

City Life

We are Planet Sailors. since 1986

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

8

2023 AUGUST

vol.476

北摂EAST

高槻・茨木
摂津

7月31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。



暑い夏こそ乾杯!

美酒と美肴の ペアリング

Cheers!

Yummy

P.2-3掲載

表紙撮影/福山英明
撮影協力/nein 9 Kitchen & Bottle Shop

暮らし

良い仕事には理由がある プロフェッショナルのこだわり

P.4~5

忙しい毎日の中で、少しでもラクに掃除をしたいと思う人は多いはず。今回は、家事芸人として活躍する家事えもんこと松橋周太呂さんに、掃除の時短テクニックや効率アップの方法を聞きました。さらに、暮らしにおける悩みを解決してくれる様々なプロをご紹介します。



終活

P.6~7

人生をよりよくするための活動 ”終活”のススメ

身の回りを整理して人生の終わりに備える終活。お墓や相続など、最新の情報を知るとともに、終活について考えてみませんか。



就労支援

P.11

自立・働くを支援する

実績豊富な就労移行支援事業所や自立訓練事業所をご紹介します。様々な手厚いサポートを活用して自立・働くことを目指しませんか。



子育て

P.12~13

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ Kids & Mam

子どもたちは様々なことに興味津々。習い事を通して楽しい時間を過ごしなが、その子の持つ可能性を引き出しましょう。



イベント

P.22

人気のフードフェスが大集合! 万博ビアガーデン開催

ギョーザやチーズ、バーガーにスイーツなど、万博記念公園で人気のフードイベントが1日で楽しめるビアガーデンが開催されます。



特別コラム

P.19

直木賞作家・今村翔吾さんのコラム
「吾、翔ける」

ニュース

P.26~27

北摂各市でも取り組みが広がる
「ふるさと納税」

P.16~17

EXPOCITY press Vol.82





PAIRING

RPG
大1200円
マルコーブ
小800円

×
燻製盛り合わせ
600円

それぞれに個性豊かな味わいが
楽しめるクラフトビール

3TREE BREWERY スリーツリーブルワリー

茨木初のクラフトビールの醸造所。建物の2Fがスタンディングスタイルの飲食スペースとなっており、できたてのビールを味わいつつ、燻製などのおつまみメニューが楽しめる。看板商品のアメリカンペールエール「RPG」は甘味と苦みのバランスが絶妙。もう一つの看板であるセゾン「マルコーブ」は、柑橘系の華やかな香りとキレのよさが印象的だ。

特典
アプリのクーポン画面提示で
燻製盛り合わせ50円OFF(9月末まで)

1Fにある醸造所。液体酵母を使用するのが同店のこだわり。徹底した温度管理のもと、約1か月かけて完成させる。



茨木市双葉町3-19
営/月~金15時~22時
土日祝14時~21時
不定休 禁煙
Instagram@3treebrewery

Cheers! 🍷

夏に乾杯!
美酒と美肴の

ペアリング

暑い夏を迎え、冷たいお酒がおいしい時期になりました。今回は、様々な銘酒と共に楽しめるこだわりの酒の肴が揃うお店をご紹介します。各地の地酒が手に入る酒屋さん情報も、家飲み参考にしてみてください。



CityLifeNewsアプリ限定クーポンを使ってお得に楽しもう



クーポン画面を表示させ、お店のスタッフに見せるだけの簡単操作。ぜひ活用してみてください。
参加店一覧から気になるお店を探してみましょう。お店はMAPから探すこともできます。



CityLifeNewsアプリはiPhoneの「App Store」や、Androidの「Google play」で無料ダウンロードできます。



PAIRING

スルック
ソーヴィニオン・ブラン
780円(グラス)

×
本日の
カルパッチョ
1,380円

ワインに合う様々な
創作料理が揃い、昼飲みもできる

酒とアテの店 SAIKAKU さいかく

店主の創作料理とソムリエの奥様が選ぶこだわりのワインが楽しめるお店。季節感を大切にセレクトしたイタリアワインが中心で、「スルック ソーヴィニオン・ブラン」は、桃の香りと、ヨーグルトのような酸味が特徴のシチリアの白ワイン。冷製茶わん蒸しの上に皮を炙った太刀魚と鯛がのったカルパッチョなど、ひと工夫加えられた料理とのペアリングを楽しもう。



PAIRING

ソアリエイロ
グラス 800円

×
ムール貝の白ワイン蒸し
500円
豚肉とりんごのテリーヌ
800円



ツ貝のオニオンバター 500円
コリコリ食感のツ貝に、しっかりといためた玉ねぎ&バターのマイルドな風味がワインとの相性抜群。

特典
アプリのクーポン画面提示で
小さな前菜サービス



高槻市高槻町6-26 B1F
営/17時~23時(L.O.)
月曜定休 分煙
☎072-683-9509
Instagram@sanseba.takatsuki



大人なワインバーでゆったり味わう
柑橘香る夏向きワイン

wine bar San Seba. ワインバル サンセバ

ソムリエが店主を務める大人な雰囲気魅力の店。アルヴァリーニョ種で作ったポルトガルワイン「ソアリエイロ」は、グレープフルーツのような香りの夏向きの白ワインで、同じく白ワインで蒸した「ムール貝の白ワイン蒸し」との相性は抜群。角切りりんごを混ぜ込んだ「豚肉とりんごのテリーヌ」は肉の旨みを感じられる一品で、ワインのほどよい酸味とマッチ。

手作りニョッキのフリット720円
高槻の米粉「清水っ粉」も使ったもちもちとした食感。旬の野菜のピューレを添えて。

特典
アプリのクーポン画面提示で
生ハムまたはサラミの
小皿をサービス

高槻市城北町2-4-12 103
営/15時~23時(L.O.22時)
火曜定休 禁煙
☎072-674-6777
Instagram@sakeate_saikaku





PAIRING
果実とミントのモヒート
 770円

本格焼酎と果実を合わせた
 焼酎ハイボールを愉しむ

nein 9 Kitchen & Bottle Shop

ナインナインキッチン&ボトルショップ

広々とした空間でお酒と料理をゆっくり楽しんでもらう、がコンセプト。豊富なクラフトビールのほか、和製ラム=黒糖焼酎から着想した果実(甘夏)とミントのモヒートをはじめとする焼酎ハイボールはぜひ味わいたい。とびこのツブツブがアクセントのポテサラ、やわらかく旨みのある黒毛和牛ローストビーフなどの料理はどれもおいしいので、好みのお酒と楽しもう。

特典 アプリのクーポン画面提示で
果実とミントのモヒートを200円OFF



×
半熟玉子といぶりがっこのポテサラ 495円

黒毛和牛ローストビーフ
 990円



13時からは酒屋(ボトルショップ)としてオープンしているの、種類豊富なお酒だけ買いに来ることもできる。店内でも本体価格にプラス300円で飲むことができる。

茨木市末広町2-29-101
 営/13時~23時
 料理提供は17時~23時
 不定休 禁煙

☎072-665-9925

Instagram@nein9.kitchen.bottleshop



お好きなワイン&料理を自由に
 組み合わせて楽しむ

ennu! アンニユ

隠れ場のワインバーで「その土地ならではの個性がおもしろい」と店主が惚れ込むイタリアワインを赤・白各3種類ほど用意。また茨木では希少な「樽生スパークリングワイン」(700円)のフレッシュなおしさも格別。料理はワインと合うイタリアンが中心で、ほろりとくずれる「スペイン豚肩ロースのバルサミコ煮込み」はマッシュポテトが肉のおいしさを引き立ててくれる。

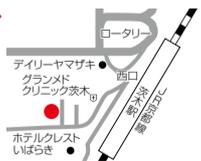
ポテフライ
 トリュフの香りで 700円
 コロコロにカットすることが、ホクホク食感の決め手。トリュフ塩の風味がおいしさを引き立てる。

特典 アプリのクーポン画面提示で
 「ポテフライトリュフの香りで」700円を
500円にサービス

茨木市西駅前町8-7
 営/17時~24時(LO.23時)
 日曜定休 喫煙可

☎072-623-0888

Instagram@y.tokikuni



本日のグラスワイン

赤・白 各800円~

×
スペイン豚肩ロースのバルサミコ煮込み

1,200円

PAIRING

生ギネス
 パイント1,045円

×
エビとソーセージのアヒージョ

858円



生ハムサラダ
 858円
 スペイン産生ハムがたっぷり。和洋折衷のオリジナルドレッシングをかけて。

特典 アプリのクーポン画面提示で
 店内のご飲食で好きなカクテル
 またはハイボールを**1杯サービス**
 ※ランチタイムは除く(8月末まで)

アイリッシュパブの雰囲気満載
 高槻で生ギネスを味わおう

DINING BAR OARS ダイニング バル オールズ

サーバーから注ぎたての生のギネスビールが味わえる、高槻では数少ないダイニングバー。ギネスは独特の深みがあるおいしさゆえに、コクのある料理や塩味を効かせた料理との相性がよく、アイリッシュパブの定番「フィッシュandチップス」(638円)のほか、具材の旨みがオリーブオイルとけこんだ「エビとソーセージのアヒージョ」などがおすすめ。



高槻市高槻町11-7 阪口ビル1F
 営/11時~14時
 (ランチメニューのみ)
 18時~24時(LO.23時半)
 日曜定休 禁煙

☎072-684-1345

Instagram@oars_takatsuki

厳選日本酒&焼酎と味わう

多彩な旬の味わい

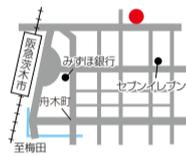
なごみや道 みち

「料理に合う」をコンセプトに厳選した日本酒&焼酎をそれぞれ9種類ずつ用意。大分出身・元板前の店主が丁寧に作り上げる季節の料理も評判で、まずは「ポテトサラダ」や「小松菜のお浸し」、「筑前煮」などカウンターにずらりと並ぶ大鉢料理のオーダーを。ほかにも旬の素材を使った創作料理が揃い、アットホームな雰囲気の中お酒もお箸も心地よく進むこと間違いなし。

大分名物 鶏の天ぷら 680円
 カラッとジューシーな鶏天に、かぼす&からし酢じょうゆを添えた、本場大分の味わい方。



特典 アプリのクーポン画面提示で
 店内ご飲食の方に
ワンドリンクサービス



茨木市末広町3-32 センチュリーOs
 営/18時~24時(LO.23時)
 火曜定休 喫煙可

☎080-1738-5023

PAIRING

日本酒 グラス900円~

焼酎 グラス480円~

季節の大鉢料理

1人前 480円~



かどや酒店のイチオシ

お酒好き店主に聞いた、夏にイチオシの1本



七本鎗 awaibuki
 350ml 1,320円

クラフトマン多田 スパニッシュオレンジ
 720ml 1,430円

カルダモン TAKE7(テイクセブン)
 700ml 1,870円

シュワッと味わう炭酸系で 暑い夏をさわやかに

かどや酒店 かどやさけてん

おすすめの日本酒と焼酎がずらりと並ぶ同店。夏の料理と相性のよい麦焼酎「クラフトマン多田」と、スパイスカレーに合うリキュール「カルダモンTAKE7」は、「ソーダ割りがおいしい」と人気を集める商品。「七本鎗awaibuki」は、製造過程で発生する炭酸をそのまま瓶詰めにしたスパークリング日本酒で、アルコール7%と飲みやすく、女性にもおすすめ。



店主の角本さん。
 「冷酒の種類も豊富。
 やわらかな口当たりの
 芋焼酎なども人気です。」

茨木市蔵垣内3-18-16
 営/火~金13時~18時
 土10時半~18時
 日10時半~15時
 月曜・祝日定休
 ※7/31(月)~8/3(木)休み

☎072-625-0787

Instagram@kadoyasaketen_osaka



良い仕事には理由がある

プロフェッショナルのこだわり

忙しい毎日の中で、面倒な家事は少しでもラクにしたいですよね。今回は、家事芸人として活躍する家事えもんこと松橋周太呂さんに、掃除の時短テクニックや効率アップの方法を聞きました。さらに、暮らしにおける悩みを解決してくれる様々なプロをご紹介します。

時短・節約ワザで上手に家事をサボろう

「トイレ用洗剤・キッチン用漂白剤・お風呂用カビ取り剤と、おうち用洗剤はたくさん販売されていますが、これらは市販の泡タイプのキッチン用塩素系漂白剤1本(以下、塩素系漂白剤)で代用できます」と松橋さん。漂白・除菌・カビ取りの成分が全て入り、キッチン以外にもトイレやお風呂で十分効果があるのだそう。他にも食器用洗剤とクレンザーは万能に使えるそうで、具体的な使用方法を教えてくださいました。



芸人
Comedian | **家事えもんこと 松橋 周太呂** syutaro matsuhashi

「家事えもん」の愛称で親しまれる家事芸人。「掃除検定士5級」「ジュニア洗濯ソムリエ」などの資格を取得し、著書の『人生の「掃除の時間」をグッと縮める すごい家事』(ワニブックス)は22万部突破のベストセラー。

家をキレイに保つ / **イチオシ洗剤3選**



クレンザー



食器用中性洗剤



塩素系漂白剤

クレンザーはコレ / サビ・焦げ・水アカ落としに万能



両手にゴム手袋をはめて磨けば、倍速で汚れが落ちます。スポンジだと研磨剤が繊維に入り込んでしまいうまく磨けないので、ツルツとしたゴム手袋を使いましょう。

食器用中性洗剤はコレ / 浴槽の汚れ落としに活用



洗剤5ccと水300ccを混ぜて浴槽用洗剤の完成です。浴槽の汚れのほとんどは皮脂なので、料理の油を落とす食器用洗剤は十分代用できます。泡の流れもいいので、時短効果もあります。

塩素系漂白剤はコレ / しつこいカビを撃退



塩素系漂白剤とほぼ同量の片栗粉を混ぜればカビ取り液の完成です。風呂場のイスやタイル、便器のフチ裏など、キッチン以外のカビや黒ずみが気になる場所にバックを。20分放置して水で流しましょう。

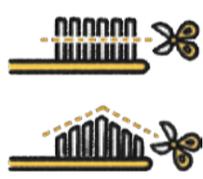
自分で出来るお掃除は手軽に簡単!夏休みはぜひご家族で掃除を楽しんでみてください。



手軽に作れる 手作り掃除グッズ



斜めに切ったプラスチック製カード
期限切れのクレジットカードなどの程よい硬さは水アカ落としに有効です。クレンザーを少つけて、蛇口の付け根の掃除などに活用しましょう。



オリジナルカットの古歯ブラシ
使わなくなった歯ブラシは、毛の長さを半分にするだけで強度アップ。排水溝やネジ穴用など、使いやすい形にカットして、適材適所の掃除グッズになります。

おすすめの一冊



「ほったらかし掃除術」
松橋 周太呂
SBクリエイティブ
1,320円

マニュアル化できない眼鏡選び 一人ひとりの悩みにじっくりと寄り添う

どこか懐かしさの漂う芥川商店街の一角に、眼鏡専門店「高槻ロイド」がある。店主は眼鏡店で働くこと約40年、眼鏡のプロフェッショナル・大村さん。大村さんは、梅田のデパートで開業当初から眼鏡販売員を勤め、その後、全国規模の眼鏡店を経営。13年前から、「お客さんの悩みにじっくりと寄り添える場」として、ここ芥川商店街で眼鏡店を営んでいる。

同店では、店内に並ぶ約800点のフレームと、機能・価格帯ともに幅広く揃えられたレンズを自由に組み合わせ、購入できる。「眼鏡選びは、マニュアルにできないことが多い」という大村さん。だからこそ、機械による検査だけでなく、

「眼鏡に悩みがある人、今の眼鏡が自分に合っているか分からない、という人に訪ねてほしい。どんなことでも答えます」と語る大村さん。同店では、気に入ったフレームは長く使ってもらいたいという想いから、眼鏡の新規購入だけでなく、レンズ交換のみも対応する。お手持ちの眼鏡の見え方が気になる方は、一度高槻ロイドに相談してみてください。

「眼鏡に悩みがある人、今の眼鏡が自分に合っているか分からない、という人に訪ねてほしい。どんなことでも答えます」と語る大村さん。同店では、気に入ったフレームは長く使ってもらいたいという想いから、眼鏡の新規購入だけでなく、レンズ交換のみも対応する。お手持ちの眼鏡の見え方が気になる方は、一度高槻ロイドに相談してみてください。



メガネ専門店
Company | **高槻ロイド**

JR高槻駅徒歩5分。レンズは、日本を代表する眼鏡レンズメーカー「HOYA」社の製品のみ採用。フレームは、各種有名ブランドからリーズナブルな商品まで豊富に揃う。きめ細やかなカウンセリングとアフターフォローが好評

デパートでも扱われる 日本を代表するレンズが手軽に

老舗レンズメーカーHOYA開発のレンズは、質が高くデパートなどで多く取り扱われている。同店では、上質なメガネ生活を届けたいとデパートなどよりはるかに安い値段でレンズが選べるようになっている。



- Menu**
- HOYA薄型非球面設計(2枚) 4,400円
 - HOYA超薄型非球面設計(2枚) 6,600円
 - HOYA薄型遠近両用(2枚) 9,900円
 - レンズフレーム込(薄型遠近両用) 13,800円~
- その他HOYAレンズ全般取り扱い
- 特典**
- 「シティライフを見た」でフレーム&レンズセットを購入の方 **1,000円OFF** (8月末まで)

さらに詳しい取材記事はこちら



JR高槻駅側の芥川商店街入口から50m。紫の外観がトレードマーク。



高槻ロイド
高槻市芥川町2-8-20
営/10時~18時
木曜定休
☎072-682-0149

クオリティー重視派も納得 革製品の修理とクリーニングの靴専科

高槻の中心部にあり、靴や鞆の修理とクリーニングのクオリティーが高いと評判の靴専科高槻店。靴修理については、イタリアで靴づくりを勉強し、実際にオーダー靴を作っていた「靴職人」が担当している。傷んだ箇所を修理というより、靴全体のバランスを考えた上で修理してくれるので、修理箇所はまるでオリジナルのパーツの様に馴染むと評判だ。また鞆の修理は京都でオリジナルバッグの工房を持つ鞆職人が担当なので、大切なバックの修理も安心して依頼が出来る。一度靴専科のクオリティーを体験してみては!



(上・右)マルジェラのハーフソール修理例
薄いゴムシートを貼る事で、薄い靴底の保護と滑り止めになるので購入時に施工するのがマルジェラを長く楽しむ秘訣!

最良の修理は「映えない」修理
ハーフソールと靴底の段差は全く無く、サイドから見てもまるで純正パーツの様だ。

革修理
Company | **靴専科 高槻店**

修理店とは思えないオシャレな店内で、物腰の柔らかい店主の釜洞さんが納得いくまで相談に乗ってくれる。



ヴィトンバックのヌメ革交換事。キャメル色の革パーツは全て靴専科で作製。

- Menu**
- ハーフソール ……3,300円～
 - かかと修理 ……1,320円～
 - 靴クリーニング ……2,750円～
 - バッグクリーニング ……3,300円～

特典 「シティライフを見た」で
オール20%OFF実施中
(8月末まで)※一部除外メニューあり

靴専科 高槻店
(くつせんか)

高槻市高槻町10-15
営/9時～19時
火曜定休 連携駐車場あり
☎072-668-6026

靴専科 高槻 で検索



オシャレな店内には、靴のケア商品も揃う。



廃棄物回収
Company | **(株)エコライフジャパン**
コーポレーション

紙、木材、プラスチックなどの材料は再利用し、服は後進国へ寄付するなど限られた資源を循環活用するために片付け、不用品回収、買取を行う。不用品取引金額と買取査定額の差額でどこよりも安く片付けられる。



(株)エコライフジャパンコーポレーション

摂津市鳥飼和道1-13-21
営/9時～18時
日曜・第2月曜定休
☎072-629-6514

- Menu** 都度見積り
- 特典** 「シティライフを見た」で
処分費 20%OFF
(8月末まで)

電話一本で買取依頼 家の片付けを手伝ってもらおう

家にある物を片付けたい。大量の玩具やアクセサリーを楽に処分したい。そんな方には自宅から片付け依頼ができるエコライフジャパンがオススメ!業界15年のオーナーが「納得・安心して片付けをしてほしい」と手厚いサービスを考え、無料見積もり、電話一本で回収・買取依頼ができ、店舗・出張はもちろんのこと宅配買取にも対応してくれる。現在、ブランド食器やフィギュアなど12品目の買取強化中!プロの力を借りて片付けをしよう。



買取
Gemologist | **井上 篤哉 さん** atsuya inoue

世界的に権威のある鑑定機関GIA(米国宝石学会)で国際的に認められ、鑑別技術やグレーディング、宝石の知識などを習得した者に与えられる称号G.G(Graduate Gemologistの略)を取得。言わば宝石に関するスペシャリスト。



女性でも入りやすい清潔感のある店内。

- 商品例**
- 地金(金・プラチナ等)
 - ダイヤモンド・宝石
 - ブランドジュエリー
 - ブランド品(バック・アパレル)
 - 時計
 - パソコン・タブレット
 - 楽器
 - その他取り扱い多数

井上質店 高槻店

(いのうえしちてん)
LINE査定はこちら

高槻市高槻町6-12
営/9時～19時
日・祝・第3・4土曜定休
8/8～8/11休み
☎072-685-7078

井上質店高槻店 で検索



7/20(木)現在の
金相場による同店買取金額

- ※K24(1g)9,160円、K18(1g)6,910円での計算
- K24の指輪(5g) ……46,000円
- K18のネックレス(20g) ……139,000円
- ※付属品の欠品は減額になる場合有
- (いずれも時計・ブランド品買取の場合)
- ※初めての来店は現住所記載の身分証明証を持参



音楽家
Musician | **オルペウスミュージックハウス代表**
ソプラノ歌手 **坂本理穂**

声楽・ボイストレーニング講師や、関西を中心にコンサートの企画・出演などの活動もする。作曲家の父とピアニストの母のもとで育ち、幼いころから音楽に触れる。大阪音楽大学声楽学科卒業後にウィーンへ留学。

オルペウスミュージックハウス

- [茨木スタジオ] JR茨木駅より徒歩7分
- [長岡京スタジオ] 阪急長岡天神駅より徒歩7分
- ☎080-1450-6853
- メール: info@orpheusmusikhaus.com
- ※詳細は問い合わせの際にお伝えします



- Menu**
- あなたが主役!2ヶ月集中ミニリサイタル!レッスン ……一括70,000円
 - 1レッスン制 ……30分 3,300円/60分 5,500円
 - 月2回コース ……30分 6,000円/60分 10,000円
 - 月3回コース ……30分 8,000円/60分 12,000円
 - 30分無料体験随時受付



廃棄物回収
Company | **中岩商事**

関西全域(大阪・兵庫・奈良・京都・和歌山・滋賀)に対応してくれる。



中岩商事
(ナカイワシヨウジ)

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/



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・京都・和歌山・滋賀を対応。LINEで無料見積もりを。

- Menu**
- 軽トラ積み放題(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!(2023年12月末まで)

妊活「授かる」「育む」をサポート

子宝漢法

～補陽丸～

これまで多数の子宝相談を受けてきた不妊漢方アドバイザーと国際中醫師の共同開発により誕生した「授かる」「育む」をサポートする栄養補助食品。専門性の高い和漢ハーブを10種類配合。ぜひ一度お試しください。

TVで放映されました!こちらをチェック!
ベストハッピーアワード2021受賞!!



