

City Life

We are Planet Sailors. since 1986

2

2024 FEBRUARY

vol.482

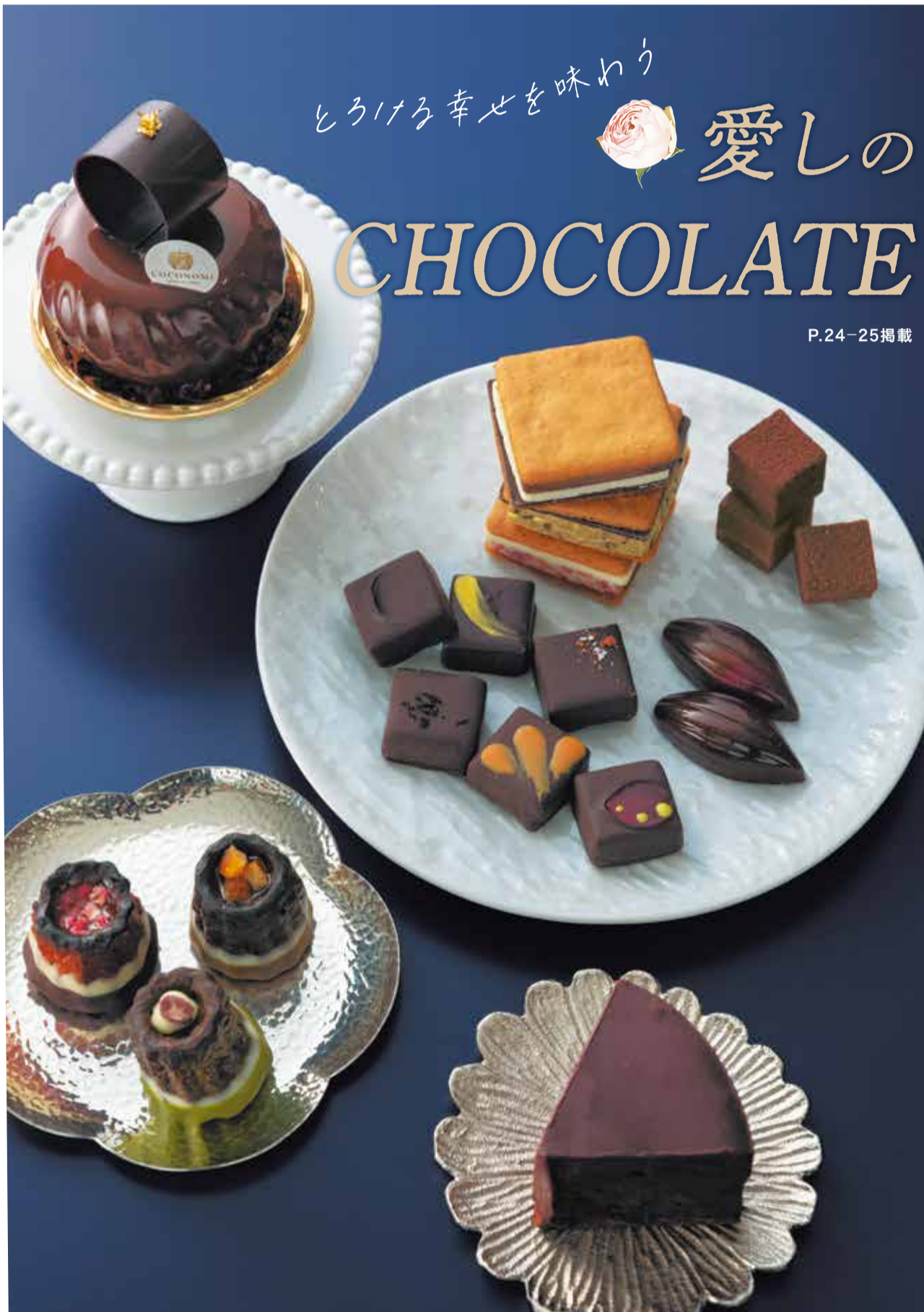
北摂EAST

高槻・茨木
摂津

1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。

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



表紙撮影/森山まゆこ(カメラート)

巻頭特集

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむKids & Mam 「自己効力感の育て方」

P.2~3

自己効力感とは「結果はどうなるかわからないけれど、とにかくやってみよう」という、自分を信じてチャレンジする力のこと。今回は、この能力の育て方を専門家にインタビュー。また子どもたちのチャレンジを後押ししてくれる、様々なスクールをご紹介します。



健康

P.5

カラダの調子を整える

寒い季節は体調不良になりやすいので日々のケアが重要です。免疫力の高め方や痛みのある箇所を改善して健康に過ごしましょう。



ビューティ

P.6

私を輝かせてくれる Beauty Salon

理想の体型や美肌を手に入れるために、プロの技を頼ってみませんか。「いつもキレイで輝く自分」を手に入れましょう。



特集

P.9

この人にFOCUS Vol.1 「競合は身近にある自然」

北摂の魅力ある人を紹介する新企画。第1回は自らを「魚オタク」というほど生きものに夢中な、ニフレル館長・小畑洋さんをご紹介します。



講演会

P.18~21

文化大学を3会場で開講 24年度生募集

「生涯学習の広場」として2024年度も文化大学を開講。秋川雅史氏や土井善晴氏など、各界から豪華な講師陣を迎えました。



特別コラム

P.11

直木賞作家・今村翔吾さんのコラム
「大晦日の過ごし方」

ニュース

P.26~27

能登半島地震に伴う
北摂各市の支援活動

P.14~15

EXPOCITY

press Vol.88



「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



自己効力感

の育て方

ある世界的な調査で、日本の子どもの『自己効力感』が世界の国々と比べて低いという結果に。これは失敗を恐れる傾向が強いことが要因です。自己効力感とは、「結果はどうなるかわからなければ、とにかくやってみよう」という自分を信じてチャレンジする力のこと。幼少期から様々なことに挑戦する気持ちを育みたいものです。その方法を専門家の松村亜里さんに聞きました。

才能よりも努力を褒めることが大事

「自己効力感」の高い子とは、難しいことでも失敗を恐れずに「とりあえずやってみよう」と挑戦ができる子です。ある教育研究所の調べでは小・中学校の成績上位者ほど「自己効力感」が高いという結果も出ています。ではこの力を育むためには、どうすればいいのでしょうか？

例えば算数のテストで100点を取った時に「天才だね」「頭いいね」と褒めがちですが、意外にもこれはNGワードです。能力が高いことを褒められたい子は評価されたと感じ、「いつも賢くない」といけないと失敗を恐れるようになりがちです。自己効力感を高める声かけとしては、「毎日勉強してたね」とその子の頑張りや努力を認めるようにしましょう。

できていることをまずは認める

「自己効力感」を育む上で、子どもたちが「努力をすれば能力は伸ばせる」という考えになることが理想です。そのためにも挑戦することに「一番意味があるのだ」というメッセージを伝えましょう。「どうせできない」とマイナスイメージが続きと挑戦しなくなるので、まずは子どものできていることに注目しましょう。

「自己効力感」を育む上で、子どもたちが「努力をすれば能力は伸ばせる」という考えになることが理想です。そのためにも挑戦することに「一番意味があるのだ」というメッセージを伝えましょう。「どうせできない」とマイナスイメージが続きと挑戦しなくなるので、まずは子どものできていることに注目しましょう。

子どもの自己効力感を育てる声かけ

POINT 1 成功した時こそ理由を追究

例えばなわとびの二重跳びができるようになったら、まずは「うれしいね」「よかったね」と一緒に喜び、「何をきっかけに跳べるようになったの？」とその理由を聞いてみましょう。すると子どもは自分の強みを見出し、自分には強みがある、と思えることで、次がんばろうと意欲が湧いてきます。

POINT 2 性格的な強みに目を向けよう

わが子のダメなところ(弱点)ばかりに目が行きがちですが、その裏には必ずいい性格(強み)があります。『優柔不断』は『優しさ』、『がんこ』は『軸がブレない』、『のんびり』は『忍耐強い』など。よい性格を見つけて認めてあげましょう。

POINT 3 「できない時もあるよね」と伝える

失敗した時は子どもの自己効力感が下がりがち。そんな時は叱らずに『できないときもあるよね』と共感の声かけを。「ママも苦学克服に取り組んでいるよ」と伝えれば、「完璧じゃなくてもいい、努力すればいいんだ」と考えられるはず。



習いごととは様々な経験ができ、挑戦する気持ちを育むいい機会

子どもたちにとって、何かに夢中になって没頭している「フロー状態」こそが、最高の自己効力感です。幼少期はいろいろな経験をするのが自己効力感を高めるきっかけになります。まずはお子さんが興味を持っている習いごとに挑戦してみるのもいいでしょう。できた時にはその努力を褒め、失敗しても挑戦したことを認めてあげることで、自己効力感を育てていきましょう。

ニューヨークライフバランス研究所 代表 松村 亜里さん

母子家庭で育ち、中卒で大検を取り、朝晩働いて貯金をしてニューヨーク市立大学入学。首席で卒業後、コロンビア大学大学院修士課程(臨床心理学)修了。秋田大学大学院医学系研究科博士課程(公衆衛生学)修了。医学博士/臨床心理士/認定応用ポジティブ心理学プラクティショナー。書籍に「子どもの自己効力感を育む本」など著書多数。

<https://lifebalanceney.org/>



この方に聞きました



1歳～プレスクール

育脳式・全脳教育のプレスクール 歩き始めたらスマイルキッズへ



1歳からスタートできるスマイルキッズプレスクールは、育脳式全脳教育での曜日も右脳左脳ともにバランスよくアプローチする5つの本格的エデュタイム<育脳知育・リトミック・絵画・英語・体育体幹>が特徴。脳が急激に発達するこの時期に日常では経験できない様々なエデュタイムの体験を通して、失敗と成功を繰り返しながら自己効力感=「できると信じる心」を育てる。お母さんと離れて、お友達と過ごす環境で、生活面での成長もサポートし知識だけでなく、社会での活動力・生きる力を生み出してくれる。保育所・幼稚園との併用で利用される方も多いとのこと。気になる方は無料の説明会へ参加してみよう!

7つの安心ポイント!

- ①週1～週5まで回数・曜日を選択可
- ②選べるエデュタイム(習い事)
- ③全日給食(アレルギー対応可)
- ④8時～19時の最長託児有り
- ⑤欠席振替システム有り
- ⑥1クラス15名の少人数制
- ⑦育脳式知育・脳育モンテ導入

ピアノレッスン

音楽を通して育む子どもの”個性” カワイのピアノレッスン



60年以上の豊富な実績をもつカワイ音楽教室。そのメソッドは、演奏技術の習得だけでなく、「個の表現」「より豊かな人格の形成」を促す。「4歳からのピアノコース」はオリジナルテキストを用いた安心の個人レッスン。1回の無料体験の他、おためし3回レッスン「ピアノチャレンジ」から始められる。3歳からピアノを始めたい方には「3歳ソルフェージュ」がおすすめ。ピアノを弾くための基礎的な要素を楽しく学び、表現意欲を高める。ただいま「春得キャンペーン」を開催中。ぜひ、参加してみよう。

充実のピアノ個人レッスン

- 年齢にあわせた多彩なコース
- ピアノを始める前の「3歳ソルフェージュ」ソルフェージュとは音楽の基礎教育。
 - 個人レッスン「4歳からのピアノコース」4歳はピアノを始めるのに最適な年齢!
 - はじめよう! 「小学生からのピアノコース」小学生だからこそ、もっと楽しめる。



子どもの感性にひびく、カワイのオリジナルテキスト「サウンドツリー」。生きている音楽を奏でよう!

ピアノに興味を持つ心配というママにおすすめ 気軽におためし3回レッスン 「ピアノチャレンジ」

おためし3回レッスン 通常8,250円→4,125円
おためし期間は教材費・運営管理費 無料
※3回おためし終了後に正規入会で入会金無料!

特典 「シティライフを見た」で入会金割引キャンペーン中

スマイルキッズ プレスクール

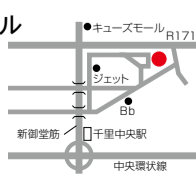
箕面市船場東1-15-8-201

☎06-6875-2366

FAX: 06-6875-1617

Mail: kouei-smile@ukkhawaii.net

UKK スマイルキッズ で検索



プレスクール説明会を開催 2024年度生募集中!

【日時】2/10(土)・3/16(土)

各日午前10時～

※要予約

【対象】1歳～3歳

※2024年度生 申込詳細

若干名空きあり はこちら▶



特典

「シティライフを見た」でオリジナルグッズプレゼント!(2月末まで)

カワイ音楽教室

◎茨木センター 茨木市双葉町8-1 奥村ビル5F

☎072-635-8866

問い合わせ時間/火～土(日・月・祝除く) 10時～17時

※その他の地域(摂津市駅前、宮之川原、藤の里町、総持寺駅前など)でも展開中

◎高槻センター 高槻市紺屋町7-9

☎072-681-2731

カワイ音楽教室 で検索



英会話スクール

子どもの挑戦する心と自信を育て
確かな成長で保護者満足度99%



1歳半～始められ、担任制なので一人ひとりをしっかり見てフォローしてくれる。

小学生・中学生向け総合学習塾大手の興学社グループで、英会話スクールとして40年の歴史があるイングリッシュワールド。「英会話コース」は1歳半～2歳半のベビーコースがあり、2歳半～未就園児クラスのプレイルームコースも大人気!アクティビティや歌を通して楽しく会話力を育み、フォニックスや英文法も重視。ネイティブ講師のレッスンと、日本人講師の文法、リーディングレッスンで「聞く・話す・読む・書く」の英語4技能を総合的に伸ばしてくれる。英検®や資格取得コース、イベントも充実。月謝制・便利な振替レッスンで無理なく続けられるのも嬉しい!まずは体験レッスンへ。

- 特典** 「シティライフを見た」で
1. 入会金 → **100%OFF**※即日入会以外は**50%OFF**
 2. **ペア割引** (2名以上同時入会) → **教材費100%OFF**
 3. **スクールバッグ** (小学6年生まで) **プレゼント**
 4. **入会セットプレゼント**
 5. **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 (2月末まで)

興学社学園の英検®実績
 英検®合格者3,659名
 準1級・2級・準2級合格者704名
 ※2022年第2回～2023年第1回の合格者総数 (興学社学園合計)

イングリッシュワールド
 英検®、英検®Jr. 受験準会場認定校 (姉妹校) 千里中央、緑地公園、豊中校、塚口校、天王寺校
<http://english-w.jp>
 ●茨木校
 茨木市末広町1-1 井原興産ビル5F
 受/11時～20時 (土曜10時～18時)
 月・日・祝定休
☎072-632-5578

宅配

食の安全を追求した「農園の宅配」
50年間ぶれずに「安心」を届ける



昭和47年に創業し、『口に入るものは間違っはいけない』という理念のもと、安全安心な食べ物を生産している山口県の生産者・秋川牧園の宅配。卵やお肉の中に残ってしまう農薬を減らすために植物性飼料を開発したり、野菜も試行錯誤を繰り返しながら化学合成農薬や化学肥料を使用せずに栽培するなど、安心・安全に正面から向き合っている。冷凍食品は秋川牧園のお肉や卵を使用し、自ら加工を実施。余計な香り付けや着色は一切なし。宅配は、3千円以上注文で送料無料なので、気軽に続けやすい。まずは、お得なお試しセットで美味しさを実感して。

2月末まで読者限定セット
 通常3,798円(税込)が**2,000円(税込)**に
 ※送料・代引手数料無料
 申込は電話かQRコードから電話申込の場合、シティライフのお試しセット希望とお伝えください。
 ※申込は1世帯1セット限り

お試しセット (冷凍)
 鶏もも肉・黒豚コースしゃぶしゃぶ用・チキンナゲット・唐揚げ・とりがらスープ・やきとりセット

お試しセット申込フォーム

秋川牧園 大阪センター (アキカワボクエン)
 茨木市太田1-1-25 2F
 営/9時～17時(月～土)
☎0120-55-1379 秋川牧園 で検索

英語の幼保園

2歳からのプリスクール園児募集中
3歳からのサタデースクールも募集中



グローバルヴィレッジは園内が完全に英語環境の幼保園。日本の幼稚園のカリキュラムを含め、音楽、ダンスなど多彩な内容をネイティブ講師が指導し、子どもたちは楽しく過ごしながら自然と英語を身に付けていく。同園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歳時の見学がオススメです。また、普通の幼稚園、小学校に通いながら英語にふれられるサタデースクールは、千里山田校と高槻茨木校で開校。1歳から入園可能な保育園は、2歳になればプリスクールに入園できると好評だ。

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>

スイミング・キッズダンス
体育スクール・英語教室

スイミングが人気のフレスコ茨木で
体育やダンス、英語も習える



「泳力にあったきめ細やかな指導で苦手を克服できた!」と保護者からお墨付きのスイミングスクールが人気の同施設。スイミングだけでなく、体育スクールやキッズダンス、英語教室も開校している。各教室で体験会を実施しているので、気になる教室に参加してみよう。

- キッズスイミング 対象:2才～月曜日～日曜日(木曜除く)
- ベビースイミング 対象:6か月～2才6か月 水曜日・土曜日 13:00～13:40
- キッズダンススクール 対象:3才～土曜日 3才～小学2年生:9:40～10:40 小学3年生～:10:50～11:50
- 体育スクール 対象:4才～火曜日 16:30～17:30

英検取得に強い英語教室
「maco mammy English」
 英検2級合格は小学生低学年から取得を意識することがいいのだから。「え、もう終わる時間なの?」と思わず言ってしまう楽しい授業の中で子どもたちが自然と英語の4技能「読む、聴く、書く、話す」を身に付けられることを大切にしている同教室。苦手意識が出る前に始めよう。

HPIはこちら

KTVフィットネスクラブ
フレスコ茨木

茨木市永代町6-2
 スポーツプラザ茨木4・5・6F
 営/平日10時～22時半 (土日祝～19時)
 木曜休館 P優待3時間300円
☎072-620-7800

詳細はHPで

特典
 「シティライフを見た」で
入会事務手数料2,750円が無料
 ※他のキャンペーンとの併用不可 (3月末まで)

アフタースクール

レゴ®ブロックを使った幼児教育
遊びながら問題解決力を育む



世界中で親しまれているレゴ®ブロックを使った学びを実践するレゴ®社公認スクール「レゴ®スクール江坂」。ブロックを通じ「遊びながら学び・作ることで学ぶ」教育で、子どもたちの自信や想像力を育成。子どもたちは、動く仕組みをブロックで作ったり、プログラミングを行いながら様々な解決方法を考察したり、自由な発想でブロックに触れていく。幼児から高校生までが対象。また、同スクールと同じ施設は、教育型の児童発達、放課後デイ、「マインクラフト」を使ったプログラミング教室、補習塾なども併設。幅広い年代のサポートができる環境が整う。

ただのブロック遊びではなく、ブロックを教材に「作る」という体験を通じて、子どもたちの潜在能力を引き出していく。

同施設内にあるプログラミング教室では、「マインクラフト」を使い、実用的なプログラミング言語を楽しく学ぶことができる。

イベント・体験会の参加受付中!

