

# 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](mailto:info@citylife-new.com) 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0640 FAX06-6368-3505

# 3

2024 MARCH

vol.483

北 撮 EAST

高槻・茨木  
摂津

2月29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。



P.2-3掲載

表紙撮影: 森山まゆこ(カメラート)、表紙協力: 菓子LABO SAKURAI

## 巻頭特集

### この春スタート とっておきのプレミアム体験会

P.4~5

スポーツクラブや音楽教室など、習いごとをはじめたいけど踏み出せない方は多いのではないでしょうか。そこで今回は実際の習いごとと同じ体験や説明を受けられる体験会をご案内。この機会に自分に合う習いごとを探してみませんか。



## 講演会

P.8~9

### 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。門倉貴史氏や秋川雅史氏など、各界から豪華な講師陣を迎えました。



## 子育て・教育

P.10~11

### Kids&Mam 子どもの学びナビ

新学期・新学年を迎える季節。習いごとスタートや入塾を考えている人におすすめのスクール情報をお届けします。



## 生活向上セミナー

P.13

### 日々の生活が“もっと”豊かになる プロから学ぶ生活向上セミナー

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、技術や知識が学べるセミナーです。暮らしにおける悩みを相談してみてください。



## ビューティ

P.14~15

### はじめた人から悩みとサヨナラ 美の悩みには、このサロン このメニュー

「いつまでもキレイで輝く自分でいたい」。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。



## 特別コラム

P.28

直木賞作家・今村翔吾さんのコラム  
「関西人と関東人」

## ニュース

P.30~31

能登半島地震の被災地支援  
小学生の発案で募金活動を実施

## P.20~21

# EXPOCITY

press Vol.89





旬の柑橘 ショコラブランパンケーキ 1790円

ハタイシエのセンスが光る  
柑橘とチョコのパンケーキ

ふわふわでなめらかな生地が人気のパンケーキ屋。3月の限定メニューは、せとか、文旦、はっさく、デコポンの4種の柑橘と、ホワイトチョコを合わせた一品。トップには、せとか、プレートには紅まどんなのオレンジットが彩りを添える。ホワイトチョコの生クリームとアイス、柑橘の果汁を加えたカスタードなどさわやかなおいしさに夢中になるはず。

**特典** アプリのクーポン画面提示の方  
平日のみ  
**パンケーキ100円OFF** (4月末まで)

**MooM Cafe** (ムームカフェ)

高槻市北園町15-15三精ビル3F (1Fがダイコクドラッグのビル)

営/火~金11時~16時半

(LO.16時)

土・日11時~18時

(LO.17時半)

月曜・隔週火曜定休

(祝日の場合は営業)

P無し 禁煙

☎072-669-9805

Instagram@moom\_cafe\_takatsuki



甘酸っぱい弾けり

# 春 イマが旬のスウィーツ

日々、春の訪れを感じるようになってきましたね。そんなイマの旬といえば、柑橘といちご。せとか、デコポン、金柑、はっさくやあまおうまで甘酸っぱいおいしさを楽しんでみてください。

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。



いちごと金柑のチョコレートパフェ 1550円

いろいろな食感が楽しい  
春を感じれる贅沢なパフェ

手作りデリのランチが人気のカフェで、14時からオーダーできるのがこちらの季節のパフェ。今の時期は旬のいちごと、コンポートした金柑の酸味がアクセントのチョコレートパフェが登場。自家製いちごシャーベットやいちごコンポート、チョコチップ入りの自家製チョコアイス、ザクザクとしたクランブルも入っていて、様々な食感も魅力のひとつ。

**特典** アプリのクーポン画面提示の上  
いちごと金柑のパフェをご注文の方、  
**50円OFF**  
(同パフェ終了まで・4月末予定)

**eatery SUN** (イートリーサン)

高槻市北園町3-3 2F

営/9時~17時

木曜定休、他不定休あり

※詳細はInstagram参照

P無し 禁煙

☎072-628-7443

Instagram@eatery\_sun



ハニーレモンチーズケーキ 850円

チーズケーキと相性抜群  
レモンとはちみつのクレープ

30種類を超える味わいが揃うクレープ店。春のイチオシは新鮮なレモンをはちみつで漬けた自家製のハニーレモンとチーズケーキを組み合わせたこちら。ホイップクリームの中にも刻んだハニーレモンが入っているので、甘酸っぱさとクリーミーさを共に楽しめる。クレープ生地は米粉を使っているのももちもちの食感がたまらない。

**特典** アプリのクーポン画面提示の方  
**全クレープ50円OFF**  
(4月末まで)

**Crepe & Garrett fluffy**

(フラフイ)

茨木市総持寺駅前町1-37-2

営/11時~19時

月曜定休 P無し 禁煙

☎072-665-8689

Instagram@fluffy\_crepe



旬のフレッシュなデコポンで  
パティシエの技ありタルト



旬のフルーツをたっぷり使ったタルトやショートケーキが人気のCOCONOMI。3月のおすすめは、まるやかな甘さの果肉が特徴の熊本県産デコポンを贅沢にのせ、アクセントにミント香るゼリーを添えたデコポンのタルト。専属パティシエが創り出す特製のタルト生地&カスタードと、果汁たっぷりのさわやかなハーモニーが楽しめる。

**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**  
(3月10日まで・限定200個)

パティスリー COCONOMI  
(ココノミ)

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  
P無し 詳細はインスタにて

☎072-686-5503  
Instagram@  
patisserie\_coconomi



熊本県産デコポンのタルト 594円

可愛い見た目にキュン  
せとめのジュレに感動

せとかをまるごと使ったミエルオレンジは、オレンジのはちみつムースの中に濃厚な酸味と甘みのせとかのジュレ、その下に紅茶のプリュレとジョCOND、そしてホワイトチョコのクッキーと、様々な味わいと食感を楽しめるリピート必至の一品。ほかにも柚子とプラリネのムースやオレンジットなど独創性あふれるスイーツを堪能しよう。

**特典** アプリのクーポン画面提示で1,000円以上ご購入の方  
**焼き菓子を1つプレゼント** (4月末まで)

菓子LABO SAKURAI  
(かしラボ さくらい)

茨木市宿久庄1-3-14  
営/11時~17時  
火曜・水曜定休(不定休あり)  
※掲載のケーキは3月いっぱい販売の予定。営業日はInstagramで確認を。Pあり

☎070-4729-3897  
Instagram@kashilabo\_sakurai



柚子とプラリネのムース 630円

ミエルオレンジ 630円



プレミアムあまおうタルト 980円

贅沢いちごタルト 630円

人気のあまおうをふんだんにつけたタルトは、真ん中に苺ジュレを入れて、まわりに生クリームとあまおうをトッピングした自信作。アーモンド風味のタルト生地に特製のカスタードクリーム、旬のいちごを飾った贅沢いちごタルトは11月に新しくできた『茨木市文化・子育て複合施設 おにクル』内のテラス店でも購入できる。どちらも5月上旬までの期間限定メニューだ。

Tea co latte 茨木店  
(ティコラッテ)

茨木市野々宮1-9-16  
営/10時~20時  
火曜定休 ※変更がある場合はHP、インスタにてお知らせ  
P有り(茨木店のみ) 禁煙  
※テラス店(茨木市駅前3-9-45)もあり

☎072-665-7222  
Instagram@teacolatte\_iba



春の訪れを満喫する  
2つのいちごスイーツ



# とっておきの プレミアム 体験会

**スポーツジム**

【ジムフィールド 茨木スタジオ】  
マンツーマンで「遊ぶように鍛えるレッスン」体感会

日時 3月1日(金)～3月31日(日) ※9時～20時の間で随時受付  
料金 1人 3,300円 2人 4,400円  
場所 茨木市駅前3-6-2 3F  
内容・申込 体験レッスン30分&カウンセリング30分を実施。予約はLINEから

**パソコン**

【パソコン脳トレ教室ホエール 南茨木校】  
要望に合わせた50分のしっかり体験会

日時 3月1日(金)～3月30日(土) ※9時～20時の間で50分間 日曜・月曜を除く  
料金 500円～  
場所 茨木市東奈良3-16-36 2F  
申込方法 電話もしくはWEBにて希望の日時をお知らせください

**ウクレレ**

【Happy Field ハッピーフィールド】  
ウクレレ体験

日時 入門者クラス 4月1日(月)・22日(月)  
料金 1,000円 5月20日(月)・27日(月) 12時～13時  
場所 高槻市芥川町2-1-7 Circle10ビル1F  
内容・申込 電話またはQRから。ウクレレの無料レンタルあり(要予約)。090-2438-4479(受/10時～20時)

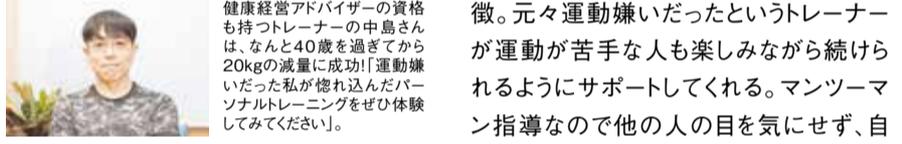
**健康運動**

【スワン高槻 フィットネスジム】  
プレゼント付き シニア向け健康運動の無料体験会

日時 応相談 料金 無料 LINE予約  
場所 高槻市高槻町11-16 第一領家ビル4F  
内容・申込 参加者全員に健康サプリメントプレゼント!  
電話0120-947-068 もしくはLINEにてお申込みください

笑って動いてストレスも発散  
無理せず気楽に「遊ぶように鍛えるジム」

大型のトレーニングマシンを使わず、趣向を凝らした器具を活用したトレーニングが地元主婦たちから評判の「ジムフィールド」。最先端のファンクショナルトレーニングなどを主体としたパーソナルトレーニングは動きを鍛える内容なので、運動嫌いな人もハマって長く続けられるのが特徴。元々運動嫌いだったというトレーナーが運動が苦手な人も楽しみながら続けられるようにサポートしてくれる。マンツーマン指導なので他の人の目を気にせず、自分のペースでトレーニングに没頭できて、コーチングやカウンセリングも行っている人生経験豊富なトレーナーがカラダのことだけでなく、日常の悩みにも親身に耳を傾けてくれる。ダイエットやボディメイク、運動不足解消を目指すあなたにとって、このジムはまさに理想的!



**おすすめポイント!**

- 効率的で効果的  
遊ぶように鍛えるから、無理なく理想のカラダに近づける。
- 女性からの支持が高い  
オシャレで清潔感あるスタジオなので通うのが楽しくなる。
- アクセス良好。通いやすい  
JR茨木駅、阪急茨木市駅から徒歩9分。通勤途中やお買い物のついでに通える。

**ジムフィールド 茨木スタジオ**

茨木市駅前3-6-2 BOX FIVE3F 営/9時～22時  
☎080-3834-0057 (10時～18時)  
ジムフィールド茨木 で検索

LINEで予約

特典 【パーソナル会員】  
●月会費……………5,500円  
●都度パーソナルトレーニング料  
●マンツーマン ……6,600円  
●2人 ……………4,400円  
●3人 ……………3,300円  
特典 「シティライフを見た」で  
●入会金11,000円→**無料!**  
(3月末まで)

気軽に始められると人気のウクレレ  
読者は2ヵ月コース通常5,500円→3,800円に

本場ハワイで演奏・楽曲の受賞経験を持つHOOKさんがプロデュースするウクレレ教室。初心者でもわかりやすいと評判!「入門クラス」では、ウクレレの持ち方、楽譜の読み方から始め、2ヵ月で簡単な曲を最低でも2曲弾けるように指導。「経験者クラス」は簡単なコードが弾けてメロディーを弾ける人向け。読者は2ヵ月コースの月謝・通常5,500円が3,800円に!

**高槻校 入門者2ヶ月コース開講**

【場所】レンタルスペース Wooo (高槻市芥川町2-1-7Circle10ビル1F)  
【日程】4/1(月)・4/22(月)・5/20(月)・5/27(月)  
【時間】12時～13時

経験者クラス随時募集中  
【時間】高槻校 10時50分～11時50分 13時10分～14時10分  
吹田校(場所:吹田メイシアター)水曜日・金曜日  
※詳細はQRをチェック

**ウクレレ教室 Happy Field**  
(ハッピーフィールド)

☎090-2438-4479(受/10時～20時)  
※コースの詳細・予約・問合せについては電話またはQRから

特典 「シティライフを見た」で  
2ヵ月コースの月謝通常5,500円→**3,800円!**(3月末まで)

## 仕事や趣味に活かせるパソコンスキル キャリアUPを目指すならホエールへ

南茨木にあるパソコン教室ホエールでは、優しい先生たちが「同じ事を100回聞かれても、100回笑顔でお答えします」と受講生をサポートしてくれる。今は、実用度の高いパソコン資格の取得コースが人気で、ワード、エクセル、パワーポイントなどの必須スキルを身に付ける「MOS資格」取得コースは、合格するまで延長料金なし、1日何時間でもOKの時間無制限通い放題で、初心者でも安心して取り組める。データ情報を把握して分析するスキルを身に付けるコースも人気で、キャリアアップを目指して多くの方々に通っている。ホエールはMOS試験会場でもあり、実績豊富。和やかな雰囲気「人生が楽しくなるパソコン教室」で新たな自分を発見しよう!

動画でもMOS資格コースを紹介中!

**Menu**  
MOS資格取得コース(学生受講料2割引)  
●アソシエイトレベル対策コース  
…受講料 30,800円・教材費 2,310円・教室維持費 1,100円  
●基礎からアソシエイト合格コース  
…受講料 58,300円・教材費 6,930円・教室維持費 1,100円  
●3科目基礎からアソシエイト合格コース  
…受講料 148,500円・教材費 21,010円・教室維持費 1,100円

**特典**  
3月末までの体験即入会で、入会金 3,300円→**無料!**



**おすすめポイント!**

- ゆったり、何度でも  
1日何時間でも受講OK。時間無制限、通い放題なので安心。
- 合格するまで延長料金なし  
MOS資格取得コースは、希望の資格が取得できるまで、とことん学べる。
- 駅チカなので気軽に通える  
阪急南茨木駅から徒歩約3分と通いやすい。

**パソコン脳トレ教室  
ホエール 南茨木校**

茨木市東奈良 3-16-36 2F 営/9時～20時 日曜・月曜定休  
☎072-638-6367  
ホエール 南茨木 で検索

## 高槻駅前のシニア健康運動の無料体験 「元気で動けるカラダ」を目指そう

日常的に運動を続けていると、年齢を重ねても元気に過ごせている人が多い。しかし自己流の運動が不安ならスワン高槻のシニア向け健康運動コースがオススメ!医療の国家資格を持つトレーナーが「楽しく年齢に負けない身体づくり」をテーマに指導してくれる。無理なく続けやすい内容になっているので、運動を習慣化しやすく「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。数年先に後悔しないように今から始めよう!



**スワン高槻  
フィットネスジム**

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  
☎0120-947-068  
スワン高槻 で検索

LINE登録で簡単予約

**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

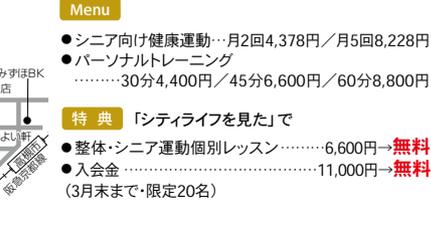
**特典** 「シティライフを見た」で  
●整体・シニア運動個別レッスン……………6,600円→**無料**  
●入会金……………11,000円→**無料**  
(3月末まで・限定20名)

**高槻校 入門者2ヶ月コース開講**

【場所】レンタルスペース Wooo (高槻市芥川町2-1-7Circle10ビル1F)  
【日程】4/1(月)・4/22(月)・5/20(月)・5/27(月)  
【時間】12時～13時

経験者クラス随時募集中  
【時間】高槻校 10時50分～11時50分 13時10分～14時10分  
吹田校(場所:吹田メイシアター)水曜日・金曜日  
※詳細はQRをチェック

特典 「シティライフを見た」で  
2ヵ月コースの月謝通常5,500円→**3,800円!**(3月末まで)





**パーソナルジム**  
**【パーソナルトレーニング At first アットファースト (カラダケア整体院併設)】**  
**オーダーメイドトレーニング無料体験会**

**日時** 3月中随時開催 **料金** 無料(初回) WEBはこちら  
**場所** 茨本市稲葉町11-17  
**申込方法** HP予約フォームまたはLINEもしくは電話にてお申込ください



**パーソナルトレーニング**  
**【スワン高槻 パーソナルトレーニング】**  
**プレゼント付き パーソナルトレーニング無料体験会**

**日時** 応相談 **料金** 無料 LINE予約  
**場所** 高槻市高槻町11-16 第一領家ビル4F  
**内容・申込** 参加者全員にダイエットサプリメントプレゼント!  
 電話0120-947-068 もしくはLINEにてお申込みください



**ストレッチ・筋トレ・ダンス**  
**【リズム体操同好会】**  
**最初の1歩を応援!はじめての方対象体験会**

**日時** 3月22日(金) 13時30分~14時40分  
 3月29日(金) 10時30分~11時40分  
**料金** 無料 **場所** クロスパル高槻(JR高槻駅すぐ)  
**申込方法** 電話090-3289-7621 **持ち物** 動きやすい服装・タオル・室内シューズ



オーナーの西川さんは、柔道整復師・トレーナーとして10年以上、5万人近くの体を見てきた頼れる存在。トレーニング、医療、栄養学のスペシャリストが効果的にダイエットをサポート!



**パーソナルトレーニング At first**

(カラダケア整体院併設)

(アットファースト)

茨本市稲葉町11-17  
 営/9時~12時  
 13時~20時40分  
 (最終受付20時)  
 火曜・日曜午後定休/祝不定休  
 完全予約制  
**072-652-7627**  
<https://atfirst-ibaraki.com/>



- Menu**
- パーソナルトレーニング (1回40分) .....4,200円
  - パーソナルトレーニング5回 (1回40分) .....19,800円
  - パーソナルトレーニング11回 (1回40分) 42,000円

- 特典 「シティライフを見た」で**
- 体験後その場での入会で、.....入会金20,000円→**5,000円**
  - 入会期限回数券3回分 .....**10,000円**  
 (3月末まで・新規の方限定)



子育て中に何か始めたいと思ったことをきっかけにダンスを続けて半世紀。そのころから体型もパワーも変わらないマズミ先生。

**リズム体操同好会**

(リズムタイムアウトウカウイ)

**090-3289-7621**(担当/山下)

**独自メソッドで効率的なダイエット**  
**「辛い」ではなく「楽しい」運動習慣に**

良心的な金額と無理のないトレーニングで続けやすいと人気のパーソナルトレーニング At first。「体を引き締めたい」「無理なく痩せたい」などそれぞれの要望に合わせて、完全オーダーメイドのレッスンをおこなう。自分に適したメニューなので、運動が苦手な人や初心者でも継続率が高く、運動が楽しくなったとの声も。同店独自メソッドで効率的に美ボディを手に入れよう!