TVで話題!
妊活中の方が注目!
栄養素サプリー

スマホで検索 → ストアーズ子宝 → #子宝 STORES → オンライン注文はこちら → BASE → アプリ → 子宝漢法

人生をよりよくするための活動

「終活」のススメ

『安心の永代供養』

「終活」とは、今までの人生を振り返り、必要な準備をして今後の人生をさらに楽しむ活動のこと。今回は最新の墓事情に詳しい常光円満寺の藤田晃秀住職にお話を聞きました。

ライフスタイルに合ったお墓選びを

少子化や核家族化が進む中、お墓の形も大きく変化している。「管理が大変」「引継ぐ子どもへの負担を減らしたい」という声が多い中、注目を集めているのが永代供養の納骨堂だ。JR・阪急吹田駅から徒歩5分の場所にある常光円満寺の舍利殿には、最新型のカード式納骨堂がある。従来の墓参りといえば遠方で行き

辛い、掃除が大変など供養する側の負担が大きい。しかしカード式納骨堂は交通至便で冷暖房完備、バリアフリーなので快適にお参りすることができます。「お墓の掃除や草抜きも必要ないので、手ぶらで気軽にお参りいただけます。お子さんの負担にならないようにとカード式納骨堂を選ばれる方が増えています」と藤田住職。

常光円満寺が責任を持って永代供養

さらに安心なのが永代供養してもらえ、墓守りされる方がいること。「時が経ち、墓守りされる方がいなくなつた際には、パワースポットと呼ばれる舍利殿のご本尊である釈迦涅槃像の下に納骨いただけます。もちろん、最初から釈迦涅槃像の下に入ることもできます（30万円）。とくに釈迦涅槃像はお参りされる方が多いので、

寂しくなく安心のお墓ともいえるでしょう」と藤田住職。足利將軍の菩提寺として1300年の歴史を誇る常光円満寺こ

その安心感もある。宗旨・宗派を問わず檀家や門徒になる必要もない開かれたお寺なので、興味のあ

この方に聞きました
常光円満寺
住職 藤田 晃秀さん
「元氣なうちにご自身で選ばれる方が多いですね。屋内なので雨の心配も無くお参りいただけます」



常光円満寺 永代納骨堂「舍利殿」



エレベーター完備。広々としたスペースで車いすに乗ったままお参りできる。



1.厨子の正面は御影石で家紋を入れることができる
2.一般的な五寸壺で2つ収納。小さくすれば何壺でも納骨可能

- ### カード式納骨堂が選ばれる理由
- ※「常光円満寺 舍利殿」の場合
- ◎ 交通の便が良く、家族や親戚が参りやすい
 - ◎ バリアフリーなので車椅子でも楽々お参り
 - ◎ 永代供養なので、無縁仏になる心配がない
 - ◎ 何壺でも納骨可能
 - ◎ ペットも一緒に納骨できる
 - ◎ 20時までお参りできるので仕事帰りでもOK

【永代納骨堂】30万円～

足利將軍の菩提寺 常光円満寺
高野山真言宗
吹田市元町28-13 (JR・阪急吹田駅より徒歩5分)
無料駐車場25台
紹介動画はこちら
☎06-6381-0182 https://enmanji.com

パワースポット幸福の釈迦涅槃像

幸せを授かると一緒に撮影をする人が多く訪れる涅槃像。折り紙で鶴を折って奉納すればよりご利益が。

【シティライフ主催】今こそ始める終活セミナー 自分と家族のために。永代供養と最新のお墓のカタチ

8/22(火)12時20分～13時20分
場所：千里朝日阪急ビル14F 第5会議室
予約：06-6338-0640

常光円満寺の地蔵盆 おたのしみ会

8/24(木) 午後2時～4時【参加無料】
シャボン玉ショー＆マジックショーあり

お寺ならではの「ご供養」で家族の負担も軽減できる

永代供養の個別納骨墓

阪急箕面駅から徒歩5分、山の緑を背景に佇む臨済宗寒山寺では、合祀と個別の永代供養納骨を行なっています。時代のニーズに応えるこれからの新しいお墓のかたち、お寺ならではの安心感について、17代目の瀧瀬尚純住職にお話を聞きました。

負担なくお参りできる宗旨宗派を問わない永代供養

山門をくぐると、手入れの行き届いた美しい日本庭園が広がる寒山寺。本堂の横に広がる墓地の一角に、普明観音菩薩像が見守る永代供養万壺塔がある。「終活でお墓を決める際、子どもたちに負担のかからないようにと永代供養を希望される方が増えています。当寺では少ないご負担で納骨可能な合祀から、石碑に家名を彫刻できる個別納骨がございます」と瀧瀬住職。

歴史あるお寺 アクセス抜群でバリアフリー対応

寒山寺は江戸時代（1634年頃）に滋賀県膳所に創建。直後に大坂城下（北区兎我野町）に居を移し、時を告げる鐘でその名を馳せた。昭和40年代に箕面へ移転し50年間、臨済禅に基づき、教えを説いている。

個別納骨墓には家名が刻まれる

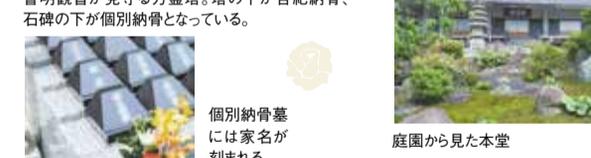
個別納骨墓は一人、夫婦、夫婦＋一人、家族まで希望に合わせて選ぶことができる。合祀とは違い、それぞれの石碑の下に個人またご本尊が祀られた本堂。法要等はここでいとなまれる。

も通行可能な石畳になつているので、足元の不安もなくお参りできる。広い本堂や書院では、法事等を行うこともできる。

「読経をはじめ、石碑や塔まわりの掃除、お花を絶やさないなど、お寺だからこそできることで、永代に渡つてご供養させていただきます。ご縁あつて当寺に入つていただくことは、まさに家族をお迎える気持ちです。温かい雰囲気大切にしながら、皆様安心してお任せいただけますよう



普明観音が見守る万壺塔。塔の下が合祀納骨、石碑の下が個別納骨となっている。



個別納骨墓には家名が刻まれる。



山門

- ### ～寒山寺の永代供養（合祀・個別）～
- ◎ 永代供養付き合祀 1壺位 300,000円
 - ◎ 永代供養付き個別納骨 500,000円～1,200,000円
※こちらに納骨された方は、合祀されることはありません。
 - ◎ 永代供養なので、無縁仏になる心配がありません。

臨済宗 妙心寺派 松雲峰 寒山寺
箕面市箕面8-1-3 (阪急箕面駅より徒歩5分)
駐車場3台あり
公式HPはこちら
☎072-722-2832
https://www.minoh-kanzanji.com/

【シティライフ主催】今こそ始める終活セミナー 家族に負担をかけないお墓の種類と永代供養

8/24(木)10時～11時
場所：高槻城公園芸術文化劇場中スタジオ4
高槻市野見町6-8※詳細は7ページ

ペット供養墓「浄光塔」

令和4年には、境内の一角にペット供養の永代納骨墓も設置。ペットたちの菩提を、丁寧に長く弔うために作られた。遠い霊園ではなく、一緒にお参りできるのが魅力。



この方に聞きました
松雲峰 寒山寺
住職 瀧瀬 尚純さん
17代目である瀧瀬住職。穏やかな雰囲気の人柄に心とむ。「様々なご事情に沿うよう、ご相談に応じてさせていただきます」。





四季折々の自然を感じて心静かに眠る

歴史を誇る

大本山寺院の永代供養

現代社会においてお墓にまつわる事情は徐々に変化しています。先祖代々のお墓を見直したいという声やこれからの理想のお墓について、歴史ある京都のお寺に詳しい川上さんに話を聞きました。

変わらぬ現代と現代のお墓事情

「昔も現代も、ご先祖様をしっかりと祀りしてご供養したいという気持ちは変わらないういものの、現代では従来の墓石によるお墓の維持が難しく、墓じまいや引越越しを検討しているという相談が頻りにあります。さらに、これからお墓を考える方の中には、子どもに負担をかけたくない、頻繁なお墓参りが難

由緒あるお寺の安心な永代供養

京都五山に名を連ね、700年以上の歴史を誇る臨済宗大本山東福寺。京都屈指の眺望を誇り、紅葉が映える場所として有名だ。その近くに静かに佇む結縁之塔は建立後すぐに完売するほどの人気。「現在は第6期の新棟が完成し、見学も可能です」。同じく700年の歴史を持つ南禅寺は東山のふもとにあり、臨済宗南禅寺派の大本山のひとつ。「帰雲院ともし碑の新棟ファミリータイプは注目を集め、問い合わせも増えています。どちらのお寺も檀家になる必要がなく、宗旨・宗派

この方に聞きました
東福寺善慧院 結縁之塔、南禅寺塔頭・帰雲院 永代供養塔「ともし碑」受付センター案内係 川上 勲さん
永代供養や墓じまい、改装、お墓の引越など、終活全般のサポートをするプロフェッショナル。



東福寺 本堂と開山堂を結ぶ木造橋と真っ赤に色づいた鈴紅葉(たにもみじ)が生み出すコントラストは、息をのむほどの美しさ。



結縁之塔 最高級御影石を使用した屋外型納骨堂。春、秋、お盆の年3回施餓鬼法要が行われる。



南禅寺 重厚な堂宇が並び、春の桜、初夏の青もみじ、秋の紅葉は もちろん、境内を流れる琵琶湖疏水の水音も爽やかで、夏の“涼スポット”としても人気。

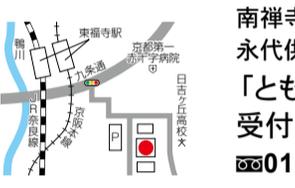


帰雲院ともし碑 法要は春、夏、秋の年3回。その他住職による法要が毎月実施されている。

夏季の無料相談見学会
「シティライフを見た」と予見見学で夏の京銘菓のおみやげ進呈
※京都駅からタクシー代全額負担あり。詳細は電話にて。

永代供養志納金
[結縁之塔] 19万円～
[ともし碑] 40万円～

東福寺善慧院 結縁之塔 受付センター
☎0120-696-000



南禅寺塔頭・帰雲院 永代供養塔 「ともし碑」 受付センター
☎0120-153-594



シティライフ主催

今こそ始める“終活”セミナー

参加無料 予約制 (複数受講可)
各セミナー 先着30名限定

身の回りを整理して人生の終わりに備える「終活」。遺される家族のためにも、相続・葬儀・お墓・不動産など、様々なことに準備を進めていくことが大切です。最新の情報を知るとともに、先延ばしにしていた「終活」について考えてみてはいかがでしょうか。



8/24(木)
10:00～15:40

高槻城公園芸術文化劇場 南館 中スタジオ4
(大阪府高槻市野見町6-8) 阪急高槻市駅から徒歩約8分(650m)

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右記の店舗で使用できるお食事券(500円分)をプレゼント。先着30名までとなります。



iBasque(イバスク)
(茨木市元町1-17)
※画像はイメージです

※複数受講された場合でもお一人1枚のプレゼントになります。
※使用期間8/25(金)～9/30(土)
※店舗都合により休業もしくは営業時間変更になる場合がございます。
※グルメ券のお渡しは累計5回までです。
※各回開始15分以降は入室をお断りする場合があります。

参加方法
事前申し込みが優先となります。
右記のQRコードまたはお電話にて。
TEL.06-6338-0640
(平日10時～18時)



1 家族に負担をかけないお墓の種類と永代供養
「墓石を立てる負担を子どもにかけたくない」「地方のお墓の手入れができない」など様々な理由でお墓のかたちは変化しています。そんな中で、少ない負担で準備ができる納骨堂、永代供養が人気ですが、お寺によって特徴は様々です。最新のお墓の特徴や選び方、当寺の特徴をお伝えします。
講師/松雲峰 寒山寺 住職 瀧瀬 尚純さん
約400年の歴史を持つ寒山寺の17代住職。境内のバリアフリー化や個別永代供養墓の設立など時代に合わせ、同寺を変化させ続けている。



2 いつまでも家族に感謝される「正しい相続」
相続や生前贈与について「お金持ちの話で自分たちは関係ない」と思っていないか?実は相続争いになるのは総資産5,000万以下の家庭が8割です。介護や病気に備えた老後資金のライフプランがあれば、慌てる必要はありません!一人ひとりに合った正しい相続についてお話しします。
講師/ファイナンシャルプランナー 前川 貴之さん
1987年静岡県生まれ、吹田市在住。金融機関にてFPとして活躍。お金の基礎を学ぶマネーセミナーを定期的に開催し、受講生は1,000人以上。一人ひとりに寄り添ったライフプランの支援が好評を得ている。2023年度MDRT成績資格会員。



3 家族に残しておきたい「想い」をカタチにする3つの方法
もしものことがあった場合に備えて、家族に残せるものの整理はできていますか?例えば保険加入や投資サービスなどをされている方は、それを選んだ時に必ず何かしらの想いがあったはず。その想いを見つめなおし、言葉に残し、最適な手段を見つける。お金、土地、モノ…大切な家族へ自分の想いを残す3つの方法を、事例等も交えて楽しく詳しくお伝えします。
講師/ライフプランナー ソニー生命保険株式会社 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。



4 失敗例から学ぶ、やってはいけない相続対策
「しっかり対策してははずなのに…」残念なことに相続が「争族」に発展するケースが後を絶ちません。相続診断士・終活カウンセラーの資格を持つ講師が、事例をもとに「相続対策における一番大切なこと」を既に対策を済まされた方も含めすべての方に時間いっぱいお伝えします。
講師/東京海上日動あんしん生命 杉村 浩さん
相続診断士/関西相続診断士会副会長、終活カウンセラー2級。「笑顔相続の実現」に向けて弁護士・司法書士などの専門家と連携して課題解決に取り組む。



5 人生100年、安心して楽しめる「これからの人生」を描くために
今や人生100年時代!残りの人生をより有意義に過ごすために「終活」は欠かせません。本セミナーでは、これからの人生を明るく前向きに描くための方法をわかりやすく丁寧に解説していきます。まず何から始めれば良いの?と言う基本はもちろん、注意点や具体的な方法を知れば「終活」=「人生を終える準備」と言うイメージがガラリと変わります。
講師/株式会社ノーダス 赤川 元秀さん
ファイナンシャルプランナー。チーム★ライフプラン研究会所属。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。



次回は9月にプロから学ぶ
「生活向上セミナー」を実施します。



自律神経の乱れ・めまい・不眠・肩こり・腰痛・脊柱管狭窄症

倦怠感や睡眠障害、不安、辛い痛みは実績多数のシルクタッチ整体で改善へ

耳鳴り、睡眠障害、倦怠感、不安感だけでなく、頭痛や肩こりなど体の様々な不調につながると言われている自律神経の乱れ。薬やその場だけの対処法ではなく、amiga整体院独自の「シルクタッチ整体」によってマッサージやストレッチでは緩まない深部までアプローチし、全身の骨格バランスを整える。そして痛みの出ている箇所や緊張で固くなった首や肩の筋肉に独自の筋膜リリース(EMS+吸引マシン)で筋肉の間に溜まった老廃物を流し、インナーマッスル(深層筋)を刺激して痛みや緊張の緩和を目指すのだそう。「呼吸が楽になった」「薬を飲まなくても眠れる」という喜びの声や「心地よく寝ているだけで改善してくれる」「ここに通いだして心の緊張も解れた」など口コミや紹介の予約が多い。年齢や更年期だからと諦めずに、悩みを分かってくれる同院に相談を。



ポキポキ、バキバキといった施術ではなく、痛みのないシルクタッチ整体は熟練の技。

最新の筋膜リリース機器を扱っているのは茨木市で同院だけだそう。気持ちのいい刺激で寝ている人もいるほどで、施術後に楽になったと即実感する人が多い。

2021年に開院。清潔な院内で女性から好評。



喜びの声

自律神経失調症で、ゆっくり眠れない、私生活もまともにできない状態に…。1回目の施術で呼吸が楽になって体も楽になりました。不思議な感じの整体ですが、少しずつ猫背も良くなり、腰の辛さも楽に。また、呼吸がしやすくなって夜もぐっすり眠れるようになりました。仕事も目標にしていた7時間働けるようになって、こちらを選んで本当に良かったです。Nさん(HPIに詳しい口コミ掲載あり)



不安やお悩みは全てお聞きします。ご自身を責めず一緒に改善しましょう。

amiga整体院

(アミーガ)
茨木市真砂1-5-18
営/9時~20時(土曜~13時)
日・祝日 定休 駐車場あり
☎072-635-6868



特典 |

「シティライフを見た」で
●トータル改善整体コース
(シルクタッチ整体+筋膜リリース)
初回90分(カウンセリングと検査・施術)+2回目施術
…………… 通常2回20,000円→2回で**2,980円**
(8月末まで・新規予約の方)

関節痛・筋力低下・体力低下など

医療の先生が教える健康運動 肩こり腰痛改善で毎日が充実

日常的に運動をしている人は、何歳になっても元気で若々しい。スワン高槻のシニア向け健康運動コースは、医療の国家資格を持つトレーナーが「楽しく動く」をテーマに指導してくれる。筋力向上、関節機能の改善を目的にした続けやすい内容になっているので、運動を習慣化しやすい。「肩こりが無くなり、ストレスが減った」「階段の昇り降りが楽になった」など日常生活の変化を感じている生徒が多い。後悔しないうちに、いつまでも動ける体を作ろう!



俳優の野村将希さん
おススメのシニア向け健康運動



Menu |

●シニア向け健康運動 ……………
月2回4,378円/月5回8,228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
●整体・シニア運動個別レッスン ……………6,600円→**無料**
●入会金 …………… 11,000円→**無料**
(8月末まで・先着20名)

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/毎週日曜・29日・30日・31日
☎0120-947-068



ブランド品・貴金属・宝石・時計の専門店 高価買取実施中!



おかげさまで12周年!
買取&販売
Bossfull
ボスフル
SINCE 2011
摂津市千里丘1-12-18 ラヴィール千里丘1F
スーパーマルヤス駐車場ウラ
営/11時~18時半(日祝~17時)
定休/毎週木曜日、第2・4水曜、お盆休みあり
☎06-6330-5011



カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

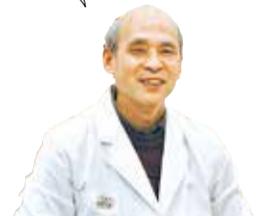
今月号は「漢方薬」について、漢方瑞雲 高槻薬店の藤本先生にお話を伺いました。

漢方薬と西洋薬(新薬)の違いは何ですか?

A 漢方薬は天然の生薬を使用し、西洋薬(新薬)は人工的に化学合成された物質がほとんどで構成されています。

漢方薬は一人ひとりの体質や症状に合わせて、その人の自然治癒力を高めて病気を治します。一般的に副作用が少なく体質改善を目指します。一方西洋薬は病気の原因となる器官などに合わせてピンポイントで治します。一つの疾患や病状に薬理作用を示します。最近では漢方薬と西洋薬の併用も多くなり、漢方薬専門店で自分に合った漢方薬を選んでもらって併用することでそれぞれの長所を活かしながら短所を補い、より効果的な治療が期待されています。

西洋薬を内服している方も身体に優しい漢方を併用して体質改善を目指すことをおすすめしています。

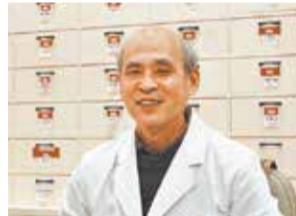


漢方瑞雲 高槻薬店
藤本先生

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫、自律神経など

赤ちゃんが欲しい方、1人目も2人目も漢方で生理、体温、ホルモンバランスを改善

赤ちゃんを望む方に、一人ひとりの体質と症状に合った漢方で女性ホルモンの分泌を正常に整え、良質な卵子を育み妊娠力を高めてくれる同店。「病院の治療も大切ですが、合成ホルモン治療でなかなかいい結果が出ない方や長期治療で体調を崩し諦めかけていた方、また高齢の方、自然妊娠をお望みの方なども、漢方で良質な卵、授かりやすい体質に改善され元気な赤ちゃんに恵まれて大変喜ばれています」と藤本先生。子宝相談はもちろんアトピー性皮膚炎、自律神経、免疫力アップ、潰瘍性大腸炎、身体の痛み、寝たきり予防など諦めないで一度相談してみは。



高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」に掲載された藤本先生。



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。

特典 |

各店「シティライフを見た」で
●カウンセリング・相談(30分) 2,000円→**無料!**(要予約)
●初回漢方 8,000円以上購入の方に
BOXティッシュ5箱組プレゼント!(8月末まで)
※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高槻駅から徒歩3分)
無休 相談/10時~18時
☎072-686-0090



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



事業承継は「きたしん」にお任せ!