体験会の詳細はこちら

【内容】
 入会に向けた特別レッスン参加特典
 ・LINE登録で割引クーポン
 ・2回以上参加でブロックプレゼント



レゴ®スクール 江坂
 吹田市豊津町11-37 真健ビル2F
 営/水～金11時～18時 土10時～17時
☎06-6170-8552

HPIはこちら

特典 「シティライフを見た」で
 無料体験・見学の参加時に
トートバッグをプレゼント!
 (2月末まで・数量限定)

「くもんの先生」募集説明会受付中

2・3月の説明会にご参加いただいた皆様に、もれなく**Amazonギフト券1,000円分を進呈**しています。
 ●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およびそれらのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

あんしんサポート制度

2年間**会場費の援助**がごさいます。
 開設時、**教室備品**や**PRの費用の援助**がごさいます。

応募要項 》 ●55歳迄の方の参加をお待ちしております。
 ●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。

仕事内容 》



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。詳細はwebサイトをご確認ください。
すべての説明会で現役の「くもんの先生」のお話を聞くことができます! (web説明会を除く)

地区	日程	時間	会場
豊中市	2/14(水)	10:00～11:30	千里朝日阪急ビル
	2/15(木)	10:00～11:30	庄内コラボセンター ショコラ
高槻市	2/19(月)	10:00～11:30	公文式 桃園教室
茨木市	2/28(水)	10:00～11:30	茨木市福祉文化会館

web説明会

平日昼の部
2/5(月)・16(金)・22(木)・29(木)
 4日程とも 10:00～11:00・13:00～14:00

平日夜の部
2/20(水)・3/22(金) 19:00～20:00

土曜の部
2/3(土)・3/2(土) 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。

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 (受付/9:30～17:30 (土・日・祝除く))

くもんの先生 検索

KUMON

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

**無学年「飛び級」塾
イオンモール茨木前**



**二人のプロによる究極の個別指導塾
「英検」と「理数系」を無学年で究める**

「英検」のエキスパートである高倉康二（イープラス）と「理数系」のスペシャリストである小穴隆司（穂積開成ゼミ改めピタゴラス）が若い講師陣を率いて、同じ教室の中に英語と数学の2つの塾がある、まさに理想的な個別指導塾を設立。「経験豊富な先生の授業はよくわかるが、先生は若い方がいい」という生徒達の切実な要望に応えるため「百戦錬磨のプロが導入部分を教えて、若い講師陣が問題演習を担当する」という画期的な指導システムを完成。大きな机が並んだ教室は清潔でピカピカ。「どちらかに通っても両方に通塾してもそれぞれの科目でお互い（高倉/小穴）が独立して100%の責任を果たしていきます」と語る。

英語専門短期集中塾「イープラス」

イープラスは英語を得意にして「英検」にも合格できる英語の専門塾。3級からスタートして、ほぼ100%の生徒が準2級に合格。さらに準2級に合格した90%以上の生徒が2級にも合格。しかも中学1、2年生の「2級合格者」が急増中。イープラスで2級に合格した生徒はそのまま（入会時の授業料（小、中学生料金）で「準1級コース」に進級することが可能。学年（小学4年～高校生）に関係なく同じカリキュラムを行うので早めの準備と対策を。

理数専門個別指導塾「ピタゴラス」

倍速数学コース
1年間で学習する内容を半年で習得し、最短1年半で中学3年間の学習内容を完結。算数・数学が得意な子や、私立の中高一貫校の生徒に効果的。

少人数授業コース
超少人数制で、生徒が質問しやすい環境をつくり定期テストで高得点を取れるよう責任指導。
※少人数授業コース生2023年度公立高校合格実績
茨木1名、豊中1名、春日丘1名、千里2名、三島2名、吹田東1名

個別指導コース
集団の中では質問ができない子や、算数・数学が苦手な生徒にお勧め。数学・理科はピタゴラスにお任せ。

穂積開成グループ
イープラス ☎072-601-1230
ピタゴラス ☎072-627-5241
茨木市下穂積1-3-105(イオン前北側信号筋向)
イープラス英検 で検索



教育特集
子どもの学びナビ



**個別+一斉
茨木**

**早くから取り組むことで効果の違いは段違い
勉強の意識を変えて"地頭の良い子"を育む塾**



暗記型やパターン型といった、その場しのぎの勉強はさせず、取り組む姿勢や意識を変えて、「勉強のやり方」から教えてくれるのがめ塾の特徴。「勉強に対する姿勢が変わらなければ、塾を変えたり参考書を変えても結果は変わらないことが多いです」と塾長の長島先生が話すように、同塾では勉強のできる子が実践してきたやり方を教え、勉強に対する意識改革や、やる気を育むアプローチを実施している。

**【定員情報】
茨高専門クラスは満員御礼**

茨木高校や北野高校などの進学校受験に特化した小5対象、小6対象の専門クラスは定員のため募集終了。次年度以降の募集は詳細が決まり次第発表。
▲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



生徒たちの勉強に対する姿勢を変えようと思うと中学3年生だと1年間程度かかってしまうが、小学校5年生なら半年ほどで可能だという。もし小学校高学年の子どもがいるならば、後々大きな差になる可能性があるため、学校の勉強に困っているといった判断基準ではなく、今のうちに能力をアップさせる勉強法にシフトしてみたいかがだろうか。

楽しく学んで、しっかり身につく
Kids English
キッズイングリッシュ
TOPICS

**2025年より英検®に新設級導入
準2級と2級の「ギャップ」埋める**



新設級の導入は31年ぶり

日本英語検定協会は2023年9月に英検®（実用英語技能検定）の「準2級」と「2級」の間に新たな級を導入することを発表した。新設級の導入は31年ぶりとなる。

英検®はこれまで、高校1年生で準2級、高校卒業時に2級の取得を目標としたレベルを設定してきた。しかし、教育現場の先生や生徒からは、「準2級と2級は別物。その壁は大きい」という声があった。また各級の合格までに要する期間も、5級から準2級までが約1年間であるのに

対し、準2級合格者が2級に合格するまでは2年近くかかっていることがわかった。

新設級導入により準2級と2級のギャップを埋めることで、学習者に身近な目標を提供すること、小さな成功体験で学習者のモチベーションの維持・向上を図ること、高校2年生にふさわしい英語力が身につけられていることを客観的に示すこと、を目指している。

府立高入試では英検上位合格が有利

また大阪府では、公立高校入試において英検®の上位級取得者に優遇措置がある。2級を取得し

ていたら80%、準1級を取得していたら100%、英語テストの得点を保証してもらえるという。

たとえば試験当日に体調が悪くて思うような点数が取れなくても、英検®2級を持っていたら80%の72点、英検®準1級を持っていたら100%の90点が得点として保証される（英語の満点は90点）。

大阪府公立高校の入試問題は、各教科難易度によりA・B・Cのランクがあり、難関高校のほとんどはCランクの入試問題で実施される。早めに英検2級以上に合格していたら、受験は他の科目に集中することもできるので、難関校受験を有利に進めることができる。

30年の長きにわたるご愛顧、心より御礼申し上げます

さよなら
茨木スタジオ
入園入学



茨木スタジオは高槻スタジオと合同するため4月14日で閉館させていただきます。引き続き高槻でのご利用お願い申し上げます

ファイナルキャンペーン 今回閉館記念といたしましてどのプランのお客様にもグッズ購入券3000円分 プレゼントさせていただきます

A 3ポーズ撮影して 8,800円	B 4ポーズ撮影して 13,800円	C 5ポーズ撮影して 18,800円	D 7ポーズ撮影して 23,800円
--------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------

七五三もお得プランが一杯
秋のお出かけ衣装レンタル価格
4月5月に前撮りする秋のお出かけ衣装価格

- 3歳 被布ヘアー着付け付き 3,300円
- 5歳 羽織はかま着付け付き 3,300円
- 7歳 着物ヘアー着付け付き 5,500円

お出かけは高槻からでお願いします

フォトスタジオ **バルーン** ☎0120-753-317
高槻スタジオ ☎072-668-7456 茨木スタジオ ☎072-638-6088
高槻市千代田町5-5 両スタジオともPあり 茨木市園田町8-18 ビアツツ茨木
HPはこちら ▶ プログはこちら ▶

高槻スタジオ～茨木神社は幹線道路の171号線を南へ道なりに坂道に入れば25分程で到着します。その他、高槻駅近辺で七五三で人気のある神社、上野宮天満宮（天神さん）野見神社等など、ただただ広い安福通勝公園での写真も撮れます。

自律神経の乱れ・股関節痛・ひざ痛・腰痛・脊柱管狭窄症

片頭痛、倦怠感や睡眠障害、辛い痛みは実績あるシルクタッチ整体で根本改善へ

気圧や気温の変化による頭痛や睡眠障害、倦怠感、不安感を感じる人が増えている現代。これらは自律神経の乱れが原因の一つで、肩こり腰痛など体の様々な不調にもつながると言われている。同院は薬やその場だけの対処法ではなく、痛みのないソフトな「シルクタッチ整体」で全身の歪みを調整することが特徴。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する施術で骨格バランスを整える。そして痛みが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、自分では動かすことのできないインナーマッスル（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」など口コミ高評価！



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。

多数の悩みを改善した実績がある頼れる先生。



喜びの声 45歳位から腰痛肩こり片頭痛が酷くなり、電気、身体もみほぐし、首と腰の牽引、ウォーターベッドを試し、整体院や整骨院を巡ってその時は少し楽になるのですがすぐ戻り…。ちゃんと治してくれるところはないかと思っていたところCITYLIFEでアミーガ整体院を見つけました。筋膜はがしとソフトタッチでの治療で感じてでしたが治療後は背が伸び胸が開く感じでとても気持ちが良かったです。今は1ヶ月に1回程度通っていて腰痛 肩こり 片頭痛もほぼなくなり元気に仕事が出来ています。（Google口コミ掲載より抜粋。喜びの声がその他多数。）

amiga整体院
(アミーガ)
茨木市真砂1丁目5-18
営/9時~20時
土曜9時~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**
(新規予約の方、2月末まで)

カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

今月のテーマは「体調不良」について。
国際漢方 茨木薬店の戸田先生にお話を伺いました。

Q 体調不良を改善して元気になりたいのですが、何か良いアドバイスはありますか？

A 生活習慣、ストレス、低体温そして腸内環境の改善を

体調不良の原因は免疫力の低下が考えられます。免疫力とは体外から侵入するウイルスや細菌、又体内で発生する癌細胞や炎症などから体を守る力のことで。免疫力を高めるには生活習慣(食事、運動、睡眠、喫煙など)ストレス、低体温、腸内環境、化学薬品過多などの改善が大切です。漢方は体によさく免疫力を高め、体質を整え心も体も元気にして長年数多くの人々に大変喜ばれています。一度専門家に相談をしてみましょう。

身体に優しい漢方で、体調を整えることをおすすめしています。



国際漢方 茨木薬店
戸田 貴美恵先生
クラシエ薬品認定の漢方アドバイザー。その場しのぎの対処法ではなく、漢方の処方や生活習慣の改善アドバイスなどで体質を改善することを重視したアドバイスをしてくれる。

妊活「授かる」「育む」をサポート

子宝漢法

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で話題!
妊活中の方が注目!
栄養素サプリー

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!!

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

月極駐輪場オープンしました!!

利用料	1ヵ月 3,100円	3ヵ月 9,000円
-----	------------	------------

※チャイルドシート付は+100円/月
・屋内24時間オープン
・防犯カメラ常設
・阪急高槻市駅まで5分の好立地
☎072-685-1755

Food Net Mart
毎日フードネットマート 安い!

高槻センター街店 高槻市高槻町18-5 ☎072-668-6000
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
堂池店 豊中市堂池中町2-4-17 ☎06-6843-0589
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

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫、自律神経など

不妊症・アトピー・自律神経の乱れは漢方で免疫力を整えて改善を

人が本来持っている免疫力を向上させることによって、不妊症(ホルモンバランス)、アトピー(腸内フローラ)、自律神経の乱れ(セロトニン)、癌、生活習慣病(血圧、糖尿病) 脱毛、低体温、身体の痛み、便秘・下痢などの改善と予防になるそう。毎日健やかな生活を送ること、そして健康長寿・寝たきり予防にも繋がるのだとか。「漢方は一人ひとりの体質と症状に合った中医学に基づく処方により、体内の気・血・水のバランスを整え、自然治癒力を高め病気に負けない元気な体質へと導きます」と戸田先生。体質改善・免疫力アップを望む人は中医学に詳しい専門家にぜひ相談を。

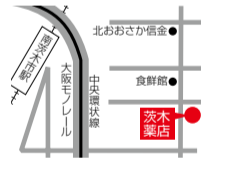


茨木薬店は女性の漢方アドバイザー戸田先生が優しく親身に相談にのってくれる。

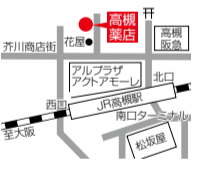


高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中醫師」に掲載された藤本先生。
特典 |
各店「シティライフを見た」で
●カウンセリング・相談(30分) 2,000円→
無料!(要予約)
●初回漢方 8,000円以上購入の方に
BOXティッシュ5箱組プレゼント!
(2月末まで)
※各店予約制の為相談前に一度連絡を

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



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



試乗だけでも大歓迎!! 180台限定 送料無料!

自転車館 SUPER SALE!



20インチ bicycle-209assist
26インチ bicycle-211assist
シティライフ配布エリア限定!
電動アシスト自転車 59,800円(税込) 組立完成品!

来て、見て、乗って、体験してください!

平日毎日
9:45~13:00
大型駐車場完備
【受取場所】高槻市須賀町57-4

臨時OPEN // 大試乗会開催
2/3(土)・10(土)・17(土)・23(金・祝)
9:45~13:00 ※2/24(土)は休業

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



シティライフ編集部推薦

私を輝かせてくれる Beauty Salon



**運動せず綺麗に
痩せたいあなたへ**
1ヵ月で-3kg~-5kgが叶う
口コミ高評価サロン

代謝が落ちる40代からの痩せにくい体に最適なのが「高速セルライト撃退コース」!ダイエットコンテストでグランプリ4連覇を遂げた最新の痩身マシンとラジオ波やキャビテーションなどを贅沢に組み合わせ、3ヵ月で平均10~15kgの減量を実現。セルライト、皮下脂肪、内臓脂肪、深部の脂肪細胞まで徹底燃焼させ、リンパに詰まった毒素まで独自の手技でごっそり排出!運動では痩せにくいお腹や太ももが綺麗にシェイプしていくそう。自己流ダイエットで諦めた方、リバウンドしたくない方、健康診断の数値が気になる方も今すぐファニービーへ。

【ダイエット成功後の感想】

2ヵ月で体重は-11kg、体脂肪は-8.7%を記録。ウエストは驚異の-15cm。

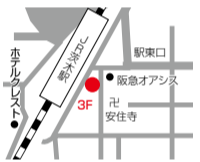
途中でこれ以上何をしても無理かも...というダイエットの壁にぶち当たったときにスタッフさんの献身的なサポートで乗り越えることが出来ました。何故痩せないかを探究してあらゆる方法を実践してくれたところがまさにプロでした! (30代 Aさん)



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



特典
●高速セルライト撃退コース(90分)
2月15日(木)までのご予約で...先着5名様 **3,980円**
2月16日(金)以降のご予約で... **5,000円**
●角質ゴツソリ! ぷるつやトーンアップコース... **2,980円**
(2月末まで・新規の方限定)

ここが推しPoint 3ステップで効果バツグン

高速セルライト撃退コース 90分 3,980円(初回限定)



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。



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。



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

シミ・ニキビ撃退! ぷるつや美肌を育てる



角質ゴツソリ!
ぷるつやトーンアップコース
2,980円(初回限定)

最新鋭マシンと水素バックで角質をゴツソリ取り除き、年齢とともに濃くなったシミが薄くなっていく。ダウンタイムが無いので施術日のお風呂も問題なし!

効果がわかる
施術写真



全国ダイエットコンテスト
グランプリ4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4年連続グランプリという偉業を達成!さらに、全国の中で6店舗しかない認定講師に選ばれた。



ここが推しPoint

エイジングケアとして注目を集めるヘッドスパ。中でも同店は技術・接客・空間...どれを取っても最上級で同業者も訪れるほど。抜け毛や細毛に悩む方へ、専門店ならではの効果を実感して!

**白髪、細毛、大人のダメージヘアに
頭皮を若返らせて艶やか美髪へ**

髪悩みに合わせてオーダーメイドでメニューを考えてくれる同店。髪質改善や細毛に悩む方へは、再生医療にも使われる「ヒト幹細胞培養液」を頭皮に浸透させ、弱った毛根を活性化。神技ヘッドスパでこり固まった頭の筋膜をほぐして血流を良くし、強く美しい髪がはえる頭皮作りから行う。施術後は全身ポカポカ、フェイスラインがきゅっと引き締まり小顔効果を実感する人数多!

洗浄成分を一切含まない贅沢美容クリームでマッサージ。たっぷり保湿され、抜け毛・うねり毛改善にも効果的。



バリ政府認定クリームバス資格取得の鈴木さん。ヘッドスパ講師として全国・海外で2,000軒をプロデュース。

ヘッドスパ専門店 PUTICA

(ブティカ)
箕面市白鳥1-7-25チアミナビル201
営/10時~19時
木金:15時~22時
不定休 店舗裏に専用P有
☎070-8958-3580

Instagram:@putica.headspa



特典 「シティライフを見た」で
●1時間体験コース..... **11,000円**
●2時間2回体験コース通常44,000円→**33,000円**
(初回22,000円、2回目は半額11,000円)
(新規限定先着5名、2回体験コースは効果を出すため1回目から1ヵ月以内)

シワ・たるみ取り専門

ヒアルロン酸「ポリューマXC」 注射器1本(1cc)11万円
厚生労働省認可 2年後の残存率67% 局所麻酔代込み

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、頬のコケのボリューム改善
手の甲のシワも改善し、ハリとみずみずしさを取り戻す

**5年持続プラン
受付中!
再注入半額!**

目元のタルミ取り
●まぶたのたるみ取り 33万円~
●目の下のたるみ取り 495,000円
●眼瞼下垂治療 33万円

**目の下クマ・脂肪取り
(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
11万~33万円

頬、顎のたるみ取り
「ハイパーリフト」50%OFF(2月末迄)
●糸リフト 1本 55,000円
左右1本ずつ2本で11万円

「ハイフ」でリフトアップ
●ウルセラ3D照射 143,000円~

老斑・イボの除去
●レーザー治療 直径1ミリ 11,000円
老斑除去50%OFF(2月末迄)
老人性色素斑は1回のレーザー治療で除去できます。

術前 治療直後(お帰り時)

総院長 小国 英昭
ほんの少しの勇氣を持つてください。

あさひ美容外科 【全国8院共通・携帯OK】
☎0120(889)480
大阪梅田院 大阪梅田・高槻・布施・堺東・奈良・和歌山・西明石・姫路
院長カウンセリング無料 <公式> www.asahi-biyou.or.jp
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
※全て税込表示

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。

IROIKU
フェイシャル
ウォーター
3名



【提供: 三省製薬株式会社】

2/12(月祝)
よしもと
お笑いライブ
in 吹田
ペアご招待券
ペア 2組



【提供: 吉本興業株式会社】

徳之島新じゃが
「春一番」
1箱(5kg)
10名



【提供: JAあまみ徳之島事業本部、天城事業本部】

109シネマズ
共通平日招待券
(一部店舗を除く)
5名



劇場版ハイキュー!!
ゴミ捨て場の決戦
2月16日(金)公開
(C)2024「ハイキュー!!」製作委員会
(C)古館春一/集英社

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: **2/14(水)**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
※よしもとお笑いライブチケットのみ **2/4(日)**締め切り



109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP



身代わり忠臣蔵
2月9日(金)公開
(C)2024「身代わり忠臣蔵」
製作委員会



KIMONOで世界を目指す方々を応援してくれる。

2024 KIMONO総合インストラクター養成講座ベーシック

ライセンス取得のための専門コース。きもの知識や着付けの技術はもちろんのこと、「和の作法」や「おもてなし」の心得も学べます。世界で活躍するためのスキルをトータルに習得可能。

