で発生する「捨て耳」、製造過程でキズがついた「着物帯」。不要品が素敵な作品に生まれ変わりました!

◎素材提供: 今治斎藤タオル~supported by SDC研究所~/志賀郷社/松田織物 (企画参加出展者のブース、もしくはLohasFesta Mallにてご購入いただけます)



## リメイクカー「蘭布 LAMP ~お直しやさん~」

出展日 ▶ 3rd(5/3~5) 参加費 ▶ 有料 ※お直しによって価格は変動します。お直しが必要なお洋服、捨てようかと悩んでおられる服を内容やご予算などをお聞きしながら、お直しいたします。ぜひ、会場までお持ちの上、ブースまでお越しください。お直し例は公式WEBにてご紹介しています。 ◎協力: 染・裁・色 工房&Cafe 蘭布



## 「お金」でなく「思い」のやりとり xChange(エクスチェンジ)

開催日 ▶ 全日 モノが循環する豊かな社会を目指した、洋服の物々交換会です。もう使わないけど「誰かが欲しいかも知れない」ファッションアイテムを持ち寄り、次に繋ぎましょう。



## ロハッチラリーでSDGsを学ぼう!

開催日 ▶ 全日 会場内に設置されたSDGsに関するクイズに答えて抽選会に参加しよう!出展者さんからの素敵な景品も多数あります!(毎日先着大人500名、子ども500名)子どもにはロハッチの絵本がもらえるかも!もらえます。



## 小枝でつくろう!スプーン&フォーク

開催日 ▶ 2nd(4/29~5/1) 参加費 ▶ 300円/本 間伐材を利用したスプーン&フォークを作りましょう。大人はもちろん、子どもでも簡単に作れます。自分だけのオリジナルスプーン&フォークで美味しいごはんを食べましょう!



## 皆さんのお家にある「いらなくなった食品」をお持ちください。

開催日 ▶ 2nd(4/29~5/1) ※左記日程以外は総合案内本部の出展者窓口で受け付けます。食の支援と食ロス削減にご協力ください。集まった食品は、育ち盛りのお子さんをお持ちのひとり親家族へ届けられます。お受取りできる食品、できない食品は公式WEBにてご確認ください。 ◎協力: NPO法人ハッピーママ



## 子ども食堂 × BohNo ※参加無料

開催日 ▶ 5/5(木・祝) 11:30~ 定員 ▶ 12名(小学生対象) 予約方法 ▶ 右記、QRコードから予約フォームまでお越しください。 ※予約優先制、当日空きがあればご参加可能です。 今回のテーマは発展途上国などで作られた商品を適正な価格と対等な関係で継続的に貿易する取り組み「フェアトレード」。フェアトレードの商品を選択することで原産国の支援に繋がる仕組みを楽しく学びます。ワークショップの後には、テーマに合わせたお料理の提供も!子どもたちのそのひとくちが、未来への気付きの一步を後押しします。親子での参加も大歓迎です! ◎協力: 学生団体 BohNo ◎食材提供: 日本もったいない食品センター



## ロハス子ども食堂 ※参加無料

開催日 ▶ 2nd 4/30(土) 定員 ▶ 先着100名 対象 ▶ 小学生 開催当日 ブースにて10時~整理券配布、11時より提供開始 ◎運営: ロハスカフェ



## 土肥ポン太がやってくる!

ステージ出演 ▶ 4/30(土)・5/4(水・祝) 今回も前回に引き続き、イベントステージに土肥ポン太さん登場!楽しいトークを繰り広げます。土肥ポン太さんに会えたら、ラッキー!一緒に写真撮影などしてね!



## ロハスフェスタ キッズエコツアー

開催日 ▶ 4/29(金・祝) 10時半~、13時半~ 参加費 ▶ 無料 ロハスフェスタの会場をロハスお兄さんと一緒にまわって、SDGsやエコについて学びましょう!参加者にはロハッチキャップ、ロハッチTシャツ、そして終了時にはロハスエコキッズ認定証を差し上げます。その他、ワークショップの無料参加も。ロハスフェスタ公式WEBにて予約受付中です。 ※事前予約優先制となります。



## おやこでSDGs「SDGsってなあに?」

出展日 ▶ 4/30(土)、5/3(火・祝) 13時~、15時~(各回30分~45分程度) 参加費 ▶ 無料 定員 ▶ 各回5組(予約制) ※公式WEBでの事前予約が必要です。 協力 ▶ 阪急阪神 未来のゆめ・まちプロジェクト 世界中で起こっているさまざまな社会の問題とSDGsのつながりを、「ゆめ・まちSDGsドリル」を用いて、映像やワークシートなどでお子様にも楽しく、わかりやすく学んでいただけます。SDGsの17の目標から1つを選んで、自分が出来ることを考えて絵にしてみましょう!参加者にはプレゼントもあります。



## 化石・水晶発掘体験

開催日 ▶ 全日 参加費 ▶ 有料 本物の化石、きらきらの水晶を発掘することが体験出来るブースが登場。あなたもこれで考古学者(!?)に。また世界中から集まった化石や、宝石なども購入する事ができます。 物販: 300円~



## NHKテレビ講師はたさんの生き物観察会

開催日 ▶ 5/3(火・祝) 11時~、13時~、14時~、15時~ 参加費 ▶ 無料 定員 ▶ 各回10名(予約制) ※公式WEBでの事前予約が必要です。 はたさんと一緒に「命」を見つける探検に出かけよう!



## 郡上割り箸

開催日 ▶ 全日 ちいさなお子さまが口にいらしても安全な、岐阜県産の間伐材を利用した木のおもちゃ「まあるいつみき」を販売。ブース内には、つみきを体験できるスペースも。ぜひ、日本の香り、誇り高い林業の香りを感じにお越しください。



## 医療従事者応援企画

※ロハスフェスタでは医療従事者の方へ感謝の気持ちを込め、スタッフは青いマスク・Tシャツを着用、会場には青い三角旗を掲出しています。

### ①なにわの名工味舌先生が作品提供

開催日 ▶ 全日 医療従事者支援のため、なにわの名工、味舌先生が特別に焼き上げた青の器を100個ご提供いただきました。当日会場で3,000円以上のご寄付いただいた方にプレゼントします。また味舌先生のるるる実演コーナーも登場!実演日は、公式WEBにてお知らせいたします。



※赤十字を通じて医療従事者に寄付いたします。

なにわの名工 味舌隆司(ました たかし)氏 伝統的技法と現代感覚を加味した製作を続ける。2011年大阪府優秀技能者(なにわの名工)知事表彰受賞。

### ②ロハスフェスタのオリジナルトートバックがアップサイクルされました

開催日 ▶ 全日 ロハスフェスタで使用された看板テント生地が兵庫県豊岡市で創業42年の豊岡鞆認定企業(株)ナオとのコラボレーションで完成。世界にひとつだけのトートバックに生まれ変わり販売します。(3,500円) ※売上金は全額赤十字を通じて医療従事者支援に寄付いたします。



①②ともに総合案内本部、グッズ販売ブースにお越しください。

他にもワークショップや楽しいコンテンツが盛りだくさん。公式WEBのCONTENTSをご覧ください

## Attention

〈ロハスフェスタ新型コロナウイルス感染拡大防止策〉 皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

※入場制限する場合がございます。

### 1 入場について

- ◎マスクの着用をお願いします。 ※年齢(未就学児)、高温多湿、健康状態、障害特性等に応じてご判断ください。
- ◎並び列は十分な間隔をとってお並びください。
- ◎発熱、せきなどの症状がある方は入場できません。
- ◎大声での会話はお控えいただき、できるだけ人と人の距離を空けてください。

### 2 消毒について

- ◎会場内を定期的にスタッフが巡回し、清掃・消毒等の衛生管理を徹底します。
- ◎入場ゲート、出展ブース、トイレなど会場内各所にアルコール製剤を設置します。手指消毒のご協力をお願いします。

### 3 会場について

- ◎通路は通常より広く確保し、密集・密接を防止します。
- ◎店舗ブースは、飛沫感染防止策を徹底します。

その他、新型コロナウイルス感染防止対策の追加事項については、ロハスフェスタ公式WEBにてご案内いたします。

## SDGs

SDGsが達成された社会を目指すために、ロハスフェスタでは、さまざまな取り組みを行っています。



### ■リサイクル資源をご持参ください(エコ・リサイクルコーナーまで)

ロハスフェスタではご家庭のリサイクル資源を回収しています。使用済み天ぷら油はバイオディーゼル燃料に精製して会場内の発電機燃料に活用します。牛乳パックは再生トイレトペーパーとして仮設トイレで使用します。

◎使用済み天ぷら油回収 ◎牛乳パック回収 ◎ダウン回収 ◎古本 ◎紙袋

### ■マイ食器・マイカトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちいただきお越しください。

場所 万博記念公園 東の広場 [大阪府吹田市千里万博公園1-1]