事業承継マッチング支援のご案内

★日本政策金融公庫と連携スキームです★

●連携概要

後継者がいないことなどを理由に事業を譲り渡したいとお考えの方と、創業や事業拡大等に向けて、事業を譲り受けたいとお考えの方をつなぐ、マッチングサービスです。



きたしんくん

※日本政策金融公庫の「事業承継マッチング支援」を利用しています。
※詳しくは当金庫の代表電話(072-623-4981)で業務推進部 地域支援室までお問い合わせください。

この街の未来をひらく
北おおさか信用金庫



フード・イノベーション

表①

7項目の食事改善指針

1. 主食は全粒穀物(未精製・未精白穀物)
2. 豆類を食べる。
3. 野菜を生食で多く食べる。
4. 海藻を食べる
5. 魚介類を食べる。
6. 乳製品・卵を控える。
7. 獣肉食は控える、避ける。

表②

病気になるための6大目標

1. 炭水化物の比率を55%~60%に増やす
2. 現在40%の脂質を30%に減らす
3. 飽和状態を10%減らし
多価不飽和脂肪酸を10%増やす
4. コレステロールを1日300mg以下にする
5. 砂糖を15g/日に減らす
6. 塩分を3g/日に減らす

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 7-5
※2022年12/1から2年間、仮診療所で診療しています。
仮診療所:高槻市高槻町 2-11-3F
☎072-682-0190
<https://www.akagi-implant.com/>



「がんや多くの成人病は予防でき、死亡者を減らすことができる」。このことは前号で書いた1977年に提言されたアメリカの「マクガバンレポート」が実現したことです。対症療法から予防医療に転換させたことで、医療費の大幅な削減も実現しました。これを機会として始まった「栄養を基本に考えられた予防医療」は手術の予後にも大きな変換をもたらしました。以前

50年程前に報告された「病気になるための6大目標」とは(表②)が掲げられています。現在と少し異なる値や考え方もありますが、当時としては革命的なこと

「病気になるための6大目標(表②)」が掲げられています。現在と少し異なる値や考え方もありますが、当時としては革命的なこと

「食毒」とは、毎日の食事で水銀や銅、カドニウムをとり続けると、明らかに中毒症状が出ることで害も即座に分かりますが、長年にわたって誤った食生活が引き金となっており「食毒」による症状はなかなか把握できません。日本の先人たちの教えに「腹八分に医者いらず」「医食同源」などの教えがあります。次回食生活について考えてみましょう。

予防医学への転換 食事革命とは

「がん」は予防を考えるべき理由

「食毒」とは

誤った食事による

DENTAL CARE

「がん」は予防を考えるべき理由

意外と知らない歯科知識

7月号でも紹介しましたが、2人に1人が生涯でがんになるといわれている日本の現状は、約50年前のアメリカに学ぶべきだと赤木先生は話します。正しい食生活の大切さについて話を聞きました。

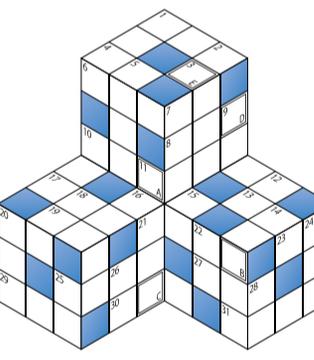
この先生に聞きました!

赤木 善 院長
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。

CROSS WORD

立体クロス

立体クロスです。数字の向きに従ってタテ、ヨコのマスを入れ、二重枠のA~Eを並べて出来る言葉を答えてください。(作・あさみ順子)



● 解答 ●

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日〆切)

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

●7月号の答え ヒマワリ・アサガオ・スイレン

タテのキー

- 1 国民の祝日、今年は7月17日
- 2 パレンタインデーに渋谷あげる
- 5 「はい、チーズ!」と撮るもの
- 7 金曜日と日曜日の間
- 9 柳川鍋に使う淡水魚
- 10 嫌な奴には往復で食らわせない
- 11 バッグ、マラソン、茶会事件
- 12 カシワは鶏、ポタンはイノシシ、サクラは
- 14 ベジータの息子。フリーよりゆったり

- 15 英語ではポトル
- 18 酉(とり)の市で買う縁起物
- 20 タカ派
- 22 琵琶湖がある県
- 24 勝ってもこれの緒を締めて油断しない
- 25 トンボの幼虫
- 26 かつてニュージーランドにいた飛べない鳥
- 28 海に千年、〇〇に千年

ヨコのキー

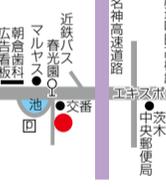
- 1 土用の丑(うし)の日に蒲焼にして食べる
- 3 作り直すこと、もう一度作ること
- 4 ご進物に添えるもの。最近印刷した紙で代用することが多い
- 6 日差しの強い日は塗って出かける
- 8 元素記号I、ヨウ素とも
- 10 絶対に引きたくない
- 13 江戸の火消しのトレードマーク
- 16 アマテラスの乱暴な弟
- 17 指揮者が持つ棒

- 19 かつて生息した毛深い象
- 20 地味
- 21 スリーストライクバターアウト
- 23 塩辛やソウメンや徳利にする軟体動物
- 25 廉価で粗悪な商品。買うと銭を失う
- 27 劇場や寄席の舞台裏にある出演者の控室
- 29 後ろの方、陰の部分。〇〇関係を探る
- 30 黄門様の印籠の紋所
- 31 スマホは〇〇〇〇フォンの略

舌圧測定 MFT (口腔筋機能療法)



歯学博士 朝倉 勉 院長
ケアマネージャー(CM)
大阪大学歯学部歯科医師
臨床研修指導医
日本糖尿病協会歯科医師登録医
朝倉歯科医院
小児歯科Happy club
ホワイトニングサロンBLANCA
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(代表)
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



健康な口の働きは舌圧30kpa以上が必要 ~咀嚼機能や咬合圧等の定期検査が大切~

舌は、食物を取り込んで唾液と混ぜて食塊形成し、食感を得ながら味わって咀嚼することが重要な役割です。舌には味蕾で味覚を感知する機能があり、発育の為、会話の度に口腔内の空間を変化させます。舌圧の低下は高齢者では口が乾く、飲みこめない、滑舌が悪い等の症状があり舌と口腔周囲筋のストレッチ(MFT)によって改善できます。子どものポカン口、若年層の笑顔消失も舌圧が30kpa未満の方にみられます。舌体操やスプリントを使用したMFTで正しい咀嚼運動と舌や口腔周囲筋との調和した咀嚼運動になれば、嚥下機能や言語機能などが改善されます。口腔機能検査には、舌圧の他に咀嚼、咬合圧、嚥下、口腔乾燥などの検査があります。フレイル(虚弱)の始まりは口から…口腔機能低下を予防し、笑顔で日常生活を快適に過ごしましょう。

【歯科セカンドオピニオン外来】
舌圧測定、口腔ケア、入れ歯、咬み合わせ、インプラント、歯周病、矯正、口臭、訪問診療、CT画像診断、ホワイトニング、審美歯科、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
<http://asakura-dental.com>

コープこうべだよ!

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です。職員だからこぞ知っているコープこうべの新情報や耳より情報、オススメ商品をご紹介します。

コープ吹田

吹田市五月が丘西1-1
06-6337-3651
営業/10時~21時
店休日なし(1/1~3を除く)



コーピーの顔はめパネルで撮影を楽しんで!

コープこうべのキャラクター「コーピー」の顔はめパネルを作成しました。SNSパネルとして使える手持ちのものもあり、お子さまから大人までご利用いただけます。またコーピーやその他食品のイラストも店内各所で売り場を盛り上げています。是非探してみてください。ご購入物以外にも楽しんでいただける仕掛けをいつも考えています。

CO-OPクオリティ 香ばしアーモンドの厚焼きせんべい (5枚入/429円)



【おすすめ商品】
ほっとひと息 大人のご褒美
コープ吹田職員の間で今イチオシなのは、バターを練り込んだ生地にアーモンドが香ばしい洋風せんべい。厚焼きだから1枚でも食べ応え十分です。これからの季節、アイ스티ーとも相性抜群。ひと息つきたい時のちょっといいお菓子です。

イベント情報 大人気体験企画 「こども店長」10月に開催
小学生を対象にした職業体験企画「こども店長」を今年も開催します。商品のレジ打ちや店内放送、組合員さんへのご挨拶や接客など、店舗内でのお仕事体験することができます。申込開始日などの詳細は店舗でご確認下さい。

8月のツキ押し! ツキ推し!

8/4(金)からスタート
イチオシのコープ商品を月替わりでオススメです!

CO-OP グリーンスムージー (125ml)

夏にぴったり 栄養満点スムージー
爽やかなクワイイ味で、とろりとした飲みごたえのあるスムージーです。なんとこれ1本に1食分の野菜(118g)を使用!野菜汁60%+果汁40%。大人はもちろんお子さまにもおすすめです。
※商品は変更になる可能性があります。

夏のトラブルがいっぱい！
 日々の技が光る
Resene Menu
美レスキューメニューはコレ！

**1ヵ月-5kg・体質改善まで叶える
 全国トップの痩身専門サロン**

3ヵ月で平均10~15kgの痩身を実現し、全国ダイエットコンテストでは3,000店の頂点に輝いたファニービー。創業41年を迎えた同店で人気の「高速セルライト撃退コース」は、最新の痩身効果の高いマシンとラジオ波などの確立されたマシンを組み合わせている。この組み合わせは脂肪の元になるセルライト、皮下脂肪、内臓脂肪を徹底燃焼させる。マシン後には、リンパに詰まった毒素や脂肪をファニービー独自の手法で排出！見た目だけでなく、体質まで変化し「健康診断での数値が改善された」「生活習慣も変わり、リバウンドしなくなった」など効果を感じているゲストも多い。キレイな自分で楽しい毎日を過ごそう！



Resene Menu
3ステップで効果バツグン



1 分解・溶解
 セルライト、皮下脂肪、内臓脂肪を超音波で溶かし、分解していく。



2 燃焼・代謝UP
 マシンの効果で体の奥深くから体温を5~7℃上昇させ、分解した脂肪を燃やす。基礎代謝も上がり、体質が変わる。



3 鍛え、整える
 微量な電気刺激、吸引で筋肉を鍛えながら、表面の肌の凸凹をキレイに整える。

**痩せ&育毛の一石二鳥！
 スカルプコース
 (ストレッチ込み)**

120分 12,000円

寝るだけでフルマラソン級の1,800kcal以上消費できる「ゲルマニウムベッド」に入りながら、専用ジェルで頭皮マッサージを行うことで、頭皮から体内の不純物・老廃物を効率的に排出。1ヵ月で体脂肪を2~5kgも減らすとか。髪質も若返る、ゲストの中での隠れNO.1メニューで、健康的に痩せよう！



After
Nさん
 [結果]
 ・2ヵ月で体重-6kg
 ・ウエスト-10cm

医療機関提携サロン ファニービー

<https://www.funny-bee.jp/>

■茨木本店
 茨木市西中条町1-1
 ハタセビル3F
 営/月曜~金曜11時~20時
 土曜・祝日10時~18時
 日曜定休Pあり
☎072-645-1107



■高槻店
 高槻市高槻町13-24
 VIVIDビル 2F
 営/月曜~金曜11時~20時
 土曜・祝日10時~18時
 日曜定休 近隣コインPあり
☎072-681-5580



ゲストの喜びの声はHPに掲載！

特典 (41周年記念キャンペーン)
 ●8月18日(金)までのご予約で
 高速セルライト撃退コース(90分) ... **3,980円**
 ●8月19日(土)以降のご予約で
 高速セルライト撃退コース(90分) ... **5,000円**
 ●スカルプコース(120分) ... **12,000円**
 (8月末まで・新規の方限定)



**全国ダイエットコンテスト
 グランプリ3連覇**
 全国3,000店以上が参加する全国ダイエットコンテスト2023。ファニービーは3年連続グランプリという偉業を達成。さらに、3店舗それぞれが各賞受賞の快挙も達成！



結果をもとに、Adatto(アダート)の導入美容液をおすすめ

アダートでは洗顔後の清潔な肌に導入美容液を使うことで、肌をやわらかくし、その後に使う化粧液(ローション)が肌のより深いところ(角層まで)へ届くようにしています。「スーツと肌に浸透していくのがわかります」とゆりこさんも使い心地に納得。



カウンセリングを受けての感想

**読者モデル
 ゆりこさん
 (30代)**
 乾燥と部分的な皮脂が肌悩みなで、最近エイジングケアが気になるように。

汗をかいているから肌が潤っていると勘違いしていましたが、エアコンや紫外線より乾燥してしまつたので、保湿ケアを頑張りたいです。肌遺伝子検査の結果だけでもすごく充実していましたが、実際にカウンセリングしてもらってしっかりプロのアドバイスを口頭で聞けてよかったです。

「シティライフを見た」とお伝えいただくと、肌測定を実施し、
特典 お肌に合わせたサンプルセットをプレゼント!!
 (8月末まで)

ゆりこさんが体験した肌遺伝子検査「MY SKIN ID」についてはこちら

**化粧品専門店
 美スギ・コスメガーデン店**
 (ミスギ)
 大阪府北区梅田1
 ディアモール大阪マーケットストリート
 営/10時~21時
 不定休(ディアモール大阪に準ずる)
☎06-6348-4617
<https://misugi.info/71502/>

ドラッグストア美スギ
 吹田市津雲台1-1-30 トナリエ南千里1F
 営/9時半~20時半 無休(元日のみ休)
☎06-6871-0362

美スギ なんばCITY店
 大阪市中央区難波5-1-60
 なんばCITY B1
 営/11時~21時 不定休(なんばCITYに準ずる)
☎06-6644-2635

肌遺伝子検査「MY SKIN ID」でわかった、ゆりこさんの肌老化のリスクは「保湿機能」と「シミ」が【やや低い】、「しわ」が【低い】という結果でした。そこでこれからのスキンケアを相談するために再び化粧品専門店の美スギにご来店くださいました。

当店ではまずゆりこさんの今日の肌状態を「スマートスキンケア肌測定(SSC)」で調べた上で、肌遺伝子検査の結果と合わせて、保湿効果の高いAdatto(アダート)のモイストタイプをおすすめさせていただきます。ただこれに、アダートは導入美容液、化粧液、クリームなどの3ステップのシンプルケアが

水分量と皮脂量がかなり低い状態でした。そこで、保湿効果の高いAdatto(アダート)のモイストタイプをおすすめさせていただきます。SSC肌測定を無料で行っていきますので、お気軽にお越しください。

今までなんとなくスキンケアを選びをされていた方も、SSC肌測定とMY SKIN IDをかけた合わせた結果をもとに、本当に自分に合った化粧品選びができるようになります。SSC肌測定を無料で行っていきますので、お気軽にお越しください。

ゆりこさんにおすすめした化粧品「Adatto(アダート)」



Adatto(アダート)は、日々、乾燥や紫外線などを受けることによって生じる肌の慢性的な「微弱炎症」に着目したスキンケアブランドです。今の肌悩みと向き合いながら、この先のダメージも合わせて防いで行くことで、未来の美しい肌づくりを実現していきます。

**「Adatto」の開発者に聞いた
 商品開発秘話はこちらへ**



お肌の未来を考える vol.3

あなたに合った化粧品と出会うために

今、話題の

MY SKIN ID で
 これからのスキンケアを
 見つけよう



皮膚老化リスクがわかる「MY SKIN ID」の検査を受けた読者モデル・ゆりこさんが、その結果を持参して、化粧品専門店・美スギへ行くことに。ビューティーアドバイザー・堀田さんが、ゆりこさんに合う化粧品を勧めてくれました。

私がご案内します
**株式会社美スギ
 ビューティーアドバイザー(BA)
 堀田さん**

美スギには、各化粧品ブランドのスタッフも常駐していますので、より詳しい商品情報をお伝えすることができます。ぜひ、ご相談ください。



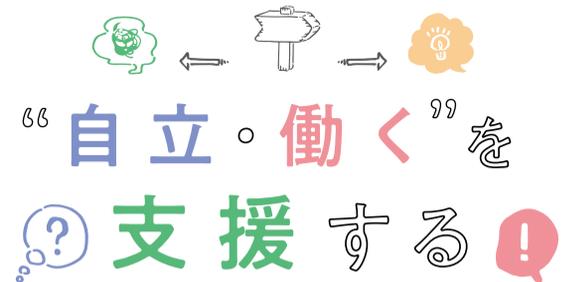
就労移行支援 就労継続支援A型・B型の違い

	就労移行支援	就労継続支援A型	就労継続支援B型
目的	就職のために必要なスキルを身に付ける	生産活動の場の確保と一般就労に向けた訓練など	生産活動の場の確保と一般就労に向けた訓練など
対象者	一般企業への就職を希望する人	現時点で一般企業への就職は困難であるが、適切な支援により雇用契約に基づく就労が可能な人	現時点で一般企業への就職は困難であるが、知識や能力の向上・維持が期待される人
雇用契約	なし	あり	なし
年齢制限	65歳未満		なし
利用期間	原則2年間以内	なし	

※詳しくは各自治体・地域の事業所等問い合わせを。

「自立訓練(生活訓練)」とは？
障がいのある方が利用し、自立した生活に向けて、生活能力の維持・向上のための訓練などをおこなう「障がい福祉サービス」のひとつ。日常生活能力を向上するための支援や生活に関する相談など、それぞれに適切な支援・訓練をおこなう。

「就労移行支援」とは？
一般企業への就職を希望している、障がいのある65歳未満の人を対象とした支援。事業所によって様々だが、就職に対する知識やスキルアップのための訓練、講義などを受け、それが持った可能性を広げる。その後、実際に色々な職種や職場を体験してもらい、周囲のサポートも受けられる中で就活へと進む流れとなる。



自立訓練(生活訓練)・就労移行支援の仕組みと、支援について

「自立訓練(生活訓練)・就労移行支援」ってなんだろう？



世の中には様々な理由で、障がい福祉サービスの自立訓練(生活訓練)・就労移行支援を受ける人が存在する。今回はサービスの基本的な仕組みや就労までの大まかな流れを調べてみた。

※「厚生労働省障がいの者の就労移行支援対策の状況」より抜粋(テキスト表)



⑤ 就職後もサポート
継続の相談や支援を希望することで、スタッフと定期的に面談しながら、職場定着のサポートが受けられる。

④ 就職活動
履歴書の書き方、面接の受け方などの練習をサポートしてもらいながら、求職を申し込む。

③ 職場や職種を体験
体験してみたい仕事など、希望を相談のうえ実際の企業に出向き、色々な職種や職場を体験。

② 就職活動の準備
作成してもらった就職支援プランに沿って、就職に関する情報収集や講義などに参加。就職に関する知識を身に付ける。

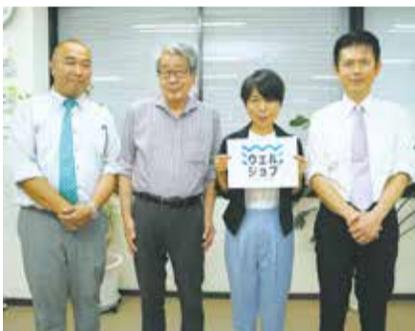
① 相談・訓練
就職に向けての希望や困りごとを相談。自身の強みや適性などを分析してもらう。その後、施設内での訓練に進んでいく。

就労までの大まかな流れ
※各自治体事業所により異なる場合あり

就労移行支援

小規模ならではの個別対応で就職後も手厚いサポート

利用者側が望む本当に必要な支援を考え、経験豊富なスタッフが親身にサポートしてくれるウェルジョブ。生活面、精神面の相談も深掘りして細やかなケアしてくれるのが特徴。通所中だけでなく定着支援後もクリニック同行で医師との連携を取り、本人の状況を確認してくれるのも心強い。駅直結デッキからエレベーターを降りてすぐの立地で、事業所内もバリアフリーなので車椅子での通所も安心。



(上) 経験豊富な有資格者が在籍。
(左) PCスキルや簿記を未経験から身につけたい人でもひとり1台使えるパソコンで個別指導。

就労移行支援事業所 ウェルジョブ

茨城市末広町1-1 6F
阪急茨城市駅徒歩1分
営/9時~18時
日祝休み
☎072-630-0238



スタッフコメント

通所のベースや内容は相談しながら決められます。通所が決まれば交通費は事業所が負担します。まずは見学にお越しください。

自立訓練・就労移行支援

開所12年の経験と実績で理解ある企業に就職 個性に寄り添い「強み」を活かす

ジョブジョイントおおさかは開所から12年、180名の就職者を輩出。自閉症、発達障がいに特化しており、特性を理解した専門スタッフが一人ひとりの得意分野を見極めることに長けている。独自のネットワークで豊富な情報の中からその人の強みを活かせる企業を探す。就職移行率が約90%で、就職後も相談できる環境なので定着率も高い。週1日から数時間でもOK、ペースに合わせて通所することができるので、何から始めていいかわからない人もまずは見学相談会へ。