- 【取得資格】
 - 内閣府移行認可団体「民族衣裳文化普及協会」より認定証を発行
 - 2024年度より「国際着物ライセンス3級」も付与
 - 「教える先生・ワールドインストラクター」として開業可能
- 【入会特典】
 - 受講カード
 - 教材8点セット（白仕立長襦袢・半衿付えり芯・きものサッシュ・改良枕・ウエストベルト・前板・きものファンデ・伊達締め）
 - 洗えるきもの（MまたはL）
 - 2024年春の入会者には草履と名古屋帯をもちろんプレゼント
 - 教本
 - その他は無料貸し出し（一部有料）
- 【期間】1年間／全48回 1回90分（月4回分）
- 【受講費等】入会金：11,000円 受講料：264,000円
他学院等で有資格者には試験後、返還制度あり（最大3か月）

一般財団法人 民族衣裳文化普及協会

梅田教室：大阪市北区芝田1-10-10 芝田グランドビル2F 間／10時～17時（平日）
☎0120-029-315
https://www.wagokoro.com

特典
説明会参加時に「この記事持参」のうえ入会の方、入会金11,000円→**無料!**

着付けを中心としたきもの文化教室を全国に展開している「民族衣裳文化普及協会」。きもの文化教室開講から40周年を迎えた同協会では、「自分の価値を高めてステップアップしたい」「世界を見据えて活躍できる技術をも身につけたい」と願う方々をサポートしたいと、KIMONO総合インストラクター養成講座ベーシックを

開講する。週1回90分、月4回分、1年間計48回の受講で着るべく着せるく教えるの技術と知識をトータルにマスター。和装に合うメイクやヘア、マナーなども学べ、修了後は内閣府移行認可団体である同協会が発行する資格認定証の取得が可能。中級資格まで取得できるので「教える先生・ワールドインストラクター」として開業認可も受けられるとあって幅広い活用ができる。

様々な国際交流が復活し、2025年には大阪・関西万博も開催される今、日本の民族衣裳であるきものが再注目される転機となっている。着付けを習うことは活躍のフィールドを世界へと広げてくれるはず。「KIMONO総合インストラクター養成講座ベーシック」は世界で活かせるワールドライセンストレーナーとしての衣裳コーディネートなどライセンス取得後は国内外で活躍の場

ス3級も含めて取得ができ、文化交流のためのショーや日本伝統芸能とのコラボ、イベントなどのライセンス取得後は国内外で活躍の場

がいつばいある。まずは、2月、3月に梅田教室で開催される無料説明会に参加してみよう。

内閣府移行認可団体が発行するライセンス

自分の未来を切り開くKIMONOのお仕事

この方に聞きました

初めての方も、経験者も歓迎

グローバルな活躍ができる「KIMONOインストラクター」

資格取得で変わった私の生活

興味はあるけどなかなか踏み出せないあなたへ。資格を取って人生が変わった方々を紹介します。

この方に聞きました



陳 アンナ 先生

香港出身。日本への留学時にきものに魅れ、講師を目指してライセンスを取得

日本のブライダル専門学校へ留学した時に受けた、きもの授業でその美しさに感銘を受け、講師を目指すことに。ライセンス取得を通じて、理論と歴史を含めて着付けや帯の結び方の理由を理解できたという。さまざまな国の人が着付けを楽しめるようにするのが今後の目標。



ラス 真理子 先生

2027年にサンフランシスコ永住が決まり、現地できもの文化教室の開講を準備中

かつてアメリカでの結婚式に参列した際、日本人として民族衣裳である着物を自分で着ることの大切さ気づいたというラス先生。娘が通うインターナショナルスクールで保護者向けの着付けクラスを立ち上げ、ライセンスを取得。「資格という目標があったおかげで集中して取り組みました。きもの着付けは何歳になっても伝えられるので、現地で日本文化を世界に広く伝えていきたいと思っています。」

ここがポイント

ライセンス取得で"先生を目指す" 生活活かせる「内閣府移行認可」の財団法人発行のライセンスを取得できる

手ぶらで通えるので"らくらく" 授業で使う荷物は教室で預かりOK。きもの・帯・小物は無料レンタル

受講振替ありで"安心" 都合が悪いときの受講振替で単位補充が可能（審査あり）。きもの販売一切なし!

まずは無料説明会へ

【日時】①2/3(土) 14時半～ ②3/16(土) 14時～

【場所】梅田教室 大阪市北区芝田1-10-10 芝田グランドビル2F

※いずれも要事前予約 電話または右記QRより ※梅田教室の見学なども随時受付

申込はこちら

製菓衛生師 通信課程

趣味のお菓子づくりを仕事に 通信教育で国家資格取得を目指す

関西では珍しく、通信で国家資格「製菓衛生師」の受験資格が得られる同校。製菓衛生師科1年コース昼間集中プランの場合、30日のスクーリング（学校での実習・座学）と自宅でレポート作成に取り組む。仕事終わりに通える夜間プランもあり、社会人の受講生も多数在籍。現場経験豊富な専任講師からプロの技術や知識を学び、菓子店やカフェ開業の夢をかなえよう。

資格を取得して

念願のケーキショップをオープン

「ケーキづくりが大好きで、もっと多くの人に食べてもらいたい」と入学を決めました。仕事をしながら学び、製菓衛生師の資格を取得して開業。基本的な技術がしっかり身に付き、商品のイメージも広がりました。（卒業生Kさん）

学校法人 大和学園
京都製菓製パン技術専門学校 通信課程
京都市右京区太秦安井西沢町4-5
電話受付／10時～12時、13時～15時（日・祝・休校日を除く）
☎075-812-0199
taiwa_tu@st.taiwa.ac.jp

詳しい記事はこちら

エスティシャン

働きながら資格が取れる キレイを育てる美容のプロ

資格取得のバックアップがあり、起業も目指せる環境が整うPOLA。茨木店は子育て中のスタッフが多く、家庭と両立しながら自分のペースで無理なく働くことができる。スタッフ同士仲が良く明るい雰囲気、ゲストはもちろん、自分自身もどんどんキレイになっていける。興味がある人はお仕事体験会に行ってみよう。

特典 「シティライフを見た」と体験予約で **サンプルプレゼント**（3月末まで）

POLA THE BEAUTY 茨木店
（ポーラザビューティ）
茨木市西駅前町 11-7 当／10時～19時
日祝定休
☎072-622-5750

資格を取得して

美を極めながら手に職を

元々エステを受けに通っていましたが、子育てが落ち着いた頃、仕事にしていこうと決めて初心者からスタート。5年目でショップオーナーになり、ゲストを綺麗にしていくことにやりがいを感じる毎日です。（満江マネージャー）

お仕事体験会 「POLA BEAUTY WORKSHOP」

美のプロから学びながら、スタッフの気分で気軽にエステやメイクが体験できる美容イベント。開催日は電話にて。

From CityLife イベントアルバイトスタッフ随時募集中

シティライフが主催・運営する「ロハスフェスタ」「カレーEXPO」「チーズEXPO」「ラーメンEXPO」などのお手伝いをいただける方を随時募集しております。

【業務内容】 会場設営・運営・受付・誘導など
【時間】 要相談
【時給】 1,070円（交通費別途支給・昼食付）
【勤務先】 イベントにより異なります
【申込方法】 右記QRコードよりご応募ください。応募後、改めてご連絡します。

株式会社シティライフNEW イベント事業部
大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL:06-6338-0640

ブランド品・貴金属・宝石・時計の専門店

高価買取実施中!

1/19(金)現在の金相場による買取価格 **K18 →7,792円**

時計 ブランド品 宝石 貴金属

おかげさまで12周年! **買取&販売 Bossfull** ポスフル 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
☎06-6330-5011



意外と知らない歯科知識

咀嚼しやくと唾液との関係性

唾液の知られざる効果

「食べ物を食べる」このことは至極当たり前の行為のように思われますが、歯がなければ食べることができません。それだけでなく、噛まなければさまざまな不調の原因になると言えます。赤木先生に話を聞きました。



赤木歯科 赤木 蒼院長
歯学博士。1984年赤木歯科開設。39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。

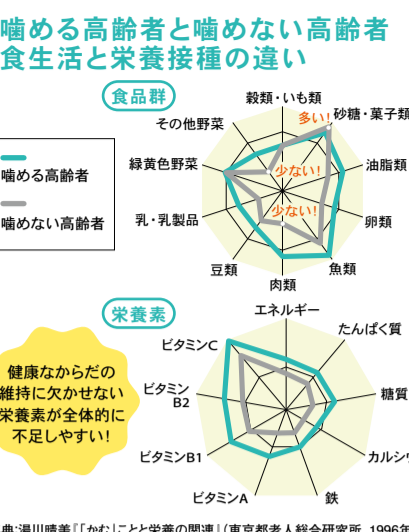
食べ物を噛めるすばらしさ

あなたの目の前に、まさに焼き立てのステーキが運ばれて来ました。その熟成した芳醇な香り、滴り落ちる肉汁。さあ召し上がれ。と言えれば良いのですが、もし噛むのが困難なお口の状態であつたらどうでしょう？「歯周病なので歯がぐらぐらで、噛むと痛くて噛めない」「歯が何本か無くてかみ合わない」「歯がほぼ無く、噛むことすら出来ない」。こういった食べ物を諦めざるを得ない状況に陥る可能性が誰しもにあります。

噛むことは生きることも健康とも密接に関係

今や「人生100年時代」と言われていきます。人生において多くの方の最大の楽しみである「食事が満足にできない」ならば、失うものはありません。精神的、肉体的な健康そのものが脅かされてしまいます。例えば、咀嚼機能が障害が出て、きちんと噛むことができない人は、

高齢者でなくてもコロナウイルスに感染しやすく、なおかつ重症化しやすいことが証明されています。体の中に入るコロナウイルスの感染ルートは目、鼻、口です。その中でも口は一番の感染予防の砦として機能し、唾液の中の抗菌物質が予防で大きな働きをします。噛む機能が衰えると唾液を出す働きが悪くなり、抗菌物質の量が減ってしまいます。特に奥歯の噛み合わせが失われると、顕著に唾液の分泌量が減り、コロナウイルスの進入に負けてしまいます。コロナウイルスにとって最大の敵は唾液です。そのことを示すように、唾液を生産する唾液腺に大量のコロナウイルスが確認されています。唾液は感染予防に必要不可欠なものです。



出典:湯川晴美「かむ」と栄養の関係(東京都老人総合研究所、1996年)

腸内細菌との関係

噛み合わせも大切で、うまくバランスがとれないとしっかりと噛み砕くことができません。胃や腸からの消化が十分に出来なくなり、栄養の吸収が悪くなるだけでなく、腸内細菌層のバランスが崩れ、体全体の免疫力が低下してしまいます。また、ウイルス感染や腸内細菌叢の悪化には歯周病菌が加担しています。十分な栄養を摂ることが出来ず、高齢者の命に関わる低栄養も招き、そのことは「健康寿命」を損なうことにもなり、精神的にも生活の質の低下に拍車をかけることになりま

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/>

CROSSWORD

クロスワード

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名様記念品をプレゼント。(毎月20日締切)

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

●1月号の答え さんべいじ

クロスワードを解くと、4文字以上の2月の行事がふたつ、斜めに読めるように出てきますので、それを答えてください。(作・あさみ順子)

タテのキー

- 悪夢を食べると言われる伝説の獣
- 野球チームはナイン、サッカーは
- 中東の国。昔の名前はペルシャ
- 英語ではウルフ。「シートン動物記」のロボ
- みたらし、月見、三兄弟
- 舌の肉を使った〇〇シチュー
- 原子番号22、元素記号はTi

ヨコのキー

- 巻き貝。ペーゴマのルーツ
- えびす様が抱えている魚
- シンガーの和正、芸人のおいでやす
- ギリシャ最大の島
- 百獣の王と言われるネコ科の猛獣
- 書道で使う紙押さえ。英語ではペーパーウエート
- 今はタクシー、昔は
- 松本清張の出世作「〇〇と線」

13 金田一耕助シリーズの一つ「悪魔の〇〇〇〇」

14 台所の酒とも言われる調味料

15 その年に取れた米、初心者

16 エヴァンゲリオン初号機のパイロット、〇〇〇シンジ

17 リレーの最終走者

20 模型。プラ〇〇〇〇、〇〇〇ガン

22 地球の衛星

14 壁に〇〇あり、障子に目あり

15 新しく加わった仲間。新参者

18 〇表面

19 下関と門司の間にある〇〇〇

〇海峡

21 フェスティバル。北島三郎の曲も

23 刑事と書いてこう読ませること

24 はあ〜〜とつくもの。「酒は涙か〇〇〇〇か」

25 青。憂鬱(ゆううつ)な気分の色

健康長寿の秘訣は国民皆歯科検診から

～医療DXによりオンライン診療、マイナ受付で医療サービスが向上～

少子高齢化の加速で2050年の人口は9,500万人!生産者人口が減少し、国民皆保険の維持が危機に直面しています。子ども、高齢者、低所得者など、この制度により医療費の負担が軽減され、健康な生活を送れています。又、最近話題の国民皆歯科検診制度は病気の早期発見や予防を目的とし、定期的な口腔内のチェックで病気になるリスクが把握でき生活習慣病の予防に繋がります。その為に2025年に医療保険での導入が検討されており、糖尿病、高血圧症、認知症などの生活習慣病を防ぎ、健康長寿で生活ができ、43兆円の医療費の削減に効果があるのです。その為に、AIやICTを活用し、医療DXによるデジタル化と効率化が進められており、電子カルテ情報、オンライン診療、受付業務など医療サービスの質の向上に繋がります。

佐藤 典子 先生
(医)朝倉歯科医院 副院長
小児歯科担当医
ホワイトニングコーディネーター

朝倉歯科医院

小児歯科Happy club
ホワイトニングサロンBLANCA
かかりつけ歯科医機能強化型診療所
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

【歯科セカンドオピニオン外来】
咬み合わせ、入れ歯、インプラント、歯周病、矯正、ホワイトニング、審美歯科、顎関節症、口腔ケア、口臭、訪問診療、CT画像診断、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。

摂津市商工会

第9回摂津まちゼミ

まちゼミとは、お店の方が講師となり、プロならではのノウハウを楽しく教えてくれるゼミナールです。参加費は無料～材料費程度、お店からの押し売りも無く、安心してご参加いただけます。今回の摂津まちゼミは、過去最高の42講座で、講座・ものづくり・体験と盛りだくさん!お気軽にご参加ください。

【日時】2月1日(木)～2月29日(木)
【場所】各参加店舗等
【申込み】1月27日(土)以降で、各お店へご予約ください。
詳細、MAP等はホームページをご覧ください。
詳しくは摂津市商工会
TEL 06-6318-2800

茨木商工会議所

1 on 1 いばらき異業種交流会 参加者募集

1対1トークを実施する異業種交流会です。一方通行の売込みからは、ビジネスも人間関係も発展はありません。お互いを知り、人と人としてきちんと向き合うことから、きちんとした繋がりを構築していく。そんな交流会です!

【日時】3月15日(金) 14:30～17:15
【場所】茨木商工会議所 会議室
【対象】: 経営者、事業主、創業者、創業希望者・社員 & 従業員
【参加費】 無料
【申込み】 右のQRコードまたは、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
茨木市岩倉町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

最近の法改正内容と令和6年 春季労使交渉・協議の課題

労働問題セミナー

【日時】3月6日(水) 14:00～16:00
【会場】高槻商工会議所 3階 会議室
【講師】株式会社サンミ経営 代表取締役 中小企業診断士・社会保険労務士 佐々木 宏 氏
【内容】1. 経済情勢
2. 最近の法改正の動向
3. 労使各団体の動向
【受講料】 無料
【定員】 20名(先着順)
【主催】 高槻商工会議所 中小企業相談所 (高槻市大手町3-46 TEL072-675-0484)
【申込み】 高槻商工会議所のホームページよりお申し込みください。
「高槻商工会議所」で検索

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOKAI SYOUKOKUIGISYO 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!

O B A T A H I R O S H I

この人に
FOCUS

Vol.1

『競合は
身近にある自然』

生きているミュージアム ニフレル 館長 小畑 洋さん

京都府舞鶴市生まれ。海遊館開業当初より飼育担当として勤務し、国内で類を見ないジンベエザメの陸上長距離輸送や、希少なイトマキエイの飼育展示に世界で初めて成功する。「生きているミュージアム ニフレル」建設の中心となって構想・監修を行う。

— 2015年にオープンし、2024年1月には来場者数700万人を達成したニフレル。

株式会社海遊館が運営する、独自のコンセプト「感性にふれる」をもつ生きているミュージアムだ。

館長を務める小畑さんは、「生きものと同じ目線」にこだわり、生きものを「彼ら」と呼ぶ。

小畑さんの彼らへの敬意がこの場所を作り上げている。

ヤンバルクイナの変なシャツを着て、日々魚を追いかけて回す

幼少期、家の前にある川でフナやゲンゴロウを捕まえ、図鑑を参考に生態を調べて考えて飼うのが日課だった。「お気に入りにはイソギンチャクが表紙の魚図鑑。例えば、「ダンゴウオ」と言われたらそのページをすぐに開けられるくらい読み込みました。それこそ、穴があくんじゃないかって思うほど」。

高校生になっても魚への興味は尽きず、東海大学の海洋学部へ。「水族応用生態研究会に入

部しました。学祭では、部員それぞれが捕まえてきた魚を展示して即席の水族館を作ったりしていましたね。今まで見てきた日本海側の魚と違って、太平洋側の魚たちはとってもきれいなんですよ」と目を細める。同級生たちが遊びで街に繰り出す中、幼い頃から変わらず網とバケツを持って港へ向かう日々。「一応、バブルの時代だったんですけど、街中で遊んだことはなかったですね。ヤンバルクイナの変なTシャツを着て、魚を捕っていましたわ」と笑う。



学生時代の小畑さん(左)。



ジンベエザメ輸送の様子。

隔たりを取り払って、同じ世界を共有したい

海遊館に入社後、初めての大きなリニューアルを任せられると、生き物と人間の世界をさえぎらない、独自の世界観を表現した展示が評判を呼ぶ。「分厚いアクリル越しの魚って、こちら側と世界が違うように感じませんか？例えば、水族館でアザラシを見るのと、自然の中で、地続きの先にアザラシを見るのでは感じ方が全然違う。できるだけ自然に近い感覚に近づけました」。エイやサメに触れることのできるエリアを作ったり、ペンギンを囲うアクリル板を低くして

直接見えるようにしたり、「同じ空間を共有することにチャレンジした」という。

ニフレルの館長に任命されると、既存の水族館という概念をくつがえす、新たな挑戦が始まった。「子どもの頃に、小さな虫や雲の流れを見て感じたことは、大人になると忘れてしまう。自然を不思議に思ったりワクワクしたり、畏敬の念に打たれたり。みんなが子どもの頃に持っていた感性を、思い出せるような場所にしたかったんです」。

「彼ら」が教えてくれることは多い

ニフレルでは、水槽は壁に埋め込まず、全て展示空間の中に置いた。「水槽をのぞいて、水や光の揺れや魚の影を一緒に感じてもらうと、海や川で見ているのにかなり近い感覚になります。自然の要素を抽出して、いいところを借りているような感じです」。より自然に近い環境にし、水槽の中と外との接点を増やすことで、人と生きものとの距離を近づけたという。

「彼ら(生きもの)は、人間にないものをたくさん持っている。人も含めて多様な個性は、実はすごく魅力的なんですよ。個性がある、違いがあるからおもしろいんです。皆さんが思っ

ている以上に、彼らから学べることはすごく多い。だから、実はニフレルの競合って"身近にある自然"なんです」と話す。

「鳥や魚、昆虫など自然に生きる彼らを観察する面白さを知れば、誰もニフレルに来なくなってしまうのではないか」という危機感を真剣なまなざしで語る小畑さん。生き物の息遣いが聞こえてくる唯一無二のミュージアムを作り上げているのは、その生き物たちへの強烈な愛だ。ニフレルは今後も、「生きもの与人、どちらも幸せになれるような場所」へ、小畑さんの生きものへの想いと共に、進み続ける。



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。

障害者の就労支援対策の状況
(厚生労働省ホームページ)は
こちら▼



**障がい者の一般就労への
移行の現状**

①特別支援学校から一般企業への就職が約32%。就労系障害福祉サービスの利用が約31%。
②就労系障害福祉サービスから一般企業への就職は年々増加し、令和2年は、約2万2千人が一般就労への移行を実現。

“自立・働く”を 支援する

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

「ひきこもり・自立支援・就労移行支援」
って、なんだろう?