入場料 500円 [小学生以下無料]

※別途公園入園料(大人260円・小中学生80円)が必要  
 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名様は半額

詳しくは右記公式ホームページにて

ロハスフェスタ 検索 <https://lohasfesta.jp/>

雨天決行・荒天中止  
 ※イベントは予告なく変更になる場合がございます。  
 ※本会場はペットの入場は不可となります。



LOHASFESTA

LOHAS\_FESTA

主催: ロハスフェスタ実行委員会/シティライフ  
 後援: 環境省/大阪府/吹田市/公益社団法人グリーン化促進会/一般社団法人日本ホビー協会  
 問合せ: ロハスフェスタ事務局(シティライフNEW内)  
 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 Tel.06-6338-0641 Fax.06-6368-3505

◎会場を出たゴミは、各自でお持ち帰りください。◎ロハスフェスタの会場は禁煙です。◎出展ブースや商品の撮影はお店の方に了解を得た上で、お願いします。◎安全で楽しいフェスタにするため、運営スタッフの指示にご協力ください。◎ロハスフェスタの趣旨をご理解いただき、取組みにご協力ください。◎お支払いいただいた入場券の払い戻しはいたしません。◎万博公園はペット同伴での入場が禁止されています。◎イベント内容、時間などが変更になる場合があります。◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ベグなどの使用をご遠慮いただいております。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。

開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の出入庫に数時間かかる場合があります。 ※5月4日(水祝)はJ1リーグの試合が開催される予定です。

ロハスフェスタは「COOL CHOICE」に賛同しています (クールチョイス)





City Life

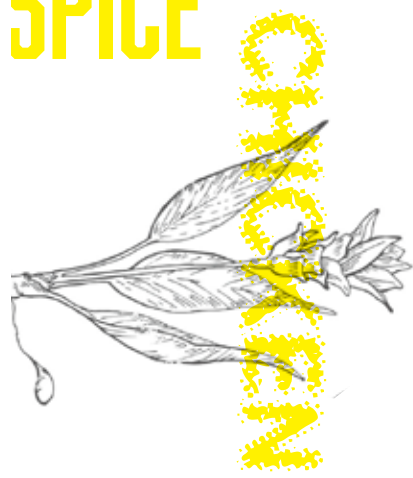
西日本最大級のカレーの祭典

SPICE

第9回

# カレーEXPO

in 万博公園



GREEN



INDIA



2022 前半 5/7 SAT 8 SUN 後半 5/14 SAT 15 SUN

万博記念公園 東の広場(大阪府吹田市) 入場無料

- START 9:30~CLOSE 17:00(L.O.16:30)
- 別途公園入園料(大人260円、小中学生80円)必要
- 小雨決行(荒天の際 中止する場合があります)

※万博記念公園入園は16:30まで  
※売り切れ次第終了となります。  
※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます。

詳細は  
公式WEBへ >>>



会場内特設ステージ

## よしもとお笑いライブ in カレーEXPO

無料

カレーEXPO会場内の特設ステージでよしもと漫才が無料で楽しめる!! 各日13:00~13:30 ©YOSHIMOTO KOGYO, All Rights Reserved.

5/7(土) 出演	5/8(日) 出演	5/14(土) 出演	5/15(日) 出演
 紅しょうが	 パーティーパーティー	 タイムキーパー	 ダブルヒガン
 ラニーノーズ	 ハンダーソン	 マムリカ	 チェリー大作戦

さらに盛りだくさん!  
同時開催イベント

関西の人気スイーツ店が大集合

第8回 スイーツExpo



「ブーさんの満腹日記」で人気のブローガー、ブーさんが選ぶスイーツが大集合。スイーツだけでも堪能できるラインナップです。

手作り雑貨大集合!

ロハスフェスタ蚤の市

ロハスフェスタで人気の手づくり雑貨が登場します。



特設ブース

スパイス販売

カレー店こだわりのオリジナルスパイスを販売!



オフィシャルサポーター



ボン太ヴィレッジブース出展!

●土肥 ボン太さん

よしもとクリエイティブエージェンシー所属。野菜芸人でブレイク。



5月7日(土)8日(日)はセンコウさんのレトルトカレー2種の試食&販売を実施します!

●ET-KING センコウさん

1999年に結成し、2006年にメジャーデビュー。代表曲は「ギフト」「愛しい人へ」。大のカレー好き。日本全国をライブし、その土地土地にあるカレーライスを食べて来た。スパイスに関する資格も2つ取得。

バンジーバンジーで空高くジャンプ!!



5~7mの高さまでジャンプでき、なんとも言えない無重力感を味わうことができます。

※3歳~60kgの成人の方まで利用可(飲酒されている方、妊娠中の方、健康に不安のある方のご利用はご遠慮いただいております)

食事テントブースも完備



芝生広場なのでシートの持参もおすすめです。

新型コロナ対策のため決められたスペースにてご飲食ください。

古本市



掘り出し物があるかも。関西の人気独立系書店が大集合。

主催 : City Life

問合せ: カレー・スイーツEXPO事務局(株式会社シティライフNEW内) email: curry@citylife-new.com 後援: 在大阪スリランカ名誉総領事館  
協力: ネットヨタニューリー北大阪 詳しくはカレーEXPO公式ホームページまで https://curryexpo.com スイーツEXPO http://sweets-expo.com





34店  
出店

カレーEXPO、スイーツEXPO、おいもEXPO 参加店の一部を紹介

# カレーEXPO

カレーEXPO 検索 <https://curryexpo.com>

他の参加店はホームページをご覧ください。

キッズも安心。  
甘口カレーも  
あるよ!

喫茶サンシャイン

## 喫茶サンシャイン 特製ビーフカレー



喫茶店の黒毛和牛の特製のビーフカレー。極細挽きのコーヒー豆をスパイスに配合。まるやかで味わい深いコクが広がります。

週末カレー太郎 × 淡旬料理ぢろけん

## 淡路島をギュツ・ぎゅっ・牛すじカレー



淡路牛スジや淡路牛乳など、淡路島の豊かな土地で育まれた豊かな素材を使用しています。淡路島の魅力をギュツギュツと詰め込んだカレーです。

SPICE CURRY WANTED

## 原価が高過ぎる神戸っかけマサラ



原価が高くて手間がかかる! 本当はあまり売れて欲しくないが、来たからには食べて帰ってください。

インド料理AMMY

## タンドリーチキンバターマサラ



フレッシュトマトとカッシュナッツで仕上げた自慢のバターチキンカレーにタンドリーチキンをいれました。

さとちゃんカレー

## やみつき止まらない! さとちゃんカレー



さとちゃんです。たっぷりのフルーツの甘さとスパイスの刺激。甘いのに辛い。さとちゃんの欲望丸出しのカレーです。

The Mesi - kutan?

## 炙り牛カルビカレー



当店独自の配合スパイスを使用して作った自慢のカレールーに鉄板で炙り焼きした牛カルビを出会わせてしまいました。

はぐ寧 ~だしとおぼんざいと和カレー~

## 鶏三昧!!! 炙り鶏の炭焼き風 鶏白湯出汁カレー



濃厚鶏白湯に鶏油と出汁の旨味を加え、具材がごろっと入った鶏づくしな究極の鶏三昧カレーです!

札幌スープカレー JACK

## 濃厚海老のスープカレー



前々回過去最速完売、前回最多販売を記録した海老の旨味が、ぎゅっ詰まった濃厚海老のスープカレー。

サケットメシ

## ごろごろポークのマンマーカーレー



ご飯やお酒に合いすぎる、超絶美味しいマンマーカーレー。お肉もゴロゴロで最高です。

### 有名ブロガーやカレー通が推薦!

- 「うまから手帖」..... K1 郎さん
- 「大阪人ロックの旨いもんを喰らう!!」..... 大阪人ロックさん
- 「Mのランチ」..... M三郎さん
- 「かれおた★curry maniacx」..... TAKさん
- 「美食磁石」..... さいちゃん
- 「大阪の駆け出しデザイナー92の日常」..... 駆け出しデザイナー92さん
- 「カレー好きアラサーOL(の)華麗なる日々」..... ミホキンさん
- 「curry\_og\_summer」..... カレーの王子様さん

### カレーEXPOのみチケット制です ※当日会場で販売します



※カレーセット

#### お得なカレーセット券

カレールー・ハーフサイズ 2杯  
+  
ライス 250g 1皿

1,300円 ▶ 1,200円

カレールー・ハーフサイズ単品

500円

ライス単品

300円

City  
Life

シティライフアプリの提示で  
カレーセット券が50円OFFに!