**ゲストのロコミ投稿**

トレーナーの方がとても親切で、トレーニングだけでなく食事のこと等いろいろ教えていただきました。個室なので周りを気にすることなく集中できて、女性の私でも安心してできました!トレーニングがんばっていきそうです!! (30代後半 女性)



**この春スタート**

スポーツクラブや音楽教室など... 習い事をはじめたいけど、踏み出せない読者の方も多いのではないのでしょうか。そこで、読者限定でプレミアム体験会をつくってもらいました。実際の習い事と同じ体験や説明をしてもらうことで、先生やスクールの雰囲気が分かる体験会です。体験会に参加して、自分に合う習い事を探してみませんか。

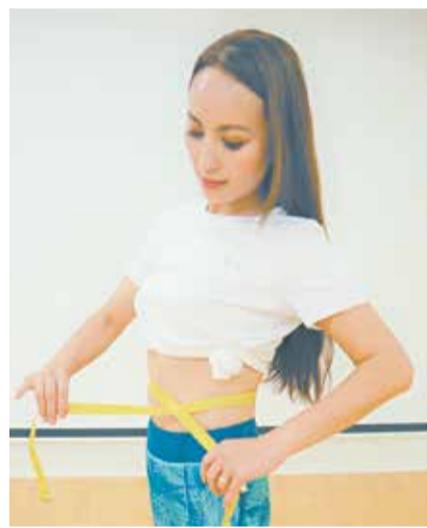


**【TENPAI 高槻店】**  
**脳トレにオススメ、健康麻雀体験会**

**時間** 随時開催 **料金** 500円  
**場所** 高槻市城北町2-4-15 MOビル2F  
**申込方法** 予約なし

**高槻駅前の高評価パーソナルジム**  
**20~60歳代の女性から圧倒的 support**

2ヶ月で-8kgを実現できるという実力派パーソナルトレーニングのスワン高槻。医療の国家資格を持つ専属トレーナーによる「ダイエットトレーニング+整体」を組み合わせることで、しなやかに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たという声も多い。ダイエットを成功させたい人は駅チカ、都度払い、Google口コミ4.9の高評価のパーソナルトレーニングをぜひ体験してみよう。



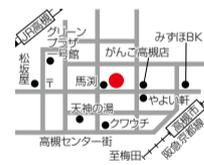
スワン高槻人気のダイエットコース

**整体×トレーニングで**  
**短期間ダイエット**

トレーニングの前に整体を行うことで関節や筋肉の可動域を広げ、身体への負担を減らしながらダイエット効果をより高めることができる。

**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  
**0120-947-068**



- Menu**
- ダイエットコース 月2回4,328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**
- 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**  
 (3月末まで・限定20名)

**数年先の自分のために**  
**「健康貯筋」をはじめよう**

マズミダンスサークルのマズミ先生を講師として招待している同好会がこの春、はじめての方向けの体験会を開催。元気な声かけと流行りの楽曲に合わせ、ストレッチ、筋トレ、ダンスで大盛り上がり70分間。「気持ちいい汗がかけられる」「若い時の気持ちになれる」「脳の活性化に最適!」と毎回楽しみになっている生徒は40代から80代まで幅広い年齢層で45年以上通う人もいます。人生100年時代に向けて楽しく元気に自己投資をしよう。まずは一度体験してみてください。

**最初の1歩を応援!**  
**はじめての方対象体験会**

3/22(金)13時半~14時40分  
 3/29(金)10時半~11時40分

[場所] クロスパル高槻  
 [持ち物] 動きやすい服装とタオル、室内シューズ



女性のお客も多く、気軽に通いやすい。

詳しくは公式HPをチェック



**TENPAI 高槻店**

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



**認知症予防や仲間づくりに**  
**おひとり様歓迎の健康麻雀**

脳トレや友達づくりに効果的と言われる「健康麻雀」。老舗麻雀ハウスTENPAI高槻店は、毎週月曜・木曜朝10時~16時で開催している健康麻雀に加え、毎週水曜に「赤入り順位取り健康麻雀」も開催。赤ドラが入ったことで、これまでの健康麻雀以上にゲーム性が高まり、認知症予防に効果が期待できるとか。Mリーグ公式使用の最新卓「アモスレックス3」を7卓導入でますます楽しめる!

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

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



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「インターナショナル着物ライセンス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・半衿付入り芯・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れなくプレゼント
  - 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  
開/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→**無料に!**

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ータスアップしたい」「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回の受講で着るべきものが再注目される転機

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

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そうだ。

自分の未来を切り開くKIMONOのお仕事  
取得後は国内外で活躍の場がいっぱいある。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。

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」  
内閣府移行認可団体が発行するライセンス

## 習い事を始めよう

暮らしを豊かに彩ってくれる、大人のための習い事を紹介します。

KIMONOインストラクターの声



陳 アンナ 先生  
香港出身。日本への留学時にきものに触れ、講師を目指してライセンスを取得

名古屋のプライダール専門学校に留学し着付け講師になって着物の美しさを香港の皆さんに伝えようと決めました。現在、香港で開講準備中です。

### まずは無料説明会へ

【日時】3/16(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



### スケジュールと体験内容

- 9時30分~ 受付  
オリエンテーション  
講義  
「職場選びのポイント」  
演習  
「衛生的な手洗い・  
車椅子移乗・  
寝衣交換」
- 11時30分 終了  
希望者のみ院内見学  
(約30分)



会場  
**藍野病院**  
本館5F 多目的室  
(茨木市高田町11-18)

# 看護補助・介護福祉士 復職・就職 体験セミナー

【参加資格】介護福祉士の有資格者および看護補助業務に興味のある方  
【持ち物】筆記用具・動きやすい服装・スニーカー

働きたいけど家庭や  
仕事の両立などで現場復帰が不安な方や、  
興味はあるけどどんな仕事か  
わからない方への第一歩!

参加  
無料

保育所  
完備  
駐車場  
あり



### CityLifeインタビュー

未経験でも始められる「看護補助」の仕事

他業種から転職し、看護補助として経験を積んだのちに介護福祉士になった津幡さん(藍野病院 介護福祉士・主任)のインタビュー記事はこちらから詳しくご覧ください。

インタビュー記事はこちら

【お申込み・お問合せ】TEL.072-627-7611(管理部 総務課まで) 【申込締切】3月11日(月)まで※保育所締め切りは3月4日(月)まで 【主催】医療法人恒昭会 藍野病院

早い物勝ち!!

# 自転車館 アウトレットSALE

20台限定

組立完成品!

シティライフ配布エリア限定!  
高槻市・茨木市の方は配達無料!

## 電動アシスト自転車

# 49,800円

(税込) Airbike® エアーバイク

20インチ bicycle-209assist

※アウトレット車のため、小傷や汚れがあります。 ※時期によって26インチやミニベロのアウトレットなどもあります。 ※新車も59,800円で購入可能です。

来て、見て、乗って、体験してください!

平日毎日 9:45~13:00

【受取場所】高槻市須賀町57-4

大型駐車場完備

【臨時OPEN】大試乗会開催  
3/2(土)・9(土)・16(土)・23(土)・30(土)  
9:45~13:00

ネット・電話からも注文可  
※アウトレット車は店頭販売のみ

## 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



# 意外と知らない歯科知識 情報は取捨選択する時代

インターネット上で情報があふれている今の時代。何が真実なのか自分で見極めていくことが求められます。間違った歯科知識を得てしまう危険性について赤木先生に話を聞きました。

## 情報は正しく得ることが大切

先日、あるテレビ番組の中で、歯の磨き方や歯周病について取り上げられていました。番組内では、歯科医師も出演し、歯周病が引き起こす病気などについて紹介されており、出演者も興味深く聞いていました。たまたま観た番組でしたが、その中で話されていたことに驚きました。出演者も歯科医師も

この先生に聞きました!



赤木歯科 赤木 啓院長  
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。

誰もが間違った歯磨きの知識で話が進んでいくのです。出演者の一人が「正しい歯磨き」について歯科医師に質問しました。その歯科医師の回答は「1日3回食後30分後に歯を磨く」でした。結論からお伝えしますと、この回答は間違いです。歯科医療の先進国のスウェーデンや、アメリカ、世界中どこに行こうとも、この回答が「正しい歯磨き」だとする国はありません。

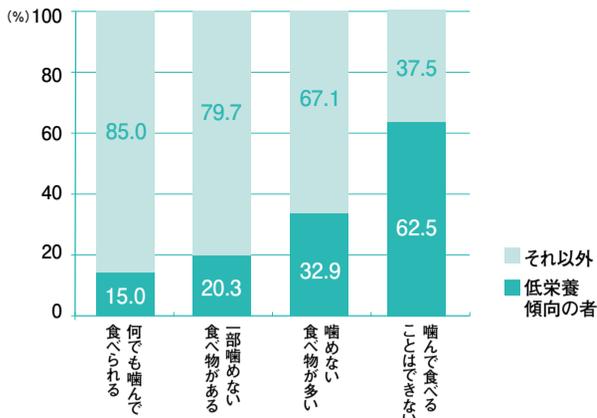
近年になっても、まだこのような間違ったことが日本のテレビでは平気で語られています。

## 知識を得て正しく実践する

海外で学会に参加した時、昼食後に歯科関係者がトイレや手洗いで歯磨きをする姿をほとんど見たことがありません。しかし、日本の学会の昼食後のトイレでは、必ず歯磨きをする多くの歯科関係者がいます。それを見て、海外から参加している歯科関係者は驚かれています。「日本は先進国なのに日本の歯科医師はみんな歯が悪いのか?」と。

日本国内では「食後に歯を磨きましょう」とよく言われます。しかし、食後に100回磨いても虫歯や歯周病は無くなりません。歯についた食べかすや口臭は取れるかもしれませんが、虫歯や歯周病

## 噛んで食べる時の状況別、低栄養傾向の者の割合



出典：「噛んで食べる時の状況別、低栄養傾向の者の割合」70歳以上、男女計（厚生労働省 平成25年国民健康・栄養調査 2014より）

の予防と食後の歯磨きとは意味が違います。無意味とは言いませんが、きちんと予防するための虫歯や歯周病としての虫歯や歯周病予防について正しい知識を得る必要があります。

## 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/>



# 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

■ 中国伝統武術 八極拳  
茨木・難波 孟村拳術社/周佐 snufkin@soleil.ocn.ne.jp

■ 募集 麻雀同好会 あさか  
月4回で月謝3,500円から各コースあり 10時から17時迄 高槻市藤の里町 072-674-5868

## 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。)  
「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。

■ 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>

## 講演会のお知らせ

■ 免疫力を高める学びの会  
3/10(日) 帯津良一医学博士 講演  
ハープ演奏 mayu 茨木市福祉文化館ホール 前売3,000円  
問合せ090-3712-6345ひみこ(株)

## 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](mailto:dengon@citylife-new.com)  
FAX 06-6368-3505  
問合せ/06-6338-0640

歯科ドック  
生活習慣病予防  
唾液検査(シルハ)



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



## 歯科ドックを受けて健康な生活を ～歯周病や糖尿病、認知症等の生活習慣病のリスクが解る～

厚生省の統計によると、糖尿病は1400万人、認知症は700万人、国民の10人の内1.3人が罹患しています。国民皆歯科検診が政府の方針となり、歯科疾患の早期発見と咀嚼機能を改善することが健康増進に繋がり、健全な食生活を維持することは糖尿病、認知症、誤嚥性肺炎、心臓疾患、脳梗塞の予防ができ、健康寿命の延伸と医療費も抑制されます。又、高齢者は口腔内の健康が維持され、しっかり噛めることで低栄養のリスクも改善できます。唾液が食物と共に歯周病菌を飲み込むと、細菌が腸内へ進入し腸内細菌叢が変化し、大腸がん、肝臓がんの疾患にも影響を及ぼします。唾液検査(シルハ)で、唾液からむし歯や歯周病のリスク、口腔の清潔度が解ります。口腔内からの細菌に起因する生活習慣病のリスク診断には歯科ドックが効果的です。

## 【歯科セカンドオピニオン外来】

口腔ケア、口臭、歯周病、咬み合わせ、入れ歯、インプラント、矯正、ホワイトニング、審美歯科、顎関節症、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。

# コープこうべだより

よりよい「暮らし」の実現のために、組合員や地域の人たちとのつながりを大切にするコープこうべです。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、オススメ商品を紹介いたします。

コープこうべ  
キャラクター  
コービー

## コープ箕面

箕面市桜ヶ丘5-6-6  
072-721-2025  
営業/9時～21時  
店休日なし(1/1～3を除く)

本当に手書き?!写真のようなイラスト入りPOP

コープ箕面の手書きPOPは、クオリティがとても高いことが自慢です。農産担当の上田さんによるもので、色鉛筆で描かれたイラストはまるで写真、いやそれ以上かもしれません。里芋の毛羽や、れんこんの質感までわかる繊細で優しい風合いです。その素材を使ったレンピもわかりやすく紹介しています。店内の所々にあるので、是非ご注目ください。



谷 文雄さん  
(グロッサリーマネージャー)

## おすすめ商品

Coop's生乳でつくったヨーグルト (80g×4コ入/267円)

とろりなめらか食感と風味の良さが魅力

生乳の美味しさを大切に、生乳と砂糖、乳酸菌のみで作ったヨーグルトです。以前、店内研修で食べ比べをした際に8割以上の職員が支持した商品。店頭で迷っている方を見かけたら、積極的にすすめています。



## おすすめ商品

CO-OP青森県産葉とらずりんごのストレートジュース (1000ml/711円)

コープクオリティの商品 おいしさ折り紙つき

果実に栄養と甘さを補給する役割の「葉」ととらずに栽培された「葉とらずりんご」を4品種使用。濃厚な甘さが特徴の果汁100%ジュースです。昨年からカットフルーツのコーナーにも置いています。



## 3月のツキ押し!

3/8(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 味付けうずらのたまご 5個入



まろやかでコクのあるしょうゆ味

国産うずらのたまごをゆでて殻をむき、黒糖を隠し味にした醤油ベースの味付けに仕上げました。使いやすい5個入り食べきりサイズ。おつまみや弁当のおかず、ラーメンのトッピング、おやつにもどうぞ。

※商品は変更になる可能性があります。

SANJYUN  
KAN

◎今村拓馬

## 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・政治学研究所博士課程を修了。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。

TAKASHI  
KADOKURA

## 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身、シンガポールの東南アジア研究所出身、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・高田のクイズケ!』『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っている。

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)

講演前の13時25分から  
オープニングタイムがございます。

北摂文化大学高槻校 学長

芝井 敬司

関西大学 理事長

京都大学文学部卒業。同大学院を経て、1984年より関西大学に着任し、文学部長、副学長、学長を歴任。2020年10月から学校法人関西大学理事長に就任。



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「北摂文化大学の講座は政治、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幅広い知識をさ

らに深めていただくことを目的としています。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る講座です。知識が豊富になれば人生がより楽しくなります。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、講師の生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。ぜひこの機会にあなた自身の目や耳で生の声に触れてみてください。



主催

City Life

# 北摂文化大学 高槻校 講演会 24年度 受講生募集

年間受講料

講演8回分 **25,000円** [税込]

上記金額にて高槻校の講演8回分すべて受講できます



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貸与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。

### 【お申し込み方法】

- 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し込みは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

### お振り込み口座番号

- 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、必ず申込み者のお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 随時会員証を発送いたします。  
※会員証を紛失・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 会員証をご持参の上、各講演日に会場へお越しください。

### 確認事項

- ご本人が出席できない場合は、会員証(年間パス)をご家族やお友達に貸与しての代理出席も可能です。
- 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けます。
- 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。

ATSUSHI AMANO



## 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。

KOICHI GOKA



## 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。

MORIYO KIMURA



©木村文俊

## 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ー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。

MASAFUMI AKIKAWA



## 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。

TERUHISA KITAHARA



## 9.16[月祝] 北原 照久氏

ブリキのおもちゃ博物館館長。モノを大切にすることを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。

HIROSHI MORIOKA



## 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。

北摂文化大学豊中校・堺文化大学の両校も受講生募集中です。

【申込・問合せ】

北摂文化大学 事務局

企画・運営・主催／

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



### 【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。生きづらいつ世の中ですが、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もありがたかったです。(70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。(70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と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)
- 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歳まで頑張って生きようと思います。(60代・男性)

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

# Kids & Mam

キッズ&ママ

## リトミック・ピアノ教室

### 音楽を通して育む子どもの"個性" カワイ音楽教室のピアノレッスン



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!

#### オリジナルテキストを使用する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。たがいま「春得キャンペーン」を開催中。ぜひ、参加してみよう。

#### 初心者限定 おためし3回レッスン

「ピアノチャレンジ」(4歳~)  
●おためし期間は、**教材費無料!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  
リトミック各コース・3歳ソルフェージュ・  
4歳からのピアノコース**入会金無料!**  
(3月末まで)



#### リトミック体験会【高槻センター】

- 音楽ひろば【異年齢クラス】(2020年4/2~2022年4/1生まれ)  
3/6(水) 15時~
- クーちゃんランド(2022年4/2~2023年4/1生まれ)  
3/27(水) 10時~
- くるくるクラブ(2021年4/2~2022年4/1生まれ)  
3/27(水) 11時~

#### リトミック

#### 春の無料体験・見学会を開催

「幼少期こそ本物の音に触れてほしい」との願いからグランドピアノの生演奏で行うカワイのリトミックは、音楽的能力はもちろん、表現力、創造力、思考力なども培われる。60年以上の幼児教育研究実績を基に、年齢に最適なカリキュラムを用意。今を生きる子どもに最重要とされる「考える力」や「感じる力」、「豊かな感性」が自然と芽生え、個性が育まれると好評だ。高槻センターでは、2024年春開講クラスの無料体験会を実施予定。気になった方はぜひ参加してみよう。



## 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

高槻センター  
高槻市紺屋町7-9  
☎072-681-2731

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、富之川原、藤の里町、総持寺駅前など)でも展開中

<https://music.kawai.jp/> カワイ音楽教室 で検索

## フォトスタジオ

### 4/14閉館。30年分の感謝を込めて 茨木スタジオ、ファイナルキャンペーン中



30年の長きに渡り、あの手この手で大笑させてくれる経験豊富なカメラマンを頼って、多くの方が記念日を彩る思い出の写真を残してきたスタジオバルーン。諸事情により4/14(日)をもって、高槻市千代田町にある高槻スタジオと合同することになり、茨木スタジオはその歴史に幕を下ろすことになった。ファイナルキャンペーンとして、茨木スタジオでの撮影に限り、すべてのプランにグッズ購入券3,000円分がプレゼントされる。また、茨木、高槻スタジオともに、お宮参り撮影時は、お母さんのスタジオ内衣裳レンタル(衣裳無料、ヘア、着付けつき)5,500円が半額の2,750円に!茨木スタジオのスタッフは一同、高槻スタジオへ移るとのことなので、4/15以降は高槻スタジオを利用しては。



171号線沿い、高槻市千代田町にある高槻スタジオ。ゆったり寛げるスタジオです。

**入園・入学おめでとうキャンペーン**  
お渡し写真すべての画像データ付(2000×1400ピクセル)  
・3ポーズ撮影Aプラン...**8,800円**  
→台紙(30×30cm)1面1ポーズ+中判写真 2ポーズ付  
・4ポーズ撮影Bプラン...**13,800円**  
→台紙(30×30cm)2面2ポーズ+中判写真 2ポーズ付  
※その他お得プラン一杯。WEBでご確認を。

**茨木スタジオからのメッセージ**  
「30年のご愛顧、心より御礼申し上げます。茨木バルーンは高槻にて営業させていただきます。茨木からは20~30分の距離、決して遠くではありません。引き続き、ご愛顧のほど宜しくお願い申し上げます。」

**お宮参りお得プラン**  
・2ポーズ...**14,080円**(30×30cm2面台紙)  
・3ポーズ...**19,580円**(30×30cm3面台紙)  
・4ポーズ...**25,080円**(フックタイプ4面)  
春のキャンペーン6大特典付き!  
①デザインフォト(20×25cm)  
②フォトカード(9×6cm) 3枚  
③ポーズ分のCD画像(2000×1400ピクセル)  
④お祝い着無料貸し出し(外出OK)  
⑤6つ切写真(25×20cm)焼き増しプレゼント  
⑥撮影時、お母さんのスタジオ内衣裳レンタルヘア、美容、着付けつき5,500円  
→**半額の2,750円に!**(茨木、高槻ともに)

## フォトスタジオバルーン ☎0120-753-317

高槻スタジオ  
高槻市千代田町5-5  
☎072-668-7456  
P有り  
阪急高槻市駅より徒歩約15分

茨木スタジオ  
茨木市園田町8-18ピアッツ茨木1F・2F  
☎072-638-6088  
P有り、阪急茨木市駅より徒歩約12分  
イオン新茨木店より東へ200m

フォトスタジオバルーン で検索

木曜定休、水曜不定休  
バルーンの価格は表示価格のみ。撮影料等が別途かかることはありません。 HPIはこちら ログはこちら



## 英会話スクール

### 楽しみながら伸びる最高の環境 英会話を通して世界で生きる力を育む



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。



**興学社学園の英検®実績**  
英検®合格者...計3,659名  
準1級・2級・準2級合格者...704名  
※2022年度第2回~2023年度第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、受験準備会認定校  
[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  
井原興産ビル5F  
受付/11時~20時  
(土曜日10時~18時)  
月・日・祝定休  
☎072-632-5578



#### 特典

- 「シティライフを見た」で(3月末まで)
- 入会金→**100%OFF**
  - ※即日入会以外は**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



●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



## ブランド品・貴金属・宝石・時計の専門店 高価買取実施中!

2/16(金)現在の金相場による買取価格  
**K18 →7,827円**



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  
☎06-6330-5011



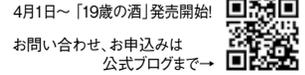
## 「19歳の酒」13期生募集

泥だらけの田んぼで足が抜けなくなった事ありますか?あぜ道に座り込んで青空見上げてオニギリ食べた事ありますか?そして、お米が日本酒に生まれ変わる時の音を聞いた事がありますか?  
まだお酒が飲めない、19歳。そんな時から自ら、田植え→稲刈り→お酒の仕込みを経験して20歳を迎えて初めて口にする日本酒が自分達で造ったお酒だったら...めっちゃ素敵だと思いませんか!?  
そんな19歳の若者達を情熱溢れる酒屋と酒蔵さんや農家さん、そして愛情たっぷり飲食店さん達がサポートする企画です。19歳のみなさん、ぜひ参加してみてください!