世の中には様々な理由で、ひきこもりになってしまったり、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。

※「厚生労働省障がい者の就労移行支援対策の状況」より抜粋(テキスト・表)

ひきこもりからの社会復帰
現在、ひきこもり状態にある人は約146万人と推定され、内閣府の調べでもひきこもりから社会復帰できている人は少数という。期間が長くなるほど復帰が難しくなるので、支援サービスを利用するなど「ご家族からでも第三者と関わることを意識し、早めの一歩を踏み出したい。当人には日中に活動することを心がけさせ、気軽に話せる人を探してみることも大切。現在は「ひきこもり支援」を行う事業所も増えており、本人の了承を得ての訪問活動や夜間対応など、様々な工夫を施しながら、サポートを行なっている。

「自立支援(自立訓練)」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ができ、パソコンやスマホなどのITスキルを身につける講座などもあるので、事業所に相談してみよう。

「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な理由で、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提供し、各々が持つ可能性を広げる。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・就労移行支援

職歴なしでも利用できる 阪急高槻市駅から徒歩5分 発達障害専門の就職支援

自閉症、発達障がいにて化しており、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。開所から12年、独自のネットワークで豊富な情報の中からその人の個性や強みを活かせる企業を探し、約200名以上の就職者を輩出。就職移行率が約90%で就職後も気軽に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、自分のペースに合わせて通所することができるので、どこを選んで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)オフィスワークや企業研究講座など、パソコンを使ったプログラムも豊富。

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

高槻市京口町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
見学相談会は随時開催

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
- 楽しく脳トレ健康麻雀
0726863739高槻ナレッジセンター
- テーブル茶道 宗想会
インストラクター養成 初心者からディプロマ取得 江坂
体験有 090-6067-0768 小川

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 淀の会 長野雅子

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

川上ギター教室(初心者より)

066380-8673千里丘6イースミヤすぐ

AEC英会話 高槻駅近&阿武山

入門〜邦人・米人講師07041734891

売ります・買います

■ 今昔きもの&骨董品つくし堂
実店舗への持込歓迎◎出張買取可
▽茶道具/煎茶/鉄瓶/掛軸/書道具
中国土産/銀製品/古銭/贈答品他
総持寺駅東9分高槻市北柳川町2-2
☎072-694-2757 休み:日&臨時休

〒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

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。

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。

コープこうべ
キャラクター
コービー



コープ桜塚

豊中市南桜塚2-1-10
06-6854-6111
営業 / 9時~20時50分
店休日なし(1/1~3を除く)

温かみあるイラスト入りの 手書きPOPにご注目!

コープ桜塚では、お買い物の時間を楽しくもらえるように、おすすめの商品を、手書きPOPでご紹介しています。水産、お肉、野菜、グロッサリー商品まで、商品の特長に詳しい各部門担当がそれぞれ手書きで作成。それだけにポイントを押しえていてわかりやすく、温かみ溢れる仕上がりです。可愛いイラスト入りなので、是非見つけてください。



おすすめ商品

Coop'sフードプラン宇和清海育ち本鯛 (価格は変動します)
プリっとした食感と旨味が自慢 これから特に美味しい季節

養殖に適した愛媛の海で、通常の約8倍もある生簀に飼育密度は1/2と、のびのび育てられた本鯛。身の締まりは抜群です。自家製のエサで育ち、旨味成分が圧倒的に多いのも特長。おいしさの違いはお刺身で確かめて下さい。



イベント情報

2月に「コープ共済×ヤクルト」の 健康イベントを開催

2月24日(土)に1階エスカレーター付近のスペースで、健康イベントを開催します。血管年齢や骨健康度測定、野菜の摂取状況をはかるベンジチェックができるほか、先着100名に特典もご用意。ヤクルトマンも登場します!ぜひお越しください。



2月のツキ押し!

2/9(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します!

CO-OP
おいしい赤飯 160g×3食



簡単調理でラクラク ストックに最適なもっちり赤飯

国産もち米と北海道産小豆を使用。ふっくらもちもちとしたソフトな食感の赤飯です。電子レンジで約2分温めるだけでいつでも簡単においしい赤飯のできあがり。昼食や夜食、お祝い時などストックしておくくと便利です。

※商品は変更になる可能性があります。

浅野 瑛さん
(水産チーフ)





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。

直木賞作家・今村翔吾のエッセイ

吾、翔ける

vol.21

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。

「大晦日の過ごし方」

この原稿を書いている今は大晦日である。2018年の1月1日から、現在2023年12月31日まで丸六年間、一日たりとも原稿を書くのを止めたことはない。謂わば2190連動中である。いや、閏年もあつたから2191連動か。ともかくずっと書いてる。

これは私の師と仰ぐ作家、北方謙三氏の「作家の技術は一日休めば三日後退する。幾ら疲れていても、たとえ少しであろうとも書かねばならない」との教えに拠るものだ。いや、もはや脅しだ。あるいは呪いだ。この有難いお言葉がずっと頭の中にこびりついており、風邪で高熱を発しても、溜息を漏らしながら原稿を書くのである。

そもそも私は幼少期から、家族で紅白歌合戦を見るときか、初詣に行くとか、よくある年末年始の過ごし方をしたことが無かった。

まず私の前々職がダンスインストラクターだということとはご存じの方も多いかもしれない。これは謂わゆる家業であり、私以外にも弟を始め親戚が加わっていた。あまり話したことはないが、この会社はダンス教室の経営だけでなく、イベント業も行った。大晦日には各地で複数のカウントダウンイベン

トが開催される。そんな多いかと首を捻る方もおられるかもしれないが、実は結構な数が催されている。故にほぼ毎年、カウントダウンイベントの仕事を受注していた。

では、その前はというと、やはり普通の大晦日ではなかった。私の祖父は町の神主を務めていた。それほど大きな町ではないので一人で複数の神社の管理も行わねばならないし、巫女さんを雇うような予算も無い。こうなれば一族郎党が駆り出される。私も物心がついた時にはお神酒を注いだり、御札やお守りを頒布したりと、祖父を手伝っていた。

おみくじの吉凶の番号は記憶してしまい、期待に胸を膨らませる参拝者に対し、「うわー、凶やねんけどな」などと内心で苦笑しつつ、お授けしていたことも覚えてる。

このような環境で育つて来たから、今になっても大晦日に「働く」ことあまり違和感を覚えなないかもしれない。

祖父は私とは違って物静かな人であった。孫には優しく様々な場所に連れていってくれたことを覚えてる。上野動物園で初めてパンダを見たのも祖父と一緒にだった。

土筆や椎の実の食べ方を教えてくれたのも祖父だ。手先が器用で模型の

類はあつという間に作つてしまい、絵もなかなかに達者であった。その中でも特に見事だったのは書で、実は橋など揮毫が今も残っているものがある。私が筆を取る時、足元にも及ばないものの、頭の中で祖父の書を本として読んでいる。こうして考えると、祖父は私に与えた影響は大きいかもしれない。

その祖父も19年前に他界した。私が21歳の時だったはず。大晦日になると、神主の装束を纏った祖父を決まって思出す。間もなく年が暮れる。

最新刊



「戦国武将伝 東日本編」
 「戦国武将伝 西日本編」
 今村翔吾著 (PHP研究所)
 各都道府県で一人、武将を取り上げて掌編小説に! 直木賞作家・今村翔吾による「前代未聞」の挑戦作。「東日本編」では、北海道・東北・関東・中部地方の武将23人、「西日本編」では、近畿・中国・四国・九州の武将24人の、ときに笑え、ときに泣ける、心震えるエピソードを描いた傑作歴史小説集。

Back Number



これまでのエッセイはwebにて

新NISA制度もステップアップしながら学べる!

参加無料

参加者特典

メディア実績多数!

オリジナルセット
(クrostタータ2個+ガレット2個)



※クrostタータは5種のうち2種となります。選べません
※写真はイメージです

- 新NISA、iDeCoを活用した貯蓄/資産形成って?
- 結婚・育児・老後の不安を解消する貯蓄方法が知りたい!
- お金を殖やす仕組みと方法はどうすれば良いの?
- 年金だけをあてにしているもなんだか心配?
- 資産を守る通貨分散の運用法が気になる!

講師

高橋 佑樹

10:00~

大学在学中に宅地建物取引士資格を取得し、大手ハウスメーカーで勤務。その後金融機関にてFPとして活躍。大手不動産会社と提携し、住宅購入者向けのコンサルティングやセミナーを数多くこなす。



石水 成俊

14:00~

大学卒業後、損害保険鑑定人を経て、25歳で某外資系保険会社にて5年間活躍。その後、総合代理店にて幅広いお客様への相談対応をFPとしてこなす。現在は女性を応援するセミナー講師としても登壇活躍中。



女性限定(夫婦参加OK)

各定員50名

 定員になり次第締め切らせていただきます

2/24 土

 10:00~12:00 (来場9:45~)
14:00~16:00 (来場13:45~)

会場

梅田駅徒歩5分 NSE梅田店A
 〒530-0057 大阪市北区曽根崎2-5-10
 梅田パシフィックビル5階



もっと詳しく相談したい人向けに 個別相談を承ります
 無料/後日開催 セミナー後受付

お申し込みはこちらから

主催: お金の講座事務局
 協力: マニユライフ生命保険株式会社 マニユライフ・ファイナンシャル・アドバイザーズ株式会社

<https://s17.aspservice.jp/sj/link.php?i=phInclnue7uk&m=mhkwzqnepl9h>

セミナーに関する問い合わせは、右記2次元コードよりお願いいたします。
 電話でのお申し込み、お問い合わせは行っておりません。ご了承ください。



ハワイからの風 Vol.6

「ホノルル美術館」のもうひとつの楽しみ方、コーヒー・バー

私は日本に住んでいたころは紅茶派でした。ちょっと足を延ばすとオシャレな喫茶店があり、ティーコースを被ったティーポットと温められたカップ&ソーサーでほっこりとアールグレーを飲むのが至福のひとつでした。ところが…17年前にハワイへ移住して愕然としました。まともな紅茶が飲める喫茶店が無いじゃないですか!街中にあるのはスターバックスやホノルル・コーヒー・カンパニーなどのコーヒーショップばかり。メニューにある紅茶(Hot Tea)を注文すると、二重に重ねた紙コップにお湯とティーバッグを入れたものが出てきます。そのかわりハワイには美味しいアイスコーヒーがあることを発見!そのひとつが、ホノルル

美術館のコーヒー・バー(HoMA Coffee Bar)のタイ・アイスコーヒーです。何となく日本のコーヒー牛乳を思い出させる味です。

コーヒー・バーはインド美術ギャラリー手前のパーム・コートヤード内にあり、ドリンクや手作りの焼菓子、ビールやワインなどアルコール類もオーダーできます。サンドイッチなどの軽食も販売されているので、お昼時のパーム・コートヤードのテーブル席は来館者と美術館スタッフで賑わっています。コーヒー・バーでは「ホノルル美術館ブレンド(HoMA Signature Blend)」のコーヒーも人気です。カラムキの「ビーン・アバウト・タウン(Bean About Town)」というコーヒ



「コーヒー・バー」のタイ・アイスコーヒー \$5.5



ホノルル美術館内の「コーヒー・バー」。

ヒーはキリマンジャロ、ブルーマウンテンと並ぶ「世界三大コーヒー」のひとつで希少価値が高いんですね。

一専門店とのコラボレーションで作られた、コスタリカとマウイ島のコーヒー豆のブレンドだそうです。

私のお気に入りのタイ・アイスコーヒーは、ホノルル美術館ブレンドにタイコーヒーミックス、コンデンスミルクで作られているそうです。ハワイのコーヒーといえばハワイ島で作られる「コナコーヒー」が有名ですが、コナコー

Navigator
モコ



名古屋市出身。2007年にハワイへ移住。ホノルル美術館、パールハーバー航空博物館で日本語ガイドを務める。コロナ禍の中、息子とハワイの大学へ入学し、ガイドの傍らオンラインでビジネスを勉強中。

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。

※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



きたしんくん



編集後記

この度の能登半島地震で被災された皆さまに心からお見舞い申し上げます。元旦からこんなことになるなんて…。自然の猛威に人間はなんて無力なのか、まざまざと思い知らされました。頻りに発生する自然災害。いつこの街で災害が起きるのか、他人事ではないことを嫌でも感じます。(早期復興を心よりお祈り申し上げます。コ

普段から美味しそうなチョコを見つけると買って楽しんでいますが、毎年バレンタインは奮発して高価なものをいくつか買います。一応旦那様へのプレゼントですが、自分好みのものを自分が食べたタイミングで「一緒に食べよう!」と言って渡します。今月号のチョコレート特集もすでに目星をつけています。(でーこ)

北摂にまつわる人の人生やエピソードを紹介する新企画「この人に FOCUS」がスタートしました。初回はニフレの館長・小畑さんへインタビュー。取材中は小畑さんの生き物への愛が溢れ、思わず聞き入ってしまいました。少しでもその想いが伝われば…!ぜひご一読ください!(もりお)

北摂エリア限定

クローゼットに
入れっぱなしの衣類

1,000円で
必ず出張
買取します

※返却不可、下着・極端に汚れている作業服は不可
45ℓ
1袋分

先着
200名

- ☑無料出張 ☑1世帯1回1袋限り
- ☑45ℓゴミ袋1袋分の衣類(5枚程度~OK)
- ☑リサイクルショップでは無理な物でも現金化!!

まずはお電話ください。
「シティライフを見た」
と伝えてください!

フリーダイヤル
0120-41-8739

(ヨイハナサク)

受付/10時~18時 kotobuki.kaitori@gmail.com

リサイクル寿

守口市西郷通4-16-4
営/10時~18時 日曜定休

City Life が運営する結婚相談所

「シティライフ婚活」

情報紙シティライフは「人と人、人と店、人とまちをつなぎ地域を元気にすること」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。この婚活事業を通して「人と人」をつなげ、この北摂地域の活性化に寄与したいと考えています。

IBJ 正規加盟店

会員数・成婚数

NO.1

約80,000人の会員数。必要書類を提出していただいた身元が確かな会員です。

最新システムで
お相手探し

お持ちのPCやスマートフォンから、いつでもどこでもお相手を検索し、お見合いのお申し込みが可能です。

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



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]

「人と人」をつなぐ
幸せな結婚を

ずっと暮らしを楽しみたい
すべての人に。

ABC HOUSING
WELL Be
みのお

ウェルビーみのおでは、
楽しいワークショップや
イベントを開催中！
家族揃ってぜひご参加ください！

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。

森のアート教室
“木の実ペンダント”をつくろう♪

木の板や木の実などを使って、自分だけの
ユニークなキャラクターをつくろう！

100組様
小学生以下限定

2/10 土

お菓子のデコラッピング

チョコを自由にカスタマイズして、
バレンタインの可愛い
プレゼントをつくろう！

150組様
小学生以下限定

2/11 日祝

HAPPY
バレンタイン抽選会

豪華賞品がその場で当たる抽選会を開催！

計150組様

プチマのお菓子のおうち 3組様
キッズ用プレート 4組様

ほかに
ハズしても全員に
チョコレートプレゼント！
100組様

楽しくSDGsをまなぼう
べじからふるワークショップ
with ラピスプライベート

捨てられてしまいがちな、色や形が“へんてこりん”すぎる
ユニーク野菜から作られた「べじからふる絵の具」を
つかって、自分だけのおうちなどをペイントしよう！

100組様
小学生以下限定

2/17 土

好きな形にチョコチョコキ
ふわふわマットDIY

プリントマットを好きな形に
カットして、世界にひとつだけの
ふわふわマットをつくろう！

150組様

2/18 日

会場での最新情報やイベント情報は「ウェルビーみのお」で検索！

ご来場プレゼント 2/1 木・29 木 ※水曜日を除く

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。

バスケット

マイページはこちら ▶

※ABCハウジングのアカウント
登録には、アンケートへの
ご回答が必要です。

〒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。

アクセスMAP

※車でのアクセスは、こちらを参考にお越しください。

会場での最新情報やイベント情報は「ウェルビーみのお」で検索！

ご来場プレゼント 2/1 木・29 木 ※水曜日を除く

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。

バスケット

マイページはこちら ▶

※ABCハウジングのアカウント
登録には、アンケートへの
ご回答が必要です。

わが家のアイドル自慢

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らしい写真と
エピソードをお送りください。

2024年初めての
2人での写真です！

一歳のおたんじょうび

年末は徳島のおばあちゃん家へ！

あったかい服を着てお出かけしたよ！

応募方法 【締切】2024年2月12日(月)まで
【掲載】CityLife 2024年3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予めご了承ください。 応募はこちらから▶

大阪・高槻「安満遺跡公園」に、全国のバーガーが集結!

City Life

あまいせきバーガー

24年
2/3(土)・4(日)
開催!

みんなの投票で
No.1を決めよう!

グランプリ
GP
2024

-最強ハンバーガー決定戦-

★投票方法★
ハンバーガーを購入時、各店先着70名様に投票用シールをお渡しします。投票受付所にて、「おいしい」「おもしろい」と思ったお店に、シールを貼ってください。

開催概要

- 会場 安満遺跡公園(大阪府高槻市八丁畷町12-3)
- 開催日時 24年2/3(土)・4(日) 10:00~17:00(LO16:30) ※雨天決行、荒天時中止の可能性あり
- 主催 シティライフ ●プロデュース 一般社団法人西日本ハンバーガー協会

10店舗
登場!!

SHIMAUMA BURGERTリブル
兵庫 シマウマバーガー

黒毛和牛バーガー
なし burger KAMONE

溶岩焼きBOSSバーガー
東京 溶岩ダイニング brave

高槻バーガースペシャル
大阪 高槻バーガー本舗

知多牛バーガー
愛知 K's pit

※掲載しているハンバーガーはすべてイメージです。提供設備により、内容が変更になる場合があります。また、ハンバーガーは完売する可能性があり、期間内でも販売を終了する場合があります



ゴディバ フルーツバスケット
セレクション 6粒入 3,780円
販売期間: 2/15 (木) まで

ゴディバ
ららぽーとEXPOCITY 1F

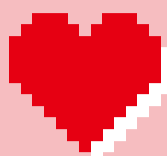
生チョコロールケーキ
2,200円
※2/1 (木) ~発売

治一郎
ららぽーとEXPOCITY 1F



- ㊤ ハーバルバランスウォーター
ラベンダー/ローズマリー 110mL
1,720円
- ㊦ ハーバルマルチクリーム
ラベンダー/ローズマリー 80g
2,360円

マークスアンドウェブ
ららぽーとEXPOCITY 1F



LaLaport VALENTINE'S DAY

じぶんらしく、きもちを贈ろう。

もうすぐバレンタイン。ららぽーとEXPOCITYには
バレンタインスイーツをはじめ、ギフトにぴったりのアイテムなどが勢ぞろい!
大切な人に、きもちを贈りましょう!