詳しくはカレーEXPOの  
公式WEBをご覧ください。

●カレーEXPOで提供するカレーは、上の写真の盛り付けと異なります。●カレーEXPOではカレールーは全てハーフサイズとなり専用容器で提供いたします。●トッピングは別途有料で、各店ブースにて現金でお支払いください。

## スイーツEXPO & おいもEXPO

スイーツEXPO 検索 <http://sweets-expo.com>

おいもEXPO 検索 <https://oimoexpo.com/>

● [スイーツEXPO]14店舗、[おいもEXPO]6店舗  
● スイーツEXPO、おいもEXPOは現金制となります  
他の参加店はホームページをご覧ください。

プーさんの満腹日記  
Produce by プーさん



人気のグルメブログ「プーさんの満腹日記」のブロガーのプーさん。大阪では知らないスイーツはない! というほどのスイーツ通のプーさん厳選の名店が登場します!

プーさんの満腹日記 検索

ULTIMATECREPES

### クレープ



独自で開発したクレープ生地は口の中で溶けるような食感! 甘すぎないホイップクリームやフルーツとの相性抜群です!

Waffca

### チョコバナナエッグワッフル



エッグワッフルは中ふわ外サクの甘すぎない生地で、その上にチョコチップやバナナをトッピングした一品です。

菓楽

### くずひむろ



「もちっシャリ」の新食感! ひんやりくず餅アイスクリーム『くずひむろ』

LOHAS cafe

### 黒糖かりんとうまんじゅう



外はカリッカリ&サクサク、中はシっとりおいもの甘さだけの新食感。黒糖風味の「かりんとう饅頭」です。

カン口堂

### さつまチップス



パリパリ食感がクセになり、噛みしめるごとにサツマイモ特有の甘みと旨味がじわじわと広がっていきます。

焼き芋専門店 維新蔵

### 焼き芋(さつまミライ) など



100日間熟成させ、独自製法で焼き上げた濃蜜焼き芋。砂糖一切不使用で糖度50度超えの天然スイーツです

### <カレーEXPO 新型コロナウイルス感染拡大防止策> 皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

#### 1 入場について

●マスクの着用をお願いします。●並び列は十分な間隔をとってお並びください。●発熱、せきなどの症状がある方は入場できません。●大声での会話は控えいただき、できるだけ人との距離を空けてください。

#### 2 消毒について

●会場内を定期的にスタッフが巡回し、清掃・消毒等の衛生管理を徹底します。●入場ゲート、出展ブース、トイレなど会場内各所に消毒液を設置します。手指消毒のご協力をお願いします。

#### 3 会場について

●通路は通常より広く確保し、密集・密接を防止します。●店舗ブースは、飛沫感染防止策を徹底します。

その他、新型コロナウイルス感染防止対策の追加事項については、カレーEXPO公式webにてご案内いたします。  
**新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントは中止・変更の場合があります。**





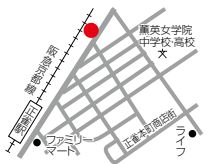
**瞳プレート【チキンカレー】**  
(トロトロ豚バラ・味玉・副菜数種)  
1,050円

**特典**  
アプリのクーポン掲示の上  
各種カレーご注文の方に  
**味玉1/2サービス**  
(6月末まで)

**瞳CURRY.**  
(ヒトミカリードット)

摂津市正雀本町1-40-7  
営/11時半~14時(月~金)、  
17時半~19時半(火水木のみ)  
土日祝定休(土曜はたまに営業)

☎050-3704-1367  
Instagram: hitomi\_curry



トロトロの豚バラがカレーの旨味をアップ

店主のお母様が営む「カラオケ瞳」に間借りして、昨年7月にオープン。8種類のスパイスと、玉ねぎやセロリ、果物などをたっぷり使ったチキンカレーは、酸味と甘みの中にスパイスを感じる。九州の醤油で味付けした甘辛い豚バラや副菜もトッピング。カレー好きなご夫婦のアイデアが詰まったひと皿を味わって。



**【クミン】**  
「カレーのいいにおい」は、クミンの香りが中心。炒ると一層香りが引き立つ。



# カレー好き、集まれ。

No curry, No life

多くの家庭で親しまれているカレーライス。しかし、一言でカレーといってもジャンルは様々。そこで読者の皆さんに好きなカレーのジャンルを聞いてみました。1位はトレンド真っ只中で大阪発祥と言われるスパイスカレー、続いて根強い人気のインドカレー(ナン)、ドロツとしたルウが特徴の欧風カレーがランクイン。アンケート結果と合わせて、タイカレーやレトルトカレー専門店まで幅広く紹介します。

## 読者アンケート (回答者 342人)

### 好きなカレー

1位	スパイスカレー	135人
2位	インドカレー(ナン)	118人
3位	欧風カレー	80人

# スパイスカレー

大阪が発祥と言われているスパイスカレーは、日本独自の文化。多くのお店がオリジナルスパイスを配合し、見た目も鮮やかな副菜にもこだわる。



**【クローブ】**  
甘く濃厚な香りとしびれるような刺激的な風味が特徴のスパイス。

**特典**  
アプリのクーポン掲示の上、  
カレーをご注文の方  
**甘いデザートサービス**  
(6月末まで)



**ネパール食堂  
バルピパル**  
茨木市元町8-17  
営/11時~14時半、  
16時半~21時半 不定休  
☎072-697-9200  
Instagram: \_barpipal\_



**日替わりスパイス  
カレーセット**  
(カレーは3種から選べる)  
770円

ネパール出身のラワットさんが作り出すカレーは「チキンベジタブルカレー」をはじめ、青唐辛子、ミント、パクチーの爽やかな辛さが効いた「ポーク・カフレ」など種類豊富。バスマティライス、ナン、チャパティ、タンンドリーロティから選べるので、その日の気分や組み合わせることができる。副菜には自分の畑で育てた野菜を使うこともある。

ネパールのスパイスカレーも個性豊か



**【カルダモン】**  
「スパイスの女王」と呼ばれ、スパイシーな香りと苦みで爽やかさを演出。

**特典**  
アプリのクーポン掲示の上、  
二種あいがけ全部のせカレーを  
注文の方、**100円OFF**  
(6月末まで)

## グーグー藤カレー

高槻市高槻町9-20  
ブルーピア第一ビル103  
営/11時半~14時半(LO)  
火曜・水曜定休  
☎080-3758-9090  
<https://googoofujicurry.com/>



**二種あいがけ  
全部のせカレー**  
(半熟スパイス卵・副菜4種)  
1,400円

辛さは控えめながら、しっかりとスパイスの香りが感じられるひと皿。小麦粉は使っていないので、胃もたれしないのも特徴だ。定番のグーグーチキンとのあいがけで登場する月替わりカレーは、店主の創作アイデアを楽しむことができる。カレー教室も開催しているのでスパイスづかいを学んで、おうちでも作ってみよう。

# これもおさえておきたい タイカレー

本場の食材でしか出せない味  
具だくさんのグリーンカレー

レモングラスやバイマックル(コブみかんの葉)など香りの良いハーブで作られた本場仕込みのペーストをたっぷり。チキン、パプリカ、茄子、タケノコなど具材も多く、ブランド米であるジャスミンライスがカレーのおいしさを引き立てている。

**特典**  
アプリのクーポン掲示の上、  
ランチメニューご注文の方に  
**ソフトドリンク1杯サービス**  
(6月末まで)



**グリーンカレーセット(ランチ)**  
(サラダ・スープ・デザート付)  
980円

## Asian kitchen LUNA

(アジアキッチン ルーナ)  
高槻市芥川町2-9-15  
営/11時半~14時、  
17時半~23時(LO22時半)  
月曜定休(祝日の場合は翌火曜休み)  
☎072-668-5002  
<https://asiankitchen-luna.com/>







タージマハル エベレスト シマカレー

茨木市春日1-4-12  
 営/11時~15時(LO14時半)、  
 17時~22時半(LO22時)  
 無休

☎072-626-5077  
<https://indian-restaurant-959.business.site/>

チーズナンセット(ランチ)  
 (サラダ・ドリンク付)  
 1,250円



とろけるチーズがナンからはみ出すインパクト抜群のチーズナンセットは、2種のカレーとタンダーで焼き上げるチキンテイカが味わえる。インドで修業を積んだシェフが、現地から取り寄せたスパイスをカレーごとに調合。カレーにはトマトをはじめ、野菜もふんだんに使われているので、旨みを凝縮した味わいが楽しめる。

**特典**  
 アプリのクーポン掲示の上、  
 チーズナンセットをご注文の方  
**50円OFF**  
 (6月末まで)



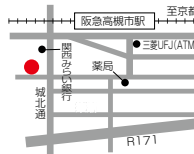
インドカレー  
 India Curry

元々は北インドの宮廷料理といわれているナン。小麦粉を練って発酵させ、かまどで焼いて作る。あわせるルーは少しとろみがあり、濃厚な味が特徴。

Bランチ  
 (サラダ・ドリンク付)  
 990円



**特典**  
 アプリのクーポン掲示の上、  
 ランチセットご注文の方  
 すべてのメニュー**50円OFF**  
 (6月末まで)



Namaste Taj Mahal

高槻店  
 (ナマステ タージマハル)  
 高槻市城北町1-1-6  
 営/11時~14時半、  
 17時~22時半 無休  
 ☎072-674-2312