**募集内容**  
2024年(第13期生)プロジェクト参加者募集開始!  
■参加資格:2024年3月31日時点で満19歳の関西一円に在住の男女  
■募集期間:2024年5月上旬ごろまで  
■参加費用:各回現地(滋賀県東近江市)までの各自交通費実費のみ  
**年間スケジュール(予定)**  
2024年  
5月中旬から下旬 酒米の田植え/8月上旬 粟山子づくり/9月下旬 酒米の稲刈り  
2025年  
2月上旬 お酒の仕込み体験/3月中旬 搾りあがったお酒をタンクから引き酒/4月1日~「19歳の酒」発売開始!  
お問い合わせ、お申込みは公式ブログまで→

「19歳の酒」プロジェクト委員会  
DATE 問/mail:19sake@gmail.com 詳しくは公式ブログをご覧ください。  
<http://sake19.citylife-new.com/>



**英検個別指導塾**  
イオンモール茨木前

**90%以上の生徒が英検「2級」に合格**  
中1、中2の「2級合格者」が急増中



現在、多くの高校や大学では「外部検定利用入試」が拡大中。特に大阪府の高校入試は「英検」で驚くほど有利に。さらに2級A(2級を82%以上の得点率で合格)や準1級を取得すれば、AO入試(専願)で関関同立、公募推薦(併願)で産近甲龍など多くの有名大学に「優遇措置」で合格することができる。

**こうすれば「英検」に合格できる!**

- ① 英検のエキスパートが本物の個別指導(最も学習効果が高く、早く進める教材を厳選)
- ② 英単語をスピード蓄積(単語、熟語をサクサク覚えられる最も効率のよい暗記方法を伝授)
- ③ 合格できる英作文がスラスラ書ける、唯一無二のライティング指導(合格者の平均点はほぼ満点)
- ④ プロの専門講師にしかできないスピーキング対策(カードを見ただけで話さなければならぬ要点がすぐにわかる)

**英語専門短期集中塾イープラス**

茨木市下穂積1-3-105  
(イオン前北側信号筋向) 指導対象学年 小学4年~高校生  
☎072-601-1230  
イープラス英検 で検索 ▶HPはこちら

**英検で絶対に有利!大阪府の高校入試**

- (例1)大阪府の公立高校はC問題(北野、茨木、豊中、春日丘、千里、池田など)でも2級で80%、準1級で100%の得点が保証
- (例2)関西大倉は2級で80点、準1級で100点に
- (例3)追手門学院は準2級で70点、2級で85点、準1級で100点に
- (例4)早稲田摂陵は3級で65点、準2級で75点、2級で85点、準1級で100点に
- (例5)大阪薫英女学院は3級で70点、準2級で80点、2級で90点に。さらに準2級で5万円、2級で10万円、準1級で20万円の奨学金。
- (例6)履正社は3級で80点、準2級で90点、2級で100点に

**個別+一斉**  
茨木

**期末テストが"70点未満"なら注意が必要**  
今のうちに"勉強のやり方"から見直そう



学年末テストの結果がでるこの時期。もし70点未満のテストを子どもが持って帰ってきたら注意が必要だ。特に中学1年生、2年生はそのままにしておけば、次の学年ではさらに悪くなっていく可能性が濃厚。しかし、このタイミングで良い方向に持っていくことさえできれば成績アップへと逆転する可能性も大。「テストの点数を追い求める暗記型やパターン型といった、その場しのぎの勉強ではなく取り組む姿勢や意識を変えて"勉強のやり方"から変えていくのが実は早道です」と話すのは塾長の長島さん。め塾では、勉強のできる子が実践している"正しいやり方"から教えてくれるので、次の中間テストですぐに結果が出てくるという。中学1年生、2年生のうちに地頭を鍛えて能力をアップさせる勉強法にシフトしてみてもいいだろうか。

**【定員情報】**  
茨木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

**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

弊紙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。地元の魅力を伝えるための情報紙であなただけの力を活かしてください。

- [取材エリア] 大阪北摂エリア(高槻・茨木・摂津・吹田・豊中・箕面)
  - [応募資格] 高卒以上20歳~40歳位まで。募集職種経験が3年以上ある方(ライターはディレクター経験のある方歓迎)
  - [募集職種] ライター・カメラマン・イラストレーター
  - [応募方法] 右記QRコードよりエントリーください。
- こんな人を求めています  
情報紙CityLife・WEB媒体CityLife News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。特に人物取材や長文を的確にまとめることが得意なライターを求めています。ほか、カメラマン、イラストレーターも大歓迎。まずは採用フォームからお申し込みください。  
※ご依頼の際は編集部より改めてご連絡いたします。

**教育特集** **子どもの学びナビ**  
Kodomo no Manabi Navi

**理数専門個別指導塾**  
イオンモール茨木前

**総合学力アップは「数学」が鍵**  
いよいよ新年度授業がスタート



数学・理科を得意にして公立上位高や私立難関高にも合格できる力を養う数学・理科の専門塾。「わからない」を解決するには、「すぐに」「わかるまで」先生に聞ける環境が必要だ。ピタゴラスは「わからないところ」にとことん向き合うことを大切にしている。数学の力をつけていく上で最も重要なことは先生との対話。「答えだけを重視し、公式や解き方を覚えるだけでは、本当の理解に結びつかず後々破綻してしまいます。プロセスや本質的な理解を大切に、なんとなく解くのではなく考えをまとめて説明できるまで指導しています」と塾長の小穴さん。このような指導で論理的思考が身に付き、数学だけでなく他の教科にも応用できるため成績が全体的に伸びやすいという。これまでに数百人以上の生徒の「わからない」を解決した実績を持ち、理数教育を熟知した塾長がしっかりサポートしてくれる。

**個別指導コース**

「大手進学塾に通っているが数学の成績が低迷している」「学校の授業についていけない」など、算数・数学が苦手な生徒や、集団の中では質問できない子にお勧め。

**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

**穂積開成グループ**  
**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)

**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。「学校の授業が物足りない」「飛び級で自分の学年より難しい勉強がしたい」など、算数・数学が得意な子や、私立の中高一貫校に通っている子には特に効果的。

**「くもんの先生」募集説明会受付中**

3月の説明会にご参加いただいた皆様に、もれなくAmazonギフトカード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。

**くもんの先生がはじめてやすくなりました!**

- あんしんサポート制度
  - 2年間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。
- 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日前までにお申し込みください。詳細はwebサイトをご確認ください。  
★マーク付き説明会では現役の「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
高槻市	3/7(木)	10:00~11:30	公文式 芥川教室★
豊中市	3/8(金)	10:00~11:30	千里朝日阪急ビル 14F★
吹田市	3/13(水)	10:00~11:30	公文式 千里丘中教室
	3/21(木)	10:00~11:30	大阪シティアカデミー
茨木市	3/18(月)	10:00~11:30	公文式 茨木郡山教室

**web説明会**

平日昼の部  
3/4(月)・14(木)・25(月)・27(水)  
4日程とも 10:00~11:00・12:00~13:00

平日夜の部  
3/22(金)  
19:00~20:00

土曜の部  
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)  
公文教育研究会 大阪ランチ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

**わが家のアイドル自慢**

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。

- りんちゃん/摂津市: ママにスマイルプレゼント
- コアくん/高槻市: お買い物に行きました★
- めいちゃん/茨木市: 大好きなドラゴンのお人形とパンヤリ
- なつきくん/茨木市: 大好きなパン、買ってもらったよ
- 5月で3歳になる我が家のイケメンです!
- にぎちゃん、るぎちゃん、しぎちゃん/高槻市
- しゅうくん/茨木市

応募方法 [締切]2024年3月10日(日)まで [掲載]CityLife 2024年4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 ▶

股関節痛・ひざ痛・腰痛・脊柱管狭窄症・自律神経の乱れ

## どこに行っても良くならない、と諦めた人こそ頼ってほしい整体+筋膜リリース

起床時や階段を上がる度に痛む膝や腰や、歩行時に脚の付け根あたりに感じる違和感や痛み。通院して湿布を張ったり薬を塗って紛らわせても効果が出ず、将来が不安になるという人も多いのでは。同院の痛みのないソフトな「シルクタッチ整体」はマッサージやストレッチでは緩まない深部までのアプローチで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するのだそう。「変形性膝関節症といわれ歩けず眠れず不安だったのが、今では階段も余裕に。気持ちも前向きになり、大好きなハイキングを楽しんでいます」という声も。本気で改善したいと思うなら頼ってみよう。



最新の筋膜リリース機器は気持ちのいい刺激で寝ている人もいるほど。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。



**推薦者の声** 何処で治療を受けても痛みが取れず、薬にも癒える思いで探し続けて、口コミの良さや電話での高梨先生とのやり取りで、この先生ならとamiga整体院に辿り着きました。寝起きは痺れと激痛で立ち上がれず、トイレ迄やっとの思いで行き、便座に座るのもひと苦労でしたが、5回目の治療後の翌朝は顔をしかめる程の痛みはなくなり、普通に立ってトイレまで歩けました。確実に以前の激痛が和らぎとても嬉しいです。(50代女性T.Nさん)

**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、3月末まで)

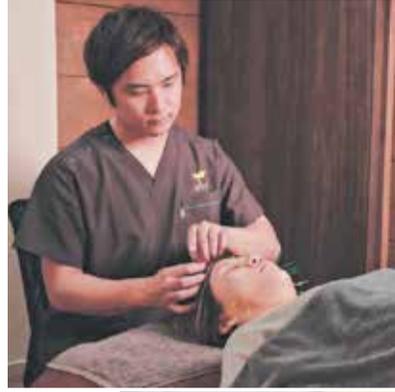
# カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

慢性腰痛・肩こり・膝痛・首の痛み

## 整体と鍼で全身の血流改善

肩や首のコリに悩む人は顔のたるみも要注意。血流が悪いとコリや痛みだけでなく、顔のむくみ、くすみ、下垂によって老けてみえるという。同院は整体と鍼でアプローチし、全身の巡りを改善してくれる。顔に鍼施術をしてその後放置することなく、足先から頭までマッサージを行う。施術後は体の痛みやだるさが改善するだけでなく、顔全体のリフトアップやトーンアップ効果で若々しく元気な自分を実感するそう!人柄のいい先生で相談しやすく、女性スタッフも在籍している。肩こり、腰痛、膝痛など、整体のみの施術も対応してくれるのでぜひ相談を。



予約はLINEからもOK!!



**整体院HOPE**

茨木市宮元町2-5  
ウエストハビタシオン1F  
営/10時~21時  
火曜・木曜午後・祝日定休  
☎072-665-9466  
<https://www.seitain-hope.com/>



特典 |

「シティライフを見た」で  
●初回施術……4,980円→**3,600円**(平日限定)  
→**3,980円**(土日)  
●施術(約60分)2回目以降……4,980円  
(4月末まで、新規の方限定)

# 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。

木下大サーカス  
無料招待券  
ペア **10組**

【提供:木下サーカス株式会社】

109シネマズ  
共通平日招待券  
(一部店舗を除く)  
**5名**

映画ドラえもん のび太の地球交響楽(ちぎゅうシンフォニー)  
3月1日(金)公開  
(C)藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2024

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP

デューン 砂の惑星PART2  
3月15日(金)公開  
(C)2023 Legendary and Warner Bros. Ent. All Rights Reserved

沖永良部島の  
新じゃが  
「春のささやき」  
(えらぶゴールド)  
5キロ  
**5名**

【提供:JAあまみ泊事業本部】

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:**3/18(月)**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  
※「春のささやき」のみ3/5(火)応募締切

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」1人目も2人目も漢方アドバイザーが授かる体質に改善

漢方では不妊の主な原因を、排卵、卵管、子宮内膜、黄体機能、着床、授精卵、精子、甲状腺などに分類し、一人ひとりの体質と症状に合ったオーダーメイド処方です。体内環境を整え、新しい生命を育み授かりやすい健康的な母体へと改善するそう。「病院の治療も大切ですがなかなか思う結果出ない方や、ホルモン治療で体調を崩し悩んでおられる方、年齢・体質等で諦めかけていた方が漢方で元気な赤ちゃんに恵まれ大変喜ばれています。」と戸田先生。子宝漢方相談はもちろん、アトピー性皮膚炎、メンタル疾患、生活習慣病、身体の痛み、冷え症、免疫低下、寝たきり予防など諦めないで一度相談してみてもいい。

**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

## 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で話題! 妊活中の方が注目! 栄養素サプリ

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!!

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

## シワ・たるみ取り専門

ほんの少しの勇気を持ってください。

総院長 小国 英昭

目元のクマ・たるみ取り (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

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

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

頬、顎のたるみ取り 「ハイパーリフト」50%OFF  
●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~

5年持続プラン受付中! 再注入半額!

【全国8院共通、携帯OK】 ☎0120(889)480  
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](http://www.asahi-biyou.or.jp)  
大阪梅田院 阪急梅田駅 東へ徒歩5分 高槻院 JR高槻駅 西へ100m

主催 City Life

参加無料  
複数受講歓迎

各セミナー  
定員24名

3/28 木

10:00~16:50

高槻市役所  
生涯学習センター

(高槻市桃園町2-1)

JR高槻駅・阪急高槻駅 徒歩10分



# グルメ券付き 日々の生活が“もっと”豊かになる プロから学ぶ「生活向上セミナー」

事前申し込みが優先です。

申し込みフォームもしくはお電話で申し込みください。  
セミナー開始時間から15分を過ぎての入室は、お断りさせていただきます。ご了承ください。

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

■お問合せ TEL.06-6338-0640

(生活向上セミナー担当係まで) ※平日10時~17時

申し込みはこちら



事前予約して来場された方にグルメ券をプレゼント

事前にご予約いただき、当日セミナーを受講された方には下記の店舗で使用できるお食事券(500円分)をプレゼント。先着30名までとなります。以降はセミナー受講のみとなります。

- 利用期間はセミナー翌日の3/29(金)~4/30(火)まで
- 希望の店舗はセミナー事前予約の際にお選びいただけます。(当日の店舗変更はできませんのでご了承ください。)
- 複数受講された場合でもお一人様一枚限りのお渡しとなります。
- お釣りは発生しませんので予めご了承ください
- チケットは受付時にお渡しいたします
- 店舗都合により休業もしくは営業時間が変更になる場合がございます。ご了承ください。
- グルメ券のお渡しは5回までとさせていただきます。



香港屋

高槻市城北町2-14-26



あん小屋 どんらぜん

高槻市城北町2-13-9

10:00~11:00

## 「補聴器ってどんなもの？」補聴器・難聴の初心者講座

昨今、高齢化社会が進み、補聴器の需要が高まっています。しかし、残念なことに補聴器を購入しても上手に使えていない方が、全国的に多いとの統計があります。本講座では、知っていただきたい補聴器や難聴の基礎知識をはじめ失敗しないための補聴器選びのポイントをお伝えします。

講師 補聴器のヒヤリングアート 代表取締役 園原 裕将さん

認定補聴器技能者。デンマークの補聴器メーカーで勤務後、2009年に「補聴器のヒヤリングアート」を設立。豊中・池田・高槻・茨木に店舗をもつ。補聴器業界30年以上の経験。ラジオ関西など各ラジオ局・講演会を通して補聴器の啓蒙活動を行っている。



11:10~12:10

## ちょっとしたコツであなたの住まいが心地よくなります

心地良い住まいづくりのために大切な、物件選びやリノベ、インテリアや家具選びのポイントを事例をふまえて解説。切ってもきれないご予算や住宅ローンの予備知識もご紹介。大掛かりなリフォームをなくとも気分がガラッと変わる、北欧デザインに学ぶインテリアのコツもお伝えしますので、模様替えにも興味のある方はぜひ参加下さい。

講師 株式会社クララ 濱野 哲夫さん

物件探し、住宅ローン対応、リノベまで、コンシェルジュのようなサービス「ルセット」と家具と北欧雑貨店「ナギリビング」をプロデュース。一級建築士・宅建士。



12:20~13:20

## 大人のための「お金の小学校」新NISAと貯金運用編

今大注目の「新NISA」について、分かりやすくお伝えします！"とありあえず"で銀行貯金を選んでいた方、資産運用の仕方が分からない...という方に向けた、基礎編をお話します。物価上昇の今、お金の知識を味方に付けて、不安を解消しましょう！

講師 マニュライフ・ファイナンシャル・アドバイザーズ株式会社  
ファイナンシャルプランナー 前川 貴之さん

独立型FPのため、中立な立場で幅広い金融・保険・投資商品を紹介してくれる。子育て世代の女性に向けたマネーセミナーを定期的に開催し、受講生は1000人以上。2024年MDRT成績資格会員。「お金の小学校」専任講師。



13:30~14:30

## 女性のための資産形成と相続

投資で豊かな人生を送るためには、今と将来を踏まえた自分に合った商品選びが大切。今年こそ投資を始めたけれど...そんな方にNISAやiDeCo等の商品選びのポイントをお話します。今回は特にDINKs、シングル、ステップファミリーのリアル相続も交えてお伝えします。

講師 ファイナンシャルプランナー 平松 彩さん

キャリア17年超。ワクワクできる資産形成相談が人気。やわらかい雰囲気と、専門用語を使わない説明が「どんなことでも相談しやすい」と評判。



14:40~15:40

## お金との付き合い方、賢い貯め方を学ぶセミナー

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

講師 ファイナンシャルプランナー 豊福 勝彦さん

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



15:50~16:50

## 知っているかどうかで大違い！貯蓄も保険も出口が9割

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

講師 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。



SL2504-4730-0066

# ハワイからの風 Vol.7

コナコーヒーとコールドブルーコーヒー

私とコナコーヒーとの出会いは、新婚旅行でハワイへ行ったときのことでした。ワイキキのとあるホテルの1階にあった小さなコーヒーショップで飲んだ、甘い香りのする後味スッキリなコーヒーがコナコーヒーでした。

苦味や酸味が無く、とても飲みやすかったのを憶えています。後でわかったのですが、私が飲んだコナコーヒーは、バニラの香りづけられた「フレーバーコーヒー」と呼ばれるものでした。ハワイではコーヒーを注文するときに好みでフレーバーを追加できることが多く、例えばホノルル美術館へコーヒー豆を提供しているコーヒー専門店「ビーン・アバウト・タウン」では、バニラのほかにマカダミアナッツ、ハ

イビスカス、ココナッツなど11種類のフレーバーから選べます。

最近ハワイのカフェで流行っているのが「コールドブルーコーヒー」です。「アイスコーヒー」は、熱湯で抽出したコーヒーを氷で急冷して作りますが、コールドブルー(水出し)コーヒーは、水で8~24時間抽出して作ります。水で抽出することで苦味や渋み、カフェインも少なく飲みやすいのが特徴です。コールドブルーコーヒーにヘーゼルナッツフレーバーを追加するのが私の定番です。

コナコーヒーとは、ハワイ島西海岸、フアラライ山とマウナロア山の西側斜面、標高約200~750メートルの「コナコーヒーベルト」と呼ばれる地帯で栽



コールドブルーコーヒー  
(ヘーゼルナッツフレーバー)  
\$5.50



ロンドン発のコーヒー専門店「ビーン・アバウト・タウン カイムキ店」。ワイキキ店もある。

培されるコーヒーのことです。ハワイ島コナ地区でのコーヒー栽培が始まったのは1824年、イギリス訪問中に麻疹にかかって亡くなったカメハメハ2世と王妃カママルの遺体を船でハワイへ運ぶ際に同行したボキ酋長が、途中に寄港したブラジルのリオデジャネイロからコーヒーの苗をハワイへ持ち帰ったのがきっかけでした。実はこの

時、リオデジャネイロから同じ船に乗り込んだイギリス人画家がいました。ハワイ王家の公式画家として同行することになったロバート・ダンピアです。

Navigator  
モコ



名古屋出身。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。

はじめた人から悩みとサヨナラ

# 美の悩みには、このサロンこのメニュー



## 顔印象変わる圧巻の ハンドテクニックにリピーター多数 新登場全身リンパケア・ バザルトストーンも大人気

加齢による肌悩み増加で、素颜に自信が持てない貴女に。リンパ詰まりや表情筋のゆるみだけでなく、頭皮のコリも「たるみ、しみ、しわ、くすみ、毛穴の開き」の大きな原因のひとつだそう。全コースに含まれる独自のハンドテクニックでコリをやわらげ、循環機能を高め美肌に導く。リンパケアは「ハンドテクニックが別格!」と人気を集め、遠方から通う方や10年以上通うファンもいるほど!