(上) 社会福祉士、精神保健福祉士、ジョブコーチなど専門スタッフが在籍。
(左) 100種以上のワークサンプルで自分の得意分野を発見。これが決め手で通所を決める人も多い。

社会福祉法人 北摂杉の子会 ジョブジョイントおおさか たかつきランチ

高槻市京町町9-3
関西産業ビル4F
営/8時45分~17時半
☎072-668-1123



詳しい紹介はこちら▶

毎週木曜の見学・相談会 随時受付中

摂津市商工会

Kids & 親子摂津まちゼミ

夏休みに親子でご参加いただくイベントとして、摂津まちゼミを開催します。お店の人が講師となつて、プロならではのノウハウ等を学べるゼミナールで、夏休みの宿題などにも最適です！参加費は無料~材料費程度。まちゼミルールとして、お店からの押し売りがないため、安心してご参加いただけます。

※人気のゼミは満席の場合があります。ご容赦ください。

【日程】7月24日(月)~8月24日(木)

【場所】摂津市内各店舗

【申込み】23講座 (店舗へ直接ご予約ください)

【詳細】摂津市商工会 TEL 06-6318-2800



茨木商工会議所

これからはじめるSNSのキホン SNS活用セミナー

SNSを集客に利用したいが何をどう活用すればよいか分からない、SNSを実際に使っているがほとんど集客できていない、そんな方におすすめのセミナーです。

このセミナーではSNSについての基礎知識や効果的な発信方法、SNS運用で気を付けるポイントなどをお伝えします。これからSNSを活用する方にもわかりやすく説明します。

【日時】9月26日(火) 14時~16時

【場所】茨木商工会議所 会議室

【対象】経営者・店主・個人事業主・会社員・創業間もない方・創業に関心のある方

【費用】無料(定員30名様)

【申込方法】茨木商工会議所 ホームページからエントリー

【主催】茨木商工会議所 茨城市岩倉町2-150 立命館いばらきフューチャープラザ TEL 072-622-6631

高槻商工会議所

新入社員フォローアップセミナー

【日時】9月22日(金) 13時30分~16時30分

【会場】高槻商工会議所 4階大ホール

【内容】1. 入社してから今までの振り返り

2. ビジネスマナーの再確認

3. 効果的な仕事の進め方を習得

4. ワンランクアップの仕事力を身につける

【参加費】無料

【定員】30名(1事業所2名まで)

【対象】入社1年目の新入社員等

【講師】EMIコンサルティング 代表 福井 充雄氏

【主催】高槻商工会議所 中小企業相談所 (高槻市大手町3-46 TEL 072-675-0484)

【協力】OSAKAしごとフィールド(大阪府)

【申込み】当所ホームページから

http://www.takatsukicci.or.jp

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOKAI SYOUKOKU KAIGISYO 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！

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



data

この方に聞きました



教育家 / 見守る子育て研究所® 所長
小川 大介さん

1973年生まれ。京都大学法学部卒業。大手進学塾で看板講師として活躍後、コーチング主体の中学受験個別指導塾を創設。塾運営を後進に譲った後は、講演、人材育成、文筆業と多方面で活躍中。

Books

『自分で学べる子の親がやっている「見守る」子育て』



著/小川大介
定価/1,540円
出版: KADOKAWA
Amazon、楽天ブックスなどで購入可

公式YouTube
小川大介の見守る子育て研究所®

子育てに役立つ様々な情報を小川さん自らがわかりやすく教えてください。



[取材協力]

株式会社素材図書
見守る子育て研究所®
<https://sozaitosho.com/>

子どもが成長していく上で大切な段階です。そしてこの間にあるのが、5歳〜小学3年生の中間反抗期です。この時期の子どもたちの心はどのような発達を遂げているのかと言ふと、家庭以外の世界、コミュニケーションを持ち始めること、これによって、これまで触れてこなかった

この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

Check
子どもの成長を温かく見守ろう

しかし、ここで親の価値観の中に引きずり戻せば子どもの自立が遠ざかることもわかるからこそ、ハラハラしながらも見守ることが大切

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

子どもがのびのびと成長していくために
中間反抗期との上手な関わりかた

子どもの成長の上で欠かせない発達段階である反抗期。これは親から自立していくために避けては通れないものです。手を焼いている親御さんのために、「見守る子育て」を提唱する教育家の小川大介さんにお話を聞きました。

Check
成長に必要な5歳から10歳の中間反抗期

自己主張が始まる「イヤイヤ期」とも呼ばれる2〜3歳の第1次反抗期は、自分という感覚(自我)が芽生えはじめる頃。そして小学校高学年〜中学生の第2次反抗期は大人になる入り口で、自分はこういう考え方を大事にしているというポリシーが芽生え始める頃。どちらも子どもが成長していく上で大切な段階です。

しかし、ここで親の価値観の中に引きずり戻せば子どもの自立が遠ざかることもわかるからこそ、ハラハラしながらも見守ることが大切

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

「この時期を過ごすうえで、知っておいていただきたいのは、親と子どもの視点のずれ、親は子どもの行動を見ていて、「やったの? やったな

プールイベント

大人気の大型遊具イベント & 水泳アスリートレッスン開催



スイミングスクールを運営している施設なので安全面もバッチリ。



監視・受付スタッフ募集中! 詳しくは問い合わせを。

高槻市立前島熱利用センター
クリンピア前島

高槻市前島4-18-1
営/10時~20時(日曜16時半迄)
水曜休館(祝日の場合営業)
P有(100円/1日)
☎072-669-3165
クリンピア前島 で検索



プールアスレチック開催
8/10(木)、8/20(日)、8/27(日) 12:00~13:30
[対象] 幼児、小・中学生
(身長130cm以下のお子さまは保護者同伴)
[定員] 各日50名 [料金] 500円+入館料
[備考] 事前WEB申込が必要

8/13(日) アスリートスイムレッスン開催
指導: 2023年世界水泳代表 日本雄也選手
①10:00~10:50 小学生、中学生対象
②11:00~11:50 高校生以上対象
※どちらも4泳法25m以上泳げる方 ※定員各15名
受付方法: 窓口にて参加料1,000円を支払いで申込完了。申込後のキャンセル不可。(当日の施設料金別途)

英会話スクール

質の高いレッスンで英検®合格者多数
自然と身に付く発音の良さに驚き



月謝制で便利な振替制度があるので無理なく続けられるのが嬉しい!

イングリッシュワールド

英検®・英検®Jr. 受験会場認定校
[姉妹校]
千里中央校、緑地公園校、豊中校、塚口校、天王寺校
<https://english-w.jp>

●茨木校
茨木市末広町1-1
井原産産ビル5F
受付/11時~20時
(土曜日10時~18時)
月・日・祝定休
☎072-632-5578



小学生で英検®準2級合格者を輩出する実力派スクール。英語力向上はもちろん、一人ひとりの子どもの成長を考えてくれるフォロー体制で、保護者満足度が99%と非常に高い。人気のベビーコースは1歳半~受けられる。日本人講師は文法クラスを担当。3歳以上のコースは英語4技能を総合的に伸ばしてくれる。まずは無料レッスンへ!

- 特典**
- 「シティライフを見た」で
 - 入会金→100%OFF
 - ※即日入会以外は50%OFF
 - 教材費→50%OFF
 - ペア割引(2名以上同時入会)
 - 教材費100%OFF
 - スクールバッグ(小学6年生まで)プレゼント
 - 入会セットプレゼント
 - 体験レッスン初回無料
 - ※各特典利用は、レッスンを3か月以上継続される方に限る(8月末まで)

●高槻校
高槻市紺屋町6-5 イマホビル2F
(駅前郵便局前)
受付/10時~21時
(土曜日10時~18時) 月・日・祝定休
☎072-685-7212



バルーンのおでかけ七五三 夏休み前撮り 8月31日までの撮影ラストチャンス

お母様の訪問着レンタル 8月限定価格 2,750円 税込

おでかけ台紙付 8ポーズプラン 8月撮影秋のお出かけ2度のお仕度付き

おでかけシュシュダブル 衣装・美容・着付け・アルバム 8月撮影+秋のお出かけすべて込み

おすまじ 姉妹・兄弟4ポーズシュシュ 2冊組

3歳被布+5歳羽織袴 38,500円 税込

3歳被布+7歳着物 39,500円 税込

5歳羽織袴+7歳着物 39,500円 税込

7歳5歳3歳 女の子の子 すべてオリジナルデザインで作成します

2画像 CDR 写真のあちらラジ 和装2ポーズ

衣装美容着付 すべて込みの税込価格 9,800円

フォトスタジオバルーン

フリーダイヤル 0120-753-317

茨木スタジオ 高槻スタジオ

茨木市蓮田町8-18 高槻市千代田町5-5

072-638-6088 072-668-7456

<http://www.studio-balloon.com/> ホームページ

一斉+個別指導
学習塾

正しい勉強のやり方が身につけば
実力も成績もみるみるUPしていく



頑張っ勉強しているはずなのに、思うように成績が上がらないとお考えの方におすすめしたいのが茨木市舟木町にある「め塾」の学習スタイル。長年教育業界に携わるなかで確立された同塾の指導法は、勉強を教えるのではなく、勉強のやり方を教えているというところ。「真面目に頑張っ勉強していても、そのやり方が間違っれば意味がありません。勉強が出来る子というのは決まっ、勉強のやり方を知っています。それを真似するだけで圧倒的に成績は伸びていきます」と話すのは塾長の長島さん。例えば、高い受講料を払っ夏期講習を受けても、その下地である勉強のやり方を分かつたうでないと効果は薄いので注意が必要だという。テストの点数を上げたい、進学校に進みたいというのなら、まずは意識改革を勉強のやり方から見直してみたいかだろうか。

小学5年生対象「茨高準備クラス」

茨木高校や春日丘高校などの進学校受験に特化した専門クラス。実績十分の同塾一番人気クラスなので要チェック!

※定員まで残り2名!お早めに!

QRコード
▲詳細はこちら

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

め塾 で検索

わが家のアイドル自慢

web版はこちら▲

自転車でおんね
いちかくん/茨木市
初めてのプール遊び
そたくん/茨木市
GOOL
初めての動物園に行ったよ
あいちちゃん/摂津市
生後100日を迎えました!
まわりも笑顔になる笑顔
らなちゃん/高槻市
サンドイッチたいすき!

Smile

Love

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。

応募方法
【締切】2023年8月13日(日)まで
【掲載】CityLife 9月号・CityLife News Web
※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予めご了承ください。

応募はこちらから

英語の幼稚園

2歳からのプリスクール園児募集中
8/14~19にはサマースクールも開校



グローバルヴィレッジは園内が完全英語環境の幼稚園。日本の幼稚園のカリキュラムを含め、コンピュータ、音楽、ダンスなど多彩な内容をネイティブ講師が指導し、自然と子どもたちが英語を身につけていく。同校のプリスクールは入園希望者が多いため、2歳から入園させるには1歳時の見学がおススメだ。また、8/14からは恒例のサマースクールも開校される。サイエンスやアートなど、子どもの創造力を高められるアクティビティを英語で楽しく学べる。サマースクールから引き続きサタデースクールに入学すると、9月の月謝が半額になる。プリスクールの見学も電話予約受付中。

■サマースクール

開催校	千里山田校/高槻茨木校
期間	8月14日(月)~19日(土)
時間	9時~15時 (8時~18時の間で延長可能 ※最終日除く)
費用	受講料42,000円 教材費5,000円(税込)
対象年齢	満3歳から小学6年生

グローバルヴィレッジ
〈プリスクールとサタデースクール〉

千里山田校 吹田市津雲台7-4 ☎06-6831-8996
千里丘校 吹田市長野東3-15 ☎06-6878-6874
高槻茨木校 高槻市宮田町3-4-10 ☎072-694-6000

※千里丘校はプリスクールのみ。サタデースクールはありません。

【無償化対象園です】
〈ほいくえん〉
吹田市長野東6-4
☎06-6170-8786 https://global-edu.jp



スポーツ

スポーツで主役を目指す子どもへ
小5~中学生の体作りをサポート



ベーシックコースでは、すべてのスポーツの土台を整えパフォーマンス向上を目指す。マンツーマンでそれぞれに合った個別トレーニングを行うパーソナルクラスも。

大阪市内や堺市で多くの子どもたちの体作りをサポートしてきた「アスリートワークス」が豊中へ進出!成長期の子どもたちがケガをしにくい体作りや、運動のパフォーマンスを向上させる体の使い方を教えてくれる。様々なスポーツに精通した経験豊富なトレーナー陣が揃い、体作りはもちろん、礼儀や態度、心の成長もサポート。すでに野球やサッカーなど専門競技を習っている子どもだけではなく、運動が苦手な子どもたちやスポーツで活躍したい子どもたちにとってピッタリのスクール。まずは気軽に体験から始めてみよう!

経験豊富なトレーナー陣がサポート

「アスリートワークスでは、子どもたちが怪我や気持ちの面で力を発揮できず、後悔をすることのないよう、最高の環境を整えています」と貴島トレーナー(写真)。少人数制のトレーニングで成長期に最適なトレーニングを提供する。



アスリートワークス

豊中店
豊中市庄内西町3-3-6
ポホロビル3F
(ふじくら鍼灸整骨院の3階)
受/11時~21時
日祝定休
☎070-1825-1222



NEW OPEN

Menu
●入会金...10,000円
※各コースの内容や料金はQRからHPをチェック!

ホームページ
特典
「シティライフを見た」で
●体験会参加費...通常2,200円→**無料!**
その後、入会で
Tシャツプレゼントと入会金50%OFF!
(8月末まで・20人限定)

「くもんの先生」募集説明会受付中

8・9月の説明会にご参加いただいた皆様には、Amazonギフト券1,000円分を進呈いたします。
株式会社公文教育研究会主催キャンペーンです。 Amazon, Amazon.co.jpおよびこれらのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

くもんの先生がはじめやすくなりました!

あんしんサポート制度
2年間会場費の援助がございます。
開講時、教室備品やPRの費用の援助がございます。

応募要項)) ●55歳迄の方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。

説明会は予約制です。開催日の3日前までにお申込みください。
★マークの説明会では現役の「くもんの先生」のお話を聞くことができます!

地区	日程	時間	会場
吹田市	8/2(水)	10:30~12:00	公文式 千里丘中教室
	8/3(木)	10:30~12:00	公文式 佐井寺1丁目教室
	9/28(木)★	10:00~11:30	千里市民センター
豊中市	8/30(水)★	10:00~11:30	千里朝日阪急ビル 14F
高槻市	9/20(水)	10:00~11:30	クロスバル高槻

※詳細はwebサイトをご確認ください。

web説明会
平日昼の部
8/4(金)・8(火)・24(木)・30(水)
4日程とも 10:00~11:00・13:00~14:00
平日夜の部 土曜の部
8/25(金)・9/19(火) 8/5(土)・9/2(土)
2日程とも 19:00~20:00 2日程とも 10:00~11:00・12:00~13:00
希望日時がございましたら、ご相談ください。

伝言板

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・サクソフーン・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 ☎072-696-6750

■ 腹式呼吸・発音・発声 歌唱指導
出張・個人指導 石井072-623-6568

■ 箏・三絃教室 淀の會長野雅子
090-3996-9514 JR千里丘駅
http://www.yodonokai.com

■ 結婚
■ 結婚相手を探すならペリドット
仲人夫婦がお手伝い06-7171-2367

申込方法 「内容氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキか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

編集後記

ふるさと納税を利用した人は13%と意外に少ないと感じましたが、周りに聞いてみると数字通りで、意外と少ない。理由は「よくわからない」という人がほとんどでした。人口の多い北摂ではふるさと納税はマイナスのイメージで利用を促進するつもりはないですが、知らないのは勿体ない、やり方次第では地域貢献もできます。(P.27参照 コサオ)

マスクの着用は個人判断が基本となり早4ヵ月。取材先でも街中でも割合としては未着用の人が多くなったように思う。コロナが完全に終息したわけではなく、感染も広がっているようだが、在りし日の日常が戻ってきているように嬉しく感じる。(鉄)

夏ですね。美白男子も僕もこの猛暑には勝つぞ日に日に黒くなっています。家を整理したり、エアコンを手入れするだけで夏の暮らしが快適になるだろうと思いつつも、そこまで手が回っていません。皆さんはそうならないように巻頭特集をご活用ください。(海に行きたいらう)

説明会のお申し込み・資料請求・お問い合わせは
webサイトもしくはフリーダイヤルより
☎0120-834-414
公文教育研究会 大阪プラン1チームユニット
〒532-8511 大阪市淀川区西中島5-6-6 公文教育会館2F

くもんの先生 検索

KUMON

1周年記念

Cosme FESTIVAL

8/9 [水] ▶ 8/31 [木]

高槻阪急 高槻市白梅町4-1
営業時間 / 午前10時～午後8時

夏の紫外線や暑さでメンテナンスが必要になるこの時期、様々なダメージを回復してくれるとっておきのスキンケアコスメを紹介します。また、夏のダメージに役立つお気に入りアイテムやケア方法を美のスペシャリストに教えてもらいました。

教えてくれたのは...
美腸ヨガ講師

Okamoto Naoko さん

ヨガ・ピラティス講師歴12年。腸から健康美を叶えるための美腸ヨガ™や美腸プログラムを主宰している。ヨガウエアRealstoneのアンバサダーも務める。



Naokoさん Instagram



Realstoneヨガウエア 上)8,690円 下)13,750円
Realstoneヨガマット 12,980円
衣装協力/高槻阪急4階 スポーツミツハシ京都ブラウニー



Instagram

高槻阪急beauty LINE 友だち限定 スポーツミツハシ京都ブラウニーコラボ 疲れた身体をリフレッシュ! 美腸ヨガ体験

夏の疲れを癒し、内側からキレイな体づくり。アロマの香りですっきりしながら腸を整える、初めての方も無理なく参加いただけるヨガ体験です!

- 開催日時: 8/26(土) 午前11時～午後1時～(各回約60分)
- 開催場所: 6階多目的ホール
- 参加人数: 各回10名様(女性のみ)
妊娠されている方はご遠慮願います。お子様連れOK。
- 参加方法: 高槻阪急ビューティーLINEにご登録の上、ご予約にて受付。会場にて登録画面をご呈示いただけます。
- 予約開始: 8/12(土) 午前10時～高槻阪急イベント予約お申込から



Q1. Naoさんのヘルシー美人の秘訣は何ですか? コスメを選ぶポイントも教えてください。

大学生の時からヨガを続けていて、今は腸活もしています。腸を整えると栄養分を吸収しやすくなり、外側にもしっかり表れます。続けていくと肌も髪も元気になりますよ。コスメを選ぶ時は子どもが触れても安心な成分や原料をしっかり見て選んでいます。



ニールズヤード レメディーズ
ブラウンライス酵素
アクティブプラス
(300ml) 5,724円
75種の食材を長期発酵した、
酵素乳酸菌ドリンク。
2階 阪急フルーツギャザリング



ヴェーダヴィ
マヌカハニー MG300+
(250g) 6,480円
1日ティースプーン1～2杯。
毎日続けられるおいしさです。
2階 パウダーバレット

Q2.

どうしていますか?

紫外線ダメージの
メンテナンスは

日焼け後の乾燥した肌を保湿して!



外ヨガや子どもと遊ぶ時は日焼け止めクリームをたっぷり塗っています。日焼け後の肌は乾燥するので保湿を心掛けています。



ファンケル
洗顔パウダー
(50g) 1,320円
濃密もっちり泡でやさしく洗い上げる、パウダー洗顔料。
2階 ファンケル



エスティ ローダー
マイクロ エッセンス ローション BF
(200ml) 15,510円
とろりとしたリッチなテクスチャーが、吸い込まれるように肌になじんで角質層まで浸透。乾燥などのダメージを受けにくく、肌をすこやかに保つ化粧水。
2階 エスティ ローダー



クリニーク
イーブン ベター ラディカル ブライト セラム
(50ml) 15,400円
集中的に潤いで満たして、乾燥によるくすみなどの肌の濁りの元に“攻め”のアプローチ。玉露エキスなど植物成分を含む“イソトラブター複合体”(*)が、モイスチャーバリアをサポートし、肌をすこやかに保ち、未来の肌に“守り”のアプローチ。
(*)チャ葉エキス(玉露エキス)、ヤマグワ根皮エキス等: 整肌成分
2階 クリニーク



メルヴィータ
ビオオイル アルガンオイル
(50ml) 4,290円
うるおい、ハリなどマルチケアに。洗顔後すぐの肌に使うことで、保水力に富んだアルガンオイルが化粧水・クリームのうるおいをギュッと抱え込むブースターの役割も。
2階 阪急フルーツギャザリング



イヤイヤな香り
便利!

ニールズヤード レメディーズ
スプレーヘッド
(100ml用) 330円
マッサージオイル用のスプレーヘッド。

Q3.

ヘアケア、
ボディケアについて、
教えてください。



自分にあったケアアイテムってすぐには見つからないかも。私は、色々試したり、ショップスタッフさんのアドバイスをとりいれて選んでいます。今回、私にぴったりのケアアイテムが見つかったので、とってもうれしいです!