本場インドから取り寄せたスパイスを独自に調合して作られるカレーはなんと50種類以上。タンダー(石窯)で焼くナンは、ブレインのほか、ガリック、チーズ、オニオン、ハチミツなどバリエーションがあり、プラス200円で好きなものに変更可。夜はサモサ(インド風コロッケ)やシカバブ、チリチキンなどの料理が楽しめる。



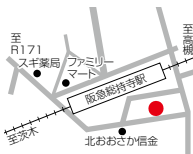
欧風カレー  
 European Curry

ヨーロッパで修業を積んだシェフが、日本人の口に合うように開発したといわれている欧風カレー。長時間煮込みドロップとしたルーが多く、果物や出汁をいれるなど様々なアレンジが行われる。

ロースカツカレー  
 900円  
 自家製スパイススープ  
 150円



**特典**  
 アプリのクーポン掲示の上、  
 各種カレーをご注文の方、  
**ソフトドリンク1杯サービス**  
 (6月末まで)



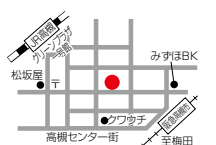
カレーとクッキーのお店  
**INFINITY** (インフィニティ)  
 茨木市中総持寺町10-2  
 営/月~水・金・土曜:  
 11時半~14時(LO13時半)  
 17時半~20時半(LO20時)  
 日曜:11時半~14時(LO13時半)  
 木曜定休  
 ☎090-2107-1027  
<https://natsu-curry.com/>

野菜をいっぱい食べてほしい、という思いから豆のピクルスやトマトチャツネ等の副菜をのせた欧風カレーが味わえる。玉ねぎは80人前を3時間かけて餡色になるまで炒め、カツは仕込みの段階でハーブやスパイスに漬けて込んで、カレーと合う味にするなどひと手間を大切にしている。自家製スパイススープを合わせれば栄養価もアップ。

夜は和屋2nd(かのやセカンド)というバーで、昼間はカレー店に。誰にでも食べやすい欧風カレーを作りたいたいという思いから、いたってシンプルな材料を使い、試作を繰り返してたどり着いた味。フードロス無くしたいと30食限定になっている。定番のベーコンやウインナーのほか、店主の気まぐれトッピングが登場することも。

とろけるチーズがナンからはみ出すインパクト抜群のチーズナンセットは、2種のカレーとタンダーで焼き上げるチキンテイカが味わえる。インドで修業を積んだシェフが、現地から取り寄せたスパイスをカレーごとに調合。カレーにはトマトをはじめ、野菜もふんだんに使われているので、旨みを凝縮した味わいが楽しめる。

**特典**  
 アプリのクーポン掲示の上、  
 各種カレーをご注文の方、  
**ソフトドリンク1杯サービス**  
 (6月末まで)



**SHEEP**  
**カレーHOUSE**  
 (シープカレーハウス)  
 高槻市高槻町11-21  
 西第5ビル 3F  
 営/11時半~14時  
 1日30食限定(無くなり次第終了)  
 火曜・水曜定休  
**Instagram:**  
 sheepcurryhouse

カレー  
 (ベーコントッピング)  
 880円



ご当地レトルトカレーがいっぱい

カレーなる本棚®

本棚から本を選ぶように好きなレトルトカレーを選べる



本棚に本が並んでいるようにレトルトカレーの箱が陳列されている「カレーなる本棚®」。全国各地の個性豊かなご当地レトルトカレーがセレクトされていてその数は約300種類。辛口、甘口、ビーフ、チキンなどそれぞれの好みに合わせて選べるのが魅力。どのカレーにしようか迷ってしまう人は、スタッフに自分の好みを伝えて相談すれば、新たな発見があるはず。



かきカレー 中辛  
 (レインボー食品)  
 540円

広島県産かきをソテーオニオンと牛乳、バター、ココナツミルクで仕上げカレーソースで煮込んだ「かきカレー」。ルーにかきのエキスや出汁をしっかり感じることができる。



大人のためのビーフカレー  
 (キタノセレクション)  
 399円

北野エースのオリジナルビーフカレー。3種類のカレー粉を使用し、リンゴビュレ、フルーツベアトチャツネで、ほのかな酸味と辛さ、旨みのあるルーに仕上げた一品。

※価格は掲載時のものです

カレーなる本棚®  
**北野エース**  
**高槻阪急店**

高槻市白梅町4-1  
 高槻阪急地階 食料品売場  
 営/午前10時~午後8時

☎072-669-8127  
<https://www.ace-group.co.jp/>







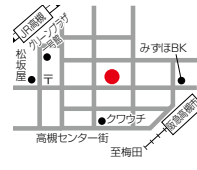
### 鮮度抜群の豪華海鮮丼ランチ 大人気につき本格スタート

国産ふぐ料理で有名な同店。昨年に期間限定でオープンしていた「海鮮丼ランチ」が、大好評、再開希望の声を受けて5月から本格スタート。本マグロや真鯛、上サーモンを使った丼に加え、季節の一品や天ぷらの盛合せ、赤出汁が付いてこの値段はお得。夜は捌きたてのふぐが楽しめる「ふぐ鍋」コースが通常営業中!新鮮な海鮮食べるならふぐ義にいこう。



#### 高槻活ふぐ料理専門店 二代目 ぶく義

高槻市高槻町11-21  
 営/ 昼11時半~14時  
 (海鮮丼ランチは火曜~日曜)  
 夜17時~23時(入店21時まで)  
 月曜定休日(祝日の場合は営業)  
 ※状況により営業時間の変更あり  
 電話にて確認してください  
 禁煙



☎072-681-9515

- Menu
- 刺身定食..... 1,500円
  - 海鮮丼..... 1,800円
  - 鮭の親子丼..... 2,200円
  - 活てっちりコース..... 5,500円  
(てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、雑炊)
  - 人気!二代目ぶく義コース..... 7,150円  
(てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、唐揚げ、雑炊)
- 特典  
 「シティライフを見た」で  
 ●お会計から**夜5%OFF**  
 (5月末まで) ※特典併用不可



### 4月27日(水)にOPEN 新感覚バナナジュース専門店

4月27日に高槻市浦堂にオープンするcafe ZOO/funky Banana。「賞味期限30分のファンキーバナナジュース」は、全国でジリジリと注目度が上がっている新感覚のジュースで、バナナ2本をまるごと使い、自分好みの食感に揉み潰して調整することができる。シンプルなパッケージに抜群のビジュアルで思わず写真を撮りたくなる。北摂初の新感覚バナナジュースを飲みにいこう。

パッケージもシンプルで写真映え間違いなし



- Menu
- ファンキーバナナ..... 600円
  - チョコバナナ..... 750円
  - いちご練乳バナナ..... 750円
  - マンゴーバナナ..... 750円
  - 青汁バナナ..... 750円
- 特典  
 「シティライフを見た」で  
 ●ファンキーバナナ..... 600円→**500円**  
 (5月末まで)

#### cafe ZOO/funky Banana

<カフェズー/ファンキーバナナ>  
 高槻市浦堂3-2-1  
 丸正ビル  
 営/11時~19時  
 不定休



公式Instagramはコチラから  
 公式LINEはコチラから



## 読者プレゼント

CityLifeのアンケートにお答えいただいた方に抽選で下記の賞品が当たります。

**今村翔吾著「幸村を討て」直筆サイン本**  
5名

**大人の女性向けメガネ「ココロト」**  
(23,800円相当)  
2名

**さくらサーカス A席 無料招待券**  
10名

**カフェ&バイク「シャガール」ペアランチ券**  
2組

**高槻活ふぐ専門店 二代目ぶく義 ペアランチ券 (3,000円分)**  
5組

**健民ダイニング ビリ辛汁ビーフン&焼ビーフンシリーズ 7食詰め合わせ**  
5名

**木工作家手作りの桜と木のスプーン (2本セット 5,000円相当)**  
1名

応募方法・賞品詳細は右記QRコードをチェック  
 応募締め切り: **5/22(日)** まで  
**「シャガール」ペアランチ券のみ**  
 応募締め切りは**5/10(火)**  
 プレゼントの当選は発送をもって代えさせていただきます

# 北摂グルメGUIDE



### ミートモリタ屋直営の焼肉店 上質な黒毛和牛をどうぞ

高槻を中心にスーパーを展開するミートモリタ屋グループの牛地蔵。厳選された上質な黒毛和牛を直営店ならではのリーズナブルな価格で食べられる。古民家を改築した趣あふれる店内で個室も多数あり。

- Menu
- ランチコース..... 1,650円~
  - ディナーコース..... 5,500円~
  - 和牛焼肉重(平日限定)..... 1,650円
- 特典  
 「シティライフを見た」と予約で  
**和牛焼肉重が1,320円に**  
 ※5/24まで、平日ランチタイム、予約限定  
 他サービス併用不可

牛地蔵  
 高槻市南平台3丁目27-15  
 営/ランチ11時~15時(L.O14時)  
 ディナー17時~21時(L.O20時)  
 Pあり(モリタ屋南平台店と共用)  
 ☎0120-232-949



### 人気グルメブログ プーさんの満腹日記の 旨いもんを喰らう!!

このコーナーは、美味しい店を知り尽くすグルメブロガー「プーさん」からの、おすすめグルメ情報を紹介していきます。ブログもチェックしてみてください。

vol.86 **酢豚800円 春巻き800円 炒飯600円**

ブログは「プーさんの満腹日記」で検索  
 インスタグラム更新中!  
 @pu\_san\_manpuku  
 ブログ未記載のウルトラメチャ旨いお店も!