フェイシャルだけでなく、凝り固まった身体を流してくれる新登場のボディメニューも人気。オールハンドのリンパケアや産婦人科医推奨技術のバザルトストーンによる施術で「身体が楽になった!」との声が多く届いている。この機会にぜひ、一度体感してみてください。

「頭皮のたるみは顔のたるみ」。頭皮からほぐしていくことでフェイスラインが変わるそう。



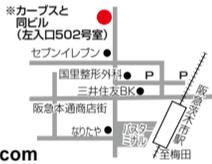
完全個室での施術で、心身ともにリラックスした時間を過ごすことができる。

### Eternal Beauty (エターナルビューティ)

茨木市宮元町7-22  
仲辻ビル502(左入口)  
営/10時~18時 不定休  
その他の時間も相談可能  
駐車場あり

☎072-623-5025

<http://esthetic-eternal.com>



#### 特典 「シティライフを見た」で

- スペシャルリンパケア+マシン毛穴洗浄コース(120分) **5,000円**
- バザルトストーントリートメント(全身)(90分) **5,500円**
- 全身リンパケア(90分) **5,000円**
- 全身リンパケア(90分)×3回 **20,000円**  
(4月末まで・新規の方・要予約)

### ハリ・しみ・くすみ・毛穴で悩む人に

## オールハンド+マシンスペシャルコース 5,000円(初回限定)

常連ゲストが絶賛する「約40分スペシャルリンパケア」に、「マシンでの「毛穴洗浄」+「エステティックポーレーション」をプラスした加齢に伴う肌悩みにワンランク上のスペシャルケアコース。



頭皮のタルミは顔のタルミ  
極上の約40分リンパケア  
オールハンドでデコルテ、肩、首、顔、頭、耳までしっかりとケア。老廃物の排出を促し、リンパの詰まりを流してくれる。

### マシンでしっかり毛穴ケア&エイジングケア



**1 毛穴洗浄**  
自分では取り除けない肌深部の汚れと古い角質をスクライパーで除去。



**2 エステティックポーレーション**  
パルス電流を利用し、高分子成分を肌深部に浸透させ美容効果を高める。

### バザルトストーン(全身)



**1** 特殊加工の玄武岩を温めると遠赤外線が発生し、こぼれた筋肉を温めながらほぐしていく。

**2** 血行や老廃物の排出を促し身体を芯から温めて新陳代謝を高め、むくみ・肌のハリ艶をサポート。

### ボディケアコース

**全身リンパケア**  
忙しい貴女に癒しのひとときを。血液やリンパの循環を促すオールハンドトリートメント。

**ゲストの声**  
強めの施術があまり得意じゃなく、冷えやむくみがあるのでバザルトは不思議な感覚で癖になります。むくみもスッキリ、全身が楽になり次の日も身体がポカポカで嬉しい!! (50代・Mさん)



## 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

「高速セルライト撃退コース」は代謝が落ちる40代からの痩せにくい体に最適!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法でごっそり排出!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。



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パ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

## お腹と太もものサイズアップが止まらないと悩む人に 高速セルライト撃退コース 90分 3,980円(初回限定)

### 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。基礎代謝もあがり、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。



Before

After

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



ゲストの  
喜びの声は  
HPに掲載!



### 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。



## 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。



## 月極駐輪場オープンしました!!

	1ヵ月	3ヵ月
利用料	3,100円	9,000円

※チャイルドシート付は+100円/月  
高槻市高槻町18-1 高槻市場事務所  
受付:水曜以外 午前10:00~17:00  
☎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  
蛸池店 豊中市蛸池中町2-4-17 ☎06-6843-0589  
石橋店 池田市豊島北2-4-6 ☎072-761-7777  
片山町サンザリア店 吹田市片山町3-32-3 ☎06-6380-6405



岸野さんは歴32年で現役エステティシャン向けの講師も務めるほど技術と知識が豊富。ゲストの肌質に合った日頃のお手入れのコツやアドバイスも丁寧にしてくれる美容のプロ。

**エステ処 麗らか**  
(エステドコロ ウララカ)

高槻市芥川町1-13-12  
グリーンピア芥川2F  
営/10時~LO.19時(土曜は17時)  
日曜・祝日定休  
1日3名限定予約制  
☎072-655-3818  
高槻 エステうららか で検索



**ほうれい線、たるみ改善で見違える  
大人女性の肌悩みに強いお助けサロン**

「美容整形を悩んでいたけどここに来て良かった!」「私の年代の悩みを分かってくれるサロン」と結果の出る施術でファンを増やし続ける同店。すべてのメニューにおいて「肌と体の浄化と活カアップ」を目的に、オールハンドでゲストの肌質に合わせて丁寧に施術。その中でも40代50代の老化が進みやすい肌に効果抜群なのがミネラル核酸DNA顔筋トレーニング。5年前の顔より今の方が若い!と自分で実感できるほど効果抜群!花嫁花婿の母がハレの日のために来店することも多いそう。大人女性が本当に必要な美の真髄をぜひ味わってみて。

**特典**

- 「シティライフを見た」と新規予約で
- 核酸DNA肌再生.....16,500円→初回**14,300円**
  - すっきり浄化ボディ全身.....16,500円→初回**14,300円**
  - ドイツ式ハーブピーリング.....26,400円→初回**24,200円**(4月末まで)

**ほうれい線やたるみで悩む人に  
ミネラル核酸DNA肌顔筋トレーニング**

100分 **19,800円** → **18,700円** (初回限定)

核酸セル活性で内側からモチモチ肌。そして世界最小ミネラル酵素で毛穴の奥の汚れを掃除して、栄養補給と引き締めのクレイパックでリフトアップ!さらに顔や頭の筋肉をほぐし、鍛える表情筋トリートメント+首肩背中デコルテのマッサージで老廃物を流し出す。40代50代女性に効果を実感してもらえる1番人気のメニュー。



**InstagramやGoogleでの口コミ例**

- 「鏡を見て気分が下がっていた自分が嘘みたい!」
- 「くすみ隠しが必要なくなってノーファンデがこわくない!」
- 「季節の変わり目や疲れた時も肌がゆらがなくなった!」
- 「美容の事はもちろん、何でも話やすく行くのが楽しみ!」

**CROSSWORD**

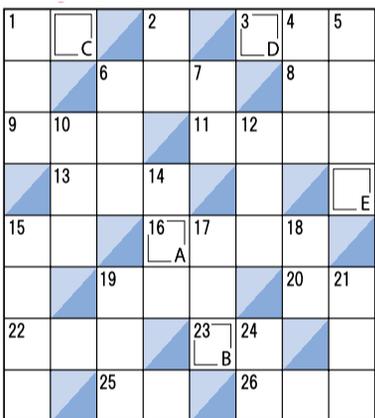
応募方法/はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日メ切)

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

**●2月号の答え バレンタイン  
マママキ**

難読漢字クロスワードです。キーの読み仮名をマス目に入れて、二重枠の文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか?  
(作・あさみ順子)

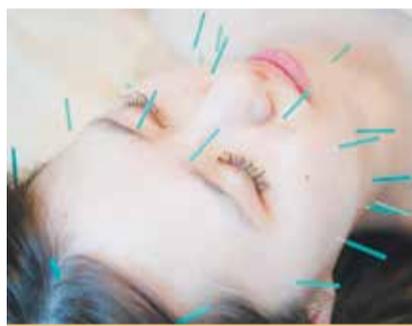
**難読漢字クロスワード**



タテのキー					ヨコのキー				
1 土竜	14 包子	1 百舌鳥	16 鴛鴦						
2 黄鼬	15 蹲	3 鶏冠	19 鶉						
4 酒屋	17 虱	6 浮塵子	20 鋤						
5 蟻螂	18 栗鼠	8 鎌	22 飛蝗						
6 梔	19 宴	9 駱駝	23 弥撒						
7 嵩	21 沈菜	11 月代	25 下種						
10 海月	24 犀	13 喇叭	26 鼬						
12 鼯		15 黄楊							

**解答**

A	B	C	D	E



**シミ、たるみで悩む人に  
美容鍼+光フェイシャルコース**

【①お顔の美容鍼②頭皮への鍼③フットマッサージ④顔と首の光フェイシャル⑤コラーゲンパック⑥お顔のマッサージ⑦リンパを流す全体】  
鍼とIPL光のダブル施術で肌の土台からアプローチ。顔のくすみ、ほうれい線、目の疲れ、まぶたが重いなど肌の悩みを穏やかに改善できる人気コース。

**acunesse** (アキュネス)

高槻市真上町1丁目1-20  
シティーコーポ真上1号  
営/10時~18時  
水・日曜・祝日定休  
共有Pあり  
☎090-8456-0163  
アキュネス 高槻 で検索



**肌を底上げ、艶とハリ、透明感  
相乗効果でいいことだらけ美容**

「美容鍼は、肌の表面はもとより組織、細胞、毛細血管及び神経を刺激して体の内側に働きかけることができます」と鍼灸師の岡野さん。肌本来がもつ「自己治療力」機能を活性化させ、年齢以上に若く見えるアンチエイジング効果も期待!そして根強い人気の光フォトフェイシャルを組み合わせると驚くほど肌悩みが改善。ざらついていた肌が翌日明るくツルツルに!W施術の嬉しい変化をぜひ実感して!

WEB予約はこちら



**特典**

- 「シティライフを見た」と新規予約の方
- 美容鍼スタンダード(60分).....7,700円→**5,500円**
  - 美容鍼+光フェイシャル(90分)11,000円→**7,700円**
  - 美容鍼+プラチナコース(90分)11,000円→**7,700円**(フットマッサージ・骨盤ケア付き)(3月末まで)



(上)土曜の午後は完全予約制で16時半まで診察。平日忙しい人にもありがたい配慮だ。  
(左)清潔感のあるパウダールーム。女医ならではの気遣いが嬉しい。

充実した設備や用品を取りそろえる当院では、局所麻酔を使用した日帰り手術にも対応しています。また、豊富な治療方法を自費診療まで含

「ただのイボ」かは、**専門家の目で判断**  
いわゆるイボとは、皮膚から盛り上がった“できもの”を指します。皮膚科を受診する患者様に多いのは、皮膚の内側にできた袋の中に角質や皮脂がたまって起こる粉瘤(アテローム)です。顔や首、背中など体のあちこちにでき、女性器にできるケースもあります。悪化するも膿んだり、炎症を起こしたりするから厄介です。基本的に手術で取り除

きますが、早期に受診すると患者様の負担も少なくすみます。肌にしこりや隆起を感じたら、まずは受診をおすすめします。  
次いで多いのが、軟性繊維腫(アクロコルドン)と呼ばれる、首や脇にできる1ミリ程度の小さなイボ。その他にもたくさん種類があります。良性的であるケースが多いですが、中には日光角化症という早期の皮膚がんのケースも。ただのイボなので放っておいても大丈夫です。基本的に本格的に手術で取り除

丈夫」と判断する前に、専門的な知識を持つ皮膚科できちんと診断を受けることが大切です。  
「人には相談にくい」**悩みも相談できる肌と美容のかかりつけ医**  
皮膚の病気には数多くの治療方法があります。ただ、やはりどんな治療にもメリット・デメリットがあるものです。例えば保険が適用できる治療として、液体窒素を使ってイボを凍結させる方法は安価で手軽な反面、治療に通う回数は増えます。その他、当院では傷跡が目立ちにくく再発リスクの低い、自費診療によるサージトロン(高周波メス)での処置も可能です。充実した設備や用品を取りそろえる当院では、局所麻酔を使用した日帰り手術にも対応しています。また、豊富な治療方法を自費診療まで含

**知っておきたい医療のこと**  
**気になる肌トラブルを改善して**  
**健やかな毎日を**  
肌トラブルがあると気分まで落ち込むもの。今回は誰にでも起こりうる“できもの”についてあゆ皮フ科クリニックの菊澤先生にお話を伺った。  
**いつの間にか体にイボが。放っておいても大丈夫?**  
イボの種類はさまざま、中には早期がんのケースも。的確な診断と種類・症状に応じた治療が大切です。



今回教えてくれたのは  
**あゆ皮フ科クリニック  
菊澤 亜夕子院長**  
神戸大学附属病院や兵庫県立がんセンターなどを経て、高槻病院で皮膚科医長に。注入専門フィラクリニック難波院の院長を務めた。2023年10月に高槻市であゆ皮フ科クリニックを開院。

**あゆ皮フ科クリニック**

高槻市宮田町  
2-40-10 2F  
スーパーマルヤス  
宮田店向い  
専用駐車場2時間無料  
休診/月曜、日曜、祝日  
☎072-668-1415



# FESTA

## 春のコスメフェスタ

3/1金 - 3/31日

春は出会いや再会が多い季節。今回、高槻阪急スクエアがメイクとファッションにフォーカスして、春の行事に合わせた印象UPポイントを伝授してくれました。色選びのプロに教えてもらって、出会いの場面にふさわしい晴れやかな自分を目指しましょう。

### 高槻阪急スクエア

高槻市白梅町4-1  
営業時間/午前10時~午後8時  
ナビダイヤル/0570-081-381

高槻阪急スクエアのHPはこちらから



#### 高槻阪急Beauty Instagramフォロー限定



2階化粧品売場で1レシート  
税込10,000円以上(合算不可)  
お買い上げの先着100名様に  
AKOMEYAさくらゼリーを  
プレゼント!

ご登録が  
まだの方はこちら



### セレモニースタイル

品格漂う王道のツイードジャケット&ワンピースでフォーマルな装いに

#### メイクアドバイス

セレモニーシーンで外すことがない黒やネイビーなどのダークカラー衣装はどちらかと言えばブルベさん向き。イエベさんがこの色の衣装を選ぶ時はメイクアイテムを少しだけブルベ寄りすると統一感が出て Good!



高槻阪急 2階 23区セレクト  
ジャケット.....42,900円  
ワンピース.....39,600円  
コサージュ.....6,930円  
バッグ.....19,910円



教えてくれたのは



カラーアナリスト  
コスメコンシェルジュ  
柳原まきえさん

日本パーソナルカラー認定講師・セルフメイク講師として活躍。パーソナルカラー選びと顔分析で1人ひとりに似合うメイクを提案。

#### 印象UPポイント

「イエローベース(イエベ)と「ブルーベース(ブルベ)」を見極める

「パーソナルカラーでは、肌・髪・瞳の色などの生まれ持った色素をもとにして、似合う色を探します。一般的に黄みを含み、暖かみを感じる色がイエベ。親しみやすさ、若々しい印象に見せたい時はイエローベースに。青みを含み、冷たさを感じる色がブルベ。クール、しっかりした印象に見せたい時はブルーベースに。

#### ブルベ Cosme

ルナソル アイカラー レーション(12) 6,820円  
阪急フルーツギャザリング

ルナソル ジェミネイト アイズN(05) 5,500円  
阪急フルーツギャザリング

ヘアミネラル ジェンヌードパウダー ブラッシュ コールマイブラッシュ 3,960円  
阪急フルーツギャザリング

エトヴォス ミネラルリップ ブランパー シアー 3,300円  
阪急フルーツギャザリング

オサジ ニュアンス リップスティック(17) 3,300円  
阪急フルーツギャザリング

ルナソル ブランメロウ リップス(05) 4,400円  
阪急フルーツギャザリング

スリー ネイルポリッシュ (138/116) 各1,980円  
阪急フルーツギャザリング

#### イエベ Cosme

ルナソル アイカラー レーション(11) 6,820円  
阪急フルーツギャザリング

ルナソル アイカラー レーション(20) 6,820円  
阪急フルーツギャザリング

ヘアミネラル ジェンヌードパウダー ブラッシュ ピンクミーアップ 3,960円  
阪急フルーツギャザリング

エトヴォス ミネラルリップ ブランパー ディープ 3,300円  
阪急フルーツギャザリング

オサジ ニュアンス リップスティック(18) 3,300円  
阪急フルーツギャザリング

ルナソル ブランメロウ リップス(04) 4,400円  
阪急フルーツギャザリング

スリー ネイルポリッシュ (117/132) 各1,980円  
阪急フルーツギャザリング

### 社会復帰スタイル

汎用性があるセットアップはハレの日にはもちろん、オフィスや普段使いもオススメ

#### メイクアドバイス

くすみをカバーしたベースメイクで健康的に見せつつ、はっきりした意思をアピールする目カメイクでお仕事モードに!