ラ・カスタ
アロマエステ ヘアソープ 82
(300ml) 2,420円
においの元となる余分な皮脂や汚れを洗い流し、清らかな(*)頭皮と髪に導くシャンプー。
(*)汚れを落とすことにより清潔になった頭皮・毛髪
2階 阪急フルーツギャザリング



ラ・カスタ
アロマエステ ヘアマスク 82
(230g) 2,420円
指通りなめらかで、清らかな(*)美髪へと導くトリートメント。シャンプーとセットで使用するのにおすすめ!
(*)汚れを落とすことにより清潔になった頭皮・毛髪
2階 阪急フルーツギャザリング

ニールズヤード レメディーズ
アロマティック マッサージオイル
(100ml) 3,190円
ボディをつつみこむ、リラックス感のあるハーバルフローラルの香りをお楽しみいただけるボディオイル。
2階 阪急フルーツギャザリング

ニールズヤード レメディーズ
ゼラニウム&オレンジマッサージオイル
(100ml) 3,850円
フレッシュフローラルの香りつつみこみながら、ボディをしっかりと保湿。
2階 阪急フルーツギャザリング

ニールズヤード レメディーズ
ボディマッサージブラシ(コットン巾着入り) 2,860円
初心者でも簡単。1本で2通りの使い方ができるマッサージ用ブラシ。手が疲れにくく、効果的にマッサージができます。
2階 阪急フルーツギャザリング



ニールズヤード レメディーズ
ビューティローラー(コットン巾着入り) 3,630円
女性の手でも握りやすい、手のひらサイズのマッサージ用ローラー。簡単にビューティケアができます。
2階 阪急フルーツギャザリング



2階化粧品売場リニューアルオープン

憧れの
ヘルシー美人を
目指そう

Beauty & Healthy

1周年記念プレゼント

高槻阪急beauty LINE・Instagramにご登録でイベントやプレゼント企画にご参加いただけます!

高槻阪急beautyLINE・Instagram公式アカウントに登録していない方はこちら

LINE Instagram

お買上プレゼント

8月9日[水]～無くなり次第終了
税込10,000円以上
お買い上げの方に

「AKOMEYA TOKYO」
メッセージ米を
先着100名様にプレゼント

■お渡し場所:各ショップ

プレゼント協力/
AKOMEYA TOKYO
(アコメヤトウキョウ)1階

高槻阪急beautyLINE友だち限定お買上プレゼント

8月9日[水]～無くなり次第終了
既存・新規の会員様にクーポンを進呈。
税込5,000円以上お買い上げのお客様に

「セゾンファクトリー」
謹製ジャムあまおういちご(235g)を
先着100名様にプレゼント

■お渡し場所:各ショップ

プレゼント協力/
セゾンファクトリー2階

高槻阪急beauty Instagramフォロワー募集!

8月9日[水]～無くなり次第終了
フォローをいただいた画面を
ご呈示で

「セゾンファクトリー」
 Finanシェ1個を
先着100名様にプレゼント

■お渡し場所:各ショップ

プレゼント協力/
セゾンファクトリー2階

高槻阪急beauty LINE公式アカウント限定イベント

高槻阪急beautyLINE友だち限定の美フェスイベント。
楽しいイベントが盛りだくさん!すべて無料でご参加いただけます。



予約が必要なイベントの参加申込はこちら
※イベント当日に友だち登録画面をご呈示ください。

お手入れ会

8/2(水) WEB予約開始

エステ ローダー ラグジュアリーフェイシャルトリートメント体験

シートマスクをトリートメントで使用。ご体験でスキンケアサンプルプレゼント。購入特典としてリニュートリップ製品ご購入でデラックスサンプルプレゼント。

■8/12(土)
■時間:①午前10時～②正午～
③午後2時～④午後4時～
⑤午後6時～

■場所:2階 化粧品キャビンルーム
■所要時間:各回 約90分
■定員:各回 1名様

リニュートリップ
ダイヤモンド プリアンス
セラム(30ml)
(本体)36,850円
(リフィル)33,000円

8/4(金) WEB予約開始

ランコム フェイシャルトリートメント体験

高精細カメラで肌状態を確認しながら、お客様に合わせたスキンケアをご提案。また、美容液ジェニフィックを超音波ブースターでご体験いただけるフェイストリートメントを実施。

■8/14(月)・15(火)
■時間:①午前10時30分～②正午～
③午後1時30分～④午後3時～
⑤午後4時30分～

■場所:2階 ランコム
■所要時間:各回 約60分
■定員:各日各回 1名様

ジェニフィック
アドバンス N
(50ml)
16,940円

8/13(日) WEB予約開始

クリニック スキンスクールスペシャル

お客様のお悩みをカウンセリングし、クリニックのスキンケアからメイクをご体験いただけます。

■8/23(水)
■時間:①午前10時～②午後1時～
③午後3時～

■場所:2階 化粧品キャビンルーム
■所要時間:各回 約75分
■定員:各回 1名様

ポップリップ
ブラッシュ
(10ペロア)
3,960円

8/1(火) 電話予約開始

フォンテーヌ 女性インストラクター来店ウィッグお手入れ会

白髪隠しやつむじ周りのボリュームアップが出来るトップピース。簡単にイメージチェンジできるフルウィッグなどお客様のご要望にあわせてお似合いのウィッグをご提案いたします。

■8/25(金)
■時間:①午前10時～②午後1時～
③午後3時～④午後5時～

■場所:2階 フォンテーヌ
■所要時間:各回 約30分
■定員:各回 1名様
■予約:TEL.072-683-3580

ベネファージュ
薬用スカルプ
クレンジングEX
2,640円



体験会

8/2(水) 電話予約開始

ファンケル タブレットを使用したパーソナルカラー体験

もっと自分らしくキレイを上げたい!その願いに、生まれ持った肌や髪、瞳の色などで似合うカラーを見つけるパーソナルカラーと顔型やパーツの位置などからお客様に合ったメイクの色味や雰囲気をおアドバイス。メイクのコツ&おすすめアイテムまで詳しくご紹介します。

■8/9(水)～31(木)
■時間:午前11時～午後6時(各日)
■場所:2階 ファンケル
■所要時間:各回 5分～
■定員:各日 5名様
■予約:TEL.072-685-5903

プリズムシアード
デュオ アイカラー
(サニーブラウン) 2,530円
※8月17日(木)発売 ご予約承り中

ご予約なし

パウダーパレット ファンデーション体験会

お客様のお肌に合わせたファンデーションをご提案。フロレスフィットをお買い上げの方には特別キットをご用意。

<キット内容>
・チークカラー(02)
・ポーチ

<カバーマーク>
フロレス フィット
SPF35・PA+++5,500円
コンパクトケース(スポンジつき) 2,200円

■8/9(水)～31(木)
■時間:終日
■場所:2階 パウダーパレット
■所要時間:各回 約20分

8/2(水) WEB予約開始

ラ・カスタ 頭皮スコープチェック体験会

ラ・カスタスタッフが頭皮専用のスコープを使って頭皮の状態をチェック。カウンセリングを行い、お客様1人ひとりのお悩みや希望の仕上がりに合わせて頭皮ケア、ヘアケアアイテムをご提案。

■8/12(土)
■時間:①正午～②午後1時～
③午後2時～④午後4時～
⑤午後5時～⑥午後6時～

■場所:2階 阪急フルーツギャザリング
■所要時間:各回 約40分
■定員:各回 1名様

各日 開催日の10日前から WEB予約開始

パーソナルカラー アクティブメイクを叶える。私のリップ色を発見!

カラーアナリスト、コスメコンシェルジュの柳原まきえがお客様に合ったパーソナルカラーを導き、夏に合うリップカラーをご提案。おすすめの商品もご紹介。

(左)<ポピュラー>
リクスリップスティック
(312 ピンクパフ)5,280円

(右)<ルナル>
プランメロウリップス
(11 Ecrú)4,400円

■8/16(水)・26(土)
■時間:①午前10時30分～
②午前11時45分～
③午後1時45分～
④午後3時～
⑤午後4時15分～
■場所:2階 阪急フルーツギャザリング
■所要時間:各回 約45分
■定員:各日各回 1名様

8/8(火) WEB予約開始

コバコ KOBACO セルフネイルケア体験会

「KOBACO nails」のアイテムを使用して、爪表面の不要な角質を除去「ルースキューティクルケア」を中心に、健康的で美しい爪に仕上げセルフネイルケアをご体験いただけます。

※当日はジェルネイルなどをしていない素爪の状態でご参加ください。

■8/18(金)・19(土)・20(日)
■時間:①午前10時～②午前11時～
③午後1時～④午後2時～
⑤午後3時～⑥午後4時～
⑦午後5時～

■場所:2階 阪急フルーツギャザリング
■所要時間:各回 約20分
■定員:各日各回 1名様

各日 開催日の10日前から WEB予約開始

ジョンマスターオーガニック スカルプスコープ体験会

スコープカメラを用いてお客様の頭皮状態をチェックし、商品提案を行います。

■8/18(金)・19(土)・25(金)・27(日)
■時間:①正午～②午後1時～
③午後3時～④午後4時～
⑤午後5時～⑥午後6時～

■場所:2階 阪急フルーツギャザリング
■所要時間:各回 約30分
■定員:各日各回 1名様

スカルプ
シェイクブラシ
2,640円

メイク&試飲イベント

ご予約なし

ハーバー 乳果オリゴ糖配合のトクホ飲料の試飲会

おなかの調子を良好に保つ乳果オリゴ糖配合のヨーグルト風味のおいしいトクホ飲料をお試しいただけます。

■8/9(水)～12(土)
■時間:各日正午～午後5時
■場所:2階 ハーバー
■定員:各日 先着30名様(期間中おひとり様1回限り)
※準備数がなくなり次第終了します。
※試飲後アンケートのご協力をお願いします。

特定保健用食品オリゴワフ®
イチゴヨーグルト味(飲料)(無果汁)
125ml×1本 135円
125ml×8本 1,040円

8/2(水) WEB予約開始

ベアミネラル つけないより肌にいいベースメイク体験

ベアミネラル専属トレーナーがお客様一人ひとりに合わせたメイクをおアドバイスいたします。ベアミネラル新作やカラーアイテムをいち早くご紹介させていただきます。

■8/12(土)
■時間:①午前11時～②正午～
③午後2時～④午後3時～
⑤午後4時30分～⑥午後5時30分～

■場所:2階 阪急フルーツギャザリング
■所要時間:各回 約40分
■定員:各回 1名様

ベアプロ16HR
パウダーファンデーション
(8g/フェア15
ニュートラル)5,280円
リクス パフォーマンス
ブラシ4,290円

8/15(火) WEB予約開始

ちふれショップ ビューティーアドバイザーによるメイクレッスン会

メイクアドバイザーがお客様にあったカラーメイクのご提案後、ポイントメイク体験またはポイントメイクレッスンもお受けいただけます。ご希望のお客様には測定器でお肌の測定を実施し、肌状態にあったスキンケアサンプルをプレゼント。

■8/25(金)
■時間:①午前11時～②午後1時30分～
③午後3時30分～

■場所:2階 化粧品キャビンルーム
■所要時間:各回 約90分
■定員:各回 2名様

イルミネイト アイズ
(PU-01)4,400円

8/16(水) WEB予約開始

エトヴォス 秋メイクイベント

エトヴォススタッフによるお客様にあった秋メイクのご提案をご紹介します。

■8/26(土)
■時間:①午前11時30分～②午後0時30分～
③午後2時30分～④午後3時30分～
⑤午後4時30分～⑥午後5時30分～

■場所:2階 阪急フルーツギャザリング
■所要時間:各回 約40分
■定員:各回 1名様

8/10(木) WEB予約開始

資生堂 SHISEIDO メイクイベント

資生堂トップメイクアップクリエイターがお客様の美しさを引き出すためのワンポイントメイクアドバイスを行います。

■8/26(土)～28(月)
■時間:①午前11時～②午前11時30分～
③正午～④午後5時～
⑤午後5時30分～⑥午後6時～

■場所:2階 資生堂
■所要時間:各回 約15分
■定員:各日各回 1名様

SHISEIDO
テクニサンジェル
リップスティック
(407 Pulsar Pink/408 Voltage Rose/
409 Harmonic Drive)3,960円



※イベントなど予告なく変更になる場合がございます。ご了承くださいませ。※表示価格は消費税を含んだ税込価格です。※画像はイメージです。※数に限りのある商品もございますので売り切れの際はご了承くださいませ。※一部価格改定のある商品もございます。

Vol.82
エキスポシティプレス

EXPOCITY press

8
2023 August

バナナスプリット (850円)

バナナやアイスクリームを使ったインパクトとボリューム満点のアメリカ発祥スイーツ。

Béchamel Café (ベシャメルカフェ)

ららぽーとEXPOCITY 1F

柚子わらび餅パフェ (1,250円)

海外店で人気の限定メニューが日本上陸。国産柚子の爽やかな酸味と甘いわらび餅ですっきりカフェタイム。

nana's green tea

(ナナスグリーンティー)

ららぽーとEXPOCITY 3F

ひんやり!
すつきり!

レモンパークフロート (960円)

レモンとミントのさっぱりとしたドリンクにたっぷりのソフトクリームをオン。

TABLES KITCHEN

(ダブルスキッチン)

ららぽーとEXPOCITY 2F

ミックスフルーツパフェ (1,738円)

人気のフルーツを存分に使用した大人も子どもも満足の一品。

マルトメ・ザ・ジュサリア
パフェテリア

ららぽーとEXPOCITY 2F

イートイン
限定EXPOCITYで堪能
アイスクリーム・ドリンクフェア & 7/20(木) ▶ 8/31(木)スタミナ満点!
この夏食べたい
旨辛
スパイス
グルメ

夏の暑さを吹き飛ばしてくれるような、期間限定メニューがEXPOCITYに登場!この機会にぜひ味わってみてください!



ステーキオールスターズ (単品1,848円)

総重量320gとボリューム満点のステーキを堪能できる一品。ガツンと食べたいときにおすすめ。

ミツケキッチン

EXPO KITCHEN 2F

鶏のガバオ&トムヤムヌードル (1,375円)

鶏のガバオと「甘・辛・酸」のバランスが取れたトムヤムクンは夏におすすめ。

マンゴツリーカフェ

ららぽーとEXPOCITY 1F



レッドホットチーズバーガー (1,430円)

スモークハバネロのレッドホットソースとチェダーチーズの相性抜群。パンチのある旨辛バーガー。

J.S.BURGERS CAFE (ジェイエス バーガーズ カフェ)

ららぽーとEXPOCITY 1F



チキンオーバーライス (1,650円)

チキンや自家製デユカ(ナッツ)を添え、チリ&サワーソースと様々な野菜をのせた当店メイン料理の一つ。

RHC CAFE

(アールエイチシー カフェ)

ららぽーとEXPOCITY 2F

その他にも
メニューがたくさん!
詳しくはコチラから
チェック!!

※価格はすべて税込です。※画像はイメージです。※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。

巡って集めて、賞品を当てよう!
大阪モノレールでぐるっと探検 夏のスタンプラリー

期間中、5箇所あるラリーポイントのうち3箇所を巡ってA・B・Cのスタンプを集めよう!スタンプカードに必要事項を記入してEXPOCITY内の応募BOXに投函すると、抽選ですてきな賞品が当たります!



応募期間 9/24(日) 20:00まで

応募場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 総合案内所横の応募BOX

参加方法 各スポットに設置されているラリー用紙に、A・B・Cの3つのスポットのスタンプを集めて、必要事項をご記入のうえ、EXPOCITY内の応募BOXに投函すると応募完了!

スタンプ設置施設 モノレール沿線の5施設

- Aスポット** ● 大阪国際空港 北ターミナル4F よしもとエンタメショップ内
- Bスポット** ● 大阪モノレール 千里中央駅 エプロント モノウェル千里中央店 (カウンター)
- 万博記念公園 自然文化公園 中央口/EXPO'70パビリオン ホワイトエ (※公園入場料が別途必要です)
- Cスポット** ● ららぽーとEXPOCITY 1F 総合案内所付近
- 海洋堂ホビーランド 併設ショップ・ホビーロビー門真 レジ付近

※内容は予告なく変更・中止となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

詳しくはコチラ



NEW OPEN

8/3
(木)

NEW OPEN

【雑貨】

daily CLIP (デイリークリップ)

ららぽーとEXPOCITY 1F

dailyCLIP

おだやかな毎日をご過ごせる「居心地のいい」暮らし。デイリークリップは、「ナチュラル」で何年経っても飽きがこず、「住む人にちょうどいい」暮らしのアイテムを数多く揃え、理想のライフスタイルを叶えます。

夏休みイベント2023
おいしく!たのしく!食べるを学ぼう! キッズクラブ
—親子で食育—キッズクラブ
会員様なら、おトク

今年の夏休みは、全国のららぽーと・ラゾーナ川崎プラザで、食育をテーマとしたイベントを実施します! ららぽーとEXPOCITYでは、カレーライスで使う野菜を、宝探し感覚で気軽に楽しめる収穫体験を開催!

実施日 8/16(水)

時間 10:40~12:20/13:00~17:00までの間で各回20分・6名様

会場 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPO MARKET 定員 先着100名様

受付方法 10:00より各回全ての整理券を会場(3F EXPO MARKET)にて配布いたします。 ※なくなり次第、終了となります。 ※お時間はお選びいただけます。

参加条件 三井ショッピングパーク内キッズクラブ会員 ※その場で新規登録いただけます。

推奨年齢 3歳~12歳までのお子様

参加特典 パーモンドカレー(230g)プレゼント

※内容は予告なく変更・中止となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

詳しくはコチラ



EXPOCITY 吹田市千里万博公園2-1

営業時間 ららぽーとEXPOCITY 10:00~20:00 (EXPO KITCHENは11:00~21:00、Egg s 'n Things、マクドナルドは10:00~)
※土日祝・特定日は営業時間が異なります。 ※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。問合せ先 06-6170-5590 (代表/10:00~18:00) <https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/>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。Instagram
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!

@expocity_official

https://www.instagram.com/expocity_official/



Vol.84

立て続けに生まれたワラビーとビーバーの赤ちゃんはスクスクと育ち、ポケットから出たり、親の真似をしたり愛らしい姿をいっぱい見せてくれています。

フラビーの赤ちゃん、ポケットから出てくるように！

世界で最も小さいカンガルーの仲間「パルマワラビー」の赤ちゃんが誕生したニフレ。5月31日にお母さんのお腹のポケットから赤ちゃんが初めて顔を出し、その姿を見られる回数が増えてきました！順調に成長し大きくなった赤ちゃんワラビーは、手足、しっぽなど体の一部がポケットから出て

いることもしばしばありましたが、最近ではポケットから外に出てきていることも！今しか見られない小さな愛らしい姿。見られたらラッキーですよ！

ふたごの赤ちゃんビーバーの愛称決定！

6月2日に生まれたアメリカビーバーのふたごの赤ちゃん。キュレーターが考えた愛称候補の中からTwitterで投票を実施した結果、愛称は「ソラ」と「マメ」に決定！空のよ



吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内 営/平日10時～18時、土日祝9時半～19時 7/24～8/10、8/17～8/27 9時半～19時 8/11～8/16 9時～20時 入館料/大人(高校生/16歳以上)2,200円 子ども(小・中学生)1,100円 幼児(3歳以上)650円 駐車場/約4,100台(¥200/30分) ニフレ入館で120分無料 0570-022060 (ナビダイヤル) 三フレで検索

赤ちゃんの成長を見守るなら「年パス」がお得

ニフレ年間パスポート\\販売中\\

①カードパスポート

大人(高校生/16歳以上) 9,000円 子ども(小・中学生) 4,600円 幼児(3歳以上) 2,800円 (発行手数料200円含む)

②WEBパスポート

大人(高校生/16歳以上) 8,800円 子ども(小・中学生) 4,400円 幼児(3歳以上) 2,600円

有効期間 ご購入から1年間

詳細はこちらから



今までのバックナンバーは CityLife Newsから



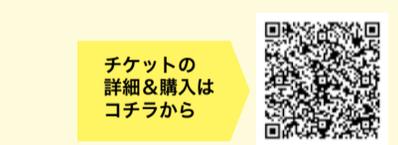
NIFREL

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 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:村上翔輝

次回ホームで迎えるリーグ戦は年に1度の『GAMBA EXPO』対象試合となる湘南戦！



- 全て記念シャツ付きチケット
●小中高チケットはワンコイン
●スペシャルゲストになかやまさんに君来場などなど、イベントも盛りだくさん！



8月のホームゲーム日程 @ パナソニックスタジアム吹田 J1リーグ 8/19(土)19:00 第24節 vs 湘南ベルマーレ

最新情報はガンバ大阪 オフィシャルサイトでチェック! https://www.gamba-osaka.net/

8月19日、J1リーグ湘南ベルマーレ戦にて、7年目となる「GAMBA EXPO」が開催される。

「GAMBA EXPO」の見どころの一つといえば、選手たちが着用するユニフォームだ。試合当日、「GAMBA EXPO 2023」のためにデザインされた記念ユニフォームを着用し、

販売されるチケットは全て記念シャツ付きチケットとなる。そのため、より選手とファン・サポーターが一体となるのを感じられる。

「GraphersRock」だ。今年のテーマである「繋ぎ、進める」を、水の波打つような「輪が広がっていく様子」をユニフォームに落とし込み

「チームの力」と「サポーターの力」が一体の創造、未知のチカラを生み出し、ガンバ大阪が新たなステージへと進化していく姿をグラフィックで表現されている。さらに当日、スベ

8月19日(土)「GAMBA EXPO 2023」開催 今年のテーマは「繋ぎ、進める」



箕面市と包括連携協定を締結
ガンバ大阪は6月28日、箕面市、箕面市教育委員会と包括連携協定を締結した。

箕面市とは、これまで箕面まつりといった市内のイベントへの参加や協賛、昨年度からは部活動地域移行事業の実施・検証の協力などを行い連携を図ってきた。今回の締結により、ス

ポーツを通じた地域社会の発展及び学校教育のスポーツ推進に寄与する取り組みを行うっていくという。締結後直近の取り組みとしては、7月16日開催のJ1リーグ柏レイソル戦での「箕面市・豊能町・能勢町民応援デー」が挙げられた。箕面市の小中高生が無料招待され、大人もお得に観戦できる日となり、大きな応援を受

けたガンバ大阪は、見事3-1で勝利を飾っている。その他、コロナ禍で活動休止していた箕面市との「ホームタウンふれあい活動」を復活させたいとガンバ大阪・小野社長がコメント。選手側から学校や病院をまわって地域活動をしたいと積極的な声がかかっている」と明かし、出来る限り実現していきたいなどと話した。

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4種類を発売中です。大阪モノレール全線が乗り降り自由です。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



Table with 3 columns: Ticket Name, Price (Tax included), and Available Dates. Includes options like 休日満喫 1 DAY モバイルチケット, オフピークモバイルチケット, ニフレルエンジョイパス, and お得に万博記念公園 エンジョイパス.