最近、町中華にハマっていて、前から気になっていた『中華料理 天平』に行ってきました。いつもは肉団子甘酢を頼むのですが、今回は「酢豚」にしました。豚肉は大きくて量も多くてボリューム満点ですね。ではでは一口。ウルトラメチャ旨い! 餡の甘酸っぱさが僕的にはドストライク。野菜も絶妙な火入れ具合で、バランスがいいですね。続いて「春巻」をいただきました。これもウルトラメチャ旨い。玉葱の甘みが引き立った餡は癖になる美味しさです。あまりの美味しさに白ご飯を注文しそうになりましたが、メには「炒飯」を! シットリ系の炒飯は、絶妙な塩加減で野菜もたっぷり入っていてウルトラメチャ旨い! 初めて食べるにきましたが、もっと早く行っとけば良かったと思いました。是非食べに行ってみてください。

取材協力 **中華料理 天平**

高槻市富田町5-27-21  
 営/11時半~14時半  
 17時~21時  
 水曜定休  
 ☎072-695-3448

MENU

- 酢豚..... 800円
- 春巻..... 800円
- 炒飯..... 600円
- 肉団子の甘酢..... 800円
- 鶏の唐揚げ..... 800円

## EXPOCITY サステナブル・マルシェ

Sustainable Marche

入場無料

日程 2022/4/30(土) 10:00~17:00 場所 空の広場

EXPOCITYでサステナブルなマルシェを開催します!  
 地元北摂の野菜・果物や玉子、北摂ゆかりの名産品が大集合。美味しさそのまま「訳あり」青果、食材も登場します。

**北摂の野菜**  
渡邊ファーム

北摂の伝統野菜を守る渡邊ファームは摂津の生産者。今回出品してくれるのは、玉ねぎ、スナップエンドウ、じゃがいも、クレスンなど。自家栽培のもち米を使用した「おかき」も販売します。

**柚子加工品**  
ゆらぎスタイル

箕面の奥深い里山で栽培されている「実生(みしょう)ゆず」。1300年の歴史がある国内柑橘系の原種とされます。この柚子を使用したジャムやフリーズドライ、フルーツ酢などを出品します。

**米粉**  
TAKAYA

高槻産ヒノヒカリ米で作った高槻市清水地域ブランド米粉「清水っ粉」をはじめ、米粉のパンケーキミックス・唐揚げ粉・米粉めんを出品。しっとり、もちもち、地産地消で体に優しい食材をぜひ。

※掲載内容は予告なく変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。





北欧バルト三国の中で最も北にあるエストニア。人との関係性や空間づくりを大切にしている彼らの文化には、コロナ禍で自宅での時間が見直されている今だからこそ取り入れたいヒントがたくさんあります。そこで、エストニアの事情に詳しいkeyさんに、文化や暮らしについて紹介してもらいます。

navigator

key さん

2018年、北欧エストニアで、当時大学生起業家だった熊谷宏人とNext innovation OÜを共同創業。エストニアと日本を、ヒト・モノ・コト情報で繋ぐベンチャー会社として活動している。



エストニアに学ぶ  
**ロハスな暮らし**  
Lohas Life Learned from Estonia

【今月のテーマ】 おやつ文化について



左)エストニアも日本と同じく、親子で料理やおやつづくりを楽しむことが多い。下)自国で採れた食材を使う文化が根付いている。左下)Chocokoo(ショココ)のBean to BarチョコレートはNAGI LIVINGで購入可。



前号では食文化についてお話ししましたが、今月はおやつに焦点をあてて紹介します。エストニアでは、産地や生産者の顔が見えることや、自国で採れた食材を選ぶことが、何より安心安全だという考え方が根付いています。この考えは食事だけでなく、おやつにも反映されています。

代表的なおやつといえばチョコレートが挙げられます。国民一人あたりの消費量は世界上位に毎年ランキングするほどです。「BeantoBar」という、メーカーが直接農園に赴き、品質や労働環境を吟味してフェアトレードで豆を調達し、製造までを一貫して管理するスタイルが注目されています。そんなおやつを選んでみるのはいかがでしょう。

「BeantoBar」で作られたチョコレートは、高品質な有名ショコラティエが手掛ける「Chocokoo」材料は世界各地から厳選したカカオ豆とカカオバター、きび砂糖だけを使い、カカオ豆本来の風味を楽しめる逸品です。

「BeantoBar」が支持されるのは、彼らが自然をとっても大切にしているからです。エストニアのおやつ文化からは、味はもちろん素材選びにもこだわりの姿勢を見取ることが出来ます。日本でもSDGsについて考える機会が増えているので、お手本にできる点は多いでしょう。彼らから学び、体にも自然にも優しいおやつを選んでみるのはいかがでしょう。



keyさんが教えてくれるエストニアの文化はCity Life News Webでさらに詳しく紹介しています

**NAGI LIVING**

箕面市今宮3-26-28  
営/10時半~18時半  
火水曜定休  
☎072-737-6166  
https://nagiliving.com



**エストニアの商品に出会える NAGI LIVING**

**ダイニングテーブルRAGUA II**  
(169,400円~)

天然の耳を使用し、無垢材の表情を活かした一枚板風のテーブル。人数に合わせた豊富なサイズバリエーションも。

**Chocokoo Bean to Bar chocolate**  
(1,890円)

材料はカカオ豆・カカオバター・きび砂糖のみと極めてシンプル。豆ごとの甘さやフルーティーな風味の違いが際立つ。

**Herb tea "JOUR"**  
(1,320円)

NAGI LIVINGオリジナルのハーブティー。気分によって選べるフレーバーは、頭をクリアにし集中できる「JOUR」と緊張をほぐしリラックスできる「SOIR」の2種類。

**Herb tea "SOIR"**  
(1,320円)

家具やインテリア、雑貨などエストニアをはじめとした北欧テイストの様々なアイテムが揃う。機能性を重視したミニマムなデザインの中に面白みがあるエストニアのエッセンスは、日本とも共通する点があり、取り入れやすい。

**濱田 祐太郎**

Instagramはコチラ

1989年9月8日生まれ、兵庫県出身。2013年にデビューし、ピン芸人日本一を決めるR-1ぐらんぷり2018で優勝を果たした。先天性緑内障のため生まれつき左目が見えず、右目の視力も今は明るさを感じる程度。視覚障がい者の日常をユーモアを交えて語るネタが持ち味。

# よしもと芸人が書く 好き勝手コラム

4月号から始まった、よしもと芸人さんが月替りで綴るコラム企画。  
テーマは、日常で感じたことや趣味など様々。個性豊かな芸人さんの頭の中を覗いてみよう。

## 「濱田祐太郎の スタンドアップ コメディエーライフ」

みなさん初めまして、お笑い芸人の濱田祐太郎です。僕のことをこのコラムで初めて知る人もいると思うので、少し自己紹介しますね。僕は生まれつき目が悪く、今は殆ど見えていないと言った視覚障がい者の芸人です。目が見えないので、僕にとってキヤラ弁はただ中身の散らかった弁当ですね。

目が見えないと言っても、なかなか想像しにくいかもしれません。例えばこれを読んでいるみなさんは、大切な人の顔を思い浮かべてくださいと言われれば思い浮かべることが出来るでしょうか？でも僕は人の顔をほつきり見たことがなく、大切な人の顔を思い浮かべることが出来ません。ちなみに、主婦のみなさんはちゃんと旦那さんの顔が思い浮かびましたか？(笑)さて、今回は新しいことを始めるとなかなかうまくいかないなあとという話をしたいと思います。去年から僕はインスタグラムをやっています。iPadで写真を撮ってコメントをつけて投稿しています。iPadは画面の文字を音声で読み上げてくれるので、フォロワーからコメントが書き込まれていたら分かります。ただ、写真がどんな風に撮れているかは見えないので、うまく撮