1階 グリーン パークス サラ  
ジャケット.....7,990円  
ブラウス.....5,490円  
パンツ.....5,990円  
※バッグ、パンプス、  
アクセサリ類は参考商品

#### 印象UPは目元が勝負!



#### メイクアドバイス

職場復帰などで久しぶりにメイクをするときはアイメイクを見直しましょう。赤・茶系のマスカラや明るい眉用カラーを使うことで優しい印象になります。

エトヴォス ミネラルデザインング アイブロー (ナチュラルブラウン)(眉墨) 3,850円  
阪急フルーツギャザリング

エトヴォス ミネラルスムーズ リキッドアイライナー 2,970円  
阪急フルーツギャザリング

スリー ワイズアイズ パースペクティブ マスカラ(02) 4,400円  
阪急フルーツギャザリング

シュウエムラ クシブロー Mエイコーン (眉毛用マスカラ) 3,960円  
阪急フルーツギャザリング

パーソナルカラーで選ぶ 春のシーン別ファッション&メイクレッスン

高槻阪急2階 化粧品売場

SPRING COSMETIC

公園デビュースタイル

親しみやすいけど「今どき」を押さえた  
カジュアルコーデ



メイクアドバイス

メイクはナチュラルに。パ  
パと共有できる紫外線ケ  
アコスメも必須アイテムです。

パパと共有



ニールズヤード  
レメディーズ  
ナチュラルUV  
プロテクションミルク  
3,960円  
SPF38 (PA++++)  
阪急フルーツギャザリング



スリー  
balancing  
UVプロテクターR  
(日焼け止め乳液)  
4,620円  
SPF40 (PA+++)  
阪急フルーツギャザリング

高槻阪急 1階 プルアープ

左)レディース  
カーディガン 39,600円(シレット)  
パンツ.....29,700円(シレット)  
シューズ.....15,400円(カルフ)  
カットソー(参考商品)

右)メンズ  
ジャケット.....27,500円(バタゴニア)  
カットソー.....13,200円(セントジェームス)  
パンツ.....17,600円(ダントン)  
シューズ.....15,400円(カルフ)

5階 アカチャンホンポ

アップリカ ルーチェ フリー  
(対象年齢 1か月~3歳頃)  
.....73,700円



ベースコスメ&スキンケア



ボビィ ブラウン  
インテンス シェラム  
ファンデーション  
9,460円 SPF40 (PA++++)  
阪急フルーツギャザリング



ローラ メルシエ  
リアルフローレスウェイトレス  
パーフェクティングコンシーラー  
4,730円(全6色5.4ml)  
阪急フルーツギャザリング

3/1(金)  
から  
限定発売



※なくなり  
次第終了

ジルシュアート  
ブライト&スムース  
セラムプライマー  
1,980円(15ml)  
阪急フルーツギャザリング

3/1(金)  
新発売



SHISEIDO  
メーキャップ エッセンス  
スキングロウプライマー  
5,280円(30g)  
資生堂



ロクシタン  
レーヌブランシュ  
トリートメントセット  
(ジェルクリーム) 14,300円  
ロクシタン



エトヴォス  
(左)ミネラルUVパウダー  
本体3,300円 詰替2,640円  
(右)ミネラルUVベール  
本体3,960円 詰替3,190円  
阪急フルーツギャザリング

高槻阪急Beauty LINE友だち限定イベント



高槻阪急BeautyLINE公式アカウント  
に登録していない方はこちら  
※当日、LINEの友だち登録画面をご示願します。

高槻阪急beauty  
LINE友だち限定

阪急フルーツギャザリングでお買い上げで  
ショッピングカードスタンプ2個プレゼント!  
【会期】3/20(水・祝)~31(日)

ラ・カスタ

頭皮スコープカウンセリング

「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、ヘアアイテムをご提案。

- 3/8(金)・9(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~
- 所要時間:各回約40分
- 場所:阪急フルーツギャザリング
- 参加費:無料 ■定員:各日各回1名様
- ご予約:3/1(金)午前10時からWEB予約スタート

ご予約は  
こちら



3/1(金)  
10時から  
WEB予約  
スタート

ビックカメラ

美容家電個室体験会&ヤーマン美容家電実演会

【美容家電個室体験会】

気になっていたあの美容家電をたっぷり1時間体感いただけます。個室なので周りを気にせず体験でき、専門販売員によるおすすめの使い方もご紹介いたします。

- 3/16(土)・17(日)・20(水祝)
- 時間:個室体験①午前11時~②午後0時30分~③午後2時~  
④午後3時30分~⑤午後5時~
- 所要時間:各回60分 ■場所:化粧品売場キャビンルーム
- 参加費:無料 ■定員:各日各回1名様
- ご予約:3/1(金)午前10時からWEB予約スタート

【ヤーマン美容家電実演会】

最新の美容家電の実演を行っています。お客様にあった商品を専門販売員からご提案させていただきます。

- 3/16(土)・17(日)・20(水祝) ■時間:各日午前11時~午後7時
- 場所:阪急フルーツギャザリング ■参加費:無料 ■ご予約:無し

3/1(金)  
10時から  
WEB予約  
スタート



詳細および  
ご予約はこちら



ファンケル

教えて春のコトはじめ  
TPOメイクレッスン

パーソナルカラー診断でぴったりのカラーをご提案。新色ポイントメイクを使ったメイクレッスン。

- 3/1(金)~31(日)
- 時間:正午~午後5時 ■所要時間:約30分
- 場所:ファンケル
- 参加費:無料 ■定員:各日3名様
- ご予約:電話にて(072)685-5903  
【午前10時~午後8時】

2/26(月)  
10時から  
電話予約  
スタート



パーソナルカラー

「好印象メイク」で自分らしさを叶える!  
パーソナルカラー イエベ&ブルベ診断

カラーアナリスト、コスメコンシェルジュの柳原まきえさんによるイエベ・ブルベ診断で似合うアイカラー、チーク、リップをご提案いたします。

- 3/9(土)・10(日)
- 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~
- 所要時間:各回約45分 ■場所:阪急フルーツギャザリング
- 参加費:無料 ■定員:各日各回1名様
- ご予約:3/1(金)午前10時からWEB予約スタート

ご予約は  
こちら



税込5,000円以上ご購入  
でまきえさんおすすめ  
のカラーアイテムを  
プレゼントいたします。

資生堂

トップメーキャップクリエイター来店

3/20(水・祝) SHISEIDO  
トップメーキャップクリエイター 青木優美  
3/31(日) クレド・ポーポーテ  
トップメーキャップクリエイター 曾山愛梨沙

「眉がうまく描けない」「いつも同じようなメイク」「トレンドメイクを知りたい」など美しさを更に引き出すメーキャップをご提案いたします。

- 3/20(水・祝)・31(日)
- 時間:各日①午後4時~②午後5時30分~③午後6時15分~
- 所要時間:各回約30分 ■場所:資生堂 ■参加費:無料 ■定員:各日各回1名様
- ご予約:3/13(水)午前10時からWEB予約スタート



青木優美



曾山愛梨沙

3/13(水)  
10時から  
WEB予約  
スタート

ご予約は  
こちら



スリー

春のトレンドメイク体験会

メイクアップスペシャライザーによる、春の新作メイクのご体験とご紹介。

- 3/8(金)
- 時間:①午前11時~②午後1時~  
③午後2時~④午後3時~  
⑤午後4時~⑥午後5時~  
⑦午後6時~
- 所要時間:各回約40分
- 場所:阪急フルーツギャザリング
- 参加費:無料 ■定員:各回1名様
- ご予約:3/1(金)午前10時から  
WEB予約スタート

ご予約は  
こちら



3/1(金)  
10時から  
WEB予約  
スタート



ハーバー

リップメイク体験会

お一人おひとりにあったリップメイクをご提案。ご希望の方は店頭でお声かけください。  
※混雑時にはお待たせする場合がございます。

- 3/15(金)・16(土)
- 時間:正午~午後5時
- 所要時間:各回約15分
- 場所:ハーバー
- 参加費:無料
- ご予約:無し  
係員にお声かけ  
下さい



ジョンマスターオーガニック

スキャルプスコープ体験会

スコープカメラを用いて頭皮の状態をチェックし、商品提案を行います。

- 3/29(金)・30(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~
- 所要時間:各回約40分
- 場所:阪急フルーツギャザリング
- 参加費:無料
- 定員:各日各回1名様
- ご予約:3/22(金)午前10時から  
WEB予約スタート



ご予約は  
こちら



PROFESSIONAL

# 困り事はプロに頼って解決 暮らしの プロフェッショナル

親から譲り受けた指輪やひと昔前のジュエリーを眠らせたままに  
していませんか。今回はダイヤの価値について井上質店 高槻店の  
井上さんに話を伺いました。

**Q.** 鑑定書が無い小さなダイヤの指輪があります。  
価値はありますか？

**A.** ほとんどの場合、  
値段が付きます。



井上質店高槻店  
井上 篤哉さん

鑑定機関GIAで 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。言わば宝石に関してのスペ  
シャリスト。

ダイヤは4C「カラット(重さ)、カラー(色)、ク  
ラリティ(透明度)、カット(プロポーション)」を測  
定し、価値を評価します。国際的に統一された評  
価基準として使用されているので鑑定書が無く  
ても大丈夫です。また、指輪に使われることが多  
いのが0.3~0.5カラットの1粒ダイヤですが、0.1  
カラットでも価値としてプラスできます。0.1カラ  
ット以下のダイヤは「メレダイヤ」と呼ばれ、デザ  
イン装飾としてあしらわれているダイヤも価値と  
してプラスします。ブランドメーカーのダイヤや  
デザイン装飾として使われているダイヤは高値  
が付くことがあります。まずは鑑定の有資格者が  
いるお店で見てもらうことをお勧めします。



鑑定のプロ



LINE鑑定は  
こちら

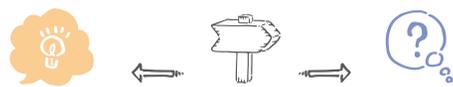
**井上質店 高槻店**  
(いのうえちてん)  
高槻市高槻町6-12  
営/9時~19時  
日・祝・第3・4土曜定休  
☎072-685-7078  
井上質店高槻店 で検索



親身に相談、無料査定で信頼の質店

金の相場が高騰する今、どこに相談する  
べきか悩む人も多いのでは。「重さを測る  
際に分解された」「言われるがままに売っ  
てしまって後悔」といった話もあるのでき  
ちんと選びたい。井上質店は創業73年の  
老舗だからこそ、他では出回らない情報や  
査定金額の相場に詳しく、親身になってア  
ドバイスをくれる。貴金属や宝石に限らず、  
ブランドバッグなど、思  
いもよらぬ良い値段がつく  
ことも。査定は無料な  
ので、一度相談してみよう。  
清潔感のある店内で  
女性も入りやすい。

**2/16(金) 現在の金相場による同店買取金額**  
※K24(1g)10,070円、K18(1g)7,600円での計算  
●K24の指輪(5g)50,300円  
●K18のネックレス(20g)152,000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書を持参



## 自立・働くを支援する

障がいがある方の就労をサポートする事業所を紹介します。



就労移行支援

着実に就労へとつなげていく  
550以上のプログラム  
就職後の定着支援もしっかりと



温かいスタッフ  
がトレーニングから  
定着支援まで全  
面サポート。幅広  
い年代の方が通  
い、学生さんの受  
け入れも可能。

光が差し込む気持ちの良い空間、休憩ス  
ペースもあり。

550以上の充実したプログラム

- SST(社会生活技能訓練)…日常生活のさまざまな  
場面を想定し、ロールプレイを通して対応を習得し  
ていく。(例:助けを求めると謝る)
  - JST(職場対人技能訓練)…職場で起こるさまざま  
な場面を想定し、ロールプレイを通して対応を習得。
  - 模擬就労…実際の職場を想定して、軽作業や事  
務作業を行う。
- ※他にもさまざまなカリキュラムを用意。毎週個別で振り返り  
目標設定をして次につなげていく。

就労移行支援事業所  
Cocorport (ココルポート)

【大阪千里中央駅前Office】  
豊中市新千里東町1-4-1  
阪急千里中央ビル8F  
受付/9時~18時(月~土)  
☎06-6318-9931  
【大阪梅田Office】  
大阪市北区芝田2-7-18 6F  
☎06-6476-8130



https://www.cocorport.co.jp

Interview

経験豊富なスタッフ  
が揃っており、通所者の  
皆さんと伴走して参りま  
す。一緒に悩んで考え  
て、「安心される存在」で  
ありたいと思っています。  
困ったことは何でも  
相談してくださいね。



千代子さん  
千代子 千鶴さん  
千代子 千鶴さん  
マネージャー

## 自分と家族のために考える 相続カフェ

シティライフ  
読者限定  
参加費無料  
(通常2,000円)

一人暮らし、認知症を心配される方へ  
相続について一度ご相談ください

こんな方にオススメ

- ☑ 認知症や介護のサポートが心配だ
- ☑ 一人暮らしの将来が不安だ
- ☑ 実家の相続をどうしたら良いか分からない
- ☑ 子どもに迷惑をかけたくない

参加者の声

自分たちの考えで相続対策をしてきたが、本当にこれで良い  
のか不安でした。専門家がサポートしてくれたことで、家族が  
理解してくれて皆が安心できました。(高槻市在住 60代夫婦)

2024  
第42回 3/13(水)・17(日)  
①13:00~13:55 ②14:00~14:55  
第43回 4/10(水)・14(日)  
①13:00~13:55 ②14:00~14:55  
※毎月、第2水曜・日曜に開催中(他の日程で開催する場合もあります)

【会場】  
ふくおか洋一  
法律事務所  
茨木市永代町5  
阪急駅前茨木ビル  
(ソシオ1)3階311  
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23

相続コンサルタント  
森 拓哉  
一級ファイナンシャル  
プランニング技能士  
CFP  
宅地建物取引士

弁護士  
黒根 祥行  
弁護士(大阪弁護士会)  
ふくおか洋一法律事務所  
代表代行  
甲南大学 法科大学院  
特別講師

【申込み・問合せ】  
TEL.072-634-3331  
日程が合わない場合は  
個別に調整できます。  
ご相談お待ちしております  
詳細はこちらから ▶

【主催】株式会社 アイポス  
茨木市園田町6-1 フィールドア2F  
アイポス で検索  
アイポスとは…  
人生100年時代を賢く過ごすために、退職後のライフプランニング  
から相続まで幅広いサポートを行っているコンサルタント。"金融商  
品を勧めない"をモットーに、生活が豊かになる手助けをしてくれる。

## 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  
最新  
システムで  
お相手探し

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





独自の  
カット技術で  
クセ毛をコントロール  
自分の髪質を活かしたカットで  
気分も印象もアップ

クセやうねりを抑えコントロールし、乾かすだけでまとまりやすいヘアスタイルを作ります。諦めていた髪質が好きなようになる様、クセを味方にするご提案をさせていただきます。自身も学生の頃からクセ毛に悩んでいたのでは是非ご相談ください。 オーナー・スタイリスト 宮本さん

乾かすだけでできる  
クセ毛で悩む女性の強い味方

どうにもならないと諦めがちな天然のクセ毛をうねりや毛流れを計算し、カットのみで改善できるオーナーの宮本さん。自身がクセ毛で悩んだ経験から本場ロンドン・ササンのカット技法を基本に腕を磨き続け、乾かすだけでまとまるスタイルを実現する。その技術の高さに遠方から来店するゲストも多い。同店のヘナカラーは天然100%の最高品質のヘナを使っており、市販のヘナでよくある匂いやきしみも少なく、自然な色合いに染め上がる。また、ハーブカラーと混ぜて染める事で、白髪を明るいブラウンに染めることもできる。白髪染めに悩んだら、一度Luxiaで染めてみよう。

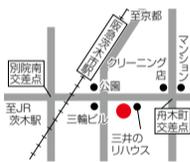


(上) 憧れのヘアスタイルが叶うと好評。お客がお客を呼び、クセ毛で悩む方の強い味方として人気だ。  
(右) 根、枝、茎、葉脈を取り除き、葉肉のみを100%使用した最高品質のヘナ。



新規の方はWeb予約不可。電話予約のみ。

**Luxia**  
(ラクシア)  
茨木市舟木町2-25 東急スポーツビル1F  
茨木市駅より南へ徒歩3分  
営/9時半~19時(最終受付17時)  
日曜定休  
☎072-635-6921



特典 「シティライフを見た」で

- カット .....4,950円→**3,850円**
- オーガニックカラー .....7,700円→**20%OFF**
- ヘナカラー .....7,700円→**20%OFF**
- ハーブカラー .....7,700円→**20%OFF**  
(天然100%ヘナ、ハーブカラー、ダメージ無し)  
※ヘナカラー、ハーブカラーのみご希望の場合は別途シャンプー代1,100円が必要  
※Web予約不可。必ずお電話ください。  
※お支払い現金のみ(新規限定価格)

出会うの季節

ここが  
キメ手

第一印象をUpしてくれる  
ヘアサロン  
**Hair v Salon**



「独自配合のヘナカラーは、地肌・毛髪にやさしいのでオススメです」とhitomiさん。

美容育毛コースで年齢や季節に左右されない髪へ

オススメは美容育毛コースです。天然薬剤で毛穴に詰まった皮脂や残留不純物を取り除き、頭皮の血行不良を改善します。髪の毛の根元の立ち上がり、ハリ・ツヤを取り戻します。

第一印象をUp  
ここがキメ手!!

スタイリスト hitomiさん

薄毛・抜け毛を天然薬剤で改善  
ギャザーサンクレール店の美容育毛

実力派サロン「ギャザー」の姉妹店「サンクレール店」は、美容育毛サロンとして人気。生活習慣や市販のシャンプーが原因である現代の抜け毛・薄毛は年齢に関係がないので、早めの対策が大切。20年以上人気のヘナカラーもオススメ!



美容育毛サロンGather  
サンクレール店  
(ギャザー)  
茨木市下穂積4-4-13  
さんくれーる茨木A-108b  
営/9時~17時  
毎週月曜・火曜定休  
☎072-627-3447



Menu

「シティライフを見た」で  
(美容育毛コース)

- 美容育毛+ヘナカラー 17,600円→**14,080円**~
- 美容育毛コース+カラー13,750円→**11,000円**~
- 美容育毛コース+パーマ14,300円→**11,440円**~  
(全てカット・シャンプー・ブロー代込み)  
(3月末まで・新規限定)

編集後記

P.31で紹介した小学生の募金活動ですが、自発的に始めたというところに「エライ!」と思いました。自分が小学生の頃は、先生や親に言われるがまま、何となく赤い羽根募金をした記憶があるぐらいです(情けない!)。「困ったときはお互い様」。小学生のわが子にもしっかり伝えたいと思います。(コサオ)

5/26の姜尚中氏講演を皮切りに、年間8回の講座が受けられる「北摂文化大学」の参加者募集が始まっています。学ぶことは、自分自身の考え方や行動にも変化が生まれるプロセスとなり、生涯に亘って重要なことです。ご自身の知見を深め、豊かな人生を送るきっかけとしてぜひご参加ください。(鉄)

今月のグルメ特集は旬の柑橘やいちごを使ったスイーツをご紹介します。春の訪れを感じながら、あまずばいおいしさに浸ってみてください。ビタミンもたっぷりなので、おいしく食べてキレイに健康になれるっていいですね。(プロの技に感嘆しきり。まっつー)

春が香るおしゃれなマーケット

**桜 Craft Fes**  
produced by LOHAS Festa

出店店舗一部紹介



桜 Craft Fes 会場

万博記念公園「東の広場」西側の大通り



出店日  
3/27(水)・3/28(木)

**comfy オリーブ**  
ドライフラワー、ドライフラワー雑貨、アロマワックスサシェなど



出店日 3/30(土)・3/31(日)・  
4/1(月)・4/2(火)・4/3(水)・4/4(木)

**貴仙窯☆Kirari**  
手づくり陶器、フラワーコーサージュ、バック、ヘアアクセサリなど



万博記念公園で長年親しまれている「桜まつり」が、多世代が楽しめる「SAKURA EXPO 2024」としてリニューアル!その期間中、おしゃれなマーケット「桜 Craft Fes -さくらクラフトフェス-」を初開催します。ロハスフェスタがプロデュースする本イベントでは「春」や「桜」をテーマとしたアクセサリやクラフト作品が勢ぞろい。春が香る「桜 Craft Fes」にぜひお越しください。



出店日  
4/5(金)・4/6(土)

**qoo candle/yeKa/DelFi./nanan/yuina-結愛-**  
キャンドル・アロマワックスサシェ、アクセサリ



出店日  
3/27(水)・3/28(木)

**HaruE**  
本物の桜を使用したアクセサリのほか、各種アクセサリ、ドライフラワーなど



出店日  
3/30(土)・3/31(日)・4/1(月)

**fuapri&coco.torin**  
桜などのクッキー型(200種)とその型で作成した陶器小物、ブリザーブドフラワーを使用したアクセサリなど



出店日  
3/29(金)・3/30(土)

**マチャップ文具店**  
春をイメージしたワイヤーオブジェやグリーンなど



出店日  
3/30(土)・3/31(日)・4/1(月)

**sena esola**  
お花を使ったアクセサリ。イヤークセサリやヘアアクセサリ、リングなど



出店日 4/2(火)・4/3(水)・4/4(木)・  
4/5(金)・4/6(土)・4/7(日)

**mz collection**  
シルバーや真鍮、天然石を使った花や自然モチーフのアクセサリ

その他の出店  
イベント詳細はこちら

2024.3/27 WED - 4/7 SUN 万博記念公園

9:30-17:00  
3/29(金)~31(日)の3日間は20:00まで



●【入場料】 無料 別途、万博記念公園入園料(大人260円・小中学生80円)必要 ● 小雨決行(雨天の際、中止する場合がございます) ● SAKURA EXPO 2024は3/20(水・祝)より開催

HELLO, NEW LIFE. さあ、春支度をはじめましょう。

特設サイトで紹介!  
詳しくはコチラからチェック!春からの新スタートを応援するっておきのアイテムを  
ピックアップしてご紹介します!