ウェルビーみのおでは、ワクワク楽しいイベントがいっぱい！家族そろって遊びに行こう！

そのほかにもイベントがいっぱい！
 QRコード
 こちらからCHECK!

ご来場プレゼント

WEB上で「住まいのアンケート*」にご回答の上、ご来場ください。マイページの二次元バーコードをご提示後、モデルホームご見学でご覧の賞品をプレゼントします。
※賞品のお渡しは期間中1世帯につき1回限り

ハンディチョッパー

いろんな食材に使えます

引く回数で大きさを調整できる



お料理の時短アイテムを無料でプレゼント♪



※写真はイメージです。色は選べません。
 ※食材はプレゼントに含まれません。
 ※賞品は予告なく変更される場合があります。
 ※他の広告の賞品と重複して受け取ることはできません(一部除く)。

WEBアンケート詳細はこちら▶
※プレゼントの受取、イベント参加など、来場特典のお受け取りにはアカウント登録が必須となります。



イベント開催 / 11:00~17:00 ※一部イベントを除く

※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。

8/5(土) ウェルビー夏まつり 15:00~20:00 (営業時間は20:30まで)

- おもちゃすくい
- スマートボール
- 射的
- たこつぼゲーム

- 竹弓矢の射的
- ワークショップ

WEBアンケートご回答で先着200組様に縁日で使える金券を配布します！
※14:00から配布開始 ※現金での参加も可能

※写真はイメージです



開催時間: 17:30~

夏といえば盆踊り！大きなやぐらの周りをみんなで輪になっておどろう♪箕面にまつわる「たきのみち音頭」「新箕面音頭」も！

お隣の
 みのおキューズモールで
 同日開催!

まはもと 火祭り

ステージ・キッチンカーもあるよ!

19:00~ 場所: 千里川河川敷

スーパーマリオブラザーズ マリオ・ルイージがやってくる

8/6(日) 参加無料



スーパーマリオブラザーズのマリオ・ルイージが登場！握手をしたり一緒に写真を撮ろう！

①11:00 ②13:00 ③15:00

※カメラはご持参ください ※キャラクターショーではありません ※諸事情により予告なく変更・中止する場合があります。 ©Nintendo

当日の10時からイベントブースにて整理券を各回先着50組様に配布いたします

8/11(金・祝) 12(土) 動く！吠える！巨大恐竜ワークラリー

●巨大恐竜たちが出現！
 まるで本物のように動く迫力満点な恐竜たちと記念撮影ができます。



※カメラはご持参ください

●重ね押しスタンプラリー
 会場内にある6か所のポイントをまわって恐竜の絵を完成させよう！
 各日300組様



夏のクラフト&プレイ Tシャツウォーターガン染め

8/12(土) 100組様 小学生以下限定

インクの入ったウォーターガンで自由に染色しよう。遊んで楽しめるオリジナルTシャツづくりです！



※サイズは150cmワンスサイズのみ

世界でひとつの “線香花火”をつくろう

8/13(日) 各回20組様

- ①11:00 ④14:30
- ②12:00 ⑤15:30
- ③13:30

プロの職人が線香花火の作り方を指導。本物の火薬を和紙で包み、世界でひとつだけのオリジナル線香花火を作ります。

※小学生以下のお子様は必ず保護者同伴でご参加ください

出張農園 ~スイカ狩り体験~

夏のくだもの「スイカ」の収穫体験をしてみよう！



※1組様おひとつまで ※会場では食べられません ※写真はイメージです

8/19(土) 100組様

収穫したスイカはお持ち帰りOK◎

夏休み限定 親子流しそうめん大会

8/20(日) 100組様

親子で流しそうめんを食べて暑い夏を楽しもう♪



※小学生以下のお子様対象(親子ペアでご参加ください) ※時間入替制で実施します(10:00~整理券配布)

「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。18歳未満の方はご遠慮ください。※イベントについては一部、WEB上で「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。「住まいのアンケート」にご回答の上、会場受付にてマイページの二次元バーコードをご提示ください。※当日の状況により、内容が変更または中止される場合もあります。最新情報はABCハウジングホームページでご確認いただくか、または住宅公園受付までお問い合わせください。※イベントへの参加は、1世帯1名様限り(一部イベントを除く)。また、期間中1回限りとし、参加組数には制限があります。※掲載写真はいずれもイメージです。

〒562-0033 箕面市今宮1丁目1番1号
 TEL 072-737-6901
 【受付時間 / 10:00~18:00】



詳細はこちら！

○水曜日定休日(祝日は除く)
 ○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。各メーカーに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
 https://abc-housing.asahi.co.jp/kinki/wellbe/minoh

【電車・路線バスでのアクセス】

- 北大阪急行「千里中央」駅から阪急バス「萱野小学校前」「今宮」停留所下車
- 阪急「箕面」駅から阪急バス「萱野小学校前」停留所下車
- JR「茨木」駅・阪急「石橋阪大前」駅から阪急バス「今宮」「西宿」停留所下車

駐車台数には限りがございます。公共の交通機関をご利用の上、ご来場ください。



※車でのアクセスはこちらを参考にお越しください。





撮影／佐賀章広

Profile

1984年京都府生まれ。滋賀県在住。ダンスインストラクター、作曲家、守山市埋蔵文化財調査員を経て作家デビュー。'18年「童神」(刊行時『童の神』に改題)で第10回角川春樹小説賞を受賞、第160回直木賞候補となった。'20年『じんかん』(講談社)で第11回山田風太郎賞を受賞、第163回直木賞候補となった。'22年『塞王の橋』(集英社)で第166回直木賞受賞。講演会・テレビなどに出演するほか、'21年11月より箕面市の書店『きのしたブックセンター』の経営を行う。TBS報道番組(JNN系列)『Nスタ』レギュラーコメンテーター。

吾、翔ける

直木賞作家・今村翔吾のエッセイ

vol.15

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の日々を綴っていただきます。

「歴史小説は難しい」と思われる理由

歴史小説は難しいと思ってる方が多いのは、作中の用語に馴染みがないこともあるだろう。例えば「胴丸」というのも、全く知らない人にとっては皆目想像も付かない。私は判らないことを前提に足軽が腹に巻く鎧などと、ざくっと説明はするものの、逆に知っている人からすれば、まどろっこしい一文になってしまう。この辺りの塩梅が難しい。

人名などもそうだ。これは織田信長を例にとってみる。会話以外の文、いわゆる「地の文」などというが、ここで「信長」と書くのは問題ない。しかし、会話文の中で「信長様は……」などとするのは正しくない。信長というのは諱と呼ばれるもので、目下の者は絶対に口にしてはならないし、同格の者でも失礼に当たる。目上からや、敵からは呼ばれることはあるものの、これも実際は多く無かったようだ。

では何と呼ばせればよいのか。家臣たちは「殿」「御屋形様」「上様」などでよいが、それ以外はどうか。まず呼称として最も用いられるのが官職名である。

羽柴秀吉ならば筑前守、石田三成ならば治部少輔、直江兼続ならば山城守、吉良義央ならば上野介といえ、びんと来る方も多いただろう。

信長の場合、多くの人は上総介を想像するのではないか。それは間違っている。だがここに落とし穴がある。官職は時代と共に変わる。任

命されたもののほかに、自分で勝手に僭称することもあるから何ともやこしい。

信長の場合、上総介の他に有名なものを一つ、二つ挙げる。たとえば、弾正忠や右大臣などがある。つまり他者が信長を呼ぶ時は「上総介……」などとなるのだ。

だが残念ながら、まだ落とし穴はある。それぞれには略称、通称のようなものがあるのだ。例えば右大臣ならば右内府。内大臣ならば内府。石田三成が徳川家康のことを「内府の勝手な許せぬ」などと言っているあれだ。

この通称、全く聞き覚えのないものから、あっと思うものもある。例えば現在の大阪府南部はかつて和泉国と呼ばれていた。これを通称で「泉州」などと呼ぶのだが、それがその国司である和泉守に対してはしばらく会っていないなどを使うのである。

ちなみに官職である「〇〇守」は凡そこれに変換出来る。真田幸村の父、真田安房守昌幸の通称は「房州」となる訳だ。紀伊国の紀州、信濃国の信州などは馴染みが深いだろう。

さらにここに「唐名」というものがある。中国王朝での官職を、日本の官職に当て嵌めたものだ。武田信玄の弟、武田信繁の官職は左馬之助。これの唐名は典廐。これを台詞にしてみると、「典廐様の軍に続け！」などとなる。唐名で有名なのは関ヶ原の戦いで裏切った小早川秀秋の執金吾。

最新刊

今村翔吾著『イクサガミ 地』(講談社文庫)

討て。生きるため。魂の戦い!

共闘を目指す少女・双葉が、攫われた。夜半、刺客・愁二郎を待ち受けていたのは、13年ぶりに再会する義弟・祇園三助。東海道を舞台にした大金を巡る死闘。「蠱毒」に、兄弟の宿命が絡み合う。明治三部作、第2巻!

Back Number

これまでのエッセイはwebにて

これは左衛門督の唐名だ。関ヶ原を描いた映画などで三成が「金吾!裏切ったか!」と、叫ぶシーンがあったりするがこういう訳だ。唐名が地名になった例もある。脇坂安治という人がいる。彼の官職は中務少輔。唐名は中書。彼が屋敷を構えていた場所が京都の中書島である。

と、結果として歴史小説がめっちゃくちゃ難しいもののように語ってしまったが、実際はそうではない。プロ作家はこのあたりを、歴史に詳しくない人のためにも、小説の中で自然に説明する。逆説的に言えば、現代の歴史小説において、これが上手く出来ないという頭角を現しにくい。私はそう確信して努めるようにしている。

City Lifeが運営する結婚相談所「シティライフ婚活」



北摂の情報紙シティライフは「人と人、人と店・企業をつなぎまちを元気にすること」をコンセプトに、1986年の創刊以来、地域生活者の役立つ情報を発信してまいりました。シティライフはこの婚活事業を通して「人と人」をつなぎ、この北摂地域の活性化に寄与したいと考えています。

シティライフは日本婚活相談所連盟(IBJ)の正規加盟店です。

会員数・成婚数 **NO.1**

登録会員 **81,593名** ※2022年10月現在

成婚数 **14,671名** ※2021年の年間成婚数

- 【活動の流れ】
- ご入会・活動プランニング
- お相手探し [申込み～お見合い]
 - プレ交際
 - 真剣交際
 - プロポーズ
 - ご成婚

安心安全なお見合いシステムで

パソコン・スマートフォンからいつでもどこでも、お相手検索をしてお見合いを申し込むことができます。「希望条件での検索機能」「趣味や興味などの」共感キーワード検索機能などを搭載しています。

- お相手検索
- お気に入り登録
- お見合い申し込み
- 担当仲人との連絡

独身証明提出必須の安心お見合いシステム

活動される会員様に必ず独身証明の提出を求めています。住民票・卒業証明・資格証明・収入証明などを提出された方だけお見合いができるよう徹底管理しているため、安心して活動いただけます。

料金	
入会金	70,000円 [税込 77,000円]
登録料	30,000円 [税込 33,000円]
お見合い料	無料
月会費	15,000円 [税込 16,500円]
※システム利用料を含む	
成婚料	50,000円 [税込 55,000円]

株式会社 シティライフNEW
「シティライフ婚活」事業部
<https://konkatsu.citylife-new.com>
TEL.06-6338-0640
(シティライフ婚活係まで)
〒566-0001
大阪府摂津市千里丘1-13-23

ご相談・申し込みはホームページから

万博記念公園だより 8月号 令和5年7月20日発行 通巻519号

BAMPAKU News

2023 08



大阪府広報担当副知事
もずやん

PREMIUM NIGHT VACATION

万博 夏まつり 2023

北摂最大級の
夏まつり、ハジマル。

BAMPAKU

イルミネイト万博

BEER GARDEN

万博記念公園で人気のフードフェスが大集合!

7/28_金~30_日 8/4_金~6_日 11_金~20_日 25_金~27_日 全19日間

各日17:00~22:00 (入園は21:30まで)

イルミネイト万博がパワーアップし、さらに万博ピアガーデンも同時に開催する「万博夏まつり」。
北摂の夏は万博記念公園でお楽しみください!

イルミネイト万博



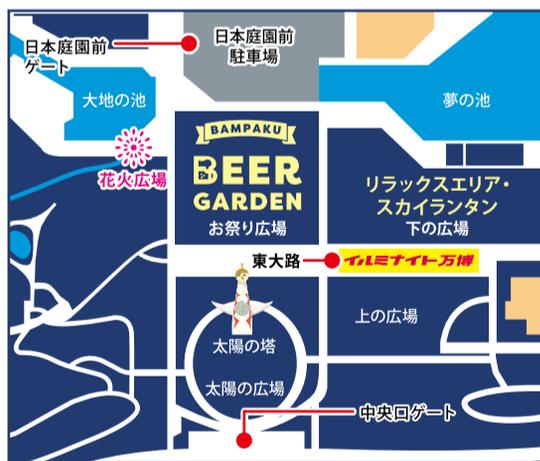
※画像はイメージです

夏の夜のイルミネーション!ライトアップされた太陽の塔と幻想的に灯るランタン空間。光と音で来場者を出迎える特別演出は必見! ココロ踊る夏まつりとの初響宴とともに19日間をお楽しみください。

◎ 太陽の塔周辺・東大路

¥ 無料(別途入園料が必要)

会場マップ



開催概要

場所	お祭り広場、東大路 ほか
入園ゲート	中央口ゲート、日本庭園前ゲートのみ (入園は21:30まで) ※東口、西口ゲートからの入園は16:30まで
駐車場	中央駐車場、日本庭園前駐車場のみ
主催	万博夏まつり実行委員会
共催	万博記念公園マネジメント・パートナーズ

※雨天決行、荒天中止(スカイランタンは雨天および風速により中止の場合あり)

チケット種類

万博ピアガーデン 入場料	前売チケット 450円	当日チケット 500円	※小学生以下無料
リラックスエリア (1テーブル)	前売チケット 2,800円	当日チケット 3,000円	※1テーブル4名まで ※8/11(金・祝)から開催します。
スカイランタン (1個)	前売チケット 4,000円	当日チケット 4,500円	※1日200個限定 ※8/11(金・祝)から開催します。
浴衣レンタル (着付け込)	レンタル 6,000円		※事前受付がおすすめです。詳しくは公式ホームページをご覧ください。

※別途入園料が必要

BAMPAKU BEER GARDEN

万博記念公園で人気のフードフェスが集結! 生ビールと一緒に楽しみください。また縁日やワークショップ、浴衣レンタルゾーンもあり、夏まつりを満喫できます。

◎ お祭り広場 ¥ 入場料500円(小学生以下無料)、前売り券450円 ※ご購入は公式ホームページをご覧ください。



万博ピアガーデン・各種前売チケット購入、詳細、問合せは左のQRコードの公式ホームページをご覧ください。



万博夏まつりの同時開催イベント

※別途入園料が必要です。



17:00~22:00
(最終受付21:30まで)
※8/4(金)~6(日)は19:30~22:00
(別イベント開催のため)

今年はお祭り広場西側(大地の池の南側通路)に花火ができるエリアが登場します。花火とバケツは持ち込みOK! バケツは1グループ1個につき、500円でレンタルも可能です。(バケツ返却時に300円を返金します。)手持ち花火も販売。持ち込みなら無料で楽しめます!



●お祭り広場北西特設エリア



スカイランタンとはお祭りで打ち上げられる熱気球の一種で天灯とも呼ばれます。スカイランタンは繁栄や願いを込めて打ち上げられます。未来を担う子どもたちの「夢の実現」を願い、万博で感動的な夏の体験はいかがでしょうか。※火を使わず、安全で環境にやさしい世界初の「LEDスカイランタン」です。※料金はP.20をご覧ください。

●下の広場

**8/11(金)~8/20(日)、
8/25(金)~8/27(日) 全13日間**
各日17:30~19:30 ※各日200個限定



夢の池 サイクルポート

期間中18:30まで
(受付18:10まで) 営業延長

巨大立体アスレチック迷路「迷宮の砦」

期間中19:00まで
(受付18:30まで) 営業延長

万博おもしろ自転車広場

期間中19:00まで
(受付18:30まで) 営業延長

バーベキュー場「b-base」

Aエリアのみ土日、8/11(金・祝)~20(日)は20:30まで(18:00最終受付)
※Bエリア、Cエリア(手ぶらバーベキューエリア)は14:00最終受付、16:30閉店

Pickup Event

※別途入園料が必要
※水曜定休 ※8/16(水)は開園
※掲載内容は事前の予告なく変更・中止になる場合があります。
※詳細は各イベントの公式ホームページでご確認ください。

Pokémon GO Fest 2023 8/4(金)~6(日) 9:00~19:00



「Pokémon GO Fest 2023」が世界有数の都市、大阪にやってきます。「Pokémon GO Fest 2023:大阪」では、万博記念公園と、吹田市及び大阪市の2都市全域の2つのエリアで異なる体験を楽しめます!参加者は、イベントに集まるたくさんのトレーナーたちと一緒に、宝石のように煌めくゲームプレイや特別なボーナス、ちょっとしたサプライズなどを楽しむことができます。

●万博記念公園、吹田市及び大阪市の全域

●3,500円(税込)

※通常、万博記念公園への入場には入園券が必要ですが、「Pokémon GO Fest:大阪」のイベントチケットをお持ちの方は、プレイ日に限りイベントチケットで入場できます。別途、入園券をご購入いただく必要はありませんのでご注意ください。※チケットは完売しておりますが、お持ちのチケットに付け加えることができるアドオンは、引き続きお求め頂けます。

●Niantic, Inc.

●[問合せ方法]

<https://niantic.helpshift.com/hc/ja/6-pokemon-go/faq/2030-how-to-contact-support/>

詳細はホームページをご確認ください



<https://gofest.pokemongolive.com/ja/osaka?hl=en>

ひまわりフェスタ 7/29(土)~8/20(日)



背丈よりも高いヒマワリ、赤や白色の珍しい品種、八重咲きや房咲きヒマワリなど今年には23品種約12,000本。様々な色や形の一面のヒマワリ畑をお楽しみください。

●自然文化園 チューリップの花園 ●無料

関連イベント

フォトスポット増設!

ひまわりフェスタ会場のチューリップの花園内にフォトスポットを開設します。群生するヒマワリを背景にとっておきの写真を撮影してください!

プロフォトグラファーが撮影する写真撮影会



一面のひまわり畑を背景に、プロのフォトグラファーによる撮影会を開催!家族と恋人と友達と、プロの撮影が体験できます。撮影データは3カットプレゼント。

●8/11(金・祝日) 撮影:山本あゆみ

8/19(土) 撮影:矢橋恵一

①10:30~12:30 ②13:30~15:00

(撮影時間は1組15分程度)

●1組 1,500円

[受付]当日先着順(チューリップの花園内特設テントにて)

混雑状況によりお待ちいただく場合がございます。

※雨天中止

ゆびまるこ®による指で描くパステルアート

『ひまわりアート』ワークショップ

夏の太陽の下、ひまわり畑を眺めながら、大人も子どもも自由な心で楽しむパステルアートのワークショップです。

●8/12(土) 10:00~12:00(所要時間15~30分)

●500円 [受付]当日先着順

(チューリップの花園内特設テントにて)

混雑状況によりお待ちいただく場合がございます。※雨天中止



オレンジ香る紅茶マフィン ひまわり仕立て

香り高い紅茶のマフィンに、オレンジの爽やかさをプラス。ひまわりをかたどったアイシングとともにお召上がりください。

●[イトイン]ドリンクセット1,280円(税込)

[テイクアウト(単品)]680円(税込) パークカフェにて土日祝限定販売



ロハスカフェのブースが登場

かき氷の販売を実施します。

※一部変更になる可能性があります。

●7/29(土)、30(日)、8/4(金)~6(日)、11(金・祝)~20(日) ※雨天中止



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。>>>



EXPO'70パビリオンにて「黄金の顔」8月より展示開始!

EXPO'70パビリオンに別館を増設し、1970年大阪万博開催時に「太陽の塔」の頂部に設置されていた「黄金の顔」を展示します。映像による「EXPO'70 体感ギャラリー」や1970年大阪万博のレガシーの展示など、見どころ満載!
※詳細は後日ホームページに掲載予定



(「黄金の顔」展示イメージ)

万博記念公園で使える お得な前売りチケットを販売中!