れているかどうかはそのとき次第です。初投稿の時は「ちゃんと撮れているかな？これで本当に投稿出来るのかな？」と少し緊張しました。「自分の顔を自撮りしました」とコメントをつけて投稿したのですが、内側を写すカメラと外側を写すカメラが切り替わってなかつたんですね、フォロワーから「床が写っていますよ」と突っ込まれてしまいました。こういう突っ込みがあるのも、とても楽しくありがたいなあと思っています。他にもファンの方からお菓子の差し入れを貰った時に、家でそのお菓子の写真を撮って「お菓子を貰いました」と投稿したら、またカメラが逆になつていたので、フォロワーから「写っているのは濱田さんの胸毛じゃないですか？」と突っ込まれました。逆に偶然ともいい写真が撮れていたときはフォロワーに「バッチリ撮れていますよ。濱田さん本当は見えていないよ」といじられたりします。自分は堅苦しいのが嫌いなので、こういうコメントも大好きで嬉しいんです。最近は少しずつ慣れてきましたが、よかつたら1度僕のインスタをのぞいてみてくださいね。

さあ、今回は新しいことを始めるとなかなかうまく

**おすすめイベント RECOMMEND EVENT**

**よしもとお笑いライブ in 吹田**  
M-1で大活躍した実力派漫才師大集合&寛平・内場・石田の爆笑新喜劇SP

**5/14 [土]**  
①開演12時~ ②開演16時半~  
※開場は1時間前  
吹田市文化会館メイシアター 大ホール  
【出演】銀シャリ・ミルクボーイ 他

**よしもとお笑いライブ+ 東京爆ウケ大喜利 in 寝屋川**

**5/22 [日]**  
開演14時~ ※開場は1時間前  
寝屋川市立市民会館 大ホール  
【出演】アインシュタイン、ネルソンズ ZAZY、オズワルド 他

次回の担当 **諸見里大介**



SOCIAL

直木賞作家・今村翔吾さんが  
全国お礼行脚へ

箕面市の書店「きのしたブックセンター」を経営する、直木賞作家の今村翔吾さんが、全国47都道府県を回り受賞の感謝を伝える「今村翔吾のまつり旅」を企画している。書店や学校、社会福祉施設などを訪れ、サイン会やトークショーなどを行う予定。費用は無料。

今村さんは今年1月、時代小説「塞王の楯」(集英社)で第166回直木賞を受賞。記者会見で「時勢を見て、今年中に47都道府県の書店にお礼に回りたい」と語っていた。その言葉通り、5月末から100日ほどで離島を含め250カ所以上の訪問先を訪れる。

「一度も自宅に帰らず、一気に回る予定です。移動中も机を設置したワゴン車でずっと執筆を行います。『本当にやるの



作家の今村翔吾さん。経営する「きのしたブックセンター」で。

か』『馬鹿だろう』という声が聞こえてきそうです。その通り馬鹿なのでしょう(笑)」

受賞式で「文学賞はお祭りだと思う」と話した今村さん。「私にとっての祭りはまだ終わっておらず、むしろここから。いまだ見ぬ地、いまだ見ぬ人に、出会えることを心より楽しみにし、走り抜けて参ります」と思いを語った。



6月号から  
今村翔吾さんのコラム連載がスタート!

次号から本紙にて今村翔吾さんのコラム連載が始まります。暮らしの中で感じたことや、ふとした思いなど、歴史小説家がつづるエッセイをお楽しみに!



今村翔吾著「幸村を討て」の  
サイン本をプレゼント

受賞第一作「幸村を討て」(中央公論新社)のサイン本を5名さまにプレゼント。応募方法など詳細はP.24をチェック。

コラム  
COLUMN

梅花から「令和」を込めて

立夏

日本の四季は、二十四節気が定着すると歌に詠まれはじめます。五月五日は、「こどもの日」と答える方が多いと思いますが、「立夏」でもあり……。田植えの季節に入ります。万葉の時代では、藤原夫人が、次の歌を詠んでいるのが早い例になります。

ほととぎすいたくな鳴きそ汝が声を  
五月の玉にあへ貴くまでに  
霍鳥鳥 痛莫鳴 汝音乎  
五月玉尔 相貫左右二

(巻8・1465番歌)

「ほととぎすよ、そんはに激しく鳴くな。お前の声を、五月(五日)の薬玉に貫き通すことができる日まで」と。ほととぎすは、夏を迎える頃に「テッペンカケタカ」と鳴きはじめます。ただ、歌の詠まれた年は陽気が良かったのでしょうか、節日を迎える前だというのに、ほととぎすが勢いよく鳴きすぎて、立夏までに鳴き終わってしまいはしないかと、作者は心配しているようです。「五月の玉」とは、五日の節句に飾る薬玉のことです。命が長くあることを祈って、香薬を錦の袋に入れ、菖蒲・蓬・橘の実などを玉の代わりに付けて五色の糸を垂らしたものでした。ほととぎすの鳴き声が、ちょうど薬玉を貫くように聞こえてくるところに、初夏の季節が表現されています。

ほととぎすがなかなか鳴かない年もあるようで、「ほととぎすよ、お前の初音は私によこさない、五月の薬玉に交えて貫きましよう」

—最終回—

市瀬先生のご活躍は、<http://kmanyosakura.ne.jp/> (万葉考房)でご覧いただけます。

ほととぎす汝が初声は我にこそ  
五月の玉に交へて貫かむ  
霍鳥鳥 汝始音者 於吾欲得  
五月之珠尔 交而貫貴

(巻10・1939番歌)

と、楽しみに待つ歌もあります。

フェチなのは、『万葉集』を編んだといわれる大伴家持。

あしひきの山も近きをほととぎす  
月立つまでになにか来鳴かぬ  
多安思比奇能 夜麻毛知可吉乎  
保登等藝須 都奇多都麻泥尔  
奈仁加吉奈可奴

(17・三九八三)

「(あしひきの)山も近いというのに、ほととぎすが月も変わるのにどうして来て鳴かないのだ」と、前月から詠み、「ほととぎすが立夏の日に鳴くのは当前だ」とまで注記しています。

新緑の美しい季節です。初夏を楽しみたいですね。

TEXT

梅花女子大学教授 市瀬 雅之

現代訳から原文までを用いて『万葉集』に文学を楽しむほか、『古事記』や『日本書紀』等に日本神話や説話、古代史をわかりやすく読み解く。中京大学大学院修了 博士(文学)。著書に『大伴家持論 文学と氏族伝説』おうふう 1997年、『万葉集編纂論』おうふう 2007年、『北大阪に眠る古代天皇と貴族たち 記紀万葉の歴史と文学』梅花学園生涯学習センター公開講座ブックレット 2010年。ほか執筆・講演・講座多数

FM COCOLO X CITYLIFE 音楽のCOCOLO Vol.34

FM COCOLOの人気DJが  
季節やテーマに合わせた音楽を紹介。

radiko なら、パソコン・スマートフォン  
でFM COCOLOが無料でクリアに聴ける!

FM COCOLO  
WHOLE EARTH STATION

コロナ禍で失った希望や意欲を  
一気に高めてくれる一枚



ALBUM  
「HIGHER」  
—  
ARTIST  
Michael Bublé  
(マイケル・ブーブレ)

冒頭から突き抜ける輝かしい歌声が響き、コロナ禍で失った希望や意欲を一気に高めてくれる。さすが21世紀のフランク・シナトラとデビュー当時に言われた、全世界を魅了するマイケル・ブーブレ! この4年ぶり11枚目となる新作では、更なる美しい響きを聴かせてくれる。息子が長年葛藤していた癌も克服し、マイケルはやっと新しいことに挑戦できた。偉大な想像力を持つミュージシャンと共に取り組みながら、自分自身をより深く掘り下げ、自分を完全に解放できたようだ。プロデューサーを務めたポール・マッカートニーの曲、ウィリー・ネルソンとの心温まるデュエット、新たに解釈したジャズ・スタンダード、サム・クックやバリー・ホワイト作曲のカバーとオリジナル曲と内容は盛りだくさん。影響を受けたアーティストや音楽界のアイドルへもオマージュをしながら、現在混沌としている世の中へ、トンネルを抜けた時の灯りを提供する。

Michael Bublé/マイケル・ブーブレ。1975年生まれ。カナダ出身。2005年にセルフ・タイトルのデビュー・アルバム『Michael Bublé』をリリース。2011年のアルバム『Christmas』は、数十億の売上とストリーミング再生回数を獲得し、さらに2018年にリリースしたスタジオ・アルバム『LOVE』は、米ビルボード・チャートTOP200で1位を獲得。

SELECT DJ

Chris  
(クリス)



Chris (クリス) プロフィール/10月29日生まれ。米国ニューヨーク育ち。22歳に来日し、以来日本在住。FM COCOLOでのDJほか、ナレーター、イベントの司会やプロデューサー、翻訳など多方面で活躍。ジャンルにこだわらない音楽好きで、ジャズはもちろんなこと、クラシックやポップス・ロック(とくにプログレ)にも造詣が深い。担当番組は「COCOLO Earth Colors -ENGLISH-」(水) 20:00~21:00 番組Twitter @earth\_colors\_english 「World Jazz Warehouse」(日) 23:00~24:00