特設サイトで紹介!
詳しくはコチラからチェック!
※2/1 (木) 公開



- ㊤ ショコラテ 2,100円
- ㊦ テ・オ・ショコラ ティーバッグ 5個
限定デザインBOX入 680円

世界のお茶専門店 ルビシア
ららぽーとEXPOCITY 1F



ハートキルティングポーチ
13,200円

サマンサタバサプチチョイス
ららぽーとEXPOCITY 1F

バレンタイン催事

開催期間 2/1 (木) ~ 2/14 (水) 場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

ザ・メープルマニア



モロゾフ



南海バレンタイン催事

10種類以上のブランドが大集合!



※掲載内容は予告なく変更となる場合がございます。 ※画像はイメージです。 ※金額は税込です。

期間限定催事

Lee

期間 2/16 (金) ~ 25 (日)
時間 施設営業時間に準ずる
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F
光の広場



AVIREX

期間 2/16 (金) ~ 25 (日)
時間 施設営業時間に準ずる
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F
光の広場





魚類3種、「国内初繁殖」の認定

ニフレルでは3種の魚類が、「国内初繁殖」に認定されました！この赤ちゃん達は「わざわざにふれる」ゾーンで展示中。繁殖と飼育に取り組んだ、フグ博士と土井キュレーターと百田キュレーターのコメントを紹介します。

魚の繁殖行動は未だ解明されていない種類が多い中、水族館で展示し続けるためには、飼育下で繁殖させることがとても大切だ。繁殖について担当キュレーターに話を聞きました。

今までのバックナンバーは CityLife Newsから



テッポウウオ



(百田キュレーター)

赤ちゃんは目が透明で口もあいておらず、育成は試行錯誤の日々でした。ようやく育って来て、約4か月後に水鉄砲が見られた時には心が救われる思いでした。

初繁殖認定とは…

「(公社)日本動物園水族館協会」から発行される認定で、所属園館で初めて繁殖と180日(約6か月)の育成に成功した種に与えられる認定。



パオ・パイレイ

赤ちゃんは歯が生えてくると噛み合いが見られるようになりました。そこで十分な量のエサを毎日与え、かかれる場所を作り、噛み合いが無くなるようにすることで無事に育てることができました。

(フグ博士・土井キュレーター)

オキナワフグ

赤ちゃんは全長2.3~2.6mm。とても小さく生まれますが、1か月後には約10mmにすくすく成長し、キュレーターのユニフォームを覚えて水槽に近づくと水面に集まってくる。



ニフレル年間パスポート \\ 販売中 //

年パス会員限定で、生きものを知り尽くしたキュレーターと一緒に生きもの普段とは違う行動を促すエンリッチメント体験をはじめ、開館前の館内を貸切でまわるイベントなど、特別なイベントを季節ごとに開催しています。

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

カード: ご購入から1年間
WEB: 初回来館から1年間

詳細はこちら ▶



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
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円/30分)
ニフレル入館で120分無料

0570-022060 (ナビダイヤル)

三フレル で検索

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類: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

2024シーズンがいよいよ開幕!



ガンバ大阪の2024シーズンホーム開幕戦はアルビレックス新潟戦! 3/2(土)に開催されるこの試合の観戦チケットは1/27(土)よりファンクラブ先行販売、2/3(土)より一般販売開始となります。ホーム開幕戦となる新潟戦では「青黒劇場」として、パートナーの皆様に関連する賞品やガンバグッズが抽選で当たる「ショルダーバッグ福袋を先着3万名様にプレゼント」いたします。皆様のご来場をお待ちしています。

ホームゲーム日程

① パナソニックスタジアム吹田

J1リーグ
第2節 3/2(土) 15:00 vs アルビレックス新潟
第4節 3/16(土) 15:00 vs ジュビロ磐田

最新情報はガンバ大阪公式サイトでチェック!



https://www.gamba-osaka.net/



© GAMBA OSAKA

写真左上から新加入選手の中谷選手、美藤選手、今野選手、張選手、山田選手。左下から、岸本選手、鈴木選手、山下選手、坂選手、松田選手。

新加入選手

山田 康太 選手 YAMADA KOTA MF9 1999/7/10生まれ 神奈川県出身 前所属:柏レイソル	岸本 武流 選手 KISHIMOTO TAKERU DF15 1997/7/16生まれ 奈良県出身 前所属:清水エスパルス
鈴木 徳真 選手 SUZUKI TOKUMA MF16 1997/3/12生まれ 栃木県出身 前所属:セレッソ大阪	山下 諒也 選手 YAMASHITA RYOYA FW17 1997/10/19生まれ 静岡県出身 前所属:横浜FC
今野 息吹 選手 KONNO IBUKI DF19 2001/5/10生まれ 東京都出身 前所属:法政大学	中谷 進之介 選手 NAKATANI SHINOSUKE DF20 1996/3/24生まれ 千葉県出身 前所属:名古屋グランパス
美藤 倫 選手 MITO RIN MF27 2002/2/12生まれ 京都府出身 前所属:関西学院大学	坂 圭祐 選手 SAKA KEISUKE DF28 1995/5/7生まれ 三重県出身 前所属:大分トリニータ
張 奧林 選手 ZHANG AOLIN GK31 2005/4/25生まれ 大阪市出身 前所属:ガンバ大阪ユース	松田 陸 選手 MATSUDA RIKU DF46 1991/7/24 大阪市出身 前所属:ヴァンフォーレ甲府



キックオフイベントのトークショーに登場した、左から食野選手、黒川選手、半田選手。

GAMBA NEWS

北摂のJリーグクラブ
ガンバ大阪を応援しよう!

ガンバ通信

取材協力/ガンバ大阪

新体制で2024シーズン始動 ホーム開幕戦は3月2日に決定

1月12日、ガンバ大阪は新体制で始動。必勝祈願、初トレーニングの後、新体制会見とキックオフイベントが実施された。

キックオフイベントは、ガンバ大阪公式YouTubeチャンネルで生配信が行われ、代表挨拶をはじめ、フットボール本部の設立や新ユニフォームデザインの発表のほか、トークショーなども行われた。

トークショーに登場したDF黒川圭介選手は、正月の過ごし手は、正月の過ごし方について問われると、新婚旅行先のオーストラリアで、ガンバ大阪に在籍していた(2013-2020)オジェソク選手に偶然ばったり会ったと話し、会場を驚かせた。

また、2023シーズンで現役を引退し、ガンバ大阪のトップチームコーチに就任した遠藤保仁氏が、「少しでもクラブのために良い仕事ができるようにに僕自身努力していきたい」と思い、長年、藤春廣輝選手(FC琉球)に「移籍」が背負ってきた「番号「4」を引き継いでください」と、ファン・サポーターにビデオメッセージを寄せている。そんな遠藤新コーチについて、新加入のMF鈴木選手は、「日本を代表するMF選手。過去の経験を聞きながら自分のプレーに活かせるように、アドバイスを受けていきたい」と述べている。

トークショーには、新加入選手も登場。ガンバ大阪公式YouTubeチャンネル「GAMBA-FAMILY.N」で視聴可。ホーム開幕戦は3月2日に決定! パナスタでぜひ熱い声援を!

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 モバイルチケット

検索



	価格(税込)	利用可能日時
休日満喫 1 DAY モバイルチケット	大人 700円 小児 300円	休日ダイヤ運行日
オフピークモバイルチケット	600円(大人のみ)	平日ダイヤ運行日 10:00~16:00 (出場は16:45まで)
ニフレルエンジョイパス	高校生以上 2,700円 中学生 1,600円 小学生 1,300円	お好きな1日(ニフレル入館券つき)
お得に万博記念公園 エンジョイパス	高校生以上 850円 中学生 700円 小学生 360円	お好きな1日 (万博記念公園[自然文化園・日本庭園]入園券つき)

万博記念公園だより 2月号 令和6年1月22日発行 通巻525号

BAMPAKU News

2024 02



大阪府広報担当副知事 もずやん

UME FESTIVAL

梅まつり

2.10(土)~3.10(日)

9:30~17:00(入園は16:30まで) 水曜定休

[場所] 自然文化園梅林・日本庭園梅林 ほか [料金] 無料 ※別途入園料が必要

自然文化園の梅林には、5500㎡もの敷地に約120品種・約600本、日本庭園の梅林には約40品種・約80本の梅があり、様々な梅の花を楽しむことができます。梅の花を愛でながら、楽しい春のひとつときをお過ごしください。

大阪梅の陣 2024

CHOYA×万博記念公園イベントが今年も登場！詳細はHPでご確認ください。

CHOYA利き梅酒5種セット&梅酒販売



梅を愛でながら、5種類の本格梅酒を飲み比べ。正解者には高級梅酒が当たるチャンスも。この他「蝶矢プレミアム梅だめし」やCHOYA梅酒・梅製品販売など盛りだくさん！

※20歳未満の方、自動車などを運転予定の方へのアルコール類の提供はいたしません。

2/23(金・祝)、24(土)、25(日)、3/2(土)、3/3(日) 10:00~16:00 ※雨天中止
◎ 自然文化園 水車茶屋前 ● 利き梅酒15mℓ×5種セット500円他

CHOYA×大阪農業園芸・食テクノロジー専門学校 梅スイーツ販売



大阪農業園芸・食テクノロジー専門学校とのコラボレーション事業から開発された梅スイーツを販売。期間限定・数量限定のスペシャルコラボ梅スイーツが手に入るのは、ここだけ！

2/23(金・祝)、24(土)、25(日) 10:00~16:00 ※完売次第終了 ※雨天中止
◎ 自然文化園 水車茶屋前 ● 商品により異なります ※お一人様5点まで

JA紀州・JA紀南 梅干し食べ比べ



梅の本場、和歌山県より参戦！本格梅干しの食べ比べ3種セットの他、梅干しなどの販売も。

3/2(土)、3/3(日) 10:00~16:00 ※雨天中止
◎ 自然文化園 水車茶屋前 ● 梅干し食べ比べ3種セット500円他

長浜盆梅展

2/10(土)~2/25(日) 10:00~16:00

戦国のまち・長浜の新春の風物詩「長浜盆梅展」から盆梅が万博記念公園に今年も登場！

◎ 日本庭園 茶室 千里庵 ● 無料



2/10(土)、11(日)、12(月・振休)、17(土)、18(日)、23(金・祝)、24(土)、25(日)は自然文化園梅林にてミニ盆梅の販売も行います。※雨天中止

日本庭園茶室「千里庵」呈茶

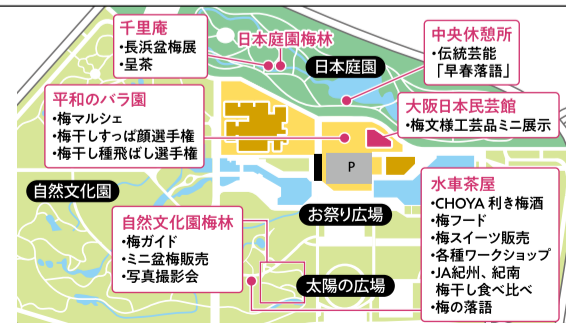
期間中の土・日・祝

10:00~16:00(受付は15:30まで)

枯山水の庭越しの梅を眺めながら、おいしい和菓子とお抹茶をお楽しみください。

◎ 日本庭園 茶室 千里庵 ● 季節の和菓子と抹茶セット700円

※割引入園券付抹茶券も入園ゲートにて販売(呈茶開催日のみ) (大人890円、小中学生760円)



本紙に掲載されていないイベント情報については、公園ホームページをご覧ください。

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 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 ※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。

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



梅のイベントを満喫しよう

※別途入園料(大人260円、小中学生80円)が必要です。 ※水曜定休
※詳細は万博記念公園の公式ホームページでご確認ください。

梅干しすっぱ顔選手権

誰が一番すっぱいか!? 梅干しを食べた"すっぱ顔"をコンテスト形式で競います。「初代すっぱ顔」に選ばれた入賞者にはCHOYA製品など素敵な賞品をご用意しています。




① 2/10(土) ※雨天中止
当日スケジュールはHPでご確認ください

② 平和のバラ園 特設ステージ

③ 参加費無料 先着30名
※当日受付、先着順

梅干し種飛ばし選手権

種の飛距離を競う「梅干し種飛ばし選手権」を開催。上位入賞者にはCHOYA製品など素敵な賞品をご用意しています。子どもからおとなまでご参加お待ちしております。



① 3/2(土) ※雨天中止
当日スケジュールはHPでご確認ください

② 平和のバラ園 特設ステージ

③ 参加費無料 小学生以下15名、中学生以上15名
※当日受付、先着順

プロフォトグラファーが撮影する写真撮影会 in 梅まつり

見ごろを迎える梅を背景に、プロのフォトグラファーによる撮影会を開催! プロの撮影を体験しませんか。撮影データは3カットプレゼント。




① 2/18(日)、25(日) ①10:00~12:30 ②13:30~15:00
※雨天中止(撮影時間は1組最大15分程度)
※事前予約優先。詳細はHPをご確認ください。

② 自然文化園 梅林内 ¥2,000円

伝統芸能「早春落語」

1日目は関西大学出身、今年芸歴10周年を迎え更に磨きがかかる笑いのシューター、月亭秀都。2日目は新作や歴史落語、パペット落語など様々な芸で活躍する落語クリエイター、笑福亭笑利。それぞれ個性光る2人が登場します。




① 2/17(土)、2/18(日) ※小雨決行、荒天中止
①13:00~13:30 ②14:30~15:00
[出演] 2/17(土) 月亭秀都、2/18(日) 笑福亭笑利

② 日本庭園 中央休憩所 ¥観覧無料

梅フード

こだわりの出汁と紀州南高梅の「梅うどん」や「梅おにぎり」、国産鶏モモ肉を使ったジューシーな「梅塩からあげ」を販売します。



① 期間中の土・日・祝 10:00~16:00 ※雨天中止

② 自然文化園 水車茶屋前

③ 商品により異なります

梅マルシェ

春の近郷野菜を中心に、美味しいフルーツや梅干し、梅加工品などを販売する梅まつり期間限定のマルシェです。




① 期間中の土・日・祝 10:00~16:00
※雨天中止

② 自然文化園 平和のバラ園前

③ 商品により異なります

各種ワークショップ

梅まつり期間中は、梅にまつわるさまざまなワークショップを開催。梅の剪定枝で染める梅染めワークショップに、パステルアート、ふわふわ毛糸でつくる梅ブローチや切り紙ワークショップ等々。詳しい日程や詳細はHPでご確認ください。



② 自然文化園 水車茶屋

③ ワークショップにより異なります

他にもイベント盛りだくさん

詳しくは下のQRコードから




Pickup Event

※別途入園料が必要(国立民族学博物館を除く)
※水曜定休
※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。

つばき祭

2/10(土)~3/10(日) 9:30~17:00(入園は16:30まで)

「出雲安寿」「桃割れ」など、約100品種・約260本のつばきが見事な花を咲かせます。日本の観賞用花木として世界的に有名なつばきの花は、遠く万葉の時代から人々を魅了し、ヨーロッパに渡った16世紀当時は、「東洋のバラ」ともてはやされていたそうです。




② つばきの森 ¥無料

国立民族学博物館

みんなく創設50周年記念企画展「水俣病を伝える」

3/14(木)~6/18(火) 10:00~17:00(入館は16:30まで)

熊本県の水俣・芦北地域では、水俣病の教訓を後世に伝えていく活動がおこなわれています。本展示では、こうした活動の意味と課題を考えます。(画像/水俣病を語り継ぐ会による朗読会)



② 国立民族学博物館 企画展示場

③ 一般580円、大学生250円、高校生以下無料 ※本館展示観覧料でご覧いただけます。


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。 >>



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。



クーポン特典内容 (期間) 2024年 2/1(木)~3/17(日)

シアトルズ ベストコーヒー	ドリンクサイズアップ
万博 おもしろ自転車広場	10分延長無料
夢の池 サイクルポート	10分延長無料
クレープ&タピオカ ジェラフル	クレープご注文で60円のお菓子のトッピングサービス
吉たこ	たこ焼き1玉増量

※全店共通で1アカウントにつき1回限り、他特典、セット割引等との併用不可。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ホームページからご確認ください。

万博記念公園Instagram(インスタグラム)フォトコンテスト

テーマ:「大好きBAMPAKU」
[応募(投稿)期間] 1/22(月)~2/19(月)


①万博百景(万博記念公園ならではの風景写真)
②思い出万博(万博記念公園ならではの思い出の写真)
③おもしろ万博(万博記念公園ならではの人物写真や光景)

応募(投稿)方法抜粋

- 1.万博記念公園公式Instagramアカウント(@expo70park)をフォローしてください。
- 2.万博記念公園内で撮影された写真にハッシュタグ「#万博記念公園 #ばんびくコンテスト」をつけてInstagramに投稿してください。審査のうえ、受賞者の方々へ素敵な賞品をプレゼント!