ご購入方法などの詳細は公式ホームページにて

LINE友だち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。友だち追加は「万博記念公園」で検索、または右のQRコードからお願いします。



万博記念公園公式LINEページではお得なクーポンも配信しています。

YouTubeやInstagramなどのSNSもチェックしてください。詳細は万博記念公園公式サイトからご確認ください。

ひんやり夏グルメクーポン配信中
※8/31(木)まで利用可能です

太陽の塔

(自然文化園と太陽の塔内部観覧セット券)

※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

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**



特別企画 万博夏まつり開催日は19時まで観覧できます

大阪府内の公園緑地情報・イベント情報などがわかる OSAKAパークマップ



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、駐車場の出入庫に時間がかかる場合があります。
※駐車場の状況は万博記念公園公式HPでご確認いただけます。

動植物の採取につきまして

公園内での動植物採取(草花を摘んだり木の枝を折ったりする行為も含みます)は禁止しております。また、動植物採取の道具(釣り具 網類、水槽、虫かご、シヨベル等)の持ち込みはご遠慮ください。

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。特に、子ども、妊婦、健康上の問題を抱えている方への配慮のため、ご協力ください。

BAMPAKU
BEER GARDEN



万博ビアガーデン

7/28_金~30_日 8/4_金~6_日 11_金~20_日 25_金~27_日 全19日間



万博記念公園で人気のフードフェスが大集合!

「万博夏まつり」(P.20参照)で開催する万博ビアガーデンは、生ビールと相性の良いフードが最大37店、一挙に集結します。人気のフードEXPOから選りすぐりの料理をお楽しみください。



※写真はイメージです。

【場所】万博記念公園 自然文化園 お祭り広場

【入場料】500円 **【前売り券】450円**

※別途公園入園料(大人260円、小中学生80円)必要

【時間】各日17:00~22:00(入園は21:30まで)

【主催】万博夏まつり実行委員会

【共催】万博記念公園マネジメント・パートナーズ

※雨天決行(荒天中止)

※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。

※未成年者の飲酒は法律で禁じられています。 ※写真の盛り付けとは異なります。

前売り券・他のイベント・
入園ゲート・駐車場の
ご利用については
公式ホームページをご覧ください。



ギョーザEXPO

ご当地ギョーザや個性豊かなギョーザのラインナップ。
ビールにも相性抜群です!



チーズEXPO

チーズを題材に定番のピザや、
新感覚の肉料理にもチーズを合わせたメニューが登場します。



バーガEXPO

佐世保バーガーをはじめ、
珍しいご当地バーガーが出店します。



スイーツExpo

かき氷やモチモチ感のあるスイーツなど、
スイーツEXPOで人気のメニューが揃います。



タコハイ 酒場

さっぱりとしたタコハイに相性の良い料理が揃います。
ホルモンなどの居酒屋メニューが楽しめます。



ステージ&緑日・ワークショップ

フラダンスや大道芸などのステージと、ヨーヨー釣りや懐かしの風ぐるま屋台なども出店。
親子で楽しみながら取り組めるハンドメイドのワークショップもあります。



City Life

みんなの小さなエコを大きなエコに

Lohas Festa in Bampaku

ロハスフェスタ 万博 2023 秋

1st 10/27 (FRI) .28 (SAT) .29 (SUN) 2nd 11/3 (FRI) .4 (SAT) .5 (SUN) 3rd 11/10 (FRI) .11 (SAT) .12 (SUN)

総出展者数 約900店舗 (予定)

9:30-16:30 [雨天決行※荒天中止]

万博記念公園 東の広場

入場料:500円 [小学生以下無料]

主催 ロハスフェスタ実行委員会/シティライフ

この秋もロハスフェスタが万博記念公園にやってきます！
ロハスフェスタには、心も体も健康にみんなが幸せになる『ウェルビーイング』な暮らしを考えるヒントがいっぱい！
ハンドメイド雑貨からアンティーク、グリーン・フラワーなどの作品や、体に優しいグルメを楽しみながら、SDGsについても学べる企画も。
豊かな自然に囲まれながら、持続可能な未来と一緒に考える素敵なひとときを過ごしませんか。

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



■リサイクル資源をお持ちください

SDGs達成に向けて、ロハスフェスタではご家庭で捨てる牛乳パックや天ぷら油などを有効活用しています。地球環境への配慮と共に、未来の世代により良い社会を残すための一歩として、ぜひご持参ください。皆さまのご協力をお願いいたします！

◎牛乳パック ◎使用済み天ぷら油 ◎古本 ◎紙袋 ◎Tシャツ(新品)

ロハスフェスタでは下記資源を回収しています。使用済天ぷら油は、バイオディーゼル燃料に精製し、ロハスフェスタ会場で使用する発電機の燃料に。牛乳パックはトイレペーパーに再生され、会場内のトイレで使用しています。また紙袋はエコバッグをお忘れの方へ活用いただき、レジ袋削減に役立っています。Tシャツ(新品)は、オリジナルデザインのリユースTシャツとして、会場内にて販売予定です。
※上記Tシャツの収益金の一部を、SDGs達成に向け関連する団体に寄付いたします。



■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ください

お皿やお箸、水筒などをご持参いただくことでゴミの量が格段に減り、CO2の排出量を抑えることができます。ご自宅から、お気に入りのものを持って、オシャレにロハスグルメをお楽しみください。

■使わなくなった衣服・食器をお持ちください

モノが循環する豊かな社会づくりを目指した、物々交換ブース「xChange」(エクステンジ)。もう使わないけど、「誰かが欲しいかもしれない」アイテムを持ち寄り、想い・モノを繋げていきましょう。

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] 雨天決行・荒天中止

※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
※入場料について、割引の併用はできません。
※イベントの内容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。

詳しくは下記公式ホームページにて

<https://lohasfesta.jp/>

f LOHASFESTA t LOHAS_FESTA

主催:ロハスフェスタ実行委員会/シティライフ
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

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)



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。なるべく公共機関でお越し下さい。



万博夜空がアートになる日

万博花火プロジェクト

花火と音楽が、豊かで健やかな未来への架け橋に。

あの感動を再び!

2023 11/25 SAT
開催決定

万博記念公園 × 花火と音楽の饗宴

15,000発、間近で観る迫力!

全席指定席で場所取りなし。

芸術的で圧巻のひとつときをお楽しみください。

太陽の塔がそびえ立つ、万博記念公園を舞台に夜空をキャンパスとした、花火と音楽の新感覚アートプロジェクト。

1/100秒でプログラミングされた、音楽とシンクロした60分間の花火ショーです。

主催 | 万博花火プロジェクト実行委員会

共催 | 万博記念公園マネジメント・パートナーズ

2023 8/5 (SAT) より 全席指定席

早割受付開始

チケットのお申し込み

2022年度完売。
抽選申込期限 8/5~8/14まで
お早めにご購入ください。



開催概要

2023.11/25 (SAT) [OPEN] 12:00 [START] 18:30

※花火は約1時間の構成になります。(20:00 終了予定)

[主催] 万博花火プロジェクト実行委員会 [共催] 万博記念公園マネジメント・パートナーズ
[お問合せ] 公式WEB お問合せフォームよりお気軽にお問合せください。内容の確認後、改めてご連絡をさせていただきます。



通常価格/1席 早割価格/1席

ダイナミック SEAT	¥10,500	¥9,500
パノラマ SEAT	大人 ¥8,000 子ども ¥4,000	大人 ¥7,500 子ども ¥3,500

前回よりもホスピタリティ UP!
仮設お手洗い 前回の3倍
飲食ブースも充実!



吉本新喜劇 川畑 泰史

1967年生まれ、京都市伏見区出身。NSC9期生。1991年に吉本新喜劇に入団。2007年6月に座長に就任。登場のシーンで出囃子とともに進行をし、気を付けの姿勢で止まった直後に「カーッ」という効果音と同時に観客側を向くギャグや温かな人柄で人気を博す。2023年3月20日、同日の公演をもって吉本新喜劇の座長を勇退。現在も座員として新喜劇にとって欠かせない存在となっている。

よしもと芸人が書く 好き勝手コラム

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。



「新喜劇 川畑泰史の 北撮と楽しい仲間」

はじめまして、吉本新喜劇の川畑泰史と申します。慣れないコラムですが、読者の方が北撮の皆様と聞きまして、勝手に親近感を持たせていただいております。
一見、北撮と関わりのない私ですが、実は茨木に先祖のお墓があり、月に一度は茨木にお邪魔させていただいております。将来は確実に茨木のお墓でお世話になる身でございます。どうでしょうか？親近感を持って下さいましたでしょうか？

茨木の吉本芸人と言え、やはりナインティナインの2人ですね。2人とは、吉本の養成所の同期なので昔から仲良くさせてもらっています。今年、ならばグラウンド花月で開催した、僕の周年イベントにも、2人とも忙しい中、快く出演してくれ、さらに、同じく同期である、博多華丸・大吉、宮川大輔、星田英利、矢野・兵動、へびいちご、杉岡みどりといったそうそうたるメンバーも集まってくれました。おかげで、とんでもなく面白いイベントになりました。
でも更に面白かったのは、同期だけで行った打ち上げの席です。宴会が盛り上がりすぎて、矢部君が「今日は、かわばっちゃんのお祝いやから、岡村さんがこのお会計出してよ！」とボケてきました。僕がすぐに「出演のお礼にここは俺が」と言うのと、岡村君は「そうや！かわばっちゃん出して」とボケてきます。



他のメンバーからは「いやいや、同期やから割り勘にしよう！」の声も聞こえてきました。岡村君は「いやいや、かわばっちゃんかぶって言うてるんやから」とまだボケてきます。矢部君は「いや、背の順で岡村さん払って」とボケで応戦します。そこから皆で「関係ないけど矢野が払え」や「じゃあ俺、先に店出とくわ」等、ワイワイ。そして、何故か最終的には矢部君が奢ってくれました。デビュー当時に戻れた、本当に楽しいひと時でした。
他にもたくさん笑いの話で盛り上がったので、いつかこのコラムで紹介し

おすすめイベント
RECOMMEND EVENT

よしもとお笑いライブ in 枚方 2023
～爆笑漫才&すっちー大暴れ吉本新喜劇～

9/23 [土] ①回目 12:45開場 / 13:30開演
②回目 15:45開場 / 16:30開演

枚方市総合文化芸術センター 関西医大 大ホール
料金：前売5,000円 当日5,500円
出演者：海原やすよともこ、とろサーモン、トレンディエンジェル、男性プランコ(②のみ)、ニューヨーク(①のみ)、ゆりやんレトリィバァ、吉本新喜劇(すっちーほか)

詳細はコチラ!

読者プレゼント

CityLifeに関する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。

- 冷凍コロッケお試しセット (6種×2個) 10名
- サイン入り『小さなことからコツコツと西川きよし自伝』 3名
- 誕生30周年記念 花より男子展 -Jewelry BOX- 無料招待券 ペア5組

【提供：合同食品 株式会社】
【提供：阪神梅田本店】

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP

109シネマズ 共通平日招待券 (一部店舗を除く) 5名

キングダム 運命の炎
「IMAX」レーザーGTテクノロジー
7月28日(金)公開
(C)原泰久/集英社 (C)2023映画「キングダム」製作委員会

しん次元! クレヨンしんちゃん THE MOVIE 超能力大決戦 ～とべとべ手巻き寿司～
8月4日(金)公開
(C)臼井儀人/しん次元クレヨンしんちゃん製作委員会

『喜寿の青春賦 街道歩き4000km』 著/桐原 肇 6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: **8/20(日)** まで
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
※「花より男子展」のみ応募締め切り: 8/10(木)

EVENT Calendar

こどもちず おまつりマルシェ

8/6(日)
10時～16時
※小雨決行

ヒーローショーやキッズダンスといったショーや、自由参加のじゃんけん大会など家族で楽しめる催し。ブースエリアではワークショップやお買い物、縁日遊びなどワクワクドキドキするお店がたくさん揃う。

場 所/安満遺跡公園
SAKURA広場周辺
※ふわふわドーム近く

入 場/無料
問合せ/こどもちず
contact@kodomochizu.com

詳細はこちら

ガンバ大阪 キッズサッカー教室

8/6(日)
8/27(日)
1部: 11時～
2部: 13時～

ガンバ大阪のキッズスクールが安満遺跡公園にやってくる! トレーニングやミニゲームを通してサッカーを教えてくれる。小学2年～6年は2部のみ参加可能。

場 所/安満遺跡公園 東の広場
対 象/年少～小学6年生まで
参加費/500円(要予約)
問合せ/安満遺跡公園パートナーズ
072-648-4725

詳細はこちら

2023ウォーターRE-BORN みずかけまつり

8/20(日)
10時～12時※小雨決行

タイのソングクランを参考にした「みずかけまつり」のルールは2つ。「顔に向かって水をかけない」「水をかけられても怒ってはいけない」。皆で夏の楽しい思い出をつくろう。

場 所/芥川公民館 屋外グラウンド
対 象/高槻市内在住または通学の小学3年生から6年生
参 加/無料(要申込 定員60名)
8/3から受付開始
問合せ/高槻市立芥川公民館
072-683-1423

詳細はこちら

聴いてみよう! 見てみよう! 不思議な音の現代音楽!

9/30(土)
13時半開場
14時開演

ジュネーブ国際音楽コンクール作曲部門第1位など数々の賞を受賞する高木日向子氏による新作初演。ヴァイオリン、チェロ、ヴィオラなど現代音楽のアンサンブルを楽しめる。

場 所/茨木市福祉文化会館 (オーグスター)文化ホール
入 場/無料(要申込)
問合せ/(公財)茨木市文化振興財団
072-625-3055

詳細はこちら

イベントの詳細や他のイベント情報は、webでもご紹介しています。

掲載無料 あなたの街の情報をお待ちしております!

メール info@citylife-new.com
※応募・掲載希望月の前月8日まで(以降も受付の場合あり)
※掲載させていただく場合のみのご連絡となります。

応募はコチラ



猛暑を乗り切るための滋味三昧 全7品の豪華天然鱧なベコース

徳島県産の天然釣り鱧を使った夏限定の「鱧なベコース」は、全7品の豪華なコースになっている。丁寧に骨切りされた鱧を秘伝のダシで味わう鱧鍋や、全世代に人気の鱧の唐揚げ、梅肉でさっぱり食べれる鱧おとしなど、余すところなく天然鱧を味わえる。また、同店オリジナルの「冷やしひれ酒」は大人な一杯としてオススメ。お昼には「海鮮丼ランチ」を営業中。新鮮なネタをふんだんに使用した5種類の豪華な定食が楽しめる。

ふく義オリジナルの「冷やしひれ酒」。芳醇な香りが口いっぱいに広がる。

- Menu
- 天然鱧なベコース(1人前)7,150円
(鱧なべ、鱧の唐揚げ、鱧おとし、鱧の酢の物、鱧子のゼリー寄せ、冷麦、デザート)
 - 人気!二代目 ふく義コース7,150円
 - 活っちりコース5,500円
- 特典
- 「シティライフを見た」で
- 天然鱧なベコース7,150円→**4,800円**
 - 人気!二代目 ふく義コース7,150円→**4,800円**
- (1日3食限定)※特典併用不可(8月末まで)

高槻活ふく料理専門 二代目ふく義

高槻市高槻町11-21
営/ランチ12時~14時
(コース注文は前日迄に要予約)
夜17時~23時(入店21時まで)
月曜定休日(祝日の場合は営業)
禁煙



☎072-681-9515

北摂グルメGUIDE



大切な人の誕生日は隠れ家カフェの本格料理とデザートで祝おう

茨木の山間部にある同店は、本格日本料理とイタリアンのパティシエが作るデザートが人気! 8月限定で誕生日の方には、パースデーメッセージプレートまたは特製デザートをプレゼント。大切な人の誕生日は、異空間、隠れ家カフェでゆったりと祝おう!

- Menu
- ランチA/ランチB2,750円
 - パフェ(季節ごとに価格変更有)1,500円
 - サイフォンコーヒー660円

特典

AランチorBランチをご注文の方限定

- パースデーメッセージプレート付き

特製デザートプレゼント
(8月末まで)
※誕生日当日または誕生日月の利用に限る

cafe とまり木
茨木市泉原1212
営/11時~17時
木曜定休 P5台有り
☎072-697-8089



開業17年の創作割烹で味わう 見た目も美しい透き通る水晶鱧

素材に合わせ削節を使い分けてとる出汁が美味しいと知る人ぞ知る上吉。今の時期は鱧が絶品。しっとりとお造りのような食感で味も濃い。食べた人が感動する水晶鱧は秋ごろまで。カウンター7席、個室9席で接待や特別な日にもおすすめ。

- Menu
- 昼・夜(約2時間半のコース)
 - 上吉コース12,000円
 - 上吉愉(たのしみ)コース15,000円~
 - 昼(前日までに要予約)
 - 上吉御膳(季節の魚と旬の野菜で彩る籠盛/揚げたて天ぷら/土鍋ご飯)4,000円
 - 昼コース8,000円

上吉(うえきち) コース詳細や料理写真はInstagramで▼
茨木市中津町16-4
営/昼11時半~(火曜休)
夜17時~21時半入店
月曜定休 禁煙

☎072-633-3717



夏バテ知らずのスタミナ飯 痺れる旨さの本格麻婆豆腐

手頃な価格で中華料理を楽しめるので女性やビジネスマンで賑わう同店。看板メニューの麻婆豆腐は4種類あり、何度も通って味比べをする人も。長年中華料理を研究した店主のこだわり抜いた味をぜひ堪能して。

- Menu
- 日替わりランチ960円
 - 今週の麺飯ランチ960円
 - 週末限定、エビ料理ランチ1,250円
 - 週末限定、点心ランチ1,250円
- 特典
- 「シティライフを見た」とランチ利用で
こしあんごま団子1個サービス
(おひとり様につき1個、8月末まで)

いろいろ中華 たけ
茨木市西駅前4-35 2F
営/11時~14時半(LO14時)
18時~23時(LO22時)
※日曜は17時~21時半(LO21時)
水曜定休 禁煙

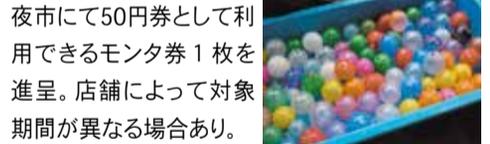
☎072-665-9979



今年は毎年大好評だった 「ちびっこ夜市」を4年ぶりに開催

ミートモリタ屋では、4年ぶりに「ちびっこ夜市」を開催。8月23日(水)に南平台店、8月24日(木)に富田店(地藏盆として開催)で17時~20時まで店舗駐車場で開催される。スーパーモリタ屋各店にて夜市開催の5日前からお買い上げのレシート1000円ごとに、夜市にて50円券として利用できるモンタ券1枚を進呈。店舗によって対象期間が異なる場合あり。

ミートモリタ屋
※各店舗の情報はホームページへ
<http://www.moritaya.com/>



5つ星出身シェフが腕を振るう 本格アジア・エスニック料理

ロマンチック街道で20年以上、愛されているアジア・エスニック料理の名店。5つ星ホテルで腕を磨いたシェフたちが提供する料理は、日本人向けにアレンジされ、本格的ながら食べやすいと評判。ランチでは「バターチキンカレーランチセット」が一番人気!「タンドリーチキンセットランチ」は、夏におすすめの一品!タンドリーチキン、週替わりカレー2種、ナン、厳選サラダ、トムヤムスープ、ラッシー付。テイクアウト・デリバリーもOK!

- Menu
- バターチキンランチセット1,500円
 - タンドリーチキンセットランチ1,980円
 - タータンナディランチ1,320円
 - お子様ランチ(ドリンク・デザート付)740円
- ※ディナーメニューも充実!詳しくは右記のホームページをチェック!

特典

「シティライフを見た」で

- ランチセットをご注文の方に**日替わりデザート**をサービス!