俳句  
/ HAIKU

「優秀賞」

地下街でふ鏡の國をぬけて春

和泉市 押見 げげ

3月25日締切りでご投句いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んいただきました。

「入選」

囀や母の小さき玩具箱

吹田市 秋山 寛

季語によってお母さんの玩具箱の存在がぐんと大きくなりました。

暖かや空へ小枝の産毛めく

茨木市 暖井 むゆき

「産毛めく」で空へ突き出す小枝が春の到来の喜びを伝えています。

よもぎ餅香りと共に電車待つ

豊中市 東村 美紀

蓬餅の香に癒されている姿がそこはかと感じられ、気持ちよいです。

春眠の夢の中なる探しもの

豊中市 上杉 千代子

井上陽水の歌を思い出しました。気持ちよい春の眠りとはこんなもの。

春望なり防空壕も我が庭も

豊中市 田村 由紀子

空爆や難民のニュースが途切れません。時事俳句もまた貴重です。

「佳作」

居酒屋に踏切の音木の芽和え

吹田市 高嶋 文範

暖かやいつも行き合ふこのあたり

茨木市 河本 要

ひともとの双葉の雫落ちにけり

高槻市 青木 幹子

ままごとの客となりたり地虫出づ

西宮市 青木 淳子

陽炎のやつなるものか物忘れ

茨木市 廣田 静子

「つぶやき評」  
コロナ禍は続いています。感染対策をして俳句活動は続けたいと思つてい

ます。自然の中にわが身を置いて、展開される自然、人間も含めての姿を言葉で描くこと。そうすれば季節が必ず寄り添ってくれることでしょう。

SELECT



1955年 神戸市生まれ。1980年「青」に入会。波多野爽波に師事。2000年「ゆう」入会。田中裕明に師事。編集担当。2010年俳誌「秋草」を創刊し主宰。毎月発行。句集に『書信』『讀本』『木簡』がある。2018年句集『木簡』で読売文学賞受賞。日本文藝家協会会員。

選者  
山口 昭男  
やまくち あきお

【俳句の応募方法】  
氏名・住所・年齢・明記のうえ、ハガキ、封書、FAX、下記の応募フォームのいずれかから応募ください。

【宛先】  
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23  
株式会社シティライフNEW 俳句係まで  
FAX 06-6368-3505

【応募フォーム】  
<https://pro.form-mailer.jp/fms/f413b102177160>



※締め切りは毎月25日必着 ※いずれも一人5句まで  
※掲載は次々号となります  
※佳作は掲載をもって発表とさせていただきます。  
※お名前と作品を掲載します。



# City Life NEWS

全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか？身近に起きた出来事やトレンドなど、幅広い分野のニュースを紹介していきます。ネットでもさまざまなニュースを紹介しています。



シティライフNEWS  
で検索

## MONTHLY OF TOPICS

### 箕面市船場東が商業地で上昇率1位に

国土交通省は3月22日、昨年1年間の地価の動向を示す2022年の公示地価を発表した。新型コロナの影響はあるものの、府内の住宅地の平均変動率はプラス0.1%となり、2年ぶりに上昇に転じた。一方、商業地はマイナス0.2%と、2年連続の下落。北摂では、住宅地、商業地ともに全市でプラスとなった。今回の結果について不動産鑑定士の中村光伸さんに話を聞いた。



ひびき不動産鑑定株式会社  
不動産鑑定士 中村光伸さん

#### マンション用地が住宅地の地価上昇をけん引

公示地価とは、毎年国土交通省が発表する1月1日時点の1㎡あたりの土地価格で、土地取引や公共事業用地取得の参考にされる。

府内の住宅地は、継続調査している1,234地点のうち、473地点(38.3%)で価格が上昇、379地点(30.7%)で横ばい、382地点(31.0%)で下落した。平均変動率は前年のマイナス0.5%からプラス0.1%と回復。大阪市内を中心に、マンション用地としての需要が高い

住宅地や、交通の利便性などが優れる住宅地の価格が上昇した。府内の上昇率トップ10のうち、8地点がマンション用地となった(表1)。北大阪地域の住宅地では、10市町のうち8市町で変動率がプラスとなり、前年マイナスだった吹田市、摂津市、高槻市もプラスに転じた(表2)。

「府下を見渡すと、住みやすく便利な大阪市内中心部や北摂エリアは人口が増加傾向にあり、それに連動して地価も上昇していると考えられます。特に、需要が強いマンション用地が上昇をけん引する形になりました」(中村さん)

【表1】住宅地の上昇率順位表(大阪府)

「松原-3」「箕面-19」を除く8地点がマンション用地。「松原-3」は昨年、大型商業施設「セブンパーク天美」が開業したことが価格上昇の要因のひとつ。「箕面-19」は「箕面船場阪大前駅」の新設が要因のひとつとみられる。

順位	標準地番号	2021年価格(円/㎡)	2022年価格(円/㎡)	変動率(%)	所在地
1	大阪天王寺-6	802,000	855,000	6.6	大阪市天王寺区上汐4丁目4番2
2	大阪中央-3	724,000	771,000	6.5	大阪市中央区上町1丁目15番2
3	大阪西-1	663,000	703,000	6.0	大阪市西区北堀江4丁目7番
4	堺北-9	210,000	220,000	4.8	堺市北区新金岡町2丁目5番9
5	松原-3	171,000	179,000	4.7	松原市天美東6丁目183番7
6	大阪北-3	728,000	760,000	4.4	大阪市北区紅梅町125番
7	東大阪-42	297,000	310,000	4.4	東大阪市内小阪1丁目217番3
8	箕面-19	230,000	240,000	4.3	箕面市船場西1丁目20番9
9	吹田-9	305,000	316,000	3.6	吹田市桃山台2丁目4番2
10	大阪城東-17	284,000	294,000	3.5	大阪市城東区中央2丁目12番1

【表2】市区町村別対前年平均変動率表

地域	市町村	住宅地		商業地	
		2021年	2022年	2021年	2022年
大阪市		△0.1	0.6	△4.4	△1.1
能勢町		△2.9	△2.2	—	—
豊能町		△2.5	△1.5	—	—
北大阪地域	箕面市	0.5	0.9	2.7	2.4
	池田市	0.1	0.4	1.3	1.6
	豊中市	0.0	0.5	0.2	0.5
	吹田市	△0.2	0.4	△2.0	0.8
	摂津市	△0.4	0.0	△0.1	0.3
	茨木市	0.1	0.3	1.1	1.1
	高槻市	△0.2	0.2	0.9	1.3
	島本町	0.4	0.8	0.4	0.4
北大阪地域 平均		△0.1	0.4	0.2	1.0

北摂はすべてプラスに回復

#### 「箕面船場阪大前駅」の新設により商業地で上昇率が1位に

府内の商業地は、平均変動率が前年のマイナス2.1%からマイナス0.2%となり、下落幅は縮小。マンション開発の期待が見込まれる駅前の商業地や、立地条件のよい地域では地価は上昇した。一方、インバウンド需要の影響が大きかった、ホテルや飲食店などが集まる大阪市内中心部では、消費の低迷や空き店舗が多くみられることなどから下落が続いた。

商業地で特に注目されるのは府内で上昇率1位となった「箕面市船場東3丁目1番1」。

北大阪急行の延伸により2023年度に「箕面船場阪大前駅」が新設されることで、前年から7.5%の上昇となった。6位の「箕面市白島1丁目1048番外」も、延伸事業で「箕面萱野駅」が新設される影響もあり価格が上昇。駅前の再整備などが進んでおり、繁華性が高まっているという(表3)。

「府内の商業地全体の動向としては、コロナの影響が一番強く表れた昨年と比べると、やや回復しつつある」と中村さん。「大阪は万博やIR(統合型リゾート)が予定されており、長い目でみればポテンシャルの高い町です。インバウンド需要が戻ればさらに回復への期待感が高まると考えられます」と話している。

【表3】商業地の上昇率順位表(大阪府)

延伸事業の影響で、箕面市の地点が1位と6位にランクイン。2位の「高槻5-3」は、敷地に接する前面道路が2021年3月末に拡幅されたことが価格上昇の要因のひとつと考えられる。