※フォローとハッシュタグ(2つ)の両方が必要となります。※投稿される方のInstagramアカウントが非公開設定の場合は、無効となります。

詳細は万博記念公園公式ホームページか公式Instagramをチェック!
アカウントは **expo70park**




「万博記念公園に咲く花の写真コンテスト」入賞作品展示

開催中~3/12(火) 9:30~17:00(入園は16:30まで)

過去1年間を通じて万博記念公園に咲く花や樹木などを題材に募集した写真コンテスト応募作品の中から入賞作品を展示します。

② 日本庭園中央休憩所 ¥無料 ③ 水曜定休




令和5年度推薦作品「早春」

EXPO'70パビリオン

2023年8月に別館を増設し、黄金の顔や当時のチケット、記念メダルなどの展示をはじめ、EXPO'70体感ギャラリーなどを設置しています。当時の様子が体感できる貴重な資料や作品を多数展示していますので、ぜひご来館ください。

10:00~17:00(入館は16:30まで) [入館料] 500円

※別途入園料が必要
※万博オールパスポートをお持ちの方は400円。中学生以下無料



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**




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



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、駐車場の入出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、水筒、虫かご、ショベル等)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。



文化大学「開講」

24年度生募集

(定員になり次第
締めきりとなります。)

新たな多様性の時代にむけ、「文化大学」を3会場で開催

シティライフでは高齢化社会や国際情勢に伴う様々な問題を扱った「生涯学習の広場」として「文化大学」を今年度も開講します。この講座は政治、経済、社会、教育、医療、文化、国際関係、多様性社会など、専門の講師をお招きして皆さまにさらに幅広い知識を深めていただくことを目的としています。

本年度は北摂2会場と堺会場の3会場で開催します。一般市民の方を対象に年8回、大学生気分を味わいながら見聞を広めることができ、講座です。知識が豊富になれば人生がより楽しくなります。

2023年度は定員を超えるお申込をいただきました。できるだけ早めにご希望の会場をお選びいただきお申し込み下さい。今回も各界から豪華な講師陣を迎えております。情報がたくさんあふれている今こそ、講師のお話を聞いて知識を深めることは、見聞を広め判断力を高めます。

年間受講料

講演8回分1会場1名様分

25,000円 [税込]

講演8回分すべて受講できます(1名様分)



WEBサイトからお申し込みで

500円OFF! (24,500円)

ご本人が参加できない回は、学生証(会員証)をご家族やお友達にお貸ししての代理出席も可能です。中学生以上のご参加であれば、地域、性別、学歴、職業など一切問いません。

堺会場 P.21 参照	豊中会場 P.20 参照	高槻会場 P.19 参照
-------------------	--------------------	--------------------

※上記3会場で開催します。

複数会場のお申込も可能です

申込・問合せ

北摂文化大学/堺文化大学事務局
企画・運営 株式会社 シティライフNEW

TEL.06-6338-0640 (平日10時~17時) FAX.06-6368-3505

mail / hokusetsu-bundai@citylife-new.com 北摂文化大学 検索

【受講者の声】

2023年度講座に参加いただいた方々の感想です。

- 各界で活躍されている方々のお話はとても勉強になり、刺激を受けるものばかりでした。生きづらい世の中ですが、こういう場所を提供いただいたことはこれからの人生に潤いを与えて頂いたと思います。単体での講演会は結構なお金がかかりますが、おこづかいの範囲内での会費はとてありがたかったです。(70代・女性)
- 普段は聞けないいろんな分野の方々の話を聞いて良かったです。テレビに出ている方も、テレビでは話さないことを教えて下さったので知識が増えました。講演の前のダンスや演奏をして下さった皆様もすばらしかったです。(50代・女性)
- ユーモアを交えた講演で最後まで楽しく聴講できました。一人ひとりが自分ができることを考えて進むことが重要であること。65歳を迎える私自身にとっても考えさせられる言葉でした。何事にも好奇心を持って100歳まで頑張る生きようと思います。(60代・男性)
- 日々の生活の中ではじっくり考えることがないようなテーマで、とても興味深く参加することができました。この会費でこの講師の話が聞けて、本当に良かったです。来年も楽しみにしています。(60代・女性)
- 私は今、25歳・社会人2年目です。まず「最近勉強をしていないな。好奇心が薄れてしまっているな」と気づかされました。大学生まで勉強していた日々を思い出して、「自由と勇気と好奇心」を持って生きていきたいなと思います。(20代・女性)
- 本人だけでなく、家族もかわりに出席できるということで、主人と交代で出席できるのはありがたいです。本当は二人でいっしょに参加したいのですが。次回は誰がいいかとりあいつこするのも楽しみです。(60代・女性)
- 全回とも素晴らしい講演でこのような機会に参加出来て本当に良い経験が出来ました。ありがとうございます。何歳になっても、学ぶ場があることは大切ですね。来年度も楽しみです。(70代・女性)
- TVやSNS、インターネットでは知りえない、リアルな学者による最新の歴史的考察をうかがえて非常に面白かったです。これから勉強して色々チャレンジしてみたいと思います。(40代・女性)
- ずっとあこがれていた方に会えてとても嬉しかったです。好きなこと、頭をつかうこと、謙虚であるという心、英語は基礎ブロックのように積みあげる毎日の努力など、大事な事を忘れていました。戦争・戦後を体験され、好きなことを努力されて生きてこられた話に感動しました。(50代・女性)
- 「北摂文化大学」ですので、講演を通して自分の学びがあればいいなど軽い気持ちで受講を決めました。でも受講を重ねるうちに、この1時間半は自分のための大切な時間になってきました。日常を離れて私が私のために作った時間を過ごせたことは何よりありがたいことでした。(50代・女性)
- 講演内容によって、70代にもかかわらず、新しい世界を随分開いていただきました。受けてよかったです。(70代・女性)

参加方法

- 1 ホームページまたは電話でお申し込みください。
ホームページからのお申込みは500円OFFとなります!
<https://hokusetsu-bundai.citylife-new.com/>
※年間受講料の支払いはクレジット決済または指定の口座へお振込みください。
お申し込み・お問い合わせはTEL.06-6338-0640まで

詳細・申込は
コチラから



【お振込み口座番号】

- 関西みらい銀行 千里丘駅前支店
[普通口座] 0016146 [口座名] 株式会社シティライフNEW
- ゆうちょ銀行
[振替口座] 00930-5-9542 [口座名] シティライフ

※申込み者本人の口座以外からの入金の場合、必ず申込み者の名前を通信欄にご記入ください。※振込手数料はご負担ください。

- 2 学生証は随時発送いたします。
※学生証を紛失・破損等された場合は、再発行手数料(500円)がかかりますので、取り扱いにご注意ください。

- 3 学生証を必ずご持参の上、各講演日に会場へお越しください。

確認事項

- 年間受講料は一括・前納のみとなります。分割払いは受け付けておりません。
- 開講7日前までに年間受講の申し込みをキャンセルされる場合は全額返金させていただきます。ご返金は銀行振り込みとなります。振込手数料はご負担いただきます。
- 初回講座を過ぎてからも、定員を超過していない場合はお申込みいただけます。開講途中から参加される場合も年間受講料は一律となります。
- 開講後の欠席や途中解約の場合の払い戻しはしていません。
- 座席は全日程、全席自由席となります。ご自身以外の座席確保は禁止となります。なるべく前からお座りいただくようご協力をお願いします。
- 小学生以下の方の申込・入場はお断りさせていただきます。
(※同伴等全てを含む)
- 日程・講師はやむを得ない事情により変更になる場合があります。また、災害や公共交通機関の混乱などにより、オンラインでの講座に変更する場合がありますのでご了承ください。
- 事務局判断による講座の中止があった場合には、当日1講座分の返金対応をいたします。



北摂文化大学 高槻校

講演会 受講生募集中

※定員になり次第締め切りとなります

年間受講料

講演8回分1会場1名様分

25,000円 [税込]

WEBサイトからお申し込みで
500円OFF!
(24,500円)

申込・お問合せ / TEL.06-6338-0640
FAX.06-6368-3505
mail / hokusetsu-bundai@citylife-new.com

会場

高槻城公園芸術文化劇場 トリシマホール

高槻市野見町6-8(阪急京都線高槻市駅より徒歩約10分)

【時間】 各日14時~15時半(開場12時半) 【定員】 1,500名(先着順)

【学長】 芝井 敬司 [関西大学 理事長]



SANJYUN
KAN



©今村拓馬

TAKASHI
KADOKURA



MORIYO
KIMURA



©木村文俊

HIROSHI
MORIOKA



5.26 [日]

姜 尚中氏

東京大学名誉教授、熊本県立劇場館長。早稲田大学大学院・政治学研究科博士課程を修了。国際基督教大学准教授、東京大学大学院情報学環・学際情報学府教授、聖学院大学学長などを経て現職。2021年より、学校法人鎮西学院学長も務めている。専攻は政治学、政治思想史。著書に『マックス・ウェーバーと近代』『悩む力』『母—オモニー』『心』『心の力』ほか多数。最新刊に『アジアを生きる』がある。

6.22 [土]

門倉 貴史氏

BRICs経済研究所代表、エコノミスト。慶応大学卒業後、銀行系シンクタンク入社。日本経済研究センター出向、シンガポールの東南アジア研究所出向、生保系シンクタンク主任エコノミストを経て現職。『ホンマでっか!?TV』『上沼・高田のクギズケ!』『ビートたけしのTVタックル』等のテレビ出演ほか、雑誌・WEBでの連載や各種講演も多数行なっている。

7.15 [月祝]

木村 盛世氏

医師・作家。ジョンスホプキンス大学公衆衛生大学院修了(MPH)、米国CDCプロジェクトコーディネイターを経て厚労省入省。医系技官として2009年のインフルエンザ対策を批判するなどの直言がメディアで注目。退官後、(一社)パブリックヘルス協議会代表理事。著書に『わるい医者から命を守る65の知恵』『誰も書けない「コロナ対策」のA級戦犯』ほか。

8.18 [日]

森岡 浩氏

姓氏研究家。早稲田大学政治経済学部在学中から独学で名字の研究を始める。以来、歴史学、地名学、民俗学など多角的なアプローチとフィールドワークで名字を追究し続けている。2017年から5年間、NHK総合『日本人のおなまえ』のレギュラーをつとめた。著書に『全国名字大辞典』『日本名門名家大辞典』ほか多数。野球史研究家としても活動。

KOUICHI
GOKA



TERUHISA
KITAHARA



ATSUSHI
AMANO



MASAFUMI
AKIKAWA



9.8 [日]

五箇 公一氏

農学博士。国立環境研究所の生態リスク評価・対策研究室室長。専門は保全生態学、農業科学、ダニ学。著書に『クワガタムシが語る生物多様性』『これからの時代を生き抜くための生物学入門』など。国や自治体の政策に関わる多数の委員会および大学の非常勤講師を勤めるとともに、テレビや新聞などを通じて環境科学の普及啓発に力を入れている。

9.16 [月祝]

北原 照久氏

ブリキのおもちゃ博物館館長。モノを大切に育むヨーロッパ文化に触れ、古い時計や生活骨董などの収集を始める。ブリキのおもちゃを精力的に集めてマスコミにも注目され、世界的第一人者に。収集物は多種多様で、羽田空港など全国6ヶ所でコレクションを常設展示中。『開運!なんでも鑑定団』レギュラー出演。『出会い 夢 感謝』など著書多数。

10.19 [土]

天野 篤氏

心臓外科医。順天堂大学理事・特任教授。日本胸部外科学会、心臓血管外科学会専門医・指導医。成人領域心臓手術全般を担当し、心臓を動かしたまま行う「オフポンプ冠動脈バイパス手術」の第一人者。2012年上皇陛下の執刀医を務めた。2014年日本医師会最高優功賞受賞。通算手術数9000例以上。著書に『熱く生きる』、『天職』など。

11.2 [土]

秋川 雅史氏

テノール歌手。国立音楽大学・同大学院を経て、イタリアで修行後、ソリストとして活躍。1998年にカンツォーネコンクール1位、日本クラシック音楽コンクール最高位を受賞。2005年『千の風になって』が話題となり、翌年シングルカット。130万枚もの売り上げとなり、2007年、年間オリコンチャート1位。同年、日本レコード大賞特別賞受賞。21年「二科展」彫刻部門初入選から3年連続の入選。現在、歌手と彫刻家の二刀流で活躍。



北摂文化大学 豊中校

講演会 受講生募集中

※定員になり次第締め切りとなります

会場

豊中市立文化芸術センター大ホール

豊中市曾根東町3-7-2(阪急宝塚線曾根駅より徒歩約5分)

【時間】各日14時～15時半(開場12時半) 【定員】1,340名(先着順)

【学長】市瀬 雅之 [梅花女子大学 日本文化学科 教授]



年間受講料

講演8回分1会場1名様分

25,000円 [税込]

WEBサイトからお申し込みで

500円OFF!
(24,500円)

申込・お問合せ / TEL.06-6338-0640

FAX.06-6368-3505

mail / hokusetsu-bundai@citylife-new.com

SHIGERU
ISHIBA



SENKOU
IKENOBU



YASUHIRO
TSUKAMOTO



TAKAYUKI
FURUTA



5.12[日]

石破 茂氏

衆議院議員。慶應義塾大学法学部法律学科卒業後、三井銀行(三井住友銀行)入行。昭和61年、旧鳥取県全県区より全国最年少議員として衆議院議員初当選、以来12期連続当選。防衛庁長官、防衛大臣、農林水産大臣、自由民主党政務調査会長、同幹事長、国務大臣 地方創生・国家戦略特別区域担当等を歴任。地方こそが新しい時代を創り、歴史を変えるというビジョンのもとに取り組んでいる。

6.16[日]

池坊 専好氏

華道家元池坊・次期家元。京都にある頂法寺(通称・六角堂)の副住職も務める。小野妹子を道祖として仰ぎ、室町時代にその理念を確立させた池坊。その「いのちをいかす」という精神に基づく多彩な活動を展開。2012年より、諸災害の慰霊復興や人々の幸せや平和を願い、西国三十三所の各寺院を巡礼し献華を行なった。アイランド共和国名誉領事。

7.28[日]

塚本 康浩氏

獣医師、獣医学博士。幼少時に巣から落ちたスズメのヒナを見つけてから、鳥に夢中になる。2008年、京都府立大学大学院教授に就任。京都府立大学発ベンチャー「オーストリッチファーマ」を設立し、ダチョウ抗体マスクを開発。産学官連携推進功労者表彰「文部科学大臣賞」、関関連関西財界セミナー特別賞受賞。2020年、京都府立大学学長に就任。情熱大陸、ガイアの夜明け、世界一受けたい授業、激レアさんを連れてきた、ざわつく金曜日など、メディアでの出演多数。

8.25[日]

古田 貴之氏

千葉工業大学未来ロボット技術研究センター所長。科学技術振興機構のロボット開発グループリーダーとしてヒューマノイドロボットの開発に従事。03年より現職。変形する搭乗型・知能ロボット「CanguRo」などを開発。レスキューロボット「Quince」が福島第一原発原子炉建屋に投入され、冷温停止に多大なる貢献をした。

YOSHIHARU
DOI



YOSHIHIRO
SENDA



◦豊中和久

HIROKO
OGIWARA



MORLEY
ROBERTSON



9.15[日]

土井 善晴氏

料理研究家、十文字学園女子大学招聘教授。スイス・フランスでフランス料理、大阪味吉兆で日本料理を修行。土井勝料理学校教授勤務後おいしいもの研究所を設立し独立。人が生きていく上で最も大切な食事として「食事学」「料理学」を広く指導。和食の観念から「一汁一菜」を提唱している。1987年よりNHK「きょうの料理」講師。2022年度文化庁長官表彰受賞。

10.14[月祝]

千田 嘉博氏

奈良大学特別教授、名古屋市立大学高等教育院教授、城郭考古学者。中学1年生時に姫路城を遠望して感動し、日本と世界の城の探検を始める。国立歴史民俗博物館 考古研究部 助教授、奈良大学教授等を経て現職。大阪大学博士(文学)。2015年濱田青陵賞受賞。NHK大河ドラマ「真田丸」の城郭考証者。著書に「城郭考古学の冒険」「歴史を読み解く城歩き」などがある。

11.30[土]

萩原 博子氏

経済事務所勤務後、82年からフリーの経済ジャーナリストとして、新聞・経済誌などに連載。難しい経済やお金の仕組みを、生活に根ざしてわかりやすく解説し、以降、マネー分野の記事も数多く手がけ、幅広い層に支持されている。バブル崩壊直後からデフレの長期化を予想し、現金に徹した資産防衛、家計運営を提唱し続けている。テレビ・ラジオ等のコメンテーターとしても活躍中。

12.17[火]

モーリー・ロバートソン氏

国際ジャーナリスト。日米双方の教育を受けた後、東京大学とハーバード大学に現役合格。ハーバード大学を卒業後、メディアを中心にタレント・ミュージシャン・国際ジャーナリストとして幅広く活躍中。現在、日本テレビ系「スッキリ」にレギュラー出演。著書に「悪くあれ! 窒息ニッポン、自由に生きる思考法」「挑発的ニッポン革命論」など。



堺文化大学 講演会

受講生募集中

※定員になり次第締め切りとなります

会場

堺市民芸術文化ホール(フェニーチェ堺)大ホール

堺市堺区翁橋町2-1-1(南海高野線堺東駅から徒歩10分)

【時間】各日14時~15時半(開場12時半) 【定員】2,000名(先着順)

【学長】前田 裕 [関西大学 学長]



年間受講料

講演8回分1会場1名様分

25,000円 [税込]

WEBサイトからお申し込みで

500円OFF!
(24,500円)

申込・お問合せ / TEL.06-6338-0640
FAX.06-6368-3505
mail / hokusetsu-bundai@citylife-new.com

NATUKO TODA



JIRO SHINBOU



TOMOMI HIMENO



RYUICHI TESHIMA



6.2 [日] 戸田奈津子氏

映画字幕翻訳者。好きな映画と英語を生かせる職業を志すが門は狭く、短期間のOL生活やフリーの翻訳等を行う。その間も字幕翻訳への夢を捨てることはなく、1970年に『野性の少年』『小さな約束』などの字幕を担当。さらに下積みを経て、80年に話題作『地獄の黙示録』で本格的なプロとなり、以来1500本以上の作品を手がけている。

7.20 [土] 辛坊 治郎氏

元民放解説委員長、海洋冒険家。早稲田大学法学部を卒業後、リポーター、キャスター、報道局解説委員長を歴任。長年テレビ、ラジオ、出版等を通じ、ジャーナリストとして活躍。また、2021年にヨットで単独無寄港、無補給、無伴走による太平洋往復横断に成功。現在、ニッポン放送『辛坊治郎ズーム そこまで言うか!』などでパーソナリティを務める傍ら、YouTube『辛坊の旅』、ポッドキャストなどで情報を発信中。

7.27 [土] 姫野 友美氏

心療内科医、医学博士、ひめのともみクリニック院長、日本薬科大学教授(2006年~2021年)。テレビ東京系「主治医が見つかる診療所」ほか、ラジオ・新聞・雑誌等でもストレスによる病気・症候群やオーソモレキュラー栄養医学に基づく「栄養療法」などに関するコメンテーターとして活躍。『心療内科に行く前に食事を変えなさい』『心療内科医が教える 疲れとストレスからの回復ごはん』『認知症になりたくないならばラーメンをやめなさい』など著書多数。

8.17 [土] 手嶋 龍一氏

外交ジャーナリスト、作家。慶應義塾大学経済学部卒。NHKワシントン支局長在任中、2001年の同時多発テロ事件で11日間連続の昼夜中継を担う。『ウルトラ・ダラー』『スギハラ・サバイバル』『鳴かずのカッコウ』『武漢コンフィデンシャル』最新作に『ウクライナ戦争の嘘』等、著書多数。外交・インテリジェンスを中心に新聞等に寄稿。様々な機関で一線のビジネスマン、官僚などの指導に取り組んでいる。

YUKO TANAKA



TAKAYUKI FURUTA



NOBUTAKA MURAO



HIDEKI TOUGI



©Ayako Yamamoto

9.23 [月祝] 田中 優子氏

法政大学名誉教授。江戸東京研究センター特任教授。専門は日本近世文化・アジア比較文化。研究領域は江戸時代の文学、美術、生活文化。『江戸の想像力』で芸術選奨文部大臣新人賞、『江戸百夢』で芸術選奨文部科学大臣賞・サントリー学芸賞を受賞。江戸時代の価値観、視点、持続可能社会のシステムから、現代の問題に言及。2005年度紫綬褒章。サントリー芸術財団理事、『週刊金曜日』編集委員、TBS系『サンデーモーニング』のコメンテーターも務める。

10.12 [土] 古田 貴之氏

千葉工業大学未来ロボット技術研究センター所長。科学技術振興機構のロボット開発グループリーダーとしてヒューマノイドロボットの開発に従事。03年より現職。変形する搭乗型・知能ロボット「CanguRo」などを開発。レスキューロボット「Quince」が福島第一原発原子炉建屋に投入され、冷温停止に多大なる貢献をした。

10.26 [土] 村尾 信尚氏

関西学院大学教授。大蔵省(現財務省)や外務省など中央省庁、在外公館、地方自治体勤務やNPO活動等での豊富な経験を踏まえ、幅広いネットワークを形成しながら、政策提言・教育研究・情報発信を行う。日本テレビ系『NEWS ZERO』メインキャスターを12年務めた。近著に『B級キャスター』(小学館)がある。

11.23 [土祝] 東儀 秀樹氏

雅楽師。東儀家は、奈良時代から1300年間、雅楽を世襲してきた楽家。幼少期を海外で過ごし、ロック、クラシック、ジャズ等あらゆるジャンルの音楽を吸収。宮内庁楽部在籍中は、筆簞を主に、琵琶、太鼓類、歌、舞、チェロを担当。宮中儀式や皇居において行われる雅楽演奏会や海外での公演にも参加。現在は他ジャンルの音楽家とのコラボでツアーコンサートも開催。



期間限定、茨木莓農園のいちごをたっぷり使った「ストロベリーカスタードパンケーキ 1,790円」



宇治抹茶を使用した生クリームの上にあんこと可愛い「おいり」をトッピング「抹茶パンケーキ 1,490円」

- ／Menu
- ブレーンパンケーキ 1,190円
 - パナナキャラメリゼパンケーキ 1,390円
 - ショコラパンケーキ 1,490円
 - こだわりパンのサンド各種 (サラダ・スープ・ドリンク付) 1,190円～
 - フルーツジュース 500円
- ／特典
- 「シティライフを見た」で
● **パンケーキ100円引き!** (平日限定・2月末まで)

すぐ腕パティシエが贈る ふわふわ食感、魅惑のパンケーキ

阪急高槻市駅すぐ、ダイコクドラッグの入るビルの3Fにある「MooM cafe」。一番人気のふわふわパンケーキをお目当てに多くの方が訪れている。パンケーキは、口に入れた瞬間にとろけるふわふわ食感で、季節のフルーツや、キャラメルと生クリームが相性バツグン!しっかり甘さを感じながらも重くなくペロリと食べられる。パティシエが腕によりをかけたこの逸品は、見た目もかわいくインスタ映えすること間違いなし!古代米の米粉を使用したこだわりサンドも人気。オシャレで落ち着いたカフェなので、友達や家族とゆっくり愉しんでみては?