## コスメ

エレガンス  
アルモニーアイズ  
(アイカラー)  
各3,850円ALBION DRESSER  
ららぽーとEXPOCITY 1F⑤イモータル  
オーバーナイト  
リセットセラム  
(30mL) 9,350円⑥レーヌブランシュ  
イルミネイティング  
クレンジングフォーム  
(150mL) 4,950円ロクシタン  
ららぽーとEXPOCITY 2Fリンクルブライト  
UVプロテクター  
3,850円オルビス  
ららぽーとEXPOCITY 1F

## 家具家電

ORLT Dテーブル  
21,780円  
LTダイニングチェア2  
12,100円niko and...  
ららぽーとEXPOCITY 1F⑤コンパクト  
マルチグリルポット  
7,150円⑥ミニボトルブレンダー  
3,960円BRUNO  
ららぽーとEXPOCITY 1FCULTI (ARAMARA)  
ディフューザー 250ml 9,750円アクタス  
ららぽーとEXPOCITY 1F

## フレッシュアーズ

④2wayストレッチ  
ノーラベルジャケット  
7,989円⑤2wayストレッチ  
1タック  
テーパーパンツ  
4,939円ロベクニック  
ららぽーとEXPOCITY 1FTWストレッチ  
ウォッシュアップ  
グレンチェックスーツ  
34,551円THE SUIT COMPANY  
ららぽーとEXPOCITY 3F④スリムビジネスバッグ (スクエア)  
ホールブラック 18,699円  
⑤ビジネストートバッグ (トラバソイド)  
サンドベージュ 19,799円BUSINESS  
LEATHER FACTORY  
ららぽーとEXPOCITY 2F

※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。

## NEW OPEN

3/8  
(金)  
NEW OPEN【レディース・雑貨】ららぽーとEXPOCITY 1F  
ONWARD CROSSET SELECTONWARD  
CROSSET Select3/16  
(土)  
NEW OPEN【キャラクター雑貨】ららぽーとEXPOCITY 3F  
EVERYTHING MINECRAFTMINECRAFT  
EVERYTHING MINECRAFT3/19  
(火)  
NEW OPEN【イタリアン】エキスポキッチン 1F  
カプリチオーザ

## ホワイトデー

## ホワイトデー催事

ホワイトデー期間限定催事を開催!

## PAPABUBBLE

期間 3/1 (金) ~ 17 (日)

場所 ららぽーとEXPOCITY 1F  
Loft前

## カタヌキヤ

期間

3/7 (木) ~ 22 (金)

場所

ららぽーとEXPOCITY 1F  
ミスターーナツ前

## ポイントアップデー

三井ショッピングパークポイント  
ポイントアップデー期間中、三井ショッピングパークカード《セゾン》  
をはじめとした対象カードのクレジット払いで、  
通常100円(税抜)につき2ポイントのところ、**5ポ  
イント**となります。また、対象のキャッシュレス払  
いで通常100円(税抜)につき1ポイントのところ  
**3ポイント**となるポイントアップも同時開催!期間  
3/22 (金) ~ 31 (日)

詳しくはコチラ▶





### あなたも愉快な生きものだ!展

開催期間 3月6日(水)～2025年1月13日(月・祝)

新種の愉快な生きものに変身しよう!

ワークショップ参加費 1,000円/1名、1,800円/ペア  
tupera tuperaが手掛けた生きものイラストパーツを組み合わせて自分らしい愉快な生きものになって館内を巡りながら写真撮影を楽しめます。ニフレルで暮らす生きものからも注目を集めるかも!?

tupera tuperaの新作10体が「ずらりと館内に登場!」

全てニフレルだけのオリジナル! tupera tupera 独自の視点で描かれた個性豊かな生きものとは似ているところがあるようです。ハッとしてクスッ!こんな人いるな～、もしかしてわたしやあの人も似てる!?と見比べてみて。



オリジナルカフェメニューやオリジナルグッズも登場!

本展とコラボした親子と一緒に楽しめるメニューや作品を身近に楽しめるグッズは必見です!

(上)トートバック 各2,200円 (下)愉快なワニカレー 1,200円 愉快なコウモリカレー 900円

参加型の企画展「あなたも愉快な生きものだ!展」が3月6日(水)からいよいよスタート!「しろくまのパンツ」や「パンダ銭湯」といった絵本の作家であるtupera tuperaの作品を通じて、ニフレルで暮らす生きものあなたの意外な共通点や個性を楽しく発見できます。tupera tuperaが水族館や動物園とコラボレーションをするのは初めて! 大人も子どももみんな楽しんでみよう!

絵本作家tupera tupera(テラテラ)とのコラボ展!



大人気絵本作家とニフレルがコラボレーション! 生きものとなとの意外な共通点が見つかる、参加型の企画展をご紹介します。

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

### 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	②WEB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)	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



今までのバックナンバーは CityLife Newsから  
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  
詳細はこちらから ▶



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

### 3/16(土)ガンバ大阪xジュビロ磐田にて「バーガーEXPO produced by CityLife」開催!

3/16(土) パナソニックスタジアム吹田に「バーガーEXPO」がやってきます!肉汁たっぷりの各地大人気バーガーの勢ぞろい。この日開催のジュビロ磐田戦の試合に「CityLife」及び「EXPOCITYpress」読者の方を抽選で100組200名ご招待!ぜひ、3/16(土)はサッカー観戦と共に旨いバーガーを楽しもう!



【応募方法】  
右のQRコードにアクセスして、必要事項をご入力ください。(お申し込みにはJリーグID取得が必要になります)  
【ご招待対象試合】  
3/16(土) 15:00 キックオフ  
明治安田J1リーグ 第4節 ガンバ大阪 vs ジュビロ磐田  
【会場】パナソニックスタジアム吹田  
【席種】カテゴリー5(指定席)ペア100組200名ご招待  
お申込締め切りは3/7(木)まで!  
当選者の方には3/8(金)夕方頃に当選メールをお送りいたします。

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  
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/



2/5に行われたオフィシャルパーティーにて挨拶するキャプテン・宇佐美選手。(写真中央)



沖縄キャンプの感想を話してくれた、チームのムードメーカーでもある福岡選手。

それ以外のキャラク... 動きを僕がしないといけないと思ってる。それが僕のキャラク... 2月11日には、ウェルトンフェリペ選手がPFCレフスキ・ソフィア(ブルガリア)より完全移籍加入することが発表され、開幕に向けてますます勢いに乗るガンバ大阪。ぜひパナスタで熱い声援を送ろう!

### 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

いよいよJリーグ開幕 ホーム開幕戦は3月2日  
今シーズンのキャプテンに決定したのはFW宇佐美貴史選手。昨シーズンに続いての就任となる。また、副キャプテンはMFファンアラノ選手と新加入のDF中谷進之介選手に決まった。そんな宇佐美選手は、2月5日に行われたオフィシャルパーティーにおいて「キャプテンとして去年より成長した姿をみなさんに見せられるように頑張っていきたいと思っています」と挨拶。また、チームは約3分の1の選手が入れ替わって、個人的にはこまめで選手が入れ替わったシーズンというのがなかなかなかったので、不安な気持ちもあったんですけど、チーム始動初日からそんな心配は必要なかったと思わせるぐらい、選手それぞれが良いコミュニケーションをありとあらゆる場所でき、良い空気感のもと、最高のトレーニングを日々重ねられていると思います。今年こそはタイトルを取れるのではないかと思います。また、1月に行われた沖縄キャンプの感想をDF福岡将太選手に聞くと、「めっちゃ楽しかったです。去年、一昨年以上に楽しくやれたし、チームにとってもすごく大きく進歩したというか。よりコミュニケーションをとる選手が多く入ってきたので、すごくプラスだな。僕も話すのが好きだし、それがキャンプで得られて嬉しかった」と話してくれました。さらに今年目標については「みんなが過ごしやすい環境というかコミュニケーションが取れるような動きを僕がしないといけないと思ってる。それが僕のキャラク... ターでもあるので、より強いガンバになるためには、もちろん要求もしいといけないですし、要求を自分にあたって自分にもプレッシャーをかけていこうと思っています。要求にしっかりと応えてもらえようという重要な振舞いというのが重要になってくると思うので、強いガンバになるためにいるんなことを犠牲にして頑張りたいと思っています」などと、頼もしい言葉を口にしました。

### È PRONTOモノウェル千里中央店から春のオススメメニューをご紹介します!



ストロベリーティーレモネード 620円



ルーロードッグ ~台湾屋台味~ 770円~

和紅茶とオリジナルレモネードシロップに、季節の莓を組み合わせ、透明感のあるゼリーを加えました。ゼリーの食感が時折楽しめる、レモネードです。  
場所: 大阪モノレール千里中央駅改札内 ※改札外からも入店可能  
TEL.06-6873-6873 営業時間:[月~金]7:00~22:00 [土・日・祝]8:00~21:00  
※モーニングは11:00まで。ラストオーダーは営業終了30分前。

台湾の定番ルーロー飯(魯肉飯)の甘辛スパイシーな味付けをした豚バラ肉を豆腐や味付けたまごと一緒にパンにはさんだ、ボリュームのあるグルメドッグです。

### お得なモバイルチケット発売中 大阪モノレール

	価格(税込)	利用可能日時
休日満喫 1DAY 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)

スマホアプリから購入できるモバイルチケットを発売中です。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



**Happy 1st Anniversary**  
RBC HOUSING WELLBEMINOH

みんなの笑顔が集まる場所、  
ウェルビーみのおは  
**OPEN 1周年!**

**ウェルビーみのお 3/30<sup>土</sup>**  
**1st ANNIVERSARY FAMILY RUN**

ゲスト  
よしお兄さん

各回50組100名様

ウェルビーみのおを親子でランニングできる「ファミリーラン」を開催。ゲストランナーは体操のお兄さんとして人気の小林よしひささん。春空の下、みんなで一緒に楽しもう!

①11:00～②14:00～  
(10:00～予約開始)

イラストはイメージです

**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。

会場の最新情報やイベント情報は **ウェルビーみのお** で検索!

**もうすぐ新学期♪**  
**文房具バイキング**

3/9<sup>土</sup> 150組様

好きな文房具を選んで、自分だけの文房具セットを完成させよう!

※写真はイメージです

**どすこい! トントン相撲**

3/10<sup>日</sup> 100組様 小学生以下限定

大相撲春場所に合わせて、お子さまが遊べる相撲イベントを開催します。ダンボールやペンで自分の等身大の力士を作ってトントン相撲に参加しよう

※時間入替制で実施します

**親子でべったん! 餅つき大会**

各回100名様 小学生以下限定

3/10<sup>日</sup> 本格的な餅つき体験! つきたてをお召し上がりいただけます!

①11:00～②14:00～

※各回30分前から整理券を配布します

**成長の記念に 3/16<sup>土</sup>**  
**桜の手形アート** 100組様

メモリアルツリーに参加してくれたお子様に、お持ち帰り用の台紙をお渡しします。手形を押して立体シールを貼ればオリジナル手形アートが完成。卒園・入園シーズンの成長記録として残そう!

**春の味覚 いちご狩り体験** 3/17<sup>日</sup> 150組様

春が旬のおいしいいちごを自分で収穫して、いちご狩りを楽しもう!

※1組4～5粒を摘んでお持ち帰りいただきます  
※写真はイメージです

**すみっこぐらしとあそぼう! ~クイズ大会~** 3/23<sup>土</sup> 観覧無料

①11:00～②13:00～③15:00～

©2024 San-X Co., Ltd. All Rights Reserved.  
※諸般の事情により、時間・内容が変更となる場合があります。予めご了承ください

**イマニシユカ ガーデン音楽会** 3/31<sup>日</sup> ①11:00～②13:00～ 観覧無料

澄んだ歌声と絵本を読んでいるような世界感が美しいイマニシユカさんのコンサートをイベントガーデンで開催。春の季節にぴったりな色とりどりの音楽をお楽しみください。

**みのお 蚤の市 第2回** 3/23<sup>土</sup> 24<sup>日</sup> 10:00～17:00

ライフスタイルに関するアンティーク品やヴィンテージ品の店舗、フード販売など約15店舗が出店します。2日間を通してワンランク上の暮らしを体験してみませんか?

WEBアンケートにご回答で各日先着200組様にみのお蚤の市の店舗で使える金券500円分をプレゼント!

※イベントについては一部、ABCハウジングのアカウントにご登録いただいた方が対象です。登録後、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、イベント・賞品内容が変更または中止される場合があります。最新情報はABCハウジングホームページでご確認ください。また、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・先着プレゼントの受け取りは、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。※掲載写真はイメージです。

**ご来場プレゼント 3/1<sup>金</sup>・31<sup>日</sup>** ※水曜日を除く(3/20は営業)

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。

**目盛付 ステンレスボウル 2pcs**

スタッキングしてスッキリ収納。使いやすいミドルサイズのボウルセットをプレゼント!

マイページはこちら ▶

※写真はイメージです  
※食材その他備品はプレゼントに含まれません

※ABCハウジングのアカウント登録には、アンケートへの回答が必要です。

〒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】

○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

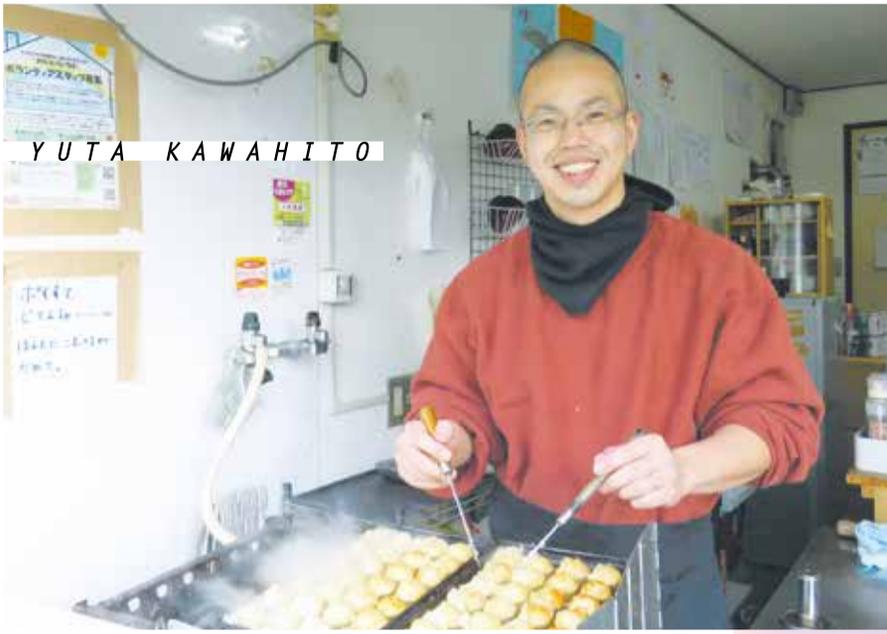
駐車台数には限りがございます。公共の交通機関をご利用の上、ご来場ください。

**アクセス MAP**

2024年3月23日(土)開業!

※車でのごアクセスはこちらを参考にしてください。

**広域 MAP**



YUTA KAWAHITO

この人に  
**FOCUS**  
Vol.2

『**「高校生まで  
たこ焼きタダ」  
現役教師が街に作った  
雑談の場**』

北摂の魅力ある人を紹介する「Focus」。今回は高槻市で「100円たこ焼き」を営む川人佑太さんをご紹介します。現役の教師として教壇に立ちながら店を営む思いを聞いた。

**100円たこ焼き 店主 川人 佑太さん**

公立中学校で6年間教師を務め、通信制高校に転職。のち非常勤に転じ、2021年4月に「100円たこ焼き」をオープン。X(旧Twitter)や音声配信サービス・Voicyで『ビジネス下手の生存戦略』のテーマで自身の考えや経験談を配信中。大阪市出身。

— 放課後に子どもたちが集まる「100円たこ焼き」には、店内のチケットを使えば小中高生は無料になるユニークな仕組みがある。チケットは、店に訪れた客やWeb上で募った公式サポーターが事前に購入しているという。一見すると不思議なシステムで営むこの店には、川人さんのどんな思いが込められているのだろうか？

**街から失われた「雑談の場」を**

現在も通信制高校で数学教師として勤める川人さん。「もともと人に教えることが好きだった」と教育現場で充実した日々を送る一方、子育てやコロナ禍で急きょ始まった在宅勤務に忙殺されていた時期もあったという。そんなあるとき、子どもと出かけた公園でパパ友と何気ない会話を交わし、「なんか楽しいな」との思いを抱く。その感情を掘り下げると「教師や父親という役割を越えて雑談すること」が楽しさの理由だと思いついた。

他方で、自身の幼少期には街中に多く見られた「雑談できる場所」が地域から失われている事実気づく。「街の中に、役割を超えて雑談できる空間があればおもしろいのでは」。そして閃いたのが「100円たこ焼き」だった。



上) チケットは子どもたちが1人1日1回(4個)のみ使用可能。  
左) 「たこ焼き屋にしたのは、みんなが好きだと思って」と川人さん。

その後、ミナミのバーや他県のカレー屋の制度を参考にしながら「無料チケット」の制度を導入していった。Webサイトで募っている全国の公式サポーターは月額100・300・1000円のプランを選ぶ方式。そのほかにも、たこ焼きを買いにきて「お釣りはチケットに」と多めの額を支払う地元住民もいるそう。大人たちは川人さんの想いに共感しながら、子どもたちにたこ焼きをごちそうしている。

15時半の開店からまもなく、店内はにぎやかな空気に包まれる。最寄りの小学校だけでなく、校区外からも子どもたちが訪れるという。しかし、川人さんは「子どもたちのため、との思いで始めたわけではない」と明かす。

「自分が心地よく感じる『雑談できる場所』を作っただけ。孤立から救うとか貧困支援とか、そんな考えは持っていないんです」。

それでも子どもたちは「おもしろい店がある」と噂を聞きつけて、続々とこの店へと集まる。2階のフ

**子どもたちとの時間が「日々の豊かさ」に**

リースペースで遊んだり、宿題をしたり、川人さんとおしゃべりしたり、思い思いの楽しみ方で放課後の時間を満喫している。店の前を通りかかった子どもたちも「こんにちは」と気さくに川人さんに声をかけてくる。その光景は昨今、薄れかけている地域の人々との交流に他ならない。