順位	標準地番号	2021年価格(円/㎡)	2022年価格(円/㎡)	変動率(%)	所在地
1	箕面5-4	530,000	570,000	7.5	箕面市船場東3丁目1番1
2	高槻5-3	242,000	252,000	4.1	高槻市富田町3丁目29番8
3	堺堺5-4	343,000	355,000	3.5	堺市堺区大町西1丁目7番外
4	堺南5-1	150,000	155,000	3.3	堺市南区三原台1丁目1番1
5	大阪中央5-6	970,000	1,000,000	3.1	大阪市中央区大手通2丁目59番
6	箕面5-6	325,000	335,000	3.1	箕面市白島1丁目1048番外
7	泉佐野5-4	85,500	88,100	3.0	泉佐野市中町3丁目6586番1外
8	大阪都島5-2	486,000	500,000	2.9	大阪市都島区片町1丁目3番50
9	堺中5-1	140,000	144,000	2.9	堺市中区深井清水町3484番外
10	堺堺5-1	733,000	753,000	2.7	堺市堺区北瓦町2丁目14番1外

※表1～3は「令和4年地価公示の結果について」(大阪府) (https://www.pref.osaka.lg.jp/attach/51113/00017855/houdouR4.pdf)をもとに作成



### 吹田市がウクライナからの避難民の受け入れを実施 市内の企業もサポートへ

持続可能な開発目標である『SDGs』。環境的な問題のほかにも、誰もが安心して暮らせる世の中にする事は、重要な目標のひとつだ。

ロシアによる侵攻を受けて、ウクライナから国外に避難した人の数は450万人を超えている(4月11日現在)。日本にもすでに400人が入国し、4月5日には政府専用機でウクライナから20人が到着した。

その中で吹田市が受け入れを表明したウクライナ人の30代女性と13歳の子ども2人が、同市が準備した市営住宅の一室で滞在を始めた。

この受け入れは女性の母親が吹田に暮らしていることから、同市に申請して実現。住居は確保できたが、実際に暮らすとなると食料はもちろん、生活用品が必要になる。そこで地元企業もサポートに乗り出した。

日用品の製造・販売を手掛けるトップ産業(吹田市豊津町)は寝具や調理器具などを支援。同社代表の松岡康博さんは「3月24日に後藤圭二市長を表敬訪問した

際に、受け入れの話を知りました。自社の製品でこういった支援ができるのは、ありがたいことだと、すぐに社に戻って、社員と一緒に必要なものを、いろいろと選ばせていただきました」と話す。

実際に支援品を届けた同社総務部の佐々木隆治さんは「あれもこれもと詰め込んだらダンボール5箱分くらいの量になりましたが、お二人はとても喜んでくださいました。当社の製品は、使いやすさを重視したアイデア商品なので、身振り手振りでご説明すると感心していただいたり、笑顔になられて、こちらもうれしかったです」。

しかし問題はこれから。ウクライナの情勢次第で、どれくらいの滞在になるのか見通しが立たないため、子どもの就学や女性の就職などの課題が残る。松岡社長は「言葉の壁もあり、いろいろ大変だと思い

| PROFILE |

**トップ産業株式会社**

今年で創業54年。もともと和装袋物メーカーとして『和装バッグ』のヒットをきっかけに、世の中が求めるモノづくりを追求。写真は社長の松岡康博さん(左)と総務部の佐々木隆治さん(右)。

吹田市豊津町12-43 TEL.06-6387-2141

ますが、私たちとしては、今後もこういった機会があれば、市と協力しながら支援させていただきます」と話す。



フライパンやボウル、カトラリー、水洗いカゴから洗濯ピンチハンガー、肌掛け布団まで同社が取り扱う生活用品が届けられた。

**16 平和と公正をすべての人に**

ウクライナからの避難民が、安定した生活が開始できるよう、市と協力して支援を行なっている。

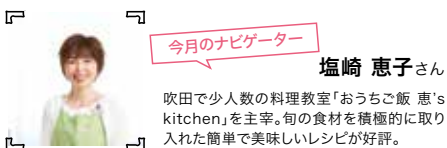
SDGsとは「持続可能な開発目標」のこと。2015年の国連サミットで採択された。2030年までに持続可能でより良い世界を目指す国際目標だ。地球上で「誰一人取り残さない」社会を実現するため、17の目標と169のターゲットを設定している。



旬のおいしさと  
作り手の想いをお届けする

TAKATSUKI  
FOOD  
マルシェ

日々の暮らしの中心にある“食”。食べることは、生きるためだけでなく、心豊かな暮らしを送るためにも欠かせません。こだわりの食生活を提案するナビゲーターが、“食”を楽しむためのあれこれをお教えます。5月は吹田で料理教室を主宰する塩崎恵子さんに、新鮮な魚介類を使ったレシピを教してもらいます。



今が旬の魚介類を使った簡単レシピ

春から初夏にかけて様々な野菜が収穫を迎えますが、魚介類も見逃せません。代表魚として、カツオやサワラ、鯛、しらすが挙げられます。「魚料理」という調理が大変なイメージをしがちですが、これらの魚は扱いやすく、和洋中問わずさまざまなレシピに活用できます。さらに今回は、余りがちな食材を活用したり、レンジ一つでできる簡単なレシピをお教えます。旬ならではの味わいを楽しんでみませんか。

キッチンステージでナビゲート

5/13[金]~15[日]  
各日 午後1時、午後3時の2回(各回約30分)  
場所:地階 食料品売場 キッチンステージ

カツオのたたきを使った中華風サラダや、しらすピザなどのレシピが登場予定。



WEBでさらに詳しく

塩崎さんが提案するレシピの詳細はWEBをご覧ください。



高槻阪急

高槻市白梅町4-1  
営/午前10時~午後8時  
※営業時間は変更になる場合がございます。  
☎072-683-0111



庭木1本から承ります!



お客様とのお約束

- ☆庭木1本より明瞭料金
- ☆土日でもOKです
- ☆トイレはお借りしません
- ☆お茶はご遠慮します

シティライフをご覧の方へ

生垣剪定幅1m(高さ2m)  
通常 2,200円を **先着10名様** (税込) **1,100円**

見積無料

1本からの  
お庭サービス **ガーデンエクスプレス**  
大阪支店/茨木市桑田町4-1 営業時間/9:00~17:00 ☎072-665-8371

後悔しないための  
賢い家づくり勉強会

参加無料 予約制 キッズルーム有  
-要予約-

—こんな事が学べます—

- ☑ ハウスメーカー?工務店?あなたに合った住宅の選び方
- ☑ 性能デザインを下げずに価格だけ下げる方法とは?
- ☑ 2025年の建築基準法 省エネ基準義務化とは?
- ☑ 良いプランと悪いプランの簡単な見分け方?
- ☑ 賢い土地選びのポイントとは?

家づくりの「ものさし」を持つ!!

全国一斉  
約60カ所同時開催

- 第42回目 -

日時・会場  
5/15 sun  
13:30~16:00  
【北大阪ブロック 高槻市会場】  
高槻商工会議所 3階会議室 高槻市大手町3-46

-講師紹介-

福澤 謙氏  
全国の大手住宅コンサル会社に約10年間、全国100社以上の住宅会社、工務店のコンサルティングに携わる。住宅業界の表も裏も見てきた自身の経験を活かし家を購入した後に、「しまった…」とならないための予防策をご紹介します。

来場者特典 ※ご夫婦またはペア参加の特典となります。  
特典① Amazonギフト券『2000円分』  
特典② 『トクする家づくり損する家づくり』

R+house高槻  
関タウンメイト[営業所]  
高槻市松が丘1-1-7

申込はコチラ  
TEL.0120-919-954  
WEB. rplus-townmate.jp



入場料1,000円  
日本人初の快挙! モナコの王様よりサーカス界のアカデミー賞で最高金賞受賞!  
[44th Festival International du Cirque de Monte Carlo]

世界初の金賞を勝ち取り凱旋帰国  
網渡り2つの「ギネス世界記録」

大好評につき延長公演決定!

2022.5.3/5 SAT → 8/28 SUN  
池上曽根史跡公園(国道26号沿い)

「シティライフ」をご持参の方 ※グループ全員に有効  
「当日券」料金より **1,000円OFF** (税込) 一人様

開演から1ヶ月間で来場者数2.1万人突破!  
会場内冷房完備

公式HP チケット売り場で  
前売券販売中

当日券  
★おとな(高校生以上)  
A席3,200円  
BOX席4,800円  
★子ども(3歳~中学生)  
A席1,800円  
BOX席2,800円

開始時刻  
平日 2回公演  
●10:30~●13:30~  
土日祝 3回公演  
●10:30~●13:30~●16:30~  
毎週水曜日休演日



信太山駅 8分  
駅から500m 徒歩約



現地をカンタン検索! 無料駐車スペース 300台完備

チケット購入・お問合せ  
●受付/9:00~17:00 ●定休日/水曜日

さくらサーカス和泉公演事務局  
TEL.050-8880-6545

シティライフ取材「北摂の文化・歴史」を一冊の本に

北摂  
まち本



北摂の各書店で発売中!

定価:990円  
ページ数:224ページ  
発行:株式会社シティライフNEW  
問い合わせ:06-6338-0640

From  
CityLife

Instagram @citylife\_gourmet



素敵なグルメ情報やシティライフ主催の食イベントの情報も発信していきます!