(8月末まで、お子様ランチは除く)

Tartan Nady
(タータンナディ)
豊中市向丘3-11-45 1F
営/11時半~15時(LO14時半)
18時~21時半(LO21時)
定休なし
禁煙 Pあり

☎06-6852-0950
Instagram@tartannady

デリチユース高槻

2023.7.26(水)

JR高槻駅構内に NEW OPEN

チーズの王様
「ブリー・ド・モー」を使用した
創業以来、人気のチーズケーキ

「特別チケット」 チケット持参でチーズケーキ(ホール)が特別価格に!
[2023年8月31日まで] ※デリチユース高槻のみご利用可。※価格は全て税込。

ホール(大)4,400円→**4,000円** | ホール(中)3,000円→**2,700円** | ホール(小)2,000円→**1,800円**

お盆休み 8月14日(月)~16日(水)

おたふく
おたふく
おたふく

お盆休み 8月14日(月)~16日(水)

おたふく
おたふく
おたふく

お盆休み 8月14日(月)~16日(水)

おたふく
おたふく
おたふく

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
堂下店 豊中市堂池中町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

四季を奏でる IN 三田屋 箕面 2023夏

ピアノとベースの音色をバックに「去り行く夏」のひと時のお食事をお楽しみください

令和5年 8月26日[土]
18時~ / 19時15分~ / 20時半~ (各30分)
【演奏者】ピアノ/安見 栄里子・ベース/石川 栄

ヘレステーキ 5,060円~
サーロインステーキ 4,620円~

ステーキ 三田屋
箕面小野原店

箕面市小野原東3-9-35 P有
営/平日 11時半~21時(L.O20時)
土日祝11時半~22時(L.O21時)
☎072-728-7878
www.sandaya.com/

【生演奏のご案内】
ランチタイム(毎日)
12時~13時~ / 14時~
ディナータイム
土日祝及び8/14~16)
18時~ / 19時15分~ / 20時半~
※生演奏でお誕生日のお祝いさせていただきます

SOCIAL

高槻市では中学校に続き、夏休み明けから 小学校給食費の恒久的無償化をスタート



画像提供：高槻市

高槻市では、6月21日から行われていた市議会定例会に提出していた下記の補正予算が可決された。4月に市長選挙が行われたため、当初予算は継続事業等の骨格予算としており、今回の補正予算は、新規施策や政策予算を中心として編成されたという。大きな注目は、8月末から小学校給食費の恒久的無償化がスタートすることだ。

コロナ禍をきっかけに始めていた 給食費無償化を恒久的に

高槻市は夏休み明けから市立小学校の給食費を恒久的に無償化する。すでに市立中学校では先行して取り組んでおり、これにより義務教育9年間の給食費の恒久的な無償化が実現することとなる。年間費用は小中学校合わせて約11億円となり、関連議案は6月21日に開会した定例市議会に提出し、可決された。

2020年のコロナ禍には、市立小中学校が一斉休校になり、給食が一時期なくなった。高槻市は、コロナの影響を受けた市民の家計への支援策として、国の交付金を使い、21年8月～12月に小中学校の給食費を無償化。22年度から中学校給食費を恒久的に無償化したほか、22年8月～23年7月までの間、小学校給食費を無償化していた経緯がある。

今回の小学校給食費の無償化にか

かる予算の約4億6千万円は、計10億円超の物価高騰等対策の一環としても計上した。対象者は高槻市立小学校に在籍する児童で、所得制限は無い。

また、新たな事業としては、JR高槻駅から上宮天満宮までの高槻駅前線の無電柱化・美装化を推進するほか、子育て・教育の面においても家庭学習支援事業を小学校5・6年生へ拡大するほか、学校図書

物価高騰に伴う対策関連について も予算措置を

さらに物価高騰等対策としても、水道料金の基本料金が4カ月分無償化するなど市民に対する支援も行う。ほかにも物価高騰の影響を受けている社会福祉施設、医療機関、教育・保育施設、販売農家などには支援金を5千円～200万円支給するという。

SOCIAL

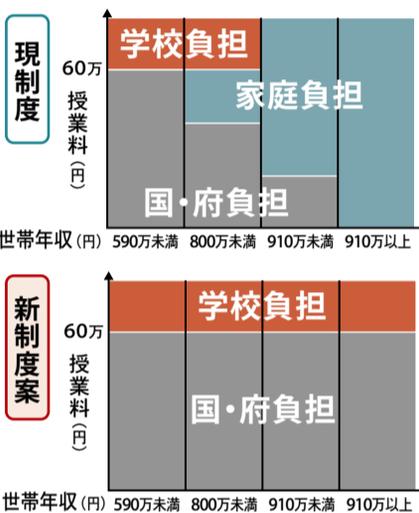
どうなる？高校授業料「完全無償化」 私学は反対の声多数

大阪府が来年度からの段階的な実施を目指す高校授業料の完全無償化案について、公立・私立とも所得制限を撤廃する素案を発表した。これは「子どもたちが親の所得などに関わらず、行きたい学校を選択し、自分の将来を追求できる社会えを目指す」という理念のもと4月の府知事選で公約に掲げていた政策だ。来

年度の高校3年生からスタートし、2026年度には全学年で無償化を実現させていく考えだ。

現行の制度では、私立高校について年収800万円未満世帯の生徒を対象に、国と府の補助金を合わせた上限額を年間60万円に定め、上限を超える授業料については学校が負担する「キャップ

制」を適用している。新制度でもこのキャップ制は適用され、すべての生徒の上限額を超える授業料を学校が負担する必要がある。これに対し、大阪私立中学高等学校連合会は大阪府の理念には賛成だが、経営破綻や教育の質の低下を招くとして、制度案には賛同しないという意向を示している。大阪府は、私立高校側と協議を継続し、今年8月までに新制度の詳細をまとめる方針。どのような着地を見せるのか、注目だ。



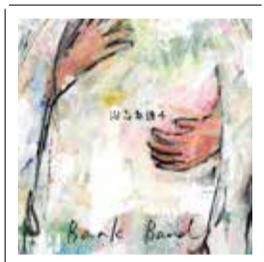
FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO Vol.47

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

「志に沿い、出逢いを奏でる」 喜びと希望に満ちた音!



ALBUM
沿志奏逢4
ARTIST
Bank Band

心を覆っていたマスクも外れ、笑顔の見える夏をお過ごしでしょうか?我が番組も28年目の夏を迎えることができました。今年は久しぶりにつま恋で開催のap bank fes.にて取材させていただき、改めて時を超えて輝き続ける音楽の素晴らしさを実感しています。

2003年に小林武史、櫻井和寿、坂本龍一によって立ち上げられたap bank。その活動の一環として結成されたBankBandは、名曲のカバーやオリジナル曲を収めた3枚のアルバムと、ベストアルバム1枚をリリースしています。このベスト「沿志奏逢4」は選りすぐりのカバー曲と、fesの感動を感じられるライブ音源を収めた2枚組。大粒の汗をかき会場にやってきて一曲目に「よく来たね」を歌われた時の喜び!! 会場の歓声で伝わるでしょうか。小田和正さんと櫻井さんの「言葉にできない」、ASKAさんと歌う「はじまりはいつも雨」など贅沢な演奏を堪能できます。改めて沿志奏逢。残りの夏も素晴らしき音楽と共に、たくさん笑顔をつくりましょ!

Bank Band/小林武史とMr.Childrenの櫻井和寿、坂本龍一によって設立された非営利組織「ap bank」の可能性を広げるため、彼らが主宰する環境保全プロジェクト「ap bank」の可能性を広げるためのグループで、ライブやCDなどの売上げ収益はすべてap bankの活動資金や融資にあてられている。

SELECT DJ

加藤美樹 (MIKI KATO)



加藤美樹/10代の頃からモデルの仕事を始め、ファッション誌の専属モデルを中心に活動。1990年代に入り東京のFM局での番組を経て、1994年FM802のDJオーディションに合格し、1995年から邦楽専門番組「SUPER J-HITS RADIO」を担当。その後2016年にFMCOLOに番組ごとお引越し。音楽(なかでも邦楽)に関する知識は高く、アーティストからの信頼も厚い。

俳句 / HAIKU

「つぶやき評」
この俳句コーナーで評をしている山口の実作はどのようなのかという問い合わせをいただくことがあります。六月に第四句集『礫』を上梓しました。興味のある方は「ふらんす堂」に問い合わせて、読んでいただければ幸いです。

「優秀賞」 恐龍の話 麦茶の琥珀色

中華人民共和国 楊明枳

途中に切れがあります。この切れで話の身が徐々に想像できます。そして「麦茶の琥珀色」。子どもたちが楽しそうに水筒の麦茶を飲みながら恐竜の名前などを言い合っている姿が見えてきます。切れが全てです。

「入選」

かえりみちあじさいをみてこえがでる 吹田市 ありまいるは
「あつ、紫陽花の花」。発見と驚きが俳句という詩になりました。

咲き始む白芍薬のひんやりと 茨木市 山崎登代子
「ひんやりと」がよいです。白い芍薬の咲き始めであれば納得です。

気持ちは凹むし雨蛙は鳴くし 高槻市 葉月庵郁斗
俳句は音とリズム。気持ちは沈んでいるのですが、リズムは明るい。

虹立つや高層ビルの窓掃除 四国中央市 星月彩也華
高層ビルの窓の掃除を見上げていれば、虹が見えました。対比が面白いです。

歩行者はマネキンめきて褥暑かな 京都市 草夕 感じ
暑い中を歩く人はマネキンのように無機質に見えます。みな同じ顔にも。

「佳作」

みづいろの絵本のとびら六月来 和泉市 押見げげば
眠らねばわつと湧きだす若葉かな 豊中市 小倉 佳子
くもの糸たどりてゆけば摩天楼 茨木市 廣田 静子
いつか目の合はんと金魚鉢の前 豊中市 田村 由紀子
雲の峰眺む金剛力士像 大津市 近江 薫花

6月25日締切りでご投稿いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

SELECT



選者
山口昭男
やまぐち あきお

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」を創刊し主宰する。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。日本文藝協会会員。

【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

北摂各市でも取り組みが広がる「ふるさと納税」

「ふるさと納税」は自分の選んだ自治体に寄付を行った場合に、寄付額のうち2,000円を越える部分について、所得税と住民税から原則として全額が控除される制度だ。2008年に導入され、北摂各市も昨今では返礼品に様々な工夫がみられ、熱を帯びだした。一方で、手続きがよくわからない、などの理由で利用しない人もまだまだ多い。

利用者はまだ13%ほど

ふるさと納税は、人口が減少し税収が困難な地方自治体に対する財源の補填と、地域間の経済格差の緩和を図ることを目的として始まった。魅力あふれる特産品などの返礼品が受けられるとあって、この制度の利用者は年々増加をみせている。総務省「令和4年度ふるさと納税に関する現況調査結果」によれば、2022年度にふるさと納税を利用した人は740万人である。2008年の制度開始以来、多くの納税ポータルサイトができ、プロモーションをした影響もあり、年々利用者は増えている。しかし、納税義務者（所得割）5900万人の約12.5%に過ぎない。ふるさと納税による寄付を実施したいと思わない理由として挙げられるのが、控除の仕組みがわからない、寄付に関心がない、手続きが煩雑などである（ふるさと納税に関する調査2021、NTTコムリサーチより）。

「ふるさと納税」は、地方自治体に貢献するとともに、寄付者自身の税負担を軽減するというメリットがある。しかし、その運用には適切なルールとバランスが必要だ。地方自治体と寄付者が相互に理解と協力を深め、制度が本来の目的、すなわち地域振興を果たすためのツールとして機能することが求められている。

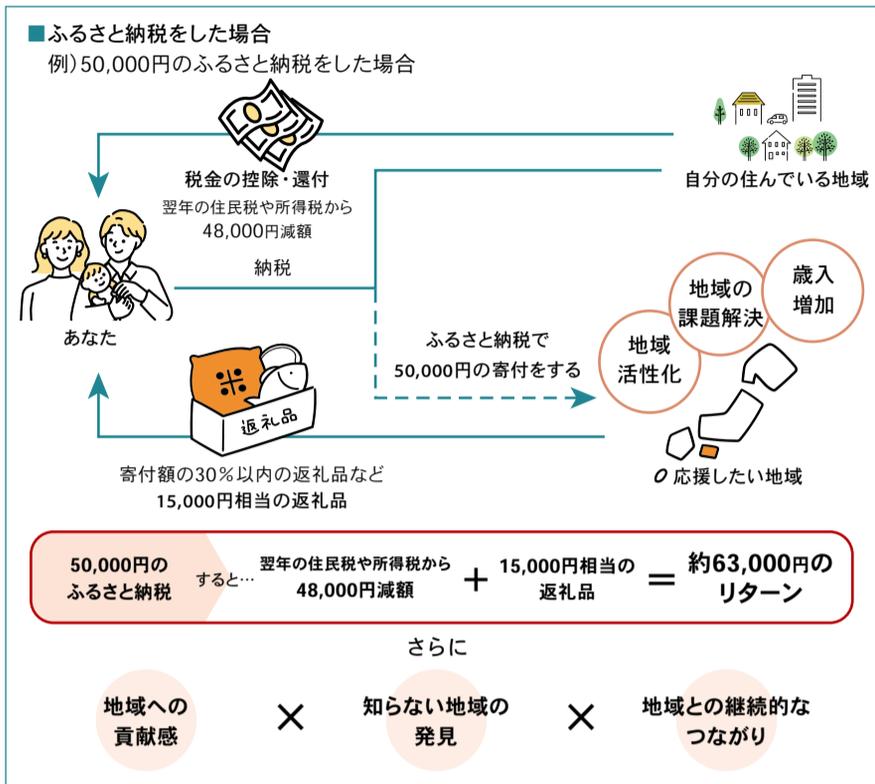
また、大都市圏の自治体ではふるさと納税で控除される所得税や住民税による税収減が課題となっている。北摂各市の場合においても寄付金控除の額が増加傾向にある。このような状況の中で、北摂各市も昨今では様々な地元産品を選び、また魅力ある返礼品づくりに取り組むことで、「ふるさと納税」の争奪戦に加わり始めた。本紙では各市の返礼品の一部を紹介する。



画像提供：T's Star Diner
高槻バーガーの食事券も高槻市の返礼品として登録されている。
高槻バーガー お食事券3,000円
寄付金額：10,000円

■各市のふるさと納税の返礼品（一部抜粋）

<p><高槻市> 高槻うどんギョーザふるさとギフト 2個入り10パック計20個 寄付金額：12,000円</p>	<p><摂津市> 摂津特産 鳥飼なす 5品セット 寄付額：15,000円</p>
<p><茨木市> クアトロガッツが栃木レザーで職人がつくるミニ財布「小さいふ」。 寄付金額：36,000円</p>	<p><島本町> 島本ジビエ「鹿肉」約600g 狩猟肉 シカ肉 スライス 寄付金額：10,000円</p>

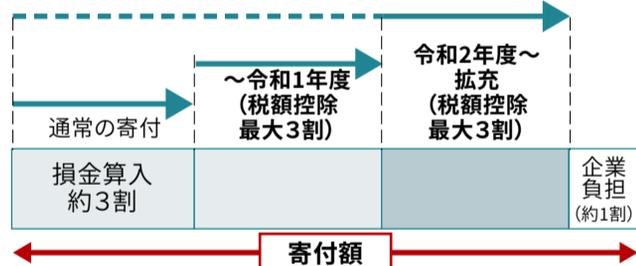


企業版ふるさと納税による寄付の募集も増加

『企業版ふるさと納税』とは、企業が自治体に寄付をすると税負担が軽減される制度。正式な名称は『地方創生応援税制』といい、自治体の実施する「まち・ひと・しごと創生寄付活用事業」（＝以下「地域創生事業」）に企業が寄付をすると、寄付額の約3割が税額控除される仕組みだ。地方創生、人口減少克服といった国家的課題に対応するため、地方公

共団体が行う一定の地方創生事業に対して企業が寄付を行うことにより、地域創生を活性化する狙いがあり、平成28年度に開始された。損金算入による軽減効果（寄付額の約3割）と税額控除（寄付額の最大6割）を合わせて、最大で寄付額の約9割が軽減されることになる。例えば、企業が1,000万円の寄付をすると実質負担額は約100万円になるということだ。市民会館の建て替えに伴う寄付を募集したりと、北摂各市でもこの取り組みは広がりをみせている。

■企業版ふるさと納税



SOCIAL

高槻市が小中学生対象の市営バス乗り放題券販売

高槻市は、夏休みや冬休みなどの長期休暇を充実したものにしてほしいという思いから、小中学生対象の市営バス全線乗り放題券「U-12おでかけパス」「U-15おでかけパス」の販売を開始した。遊びに行く時以外にも、習いごとや通学などでも利用が可能で、利用期間中に

7往復以上使用すればお得になる。令和6年3月31日まで販売されており、今年の夏は7月1日(土)～8月31日(木)が利用可能期間となっている。詳しい情報については高槻市営バスのホームページを確認できる。



※バスの画像はイメージです。

SOCIAL

高槻市 マンホールふたデザインコンクール 8/31(木)まで募集

高槻市は市制施行80周年を記念し、高槻の魅力を再発見することを目的にマンホールふたデザインコンクールを開催。高槻市に在住・在勤・在学の方からマンホールふたのデザインを募集する。テーマは「芥川城跡などの貴重な史跡」や「将棋のまち」など「高槻の魅力が伝わるデザイン」。受賞作品は、実際にマンホールふた（デザインシールタイプ）を作成し、市内に

一定期間設置。今年9月に受賞者に通知するとともに、高槻市HP等で発表し、改めて表彰式を行う予定としている。応募方法や詳細は、高槻市HPから確認を。



現在高槻にあるデザインマンホール



From CityLife

ライター・カメラマン・イラストレーター フリーランススタッフ募集

CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。

【応募方法】 右記QRコードよりエントリーください。



ここに来ればリノベーションの全てがわかる。より良い住まいの選択肢がみつかる。マンションリノベーションに特化したショールームとしては、関西最大級※の広さを誇る規模です。

※中古マンション探しからリノベーションまでワンストップで提供する事業者のマンションリノベーションに特化したショールームとしては、関西最大級(インフォ調)

Renovation Showroom
中古マンション専門 リノベーションショールーム

myRENO MYRENO OSAKA

Room set
リノベーション空間を体感し、人気の住宅設備や素材に触れることができます

物件探し～購入、住宅ローンについて学べるセミナー・イベント随時開催中!

RE: Apartment UNITED ARROWS LTD. エリア
ユナイテッドアローズ社が監修した人気のリノベーションプラン「RE: Apartment UNITED ARROWS」ルームセットを初展示。

Kitchen studio
大阪ガスの最新ガスコンロを設置したスタイリッシュなオーダーメイドキッチンスペース。

《NEW MODEL ROOM》開催中
「INDUSTRIAL BRANCH」とコラボレーションした「空間を愉しみ尽くせる一生モノの暮らし」をテーマにしたモデルルームがOPEN。

申し込み・詳細はこちら

MYRENO OSAKA ご来場感謝プレゼント
マイリノオリジナル『RE: Apartment UNITED ARROWS LTD. マルシェバック』プレゼント ※プレゼントは予告なく終了する場合がございます。

TEL.0120-965-517 (受付時間:10時～18時半)
大阪市北区曾根崎1-1-2 FRONTIER梅新1F(JR「大阪」駅徒歩12分、地下鉄「東梅田」駅徒歩7分) 営:10時～19時 ※予約制 休業日:毎週火・水曜日、年末年始、夏季休業期間

Pick up!
パーソナルジム

高槻駅前の人気ダイエットジム 2ヵ月で憧れの美ボディに

服のサイズが合わなくなった、あの頃の体型に戻りたい!と思っている方には、スワン高槻のパーソナルトレーニングがオススメ!医療の国家資格を持つ専属トレーナーがダイエットトレーニングだけではなく、整体を組み合わせて、しなやかで美しいボディラインを作り出してくれる。姿勢改善効果も高く、家族や友達から褒められること間違いなし。駅チカ、都度払い、Google口コミ4.8の高評価のパーソナルトレーニングを今すぐ始めよう!

整体×トレーニングで短期間ダイエット
トレーニング前に整体を行うことで、関節や筋肉の可動域を広げ、トレーニング効果を高める。身体への負担も減り、トレーニングが進みやすい。

スワン高槻人気のダイエットコース

LINE登録で簡単予約

ホームページはこちら⇒

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 日曜定休
TEL.0120-947-068
スワン高槻 で検索

■ 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
● ダイエットコース …… 月2回4,378円/月5回8,228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**
(先着20名、8月末まで)

庭木1本から承ります!

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

「中小企業からニッポンを元気にプロジェクト」公式アンバサダー 郷ひろみ

シティライフをご覧の方に
生垣剪定 長さ1m高さ2m 通常2,200円を
先着10名様 1,100円! (税込)

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**

「学研教室のせんせい」お仕事説明会受付中

先生ははじめました!
学研の先生ってどんな仕事?
先輩先生のインタビューはこちらから!

募集要項
【仕事内容】算数・国語の個別指導・教室運営全般
【応募資格】未経験者歓迎※指導経験、資格の有無は問いません。

説明会のご案内 前日の17時までにご予約下さい。

8月1日[火]10:00～ 学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ] 説明会参加お申込みはこちら 参加無料

8月23日[水]10:00～ 8月29日[火]10:00～
クロスバール高槻 [JR高槻駅すぐ] 学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

現役先生のトークショー **café & talk**
8月9日[水]10:00～AP茶屋町[各線梅田駅すぐ]
今回は同期の先生ベアのお話を聞いていただけます
「フランチャイズで起業するってどんな感じ?」「家事や育児とどうやって両立しているの?」など気になることをどんな質問していきませう!
ドリンクとお土産付き お子様連れの参加可能 前日17時までご予約

直営教室・講師説明会 南茨木キャンパス 千里中央教室で講師を募集しております!
8月2日[水]10:00～ 南茨木キャンパス [阪急/モノレール南茨木駅下車]
8月25日[金]10:00～ Gakkenスクエア千里中央駅前校[各線千里中央駅すぐ] ※両日ともに前日17時までにご予約下さい。

お子さんが小さくて外出しにくい方、日時の都合が合わない方もお気軽にお問合せ下さい。別途個別にご説明いたします。お申し込み・お問合せは **0120-889-100** 会場提供も募集中!

受付時間 月曜～金曜日 9:00～17:00(祝日を除く)
学研教室 大阪北事務局 吹田市江坂町1-23-101大同生命江坂ビル11F 24時間のホームページよりお申込みいただけます 学研先生 検索

シティライフ配布エリア限定! **送料無料!!** 来て、見て、乗って、体験してください!

自転車館 サマーセール

180台限定
試乗だけでも大歓迎!!

組立完成品!

電動アシスト自転車 59,800円 (税込)

20インチ bicycle-20assist
26インチ bicycle-21assist

平日毎日 AM 10:00～13:00
臨時OPEN // 大試乗会開催 8/5(土)・11(金・祝)・19(土)・26(土) 10:00～13:00 8/12(土)～16(水)は夏期休業

【受取場所】高槻市須賀町57-4

ネット・電話からも注文可
Kite Santasan
日本タイガー電器株式会社
高槻市須賀町57-4
TEL.050-2018-2475