「特別なことが毎日起こる仕事ではありませんが、『日々が豊か』だと感じます」と川人さん。「たこ焼き屋さん」として子どもたちと触れ合う時間は、彼自身の暮らしに彩りを添えている。

[取材協力] **100円たこ焼き**

高槻市川西町1-14-14  
※自転車・車での来店不可  
営/15時半~18時 土日祝定休  
※急に休むこともあるのでインスタで確認して来店を  
**Instagram@hyakuentakoyaki**

100円たこ焼き  
公式サポーター ▶  
詳細はこちらから



看板はクラウドファンディングで資金を募り、子どもたちと一緒に制作した。

**カレーの祭典**

**西日本最大級の**

**第11回 カレーEXPO in 万博公園**

2024 前半 **4/13 SAT**・**14 SUN** 後半 **4/20 SAT**・**21 SUN**

City Life

**さらに盛りだくさん!  
同時開催イベント**

関西の人気スイーツ店が大集合

第10回 **スイーツExpo**

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

**入場無料**

万博記念公園 東の広場(大阪府吹田市)  
**START 9:30~ CLOSE 17:00 L.O.16:30**

- 小雨決行(荒天の際 中止する場合があります)
- 別途公園入園料(大人260円、小中学生80円)必要

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

和洋折衷様々なおいもメニューが集結

**第3回 おいもEXPO**

おいもの祭典「おいもEXPO」は日本の食文化に欠かせない、おいもを使ったさまざまな料理が登場します。おいもの世界をお楽しみください。

**手作り雑貨大集合!**

**ロハスフェスタ 蚤の市**

ロハスフェスタで人気の手づくり雑貨が登場します。

万博記念公園だより 3月号 令和6年2月20日発行 通巻526号

# BAMPAKU News

2024  
03

1ban Park

大阪府広報担当副知事  
もずやん

## SAKURA EXPO 2024 開催!

日本さくら名所100選の地にも選ばれている万博記念公園の桜。

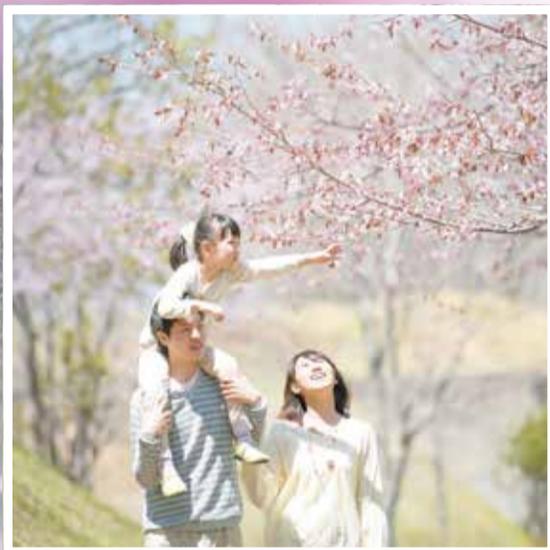
園内全体で12品種約5,500本が咲き誇ります。

今年は新たに「SAKURA EXPO」と題し、

桜に関連したイベントが今までよりもパワーアップして開催します。

イベントを楽しみながら美しい桜を堪能してください。

# SAKURA EXPO 2024



## 3.20 WED - 4.7 SUN

期間中無休

[場所] 自然文化園の東大路を中心とした公園内各所

※「東大路の桜並木ライトアップ」(21:00まで営業時)に関しては対象エリアを別途設定。

[開園時間] 9:30~17:00(入園は16:30まで)

※東大路の桜並木ライトアップ期間の開催時間は下記の通り。

[料金] 無料 ※一部イベントは有料 ※別途入園料が必要



### 東大路の桜並木ライトアップ (自然文化園の一部を開園時間延長) 21:00まで

### 3.25 MON - 4.3 WED

●対象エリアは21:00まで開園(16:30以降は、中央ロゲート・日本庭園前ゲート・東ロゲートのみ開門。入園は20:30まで)

●ライトアップ対象エリア以外は17:00開園(入園は16:30まで)

全長約200mを超える東大路の桜並木をライトアップします。ライトアップ実施時は、太陽の塔(予約優先)、EXPO'70パビリオンも19:00まで開館延長。また、お祭り広場「SAKURAフードコート」、下の広場「SAKURAスペシャルシート」も21:00まで延長。

## SAKURA フードコート

[場所] お祭り広場 [開催日時] SAKURA EXPO開催期間中の10:00~17:00(L.O 16:30) ※3/25(月)~4/3(水)は21:00まで(L.O 20:30)

[入場料] 500円(チケット1枚につきワンドリンクサービス)、小学生以下無料

映えるキッチンカーや露店など総数80店が登場します。1日では食べつくせない魅力溢れるフードが盛りだくさん!



### オムカレー焼きそば 煮豚のせ

福島こうふく屋

夢のコラボが実現!人気のにぶたま、お出汁のカレー、焼きそばがひとつになったSAKURA EXPO限定メニュー。



### 赤身ステーキ プレート

ザ・グリルふじ

当店自慢の赤身ステーキは高タンパクでジューシー!ポテトとの相性抜群!是非ご賞味下さいませ。



### バジルチーズ 淡路牛バーガー

eight one cafe

淡路牛100%パティに、香り高いナチュラルチーズと、コクのあるレッドチェダーチーズを使用。バジルの香りがアクセント。ゴマ入り自家製パンズとベストマッチ。



### プレミアム バターシュガークレープ

BUTTER CREPE LAB.

生地の旨味を最大限に引き出した究極のクレープ!!バターを染み込ませながら焼き上げたサクッ、フワッ、ジュワッと食感をお楽しみください。

※写真はイメージです

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 | 水曜日休 ※SAKURA EXPO期間中及び4月は無休

時間 | 通常9:30~17:00(入園は16:30まで) ※SAKURA EXPOは上記の通り 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

HP | <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



# SAKURA スペシャルシート

[場所] 下の広場

[開催日時] 3/25(月)~4/3(水) 10:00~21:00

[入場料] 有料・事前予約優先 ※詳細につきましてはSAKURA EXPO 2024特設公式ホームページをご覧ください。



桜を見ながら大道芸などを楽しめるシートをご用意！桜の木の下でゆっくりできる特別な空間へ。チケット詳細につきましては、SAKURA EXPO公式HPにてお知らせいたします。



## 桜 Craft Fes

3/27(水)~4/7(日)

9:30~17:00 ※3/29(金)~31(日)は20:00まで



「春」「桜」をテーマにした手作り雑貨やフラワーグリーン雑貨、アンティークなど、ロハスフェスタで人気の作品が登場します。心ときめく作品たちをお楽しみください。

東の広場 西側園路 特設会場 入場無料

## FINAL FANTASY VII REMAKE / REBIRTH - FIREWORKS & MUSIC

3/23(土)

[開場] 11:00 [開演] 19:00 [終演] 20:00(予定)

大人気ゲーム『FINAL FANTASY VII REMAKE』『FINAL FANTASY VII REBIRTH』とコラボした音楽・照明・レーザーと花火を開催！作品の世界観を反映させた特別な花火イベントです。

- 東の広場
- 8,800円(入園料含む)
- 大阪来てなキャンペーン実行委員会
- https://ff7r-fireworks.com
- チケット購入方法や詳細はホームページをご確認ください。



© SQUARE ENIX CHARACTER DESIGN: TETSUYA NOMURA / ROBERTO FERRARI

## 日本庭園茶室「汎庵・万里庵」特別公開

期間中の土・日・祝 10:00~16:00

SAKURA EXPO開催期間中の土曜・日曜・祝日には、人間国宝・中村外二が設計した茶室「汎庵・万里庵」を特別公開します。武家住宅様式の書院造をイメージして作られた汎庵と、檜皮葺の小さな建物の草庵をイメージして作られた万里庵が互いに添景となるように建てられています。

### 茶室「汎庵」呈茶

期間中の土・日・祝 10:00~16:00 (受付は15:30まで)

「汎庵・万里庵」の特別公開とともに呈茶を行います。本格的な茶室「汎庵」で美味しい和菓子とお抹茶をお楽しみください。

- 日本庭園
- 季節の和菓子と抹茶セット700円 ※別途入園料が必要
- ※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



## 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。

## 梅まつり

開催中~3/10(日)

9:30~17:00(入園は16:30まで)



自然文化園の梅林には、5,500㎡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、さまざまな梅の花を楽しむことができます。梅の花を愛でながら、楽しい春のひとときをお過ごしください。

- 自然文化園梅林・日本庭園梅林 ほか
- 無料
- イベントの詳細はホームページをご覧ください。

## アート&サイエンスフェスティバル

3/9(土)~17(日)

プロジェクションマッピング等の実施日時は当イベントのホームページをご覧ください。

1970年大阪万博当時のアーカイブと2025年大阪・関西万博に繋がる最新テクノロジーを活用した“現在進行形の大阪万博”を体感できるアート&サイエンスフェスティバルを開催！アーティスト・宇川直宏の作品展示や太陽の塔を舞台にプロジェクションマッピングなどを行います。

- EXPO'70パビリオン、太陽の広場、夢の池、日本庭園
- 入場無料 (EXPO'70パビリオン内展示はホワイエを除き要入館料)
- 大阪府
- 070-1310-9067
- [受付] 10時~18時(土日祝除く)



## テレビ大阪EXPOで3イベント同時開催！アウトドアフェス・サイクルキッチン・CYCLE MODE RIDE

3月2日(土)・3日(日)

9:30~17:00



テレビ大阪がお送りするグルメ、アウトドア、スポーツ自転車的一大エンターテインメントショー！

料金等、詳細はホームページでご確認ください。

テレビ大阪EXPO HP



- 東の広場・お祭り広場
- テレビ大阪株式会社

## 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、または上のQRコードからお願いします。

## 「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。



令和5年度推薦作品「早春」

- 日本庭園中央休憩所
- 無料
- 水曜定休

## SAKURA EXPO 東大路の桜並木ライトアップ期間中 19:00まで開館延長！

### 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、記念メダルなど貴重な資料を展示中！

- 通常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。

みんなの小さなエコを大きなコエに

# LOHAS FESTA

ロハスフェスタ® 万博  
2024 春

総出展者数  
約900店舗  
(予定)

1st. 4.26 FRI. 27 SAT. 28 SUN. 29 MON.  
2nd. 5.3 FRI. 4 SAT. 5 SUN. 6 MON. 計8日間

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]  
※入場券販売は16:00まで

この春も万博記念公園にロハスフェスタがやってきます。  
緑豊かな会場で、温もりあふれるハンドメイド・クラフト作品、日常を彩るグリーン&フラワー、体に優しいフードなどが皆さまをお待ちしています。  
またSDGsを学べる企画もたくさんご用意しています。  
持続可能なライフスタイルにふれながら、春の訪れを感じるロハスフェスタでウェルビーイングなひとときをお過ごしください。

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。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

ソトコト Well-being Award 2023

GOOD DESIGN AWARD 2023

11th GOOD LIFE AWARD

ロハスフェスタは「ソトコト・ウェルビーイングアワード2023」「2023年度グッドデザイン賞」「環境省 第11回 グッドライフアワード・実行委員会特別賞 EXPO2025いのちの動的平衡賞」を受賞いたしました。

### 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天ぷら油や牛乳パックなどを有効活用しています。環境への配慮と共に、未来の子ども達にキレイな地球を残すための一歩として、ぜひご協力をお願いいたします！

ロハスフェスタでは右記資源を回収しています。使用済み天ぷら油は、バイオディーゼルの燃料に精製し、ロハスフェスタ会場で使用される発電機の燃料に。牛乳パックはトイレ用紙に再生され、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。

会場の電気は来場者の皆さんが持参した天ぷら油を活用しています。ご協力ください！

●牛乳パック ●使用済み天ぷら油 ●古本 ●紙袋 ●Tシャツ(新品)

### 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、オシャレにロハスフェスタをお楽しみください。

### あなたの伝えたい想いを大募集!

募集期間 ▶ ~4/1(月)  
応募方法 ▶ 右記、応募フォームより受付中

「毎日、お弁当を作ってくれてありがとう」「こんな私ですが、結婚してください」「いつも叱ってばかりだけど、大好きだよ」など、日頃、伝えたくてもうまく言えずに伝えそびれてしまっている想い(画像4~5枚・メッセージ)を募集しています。あなたのメッセージをロハスフェスタ会場に飾りますので、伝えたい方と一緒に探しに来てください。あなたからの愛をロハスフェスタで伝えましょう。

愛が見つかる LOHAS FESTA

応募フォーム

### ロハスフェスタ SDGs 見学ツアー

開催日 ▶ 4/26(金)・5/4(土・祝) 11:00~/13:30~  
参加方法 ▶ 右記、応募フォームより受付中

2006年から始まったロハスフェスタにはSDGsに関する様々な取り組みがあります。その輪をもっと広げるため、取組みの運営ノウハウをご見学いただく企画です。昨年、東京会場と万博会場で実施し、自治体、企業、大学からご参加いただきました。その他、商店街、自治会、NPOなどの皆さまも対象としております。「誰一人取り残さない社会」に向けてSDGsの取り組みを始めるきっかけになればと思います。参加は無料です。右記のフォームから必要事項をご記入の上、お申し込みください。

応募フォーム

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]

ロハスフェスタ 入場料 500円 [小学生以下無料] 雨天決行・荒天中止  
※5/10~12 Vintage Marketの入場料とは異なります。

※別途公園入園料(大人260円・小中学生80円)が必要 ※イベントは予告なく変更になる場合がございます。  
※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 ※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/>

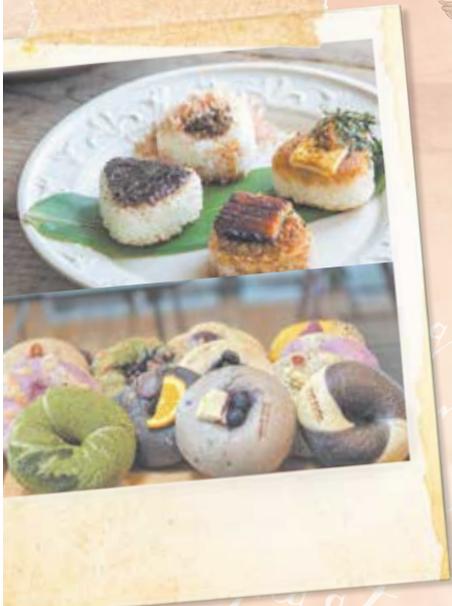
ロハスフェスタ 検索 LOHASFESTA LOHAS\_FESTA

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

◎会場に出たゴミは、各自でお持ち帰りください。◎ロハスフェスタの会場は禁煙です。◎出展ブースや商品の撮影はお店の方に了解を得た上で、お願いします。◎安全で楽しいフェスタにするため、運営スタッフの指示にご協力ください。◎ロハスフェスタの趣旨をご理解いただき、取組みにご協力ください。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。◎お支払いいただいた入場料の払い戻しはいたしません。◎万博公園はペット同伴での入園が禁止されています。◎イベント内容、時間などが変更になる場合があります。◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ベグなどの使用をご遠慮いただいております。◎ライブコマースについては、許可している店舗、禁止している店舗があります。店舗に実施可否をご確認ください。また実施可能な場合も店の指示に従い、他のお客様の妨げにならない様にしてください。状況により運営事務局より中止をお願いすることがあります。

公共交通機関をご利用ください  
開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の出入庫に数時間かかる場合があります。

時を越えた魅力、  
洗練されたヴィンテージ作品が織りなす  
ポートベローのような特別な空間。



# ヴィンテージ マーケット Vintage Market

出展舗数  
**200**店  
(予定)

Produced by LOHAS Festa

3 days

2024. 5/10 Fri. . 11 Sat. . 12 Sun.

9:30-16:30 小雨決行 ※雨天中止  
万博記念公園 東の広場

時を超えた美しい逸品が集う「Vintage Market」を初開催いたします。  
世界各国から集められたヴィンテージ・アンティーク品は家具・インテリア・雑貨・食器・古着など  
幅広いカテゴリーの作品が数多く出品され、  
ヴィンテージ素材のアップサイクル作品、使い込まれるほどに味がでる革や真鍮のクラフト作品、  
グリーンフラワー、素材デザインにこだわったグルメリアも登場します。  
歴史と個性を持った豊かな自然が織りなす唯一無二の空間をぜひ、お楽しみください。



■リサイクル資源をお持ちください ◎使用済み天ぷら油 ◎牛乳パック

Vintage Marketでは下記資源を回収しています。使用済み天ぷら油はバイオディーゼルの燃料に精製して発電機燃料に利用します。牛乳パックは再生トイレトペーパーとして使用します。

■できるだけマイ食器・マイトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください。

場所 万博記念公園 東の広場 [大阪府吹田市千里万博公園1-1]  
入場料 前売り券 1,000円 / 当日券 1,350円 [小学生以下無料]

前売り券は、3月上旬より発売予定です。発売開始は、公式HP・SNSにてお知らせいたします。

※別途公園入園料(大人260円・小中学生80円)が必要 ※イベントは予告なく変更になる場合がございます。  
※障がい者手帳をお持ちの方と介助者1名様は700円/1名。 ※本会場はペットの入場は不可となります。  
(当日券のみ、前売り券は割引対象外となります。)

詳しくは下記公式ホームページにて

<https://lohasfesta.jp/>

ロハスフェスタ 検索

LOHASFESTA LOHAS\_FESTA

主催:シティライフ

問合せ:Vintage Market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

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。

◎会場に出たゴミは、各自でお持ち帰りください。◎Vintage Marketの会場は禁煙です。◎出展ブースや商品の撮影はお店の方に了解を得た上で、お願いします。◎安全で楽しいフェスタにするため、運営スタッフの指示にご協力ください。◎Vintage Marketの趣旨をご理解いただき、取組みにご協力ください。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。Vintage Marketの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。◎お支払いいただいた会費の払い戻しはいたしません。◎万博公園はペット同伴での入園が禁止されています。◎イベント内容、時間などが変更になる場合があります。◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ベグなどの使用をご遠慮いただいております。◎ライブコマースについては、許可している店舗、禁止している店舗があります。店舗に実施可否をご確認ください。また実施可能な場合も店の指示に従い、他のお客様の妨げにならない様にしてください。状況により運営事務局より中止をお願いすることがあります。





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.22

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。

## 「関西人と関東人」

私は京都府生まれで、現在は滋賀県大津市に住んでいる。まあ、いわゆる「関西人」ということになる。関西と言っても、それぞれの県、さらには市町村、地域でも特色があるのは当然だが、今回は敢えてひと括りにさせて貰おう。何故ならば今回、対峙するのは「関東人」である。ひとまず力を合わせようではないか。

ひと昔前に比べ、随分と東西の文化を隔てる壁は低くなったように思う。テレビで関西弁が当たり前に話されるようにもなったし、大阪を中心に関西の若い世代は、いわゆる「東京弁」を話す子が逆に多くなったらしい。マクド派は押されて、マック派がかなり増えたとか。

心象的な部分に関してもそうだ。私の父母の世代までは、もともと関東、ことさら東京を嫌っていた人が多かったように感じる。大阪人はええかつこしいと嘯き、京都人にいたっては「東の人」と平安時代のような呼び方をする人も多かった。大阪人、京都人は小競り合いを繰り返すものの、このように関東人という「共通の敵」には手を結んだりもする。

一方、関東人も関西人にアレルギーを持つ人が多かったらしい。今もいるかもしれない。その理由がよく挙げられるのが「品が無い」だの「粗暴」だのという理由だ。はい、ここで私が言わせて貰う。数年前、コロナ禍