古代米を使用したこだわりのパンを使用したサンドのセットは、サラダ、スープ、ドリンク付き



お座敷があるので、小さな子ども連れでもゆっくり楽しめる!

MooM Cafe
(ムーム カフェ)
高槻市北園町15-15 三精ビル3F
営/火～金11時～17時 (L.O16時半)
土・日11時～19時 (L.O18時半) 禁煙
月曜定休(祝日の場合は営業)
☎072-669-9805



北摂グルメGUIDE



HAJIMEバーガー (ポテト・スープ・ナゲット付) 2,420円は、ボリューム満点の一品。

アンティーク雑貨&カフェ オススメはボリューム満点のハンバーガー

オーナーがセレクトしたアンティークからオリジナル雑貨まで多種多様な雑貨が揃う。2月は、お洒落なインテリア雑貨や小物、お得なクーポンが当たる抽選会などを予定!店内に併設されたカフェスペースでは、幅広い年代の方が気軽に通えるようにと新メニューのハンバーガーやパスタ、ケーキ、ドリンクなどが楽しめる。



(左)かわい猫が描かれたはじめてのハンバーガー (ポテト・スープ付) 1,540円もオススメ!
(右)高級感のあるテブルランプ。雑貨や小物が当たる抽選会も開催するのでお楽しみに!



- ／Menu
- HAJIMEバーガー 2,420円
 - はじめてのハンバーガー 1,540円
 - ウィンナーコーヒー (ホット) 660円
 - モザイクガラスステールランプ17,600円
 - 猫・刺繍ポーチ 2,750円～

／特典
「シティライフを見た」で
● ハンバーガーご注文で **ケーキまたはドリンクをサービス!** ※一部ドリンクを除く
● または**雑貨商品20%OFF**
● または**雑貨商品10%OFF** (2月末まで)

雑貨&カフェ はじめあゆむ
茨木市上郡2-13-14
ゴウダC&Eビル1階
営/10時～19時 (L.O18時半)
土曜不定期21時 (L.O20時半)
日・第2月定休 P有り 禁煙
☎072-667-9739



二代目ふぐ義コース (2人前)

冬の風物詩といえば国産ふぐ鍋 美食の極みを味わえる贅沢コース

季節感溢れる和食と言えばふぐ鍋。ふぐ義は最高級国産とらふぐを余すことなく味わえると幅広い世代にファンが多い。注文が入ってから捌く肉厚の身は歯ごたえ、プリプリ感がたまらない。自家製秘伝ポン酢で食べるてっさと湯引きも箸がすすむ!唐揚げは、専門店ならではの一品で、大人はもちろん子どもにも人気だ。旨みが凝縮されたメの雑炊を食べ終える頃には「大満足」と声をもらはず。

香ばしく焼き上げたひれをふんだんに使ったひれ酒 (850円)

**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12時～14時 (前日迄に要予約)
夜16時～23時 (入店21時まで)
月曜定休 禁煙
☎072-681-9515



高槻阪急で丸かぶり寿司販売会

今年の節分は **2/3 [土]** **恵方巻** 今年の恵方は **東北東** 各店自慢の一本に、願いを込めて丸かぶり!

◆ **地階 食料品売場** 販売日 **2月3日 [土]**
※当日交通事情等により、商品の到着が遅れる場合がございますので、予めご了承ください。
※各商品ともに数に限りがございます。売り切れの際はご容赦ください。表示価格は消費税を含んだ税込価格です。諸事情により数量が変更になる場合がございます。・サイズは目安です。

<p>◆古市庵</p> <p>節分7種の海鮮太巻</p> <p>1,728円/1本 (直径5.5cm)</p> <p>カニやまぐろ等7種の具材が入った豪華な太巻。</p>	<p>◆なだ万厨房</p> <p>海の幸恵方巻</p> <p>2,700円/1本 (直径5cm)</p> <p>海老、数の子、蟹バラ身などの魚介を巻いた贅沢な恵方巻。</p> <p>※「フードイベントコーナー」にて販売</p> <p>限定 60本</p>
<p>◆美濃吉</p> <p>ご運節分巻き寿司</p> <p>2,268円/1本 (直径5cm)</p> <p>京都千鳥酢を使った酢飯で鰻やちりめん山椒を巻きました。</p> <p>※「フードイベントコーナー」にて販売</p> <p>限定 20本</p>	<p>◆たん熊北店</p> <p>恵方上巻</p> <p>1,836円/1本 (直径5.5cm)</p> <p>かんぴょうしいたけ・高野豆腐・焼穴子・海老おぼろなどが入った名店の美味。</p> <p>※「フードイベントコーナー」にて販売</p> <p>限定 50本</p>

Hankyu 高槻阪急 | 高槻市白梅町4-1 営業時間/午前10時～午後8時 | ☎0570-081-381

VALENTINE CHOCOLATE MARKET 2024

バレンタインチョコレートマーケット2024

各階対象売場

高槻阪急4階催場

1.27 [土] 2.14 [水]

高槻阪急4階催場

「ゴディバ」

「ゴンチャロフ アニマル ショコラ」

各階の専門店や喫茶店でもバレンタインにぴったりの多彩なアイテムをご用意しています。

1階「karendo(カレンド)」

バレンタインカタログはこちら

Takatsuki HANKYU SQUARE

高槻阪急スクエア 〒569-1196 高槻市白梅町4-1 [ナビダイヤル]0570-081-381 営業時間:午前10時～午後8時



会議や役員用弁当にも最適 ふっくら肉厚炭火焼きうなぎ

「食べた違いがわかる!」と人気が高い持ち帰りのうなぎを提供するうなぎ。注文を受けてから炭火で丁寧に焼くことで、香ばしい香りやジューシーさがしっかりと閉じ込められ、時間が経っても美味しい。大きめにカットされた肉厚の鰻に自家製のたれがたっぷりと掛かっているのが最後まで満足に味わえる。ごはんの大盛は無料!電話注文や特製弁当、大口予約も可。高槻店のごごろ巻きや、煮卵もぜひお試しを。



左)鰻井一匹付 右)鰻井ダブル

阪急茨木駅前本店 / Menu

- 鰻井 880円
- 鰻井ダブル 1,380円
- 鰻井一匹付 2,480円
- 蒲焼 2,300円

うなぎ (うなぎ)
阪急茨木駅前本店
茨木市永代町4-119
営/10時半~20時
平日月曜定休
☎090-7870-1234

阪急高槻市駅前南口店 / Menu

- 鰻井 880円
- 鰻井ダブル 1,380円
- 鰻井一匹付 2,480円
- 蒲焼 2,300円

特典
「シティライフを見た」と1,000円以上お買い上げで
肝串1本or焼肝吸い1杯サービス (2月未まで)

阪急高槻市駅前南口店
高槻市城北町2-2-9
営/10時半~21時
☎090-4815-2345



次回ランチが1,000円引きになる特別企画

お得なランチを楽しめると話題のcafeとまり木。カフェ利用の際、カウンターでは好みのカップでサイフォンコーヒーを味わえる。2月の特別企画は、2名以上ランチオーダーで次回来店の際に利用できる「ランチお一人様1,000円割引券」がもらえる!



cafe とまり木
茨木市泉原1212
営/11時~17時
木曜定休 P7台有り
禁煙
☎072-697-8089

/ Menu

- Aランチ (前菜9種+パスタorピザ) 1,650円
- Bランチ (前菜9種+パスタ(ハーフ)+ピザ(ハーフ)) 1,850円
- 煮込みハンバーグカレー (前菜3種) 1,650円

/ 特典 「シティライフを見た」でランチ利用の方

- 2月がお誕生月の方デザートサービス
- 2月中に2名以上のランチ利用で次回利用ランチ券プレゼント (3月末まで)

※2名様以上ランチ注文で1枚使用可



素材にとことんこだわった モリタ屋特製「カルビ巻」

2月3日(土)は節分。方角は東北東。ミートモリタ屋各店では自慢の黒毛和牛を使用した恵方巻を販売。具材は厳選した黒毛和牛をモリタ屋オリジナルのカルビタレで甘辛く炒めたものがたっぷり。お肉好きは迷わずこれをチョイスしてみてください。予約は各店サービスカウンターにて受付中。

ミートモリタ屋
モリタ屋全店で予約受付中!
※サービスカウンターにてご予約ください
http://www.moritaya.com/

兼六園セット

大とろ・のど黒・能登ふく・能登あおりか・富山白海老軍艦・いくら軍艦・かに身・煮穴子・白身・玉子

特別ランチセットもおすすめ!

3,465円▼クーポン利用で
3,000円 (税込)

お子様プレート

寿司4貫・えびフライ・ハンバーグ・ポテト・ジュース付
890円 (税込)

恵方巻

予約受付中
食べやすいジャストサイズになりました。
15cm

豪華海鮮巻 8種類の海鮮入り
2,200円 (税込)
ずわい蟹ほくし身、まぐろ赤身、穴子など

まいもん恵方巻
1,200円 (税込)
蒸しえび、数の子、まいもん玉子焼など

スペシャルクーポン①
兼六園セット
3,465円▶**3,000円** (税込)
※2024年2月未まで
※他券併用不可
※1組1枚のみ使用可
※吹田グリーンプレイス店のみ

スペシャルクーポン②
この記事持参で5,000円以上お召し上がりで好きな寿司皿900円(税別)まで一皿プレゼント
※2024年2月未まで
※他券併用不可
※1組1枚のみ使用可
※吹田グリーンプレイス店のみ

金沢おとん寿司 吹田グリーンプレイス店
吹田市片山町2-3-9
吹田グリーンプレイス
月~金:11時~15時(L.O.14時半)
17時~21時半(L.O.21時)
土日祝:11時~21時半(L.O.21時)
TEL 06-6386-1144
http://www.maimon-sushi.com

厳選した黒毛和牛や 希少部位も多数の本格焼肉

昨年12月にオープンしたばかりの牛の膳は「上質なお肉が食べられる」と早くもリピーター多数!厳選した黒毛和牛を中心に、希少部位を多数扱う。特に「特選タンユッケ」は提供するお店が少なく、同店人気のメニュー。特上ロースの中でも希少な「厚切りのハネシタ」のとろけるような肉質と上品な脂の旨味をぜひ味わってほしい。店内は木を基調とした落ち着いた雰囲気、ソファテーブル、半個室、個室があり、家族や大切な人とゆったり過ごせる。

朝霧コース (キムチ盛り合わせ、ナムル2種、上塩タン、上カルビ、上ロース、上ハラミ、ホルモン3種、ご飯とスープor半クッパ、デザート) ... 6,578円

リーズナブルなカルビランチ (1,298円)が人気。 掘りこたつ個室で寛げる

/ Menu

- ネギ塩上塩タン 1,628円
- 雅ランチ (上塩タン・上カルビ・上ハラミ・上ロース) 2,750円
- 藤白台盛 (カルビ・ロース・ハラミ・とりもも・トントロ・ウインナー) 4,378円

/ 特典 予約時に「シティライフを見た」で

- ランチ代から**5%OFF**
- ディナー代から**10%OFF** (3月末まで)

焼肉 千里藤白台 牛の膳 (うしのぜん)
吹田市藤白台5-7-67
営/11時半~15時(L.O.14時半)、
17時~22時(入店ストップ21時10分、
L.O.21時半)
不定休 全席禁煙
大型無料駐車場あり
☎06-6170-6900

2010年7月7日創業 ハンバーグを食べるなら 津の田ミート

コンビ和牛赤身ステーキ

ランチはライスor自家製パン、スープ、サラダ付き

駐車場完備!!

テイクアウトに 便利な 茨木店

受け渡し用カウンター

茨木市水尾1-18-2
シャーマン soya1F
営/11時~15時半(L.O.15時)
17時~21時半(L.O.20時45分)
火曜・水曜定休 P8台あり 禁煙
☎090-7960-5262

WAGYU-HAMBURG&STEAK

津の田ミート

高槻市南平台5-70-16
営/ランチ:11時~15時(L.O.14時半)、
ディナー:17時~21時半(L.O.20時45分)
[土日祝]ランチ:11時~15時半(L.O.15時)、ディナー:17時~21時半(L.O.20時45分)
火曜・水曜定休(祝日の場合振休) P25台あり 禁煙 ☎072-697-1189

LODGE 高槻店 (ロッジ)

高槻店では自家製生地の本格窯焼きピッツァが食べられる

[平日ランチメニュー]

- デミグラスハンバーグ 1,496円
- 和風おろしハンバーグ 1,540円
- チーズハンバーグ 1,650円
- コンビ和牛赤身ステーキ 2,178円

この記事持参で
ソフトドリンク
サービス
※2月未まで ※数量限定
※LODGE高槻店、茨木店の
ランチ利用のみ

テイクアウトメニュー多数



COLATE

happy

大切な人への贈り物や自分へのご褒美にいかがでしょうか。
パンケーキまで、様々な個性派チョコレートをご紹介します。

pâtisserie
Chocolaterie art.kの
ボンボンショコラ
2,500円(10個入り)
※4個・6個・8個入りもあり



パティスリー COCONOMIの
上) Wチョコレート 486円
中) ブラウニートンカ 519円
下) ミルクオランジュ 540円

本場フランスでも修業した ショコラティエの技を味わおう

フランスの『フィリップ・ベル』で本場のショコラを学んだのち、国内のパティスリーでショコラティエとしての修業も積んだオーナー。フランスの伝統菓子であるボンボンショコラは12種が揃い、子どもも楽しめるように洋酒を使わず、フルーツや紅茶など素材のおいしさを最大限に引き出している。『いちごとライム』は新鮮ないちごの果肉を煮詰めたものとライムのシロップのガナッシュが2層に。一粒ごとに個性の違いがあり、味わうたびに新たな発見がある。

ii tocoro. の
chococoro
2,500円(9個入り)



高槻の寒天とチョコレートを 合わせた新食感のおいしさ

淡路島で地元の食材を使った飲食店や生産者を集めてマーケットをプロデュースしていたオーナー。縁あって高槻に来たことで、名産品である糸寒天をつかった心太(ところてん)とチョコレートがコラボした『chococoro』を誕生させた。パティシエや和菓子店とタッグを組み、唯一無二の味わいをめざし、仕上げには有機栽培のココアパウダーをかけた一品。程よい寒天の食感と口の中に広がるチョコのおいしさを楽しもう。

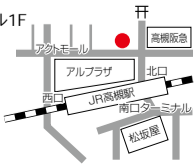
素材にこだわった個性豊かな
「心が実る」3種のチョコケーキ

専属パティシエが創り出すモリタ屋のスイーツブランド。濃厚なショコラクリームにオレンジ&アプリコットのコンフィチュールとライム香るミルクショコラを合わせたミルクオランジュはクランブルクッキーの食感も楽しい一品。他にもハイカカオの香りとミルクチョコのココ、ふわふわスポンジが人気のWチョコ、濃厚なブラウニー生地にヘーゼルナッツや芳醇な香りのトンカ豆を使用したシナモンショコラクリームのかげきなどチョコ好きを唸らせるラインナップ。

パティスリー COCONOMI

(ココノミ)
特典 「シティライフを見た」で
1,000円以上お買上げの方
オリジナル焼きドーナツ1個プレゼント
(2月10日まで・限定200個)

高槻市芥川町1-7-7 駅前駐輪ビル1F
営/10時~19時半 水曜定休
※2月14日は営業、15日は休み
P無し 詳細はインスタにて
☎072-686-5503
Instagram@
patisserie_coconomi



pâtisserie Chocolaterie art.k

(パティスリー ショコラトリー アルカ)
茨木市西田中町3-7
営/10時~19時
月曜定休
P2台あり
☎072-665-4013
Instagram@
art.k_osaka



GO 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よう。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。



Pancakes and Deli Delissimoの
いちごごろごろショコラパンケーキ
1,520円(季節限定商品)

愛しのCHO

口の中でとろける味わいがたまらないチョコレート。
今回は一口サイズのショコラから彩り豊かな

チョコ生地のパンケーキに 安田農園の摘みたていちごがたっぷり

お父様がオーガニックのメープルシロップやシュガーの輸入をしていることから、そのおいしさをパンケーキやデリで広めたいと昨年4月にオープン。厳選したチョコとココアパウダー、生クリームときび砂糖を合わせた自家製チョコレートソースが人気。これを生地混ぜて銅板でふんわり焼いたパンケーキに、高槻の安田農園のおいしいいちごと生クリームをのせて。甘さは控えめなのでメープルシロップをかけていただく。

at chocolate and bake labの
ガトーショコラ rico 550円(カット)
ボンボンショコラ
300円~(1粒) 箱入り(5粒) 2,200円



ドミニカ共和国のチョコを使った
ガトーショコラはリピート必至

九州産の上質なバターや石臼で挽く福岡県産の小麦粉で作るフランス古典菓子を中心とした焼き菓子が人気のat(アット)。店舗は持たず、IBALAB@広場のカフェなど茨木市内で月6~8回ほど出店している。人気のガトーショコラは店主がその香りと甘みに惚れ込んだドミニカ共和国産の有機チョコを使い、華やかな香りとなめらかな口付けにファンが急増中。フォームがお洒落なボンボンショコラは外側のチョコと中のガナッシュの食感の違いが楽しめる。

monoGRAM studio caféの
濃厚ショコリスタ(S) 580円~
カヌレBOX(8個) 1,280円
ラングドシャBOX(4個) 1,020円



チョコの食感に夢中になるドリンク バレンタインに贈りたいスイーツも

どこで撮っても絵になるスタジオのようなカフェでいただけるのは、ヴァローナチョコレートをたっぷり使った濃厚ショコリスタ。トップのビターチョコを味わいながら、クラッシュチョコの食感を存分に楽しめるドリンクは同店の看板メニュー。他にもクーベルチュールやフランス産チョコレートをたっぷり使ったカヌレや1枚1枚がバラバラのラングドシャサンドは好きな組み合わせで味わえる。遊び心のあるチョコスイーツを贈ろう。

monoGRAM studio café
(モノグラムスタジオカフェ)

特典 アプリのクーポン画面提示で
合計金額から**10%OFF**(3月末まで)

茨木市元町1-17 シェルエメール1F-2
営/11時~22時(LO.21時半)
月曜・第2第4木曜定休
P無し
※変更がある場合は
インスタにてお知らせ

☎070-1826-0330
Instagram@
monogram_studio_cafe

at chocolate and bake lab
(アット チョコレートアンドベイク ラボ)

特典 アプリのクーポン画面提示で
2,000円以上ご購入の方
5%OFF(3月末まで)

【工房】茨木市内
IBALAB@広場や
たたらば珈琲Torteなど
茨木市内で月6~8回ほど出店

Instagram@at_lab_

2月の出店情報は、
Instagramで確認を。

Pancakes and Deli Delissimo
(デリッシモ)

特典 アプリのクーポン画面提示で
いちごショコラパンケーキご飲食の方
季節のドリンク600円を**300円**に(3月末まで)

茨木市稲葉町10-8
エクセル稲葉 103
営/11時~17時
水曜・日曜定休
禁煙 P無し

☎072-604-0166
Instagram@
delissimo_ibaraki

ii tocoro.
(イトコロ)

特典 アプリのクーポン画面提示で
『chococoro』をご購入の方
500円OFF(3月末まで)

高槻市北園町19-13
タムラビル 1F西側
営/11時~20時
火曜定休 P無し

☎080-1965-6260
Instagram@
iitocoro10

SOCIAL “北摂の美味しい”が集まる新プロジェクト JR吹田駅前・新旭町通り商店街でスタート

JR吹田駅周辺が生まれ変わろうとしている。「北摂の美味しい食材と飲食店が集まる場所」を目指す「吹田・アサヒキッチンプロジェクト」が始動、まずは「新旭町通り商店街」をリニューアルする。



吹田・アサヒキッチンのイメージイラスト。小規模の飲食店などが集まり賑わいを見せる様子が描かれている。

地元の商店街を元気に

今から65年前、JR吹田駅の南に誕生した「新旭町通り商店街」。その中には、生鮮食品を扱う店が並ぶ「新旭町通食品街」など、昭和の市場の雰囲気を残す場所があり、今でも多くの地元客に愛されている。しかし、同商店街も閉まったままの店舗が目立つようになった。商店街を盛り上げようと、今回、経済産業省の事業企画支援を受け、同プロジェクトをスタートさせた。



募集区画がわかりやすいようシートを貼ってPR。

商店街の新たなカタチ

5月頃から随時開店していく予定で、3月16日(土)にはプレオープニングイベントも行う。他にも、定期的に商店街内や駅周辺で食品や飲食がテーマのマーケットや商店街参加型バルの開催も予定している。また、店舗情報を掲載した「吹田キッチンMAP」の作成も進めていく。商店街入口には、LEDネオンサインと間接照明看板サインを設置し、アーケード内通路の照明もランタンのような吊り下げ型に変わるという。市場の雰囲気が残る同商店街のレトロな魅力を最大限に活かし、近隣を含めたJR吹田駅前の活性化を図っていく。

生鮮食材とバラエティ豊かな飲食店が並ぶ同商店街の特色を活かし、新たなコンセプトも“食”となった。「新旭町通食品街」を含むアーケード約110mの区画を「吹田・アサヒキッチン」と名付け、現在も営業をしている店舗と一緒に「昼は食品街、夜は飲食店」の二つの顔を展開していく。現在は、既存店に加え、3店舗が先行オープンしており、残り7区画で出店者を募集している。飲食店・食品加工販売(テイクアウト店など)であることが出店の対象業種だが、同プロジェクトの趣旨やコンセプトに共感できるかどうかポイントとなる。



跨線橋から摂津方面へ降りると工事区間が続き、その先で開通済みの「正雀川地下道」へとつながる。

阪急京都線と交差する形の跨線橋。現在は歩道橋の新設工事や既存道路との接続部分の工事が進められていた。(撮影日時:令和6年1月22日)

SOCIAL 都市計画道路「十三高槻線」の跨線橋が完成 3月末(予定)の全線開通に向けて工事が進む

大阪市(淀川区十三)と高槻市(井尻)を結ぶ大阪府の都市計画道路「十三高槻線」は、1967年の都市計画決定から55年以上の時を経て、いよいよ令和6年3月末(予定)に全線開通する。「十三高槻線」は、国道171号線や府道・大阪京都線の慢性的な渋滞を改善するバイパス道路として期待されていたが、用地買収などが難航していたため時間がかかっていた。

近までが一本の道路でつながることになる。大阪市内から高槻方面へ向かう際には、府道・大阪京都線と、この十三高槻線に分かれて利用できるため、渋滞緩和や沿線の活性化が期待されている。



跨線橋完成イメージ図(出典:大阪府の図に名称を記入)

このたび同道路の正雀工区における、阪急電鉄(京都本線 相川駅～正雀駅間)とのオーバーパス工事(跨線橋)が完成し、後は吹田方面への既存道路との接続と、摂津方面・正雀川地下道へとつながる工事部分を残すのみとなった。

この正雀工区間が開通することにより、大阪内環状線(国道479号線)の吹田簡易裁判所付近から、大阪府中央環状線(中環)の大阪モノレール「摂津駅」付



大阪京都線(産業道路)と十三高槻線の位置関係

FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO Vol.53 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

時を超えて蘇る「中島みゆき」

ALBUM Singles

ARTIST 中島みゆき

番組開始10年目を迎えた『J-POP LEGEND FORUM』が去年4月に『J-POP LEGEND CAFÉ』として新装開店。表舞台に留まらず裏舞台から市井の存在まで日本の音楽界の様々な伝説を紹介する中で先月「中島みゆき」を特集。1976年から86年までの全シングルを集めた3枚組『Singles』を取り上げた。収録曲40曲中21曲までがアルバム未収録。AB面という概念が消滅してしまった配信時代では考えられないベスト盤だ。番組で全曲を語ってくれたのが88年以来全作品を手掛ける音楽監督、プロデューサー、瀬尾一三。彼が関わる前の作品をロスの伝説的なエンジニアと二人でリマスタリングして音色や音像、彼女の歌声まで根底的に蘇生した画期的なアルバム。アナログからデジタルに移行する時代の中島みゆきが求めていた音楽が時を超えて蘇った。

中島 みゆき/1952年生まれ。北海道札幌市出身。1975年にシングル『アザミ嬢のララバイ』でデビューした。4つの年代にわたってシングルチャート1位。また作詞・作曲を手掛けた作品が5つの年代にわたってオリコンシングルチャート1位を獲得したシンガーソングライター。

SELECT DJ

田家 秀樹 HIDEKI TAKE

日本のロック・ポップスを創世記から見続ける音楽評論家。1969年「新宿プレイマップ」創刊編集者を皮切りに、放送作家、若者雑誌編集長を経て音楽評論家、ノンフィクション作家、放送作家、音楽番組パーソナリティとして活躍。2018年には台湾清華大学に所蔵CD約15,000枚を寄贈。戒厳令下の1949年から87年まで日本の音楽が遮断されていた台湾において、日本の流行音楽史を知ることができる貴重な資料として活用されている。著書に『陽のあたる場所/浜田省吾ストーリー』『ラプソジクス/ユーミンとみゆきの愛のかたち』(以上角川書店)、『風街とデラシネ・作詞家 松本隆の50年』(KADOKAWA)など多数。近刊は3月予定の『80年代音楽ノート』(ホーム社)。

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年誌誌「秋草」を創刊し主宰する。毎月発行。句集に『書信』『讀本』『木簡』『磔』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。

【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ご応募ください。

【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 ※優秀賞、入選、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。

俳句 / HAIKU

「つぶやき評」

「優秀賞」

図鑑より出られぬけもの山眠る 和泉市 押見げげげ

動物図鑑の多くは、獣。もちろんそこから抜け出て自由に動き回ることにはできません。眠っている山のように静かに姿を見せようとするのが、図鑑の獣たちです。作者は、冬の山へこの獣たちを解き放ちたいのでしょうか。

「入選」

鎌倉へ行く口実の実朝忌 豊中市 安藤 知明

鎌倉へ行く理由がない。ところが実朝の忌を修することが口実となりました。

藪柑子葉の三枚に実の一つ 茨木市 山崎 登代子

ここまで見て、そして事実を描く。それだけで俳句という詩になるのです。

粉薬溶けゆく音の落葉かな 枚方市 菅井 香永

真に静かな音です。聞こえないかもしれない。それが葉の落ちる音です。

そばにいてまだときめくやシクラメン 豊中市 小倉 佳子

こんなときめきは忘れられないもの。シクラメンが印象鮮明です。

をちこちに音いるるや十二月 茨木市 角島 健二

十二月は音があちこちにそして、いろいろと現れます。色もまた。

「佳作」

うとうとと雲見て旅の日向ぼこ 高槻市 黒田 豊子

鉄砲の輪ゴム聖樹のトナカイへ 小諸市 藤 雪陽

行く年のシュークリームをはんぶんこ 豊中市 山上 秋葵

大ぶりの蜜柑の種の頼もしさ 熊本市 貴田 雄介

ポインセチア呼びたき人の多きこと 吹田市 秋山 寛

12月25日締め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。

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

能登半島地震に伴う北摂各市の支援活動

救助隊や給水タンク車のほか、
トイレトレーラーも派遣

今回の能登半島地震を受けて、北摂各市では救助隊や支援車、給水タンク車などを被災地支援のため、現地に派遣した。各市とも緊急消防援助隊、大阪府大隊の一員として、被災地の消火活動、人命救助のため出動。被災地では積雪の影響もある中、ローラー作戦による捜索活動を実施した。ほかにも避難所等での被



1月3日13時に、箕面市から七尾市へトイレトレーラーを派遣。同日には避難所の七尾市立中島小学校にトイレトレーラーを設置し、多くの人が利用している。(写真提供=箕面市)

災者支援、被災した建築物の倒壊、部材の落下などから生ずる二次的災害を防止するために、被災建築物応急危険度判定士として職員を派遣した。

また箕面市では、1月3日には断水でも使用できるトイレトレーラーを派遣し、豊中市は給水タンクや高度救助隊なども現地に赴き、支援活動を実施している。

北摂各市では、今後も大阪府と連携しながら、被災地の支援ニーズの情報収集を図り、支援活動を継続するとしている。



被災地では行方不明者の捜索や水道局給水場から防火水槽や学校のプールにピストンで水を補給するなどの活動を実施した。(写真提供=茨木市)



被災地では雨や雪といった気象条件の中、行方不明者の捜索活動などを実施。(写真提供=茨木市)

茨木市営住宅を
一時避難住戸として提供

さらに茨木市は、1月19日から、能登半島地震で被災された方の一時避難住戸として、市営住宅の空き住戸を3戸提供すると発表した。使用期間は原則6カ月以



茨木市消防本部は1月1日から、大阪府大隊の一員として、消防隊1隊5人が被災地の消火活動、人命救助にあたるため出動した。(写真提供=茨木市)

内とし、住宅使用料、共益費、駐車場使用料は免除する。申し込みは茨木市建設部建築課で受け付ける。申込資格は、能登半島地震により住宅が全壊・半壊の重大な被害を受け、引き続き当該住宅に居住することが困難な人としている。

各市役所では、義援金も受付

また、各市では義援金の受け付けも開始。市役所などで窓口での受け付けや、募金箱を設置している。詳しくは各市のホームページで確認できる。

CULTURE 茨木いちごの魅力発見ツアー2024
3月5日まで申し込み受付中

かつては府内有数のいちご産地であった北摂地域。生産者の高齢化等により減少したが、近頃、「北摂いちご生産者の会」が結成されるなど、特に茨木市内で再びいちごの生産が盛んになってきている。

そこで同市が茨木いちごの魅力を発見するツアーを企画。市内のいちご農園で旬のいちごを摘み取って、食べ比べ(各4個程度)をしたのち、昨年11月に完成した「おにクル」でパティシエの指導の下、茨木産いちごをたっぷり使用した"ダムケーキ"の調理実習(費用1グループ4,500円)を楽しむという内容だ。

日程は3月17日(日)・3月24日(日)で、午前と午後の部で定員各8組ずつとなる



いる。詳細・申し込みは下記HPまで。締め切りは3月5日(火)、応募多数の場合は抽選。

イベントの詳細、
申込みフォームは
こちらのQRから。

SOCIAL 公募デザインのマンホールふたが
JR高槻駅北駅前広場に登場

高槻市は、市制施行80周年などを記念してマンホールふたのデザインコンクールを行い、受賞作品5点のデザインを採用したマンホールふたを制作。1月13日にJR高槻駅北駅前広場に設置した。デザインコンクールは、昨年の7月1日から8月31日までデザインを公募。普段目に見えない下水道について、関心や愛着を持ってもらい、くらしを支える下水道の大切さについて理解を深めてもらうこ

とも目的に、「高槻の魅力が伝わるデザイン」をテーマに計297作品の応募があった。

作品の表現力、高槻の魅力が存分に伝わるデザインかなどの観点から、選考委員会で審査した結果、「はにたん」や「将棋のまち高槻」を表現した将棋駒、今城塚古墳など市の魅力が存分に描かれた作品5点が受賞。令和6年3月末までJR高槻駅北駅前広場周辺に設置される。

SOCIAL 摂津市セッピー割引チケット
利用期間が3月31日までに延長

摂津市は昨年10月から配布した「摂津市セッピー割引チケット」の利用期間を、1月31日から3月31日まで延長する。また1枚500円の割引チケット5枚綴りを1冊、1月下旬から追加で配布すると発表した。

摂津市セッピー割引チケットは、物価高騰の影響を受けた店舗を応援するとともに、市民の家計を支援することを目的とし

て実施。利用方法は取扱店で1,000円(税込)の買い物ごとに、1枚(500円引)が利用可能だ。利用可能な参加店舗は本事業の特設ホームページから確認できる。

SOCIAL 茨木市文化・子育て複合施設 おにクルで
遠隔接客サービス実証実験がスタート

「おにクル」では、1月17日(水)より遠隔接客サービスの実証実験を開始。本実験では1名のオペレーターが遠隔で複数箇所の受付業務を担当。自宅や別のオフィスからモニターを介して映像をリアルタイムで確認し、利用者への対応を行う。これにより無人フロアや夜間のインフォメーションサービスを向上させるとともに、翻訳機能やテキ



今回の実証実験は、1F受付と3階エレベーター前にモニターを設置。1名のオペレーターが遠隔で利用者への案内を行う。

スト表示の装備を導入することで、外国人の方や聴覚障害のある方にも利便性の高いサービスを提供することを目指している。

60代までの女性向けセミナー

『人生100年』時代に役立つ
女性のための
マネー実践術
2/23(祝金) 10:00-12:00

高槻城公園芸術文化劇場
1F中スタジオ4
高槻市野見町6-8
阪急「高槻市」駅から徒歩約8分
JR「高槻」駅から徒歩約13分

参加
無料

定員
24名

物価上昇傾向の中、今や「長生きすること」
もリスクの1つになりそうな世の中…。将来
に向けてお金を貯めたりふやしたりする方
法を学んでみませんか？



セミナー参加者全員に
お菓子のお土産付き
※画像はイメージです。

講師 株式会社ライフプラパートナーズ 植田 ひとみ
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。

【保険代理店】
株式会社ライフプラパートナーズ 大阪FA第二営業部
大阪市北区堂山町3-3日本生命梅田ビル9F
承認番号 LPPOS2-24-01 [2025/12/31]
TEL.090-5128-3734 (植田)・06-6313-9985 (営業部)

セミナーではこんな話をお伝えします

- 「令和社會」でのお金のふやし方
- 「楽しむお金」「ふやすお金」「守るお金」について
- 「新NISA」「iDeCo」の基礎知識と外貨の活用方法
- 2024年度からの新NISAの制度について

※同業者の情報集目的での参加はご遠慮いただきます。



【セミナーのお申し込み】
左記の二次元コードからお名前・住所・電話番号を明記の上、お申し込みください。



贈り物や記念品として
愛犬の絵を
オーダーメイド

絵にしたい写真を送っていただければ、
10日程度で仕上げます。
記念日の贈り物として、
ペットロスの心を癒す、
世界に一つのアート作品。

Sサイズ
[25cm×25cm]

Mサイズ
[30cm×30cm]

11,000円 12,000円

額縁代 Sサイズ 3,300円/Mサイズ 3,900円
※その他サイズ展開あり詳細はホームページへ

完全オーダーメイド肖像画

写真を加工した、描いた風の絵ではなく、毛並み1本1本や瞳の輝きを一から忠実に描きます。背景やお好きな花など、自由にオーダーできます。



Adzuki art

アヅキアート
作品例、
オーダー方法
などは
HPに掲載
しています。



オーダーはこちら

Cotani

箕面駅前ギャラリー「縁の自由空間」

2/17[土]・2/18[日] ※5月も開催予定

着物リメイクのオープンアトリエを開催

着物リメイクの専門ブランド「Cotani」の
オープンアトリエを開催します。想いのある
着物を処分してしまう前に…あらたな容
(かたち)へ。大切につかうことにより、先人
(母・祖母たち)の想いをつないでいきます。
どなたでもお気軽にお越しください。

リメイク商品の展示・販売も
行います



襟巻き
(6,600円)

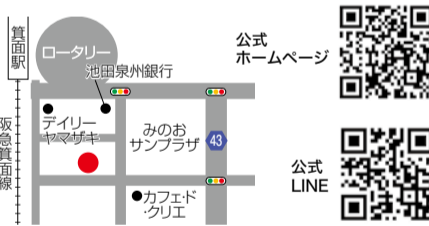
着物トート
バッグ
(4,400円)

着物
リメイク日傘
(オーダーメイド)

着物の持ち込み無料相談も実施!

当日、着物をお持ちいただければ、状態を確認
させていただき、どのようなリメイクができる
のかお伝えさせていただきます。

会場 縁の自由空間
Salunpowaku [サルンポウカク]
箕面市箕面6-2-18



公式
ホームページ

公式
LINE

入学・卒業シーズン向け
留袖ドレスの試着・販売も

会場では、入学・卒業
シーズンにピッタリの
「留袖ドレス」を展示・
販売します。試着もで
きますのでお気軽にお
声がけください。

「学研教室のせんせい」

お仕事説明会受付中



先生
はじめました!

学研の先生って
どんな仕事?



先輩先生の
インタビュー記事は
こちらから!

直営教室
講師・アシスタント説明会

直営教室では
随時講師とアシスタントの登録をしております。

2月13日[火] 10:00～ 学研教室大阪北事務局
[江坂駅①出口すぐ] ※前日の17時までにご予約下さい

採点アシスタントも
同時募集!

募集要項

【仕事内容】算数・国語の個別指導・教室運営全般
※英語追加可

説明会のご案内 参加無料

前日の17時までにご予約下さい。

2月6日[火] 10:00～
学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

2月9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]

2月16日[金] 10:00～
クロスバール高槻 701号室 [JR高槻駅すぐ]

2月28日[水] 10:00～
学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

ご参加特典! シティライフを見て
説明会へご参加いただいた方全員に
お菓子のお土産付き!

幼児教室の先生も同時募集!

【仕事内容】幼稚園・保育園にて2歳～小学校3年生を [時間] 週2回～、1日60分～OK 土日祝休み
対象に「もじ・かず・ちえ」の指導 ※収入例 月収25,000円～76,000円
【資格】保育士・教員免許保持者、経験者歓迎 【お申込み先】株式会社学研エデュケーションナル
学研幼児教室 ☎0120-594-870
【勤務地】豊中市、池田市など(大阪府内)

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。

学研教室 0120-889-100

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

学研 春の無料体験学習受付中

費用 無料
対象 幼児(年少・年中・年長)、小学生、中学生
教科 【幼児・小学生】算数・国語・英語 3教科
※教室により読解作文コース・理社コースなどもあります。
内容 学力診断テストと2回の教室学習&家庭学習
●コンピュータ学力診断(年長～小学生)と個別学習相談あり(教育情報冊子つき)
※中学生と英語については教室へお問い合わせください。

幼児・小学生 ●算国 週2コース 8,800円 ●算国英 週2コース 13,200円
※幼児週1回コースもあります。



入会金 0円
通常5,500円→0円!
キャンペーン
実施中
～4/16付まで入会の方が
全員対象です。

幼児ざっと
入会金 0円
キャンペーン
中!

お近くの
教室は
こちらから

学研教室
幼児/算数・数学・国語/英語

お申し込み
お問合せは

0120-889-100

学研教室 検索

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