で飲食店が閉店していた時期の話だ。東京駅の構内は居酒屋の様相を呈していた。正直、これには私も驚いた。思わず、「大阪駅〜なんちゃうぞ」と、呟いたほど。大阪駅でもちらほら見かけたが、その比ではないのである。めっちゃくちゃ多い。ひくほど多い。パーティーでもしてんのかってほど多い。しかも結構大きな声で喋っている。喚びている。缶や瓶は放置されている。しかも見るからに無法者という感じではなく、ごくごく普通のサラリーマンだ。男女問わずだ。

一応、フオローもしておくが、東京の人口に対してはほんの一部だと思ふ。他の地方から出て来た人も含まれていると思う。しかし、大阪駅以外の関西主要駅では見たことがなかったから吃驚した。

しかし、逆もある。関西を歩いていると、「歩き煙草の人」に遭遇することが多い。このご時世に嘘やろというくらい。北新地や祇園などの繁華街ではかなり多く、オフィス街でもまあまあ見掛ける。これは東京では繁華街でもほぼ見掛けない。

どういふことやと首を捻る。昼間は真面目に、夜になるとハメを外す人が出る。どうも昼と夜で変わる人が多い傾向のようだ。あくまで私見である。これを読んでおられる方の中にも関東出身者がいて、何を関西人めと思っておられ

るかもしれない。そういう私も関西から裏切者扱いされるかもしれないが、「これくらい距離感のほろが楽やな」とか関東の良さを感じることもある。今回は少しマイナスイメージばかりあげてしまったが、互いに良いところはきつとあるはずなのだ。前述したようにその壁が徐々に低くなっていることのほうが哀しい。それぞれの特色を消すことは、決して良いこととは思えないのである。今後、外国からの移住者が増える中、この国は何を認めて残し、何を認めずに改善していくのか、考えていく上でもよい例なのではないかと、無理やり上手く纏めてみる。

Back Number  
  
 これまでのエッセイはwebにて

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。

# バーガー EXPO in Panasonic Stadium Suita

produced by City Life

3/16 sat  
 10:00~18:00

3/16 (土) 明治安田 J1 第4節 ガンバ大阪 vs ジュビロ磐田が開催！  
 この日を思いっきり楽しめるよう、パナソニックスタジアム吹田に「バーガー EXPO」がやってきます！  
 肉汁たっぷりの各地大人気バーガーが勢ぞろい。  
 ぜひ、3/16 (土) はサッカー観戦と共に旨いバーガーを楽しもう！



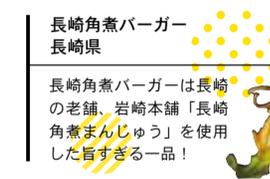
**SHIMAUMA BURGER** トリプル兵庫県  
 淡路島の「島旨」バーガー。淡路島産の玉ねぎフライが主役。自社製の肉々しいパティも魅力！



**cafe&bar moto**  
 ヨギチヨギバーガー 大阪府  
 鉄板で焼く香ばしいパンと朝挽き新鮮お肉のパティにとる〜リチーズが病みつきに！



**うまみ堂**  
 UM トンテキバーガー 大阪府門真市  
 ごだわりの肉とたまごがコンセプト。出汁入り卵焼きを挟んだメニューも人気です！



**長崎角煮バーガー** 長崎県  
 長崎角煮バーガーは長崎の老舗、岩崎本舗「長崎角煮まんじゅう」を使用した旨ずきる一品！



**三代目岩崎本舗**



**ビッグマイナー**  
 佐世保バーガー 長崎県  
 ビーフ 100% の 140g ビッグパティが自慢！鉄板で焼き上げる本格ハンバーガーです。



**フルバレキッチン**  
 ヤンニョムチキンバーガー 大阪府高槻市  
 地元高槻パン屋さん特注の黒糖入でココのあるパンズとヤンニョムソースが自慢のバーガー！



**RUDE BURGER CLUB**  
 ベーコンチーズバーガー 京都府京都市  
 ビーフ 100% パティにステーキ食感の手切りブロック肉を、溢れ出す肉汁のグルメバーガー！

3/16 sat 15:00 KICK OFF  
 明治安田 J1 リーグ 第4節 ガンバ大阪 vs ジュビロ磐田  
 @ パナソニックスタジアム吹田  
 CityLife 読者の方を抽選で 100組 200名ご招待！

【応募方法】  
 右のQRコードにアクセスして、必要事項をご入力ください。  
 (お申し込みにはJリーグID取得が必要になります)



【ご招待対象試合】  
 3/16 (土) 15:00 キックオフ  
 明治安田 J1 リーグ 第4節 ガンバ大阪 vs ジュビロ磐田  
 【会場】パナソニックスタジアム吹田  
 【席種】 カテゴリー5 (指定席) ペア 100組 200名ご招待  
 お申込締め切りは 3/7 (木) まで！  
 当選者の方には 3/8 (金) 夕方頃に当選メールをお送りいたします。

ご来場お待ちしております！



ガンバ大阪 宇佐美貴史選手



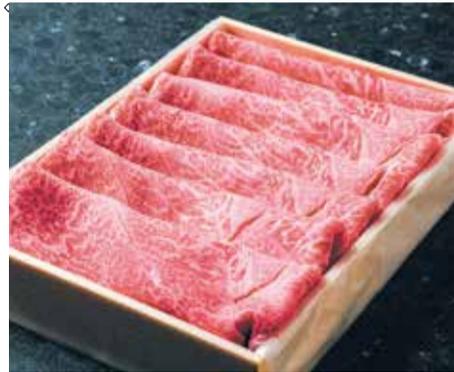
### 器の工夫に驚き「新たなスイーツスタイル」

ドライブがてら、ゆったりとした店内でランチを楽しめると大人女性に人気のcafeとまり木。3月はスイーツ好きにはたまらない、焼き芋風スイートポテト・お芋のブリュレ・お芋ケーキのデザート3種盛りが登場。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カフェ利用もぜひ。



**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+バスタorピザ) ..... 1,650円  
 ●Bランチ(前菜9種+バスタ(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  
 ●3月がお誕生月の方**デザートサービス**※要事前連絡 (3月末まで)



### 2月29日は4年に1度の肉の日 黒毛和牛が大特価に

ミートモリタ屋では2月29日を4年に一度の肉の日として自慢の黒毛和牛を大特価にて販売!京都食肉市場で枝肉から一頭買いで仕入れるからできる品質と価格。希少部位や限定商品も、29日はお求めやすい価格に。この機会に上質なお肉を楽しんで。



**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/>



# 北摂グルメGUIDE



### お得に贅沢な記念日を過ごそう 和幸亭のセレブレーションコース

良質の黒毛和牛を中心に、洋テイストの美食を堪能できるお洒落な焼肉店。今回紹介するのは、お誕生日など様々なお祝いのシーンで楽しめるコース。メッセージ入りの特製ローストビーフはバースデーケーキをイメージ、お誕生日ならロウソクをつけてサーブされる。その後は、前菜として堪能できるのがうれしい。和幸亭ならではの逸品だ。4,500円、8,000円どちらのコースも豪華な内容で満足できる(詳しくは問い合わせを)。店内はゆっくりとくつろげるテーブル席もあり、落ち着く雰囲気を感じ取れる。美味しいお肉と一緒に思い出に残るひと時をすごしてみては。

お誕生日などの記念日にぴったりのセレブレーションコース 4,500円(税込)

Menu  
 ●その他コース料理  
 セレブレーションコースプレミアム ..... 8,000円  
 和幸亭特別コース ..... 5,500円  
 ●ランチタイム限定  
 カジュアルコース ..... 2,750円  
 ※和幸亭特別コース、カジュアルコースは当日注文可  
 ※セレブレーションコース、セレブレーションプレミアムコースは6名までは前日の予約でOK  
 6名以上の場合は3日前までに要予約  
 ●お得なランチメニュー  
 和幸亭鉄板焼きハンバーグ、柔らかな牛タンステーキ、ハラミ焼肉重、特選サーロイングリルステーキなど焼肉以外のメニューもあり  
 /特典  
 この記事持参で  
 ●ディナー代から**10%OFF**(令和6年4月末まで)

**和幸亭 茨木店**(わこうてい)  
 茨木市双葉町7-20  
 営/ランチ11時半~15時(L.O.14時半)  
 ディナー17時~23時(L.O.22時半)  
 火曜定休 全席禁煙 近隣にコインPあり  
**☎072-635-7500**



### 今が旬の絶品国産ふぐ鍋 極上の旨みがつまった豪華コース

春の産卵が近づき上質な旨味と脂が詰まった最高級国産とらふぐが楽しめる同店。注文が入ってからふぐを捌くため、新鮮そのもの。一晚熟成させたてっさやプリプリな湯引きは、先代から受け継いだ「ふぐにだけ合う自家製ポン酢」で食べると風味とコクが口いっぱい広がる。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。締めは旨みが凝縮された雑炊で最後の最後まで大満足!



Menu  
 ●活てっちりコース ..... 5,500円  
 (てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、雑炊)  
 ●人気!二代目ふぐ義コース ..... 7,150円  
 (てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、唐揚げ、雑炊)  
 ●厚切りふぐしゃぶコース ..... 9,350円  
 (てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、唐揚げ、ふぐしゃぶ、皮しゃぶ、雑炊、デザート)  
 ●ふく寿司 4貫 ..... 1,250円  
 ※価格は1名様で税込

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 二代目ふぐ義**  
 高槻市高槻町111-21  
 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**



### おしゃれなアンティークも楽しめるカフェ オリジナルガレットと新作ケーキが登場

一目ぼれするオシャレな雑貨から掘り出し物のアンティークまで!店内にはオーナーが集めたオリジナル雑貨がたくさん!併設されたカフェスペースでは、新メニューのココアベースのオリジナルガレットや春の新作ケーキなどが楽しめる。カフェ利用や雑貨購入でケーキ・ドリンクの次回無料券がつくおトクな特典も!

はじめデコレーションガレット(1,430円)は、ココアベースの甘くてお洒落なオリジナルガレット。



Menu  
 ●はじめデコレーションガレット 1,430円  
 ●クレープ包みのフルーツロール 572円  
 ●わらび餅ときな粉のケーキ ..... 550円  
 ●バームクーヘンケーキ ..... 550円  
 ●猫オブジェ ..... 1,760円~  
 /特典  
 「シティライフを見た」と  
 ●カフェ・雑貨  
 1,500円以上利用で  
**ケーキorドリンクの次回無料券をプレゼント!**  
 ※一部ドリンクを除く  
 ●雑貨商品全品**10%OFF**  
 (3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.O.18時半)  
 土曜不定期21時(L.O.20時半)  
 日・第2月定休 P有り 禁煙  
 ※3月は日曜も特別営業あり  
**☎072-667-9739**



**春のお祝いコース**  
 3,300円~(ランチタイム)  
 5,280円~(ディナータイム)  
 ハムのオードブル・季節のサラダ・桜鯛のカルパッチョ・スープ・黒豆・ステーキ・ご飯、梅干・母のパフェ仕立て・コーヒー又は紅茶

お祝い予約で(ディナー時限定)ケーキサービスあり ※ランチメニューは別途880円

春のお祝いは  
**三田屋**で

本格派ステーキ、名物ハムのオードブル、ピアノの生演奏……。とっておきの空間で、心もお腹も満たされる幸せな時間を、お過ごしください。

**ステーキ 三田屋本店** [www.sandaya.com/](http://www.sandaya.com/) 営/平日 11時半~21時(L.O.20時) 土日祝11時半~22時(L.O.21時)

**豊中**  
 豊中市西丘3-8-12 P有  
 服部緑地北側  
**☎06-6867-6780**

**箕面小野原**  
 箕面市小野原東3-9-35 P有  
**☎072-728-7878**

## 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**

SOCIAL

# 北大阪急行延伸線が3月23日に開業 祝賀イベントを23(土)24(日)に開催

構想から半世紀、ついに3月23日(土)北大阪急行の延伸線(千里中央～箕面萱野駅)が開業する。同日と翌日には開業を祝うイベントが2つの新駅で開催され、この2日間は祝賀ムードで盛り上がりそうだ。

右)箕面船場阪大前駅周辺のイメージ。新御堂筋をまたぐ歩行デッキや、芝生やベンチのある、憩いと交流の場とする駅前広場ができる。  
左)箕面船場阪大前駅の地下3階の完成予想図。「繊維のまち」と「新しいまち」の玄関口となる駅をコンセプトにデザインを予定している。



阪急電鉄や大阪府などが出資する第三セクターの北大阪急行電鉄は、現在の北側の終点である千里中央駅から約2.5キロ延伸し、「箕面船場阪大前駅」と「箕面萱野駅」の2つの駅を開業させる。同社は、この延伸に伴う新たなダイヤを公表し、始発列車の1本を除くすべての列車を箕面萱野駅を発着駅とし、すべての列車で大阪メトロ御堂筋線と直通運転をする。これにより、箕面萱野駅から新大阪駅まで最速で19分、梅田駅まで最速で25分で結ぶことになり、箕面市から中心部へのアクセスが向上する。また、北大阪急行の延伸に伴って、阪急バスは、延伸区間と並行して走るバスの路線を減便する一方で、これまで少なかった箕面市内を東西に走る路線を新設すると発表した。阪急バスは箕面市内の各地域から大阪中心部へのアクセス強化を図ることで、

マイカーからの転換を促して利用者の増加を狙う。

## 2駅の開業で経済波及効果 年間614億円の見込み

「箕面船場阪大前駅」周辺の東エリアでは、客席数1401席となる箕面市立文化芸術劇場や大阪大学が指定管理者として運営する蔵書数約71万冊の箕面市立船場図書館などがすでに開館し、今後同地区では、箕面市立病院の移転や健康寿命の延伸拠点となる(仮称)関西スポーツ科学・ヘルスケア総合センターのほか、高層マンションが建設されるなど、都市機能の進化が続く。また、「箕面萱野駅」周辺は商業集積地区の一つとなっており、バスターミナルやタクシー乗り場を備えた駅前広場、物販や飲食施設が入る駅ビルが建設される。

箕面市によると二つの新駅には1日に約4万5千人が乗降すると予測。駅前整備や周辺の利便性の向上により人口が約4,500人、事業所が約480カ所増加し、年間614億円の経済波及効果を見込むとしている。



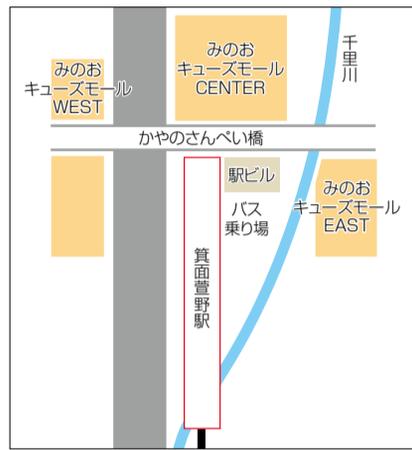
箕面市と日本郵便株式会社は、北大阪急行延伸線の開業を記念し、「北大阪急行延伸線開業記念 箕面市オリジナルフレーム切手」を販売。1シート1,330円。売り切れ次第終了となる。購入方法や詳細は箕面市や郵便局のホームページから確認できる。

※画像はすべてイメージ  
※出典=箕面市ホームページ

### ■箕面船場阪大前駅周辺



### ■箕面萱野駅周辺



SELECT

1955年 神戸市生まれ。1980年「青」に入会。波多野爽波に師事。2000年「ゆう」入会。田中裕明に師事。編集担当。2010年俳誌「秋草」を創刊し主宰する。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。

選者  
**山口 昭男**  
やまくち あきお

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

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

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

※締め切りは毎月25日必着 ※いずれも一人5句まで  
※掲載は次々号となります ※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」  
作品については添削していません。定型にはまっていなかったり助詞が混乱したりというところも、作品としてよければそのまま掲載しています。確かな作品を送っていただくためにも、送付の際の再確認を御願いたします。

【優秀賞】  
私だけゆっくり歩くと十二月  
高槻市 葉月庵 郁斗

【入選】  
初夢の中から戻す母の声  
伊丹市 今崎 弘一  
お母さんの声を初夢で聞きました。思いはすべて「戻す」に託されています。  
柚子に名をつけて呼びたる柚子湯かな  
枚方市 菅井 香永  
湯には少しの柚子。ひとつひとつに愛着が生まれ、愛おしくなります。  
小雪舞う海の向こうの知らぬ街  
大阪市 平川 直子  
知らぬ街への憧れが感じられます。いつかは行ってみたいという思いも。  
チルチルと風花に陽の軽みかな  
茨木市 山崎 登代子  
「チルチル」が面白い。風花の舞っている様子であり日射しでもあります。  
ぼんやりをベンチに残し冬夕焼  
豊中市 山上 秋葵  
自分のぼんやりとも取れます。ぼんやりとした人とも取れてほっこりします。

【佳作】  
冬麗やグググと伸びる路地の猫  
吹田市 小松 紀子  
傷心に見渡す限りのユリカモメ  
豊中市 藤 誠  
何もかも手に入れたくてライラック  
高槻市 土井 あくび  
地下鉄の軋み悲鳴に似る寒波  
吹田市 田村 由紀子  
平和つてのどかな子山羊福寿草  
大阪市 平川 直子

1月25日締切りで、投句いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。  
※先月号で選句された角島健二さんの句に誤字がありました。正しくは「をちこち」に音ひるるや十二月。お詫言ひして訂正いたします。編集部

**摂津市商工会**

**摂津市おしごとフェア  
in ポリテクセンター関西**

～お仕事を探されている方必見!～  
摂津市・摂津市商工会・ハローワーク茨木がタッグを組んで行う「就職面接会」を開催。ポリテク関西に、企業10社が出展。第1部で1社5分の企業プレゼンを行います。第2部は個別ブースで面接会&説明会。気になった企業から直接話を聞けるチャンスです。近場で就職を考え中の方!ぜひ、あなたの興味のある企業を見つけて下さい。

【日時】3月5日(火)14:30～17:45  
【場所】ポリテクセンター関西  
(摂津市三島1-2-1)  
【面接希望の方の持物】履歴書(面接希望社数・写真付)・ハローワーク受付票又はハローワークカード(登録されている方)・紹介状(お持ちの方)・筆記用具  
【対象者】①一般求職者  
②ポリテクセンター  
関西訓練受講生

**茨木商工会議所**

**クリエイター共生・共創事業  
「Ibaraki Create Park」**

～事業開始前説明会参加者募集～  
異なるバックグラウンド、スタイル、および専門性を持ち、多くの可能性を秘めているクリエイターさんと共に企画・運営していく事業です。どんな事業内容なのか。これから、どんな展開を考えているのか等、事業開始前説明会を開催いたします。

【日時】3月8日(金)14:00～16:00  
【場所】茨木商工会議所 会議室  
【対象職種】25職種(HPに対象職種記載)  
【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**

**令和6年度  
新入社員ビジネス基礎講座**

【日時】4月4日(木)・5日(金)  
各日とも10:00～16:00(計10時間)  
【会場】高槻商工会議所4階大ホール  
(高槻市大手町3-46)  
【対象】令和6年度新入社員・第二新卒  
中途採用の若手社員  
※業種・職種問わず ※原則40歳未満の方  
【内容】  
一日目:社会人の心構えとビジネスマナー  
二日目:仕事の進め方と二日間のまとめ  
【定員】32名(先着順)  
【受講料】1名あたり(当会議所会員)12,100円  
(一般)24,200円(税込、テキスト代含む)  
申込み、詳細は高槻商工会議所のホームページをご覧ください。  
<主催・問合せ>  
高槻商工会議所  
TEL:072-675-0484

商工会  
商工会議所  
通信

SYOUKOKAI SYOUKOKAIGISYO  
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!

## 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

能登半島地震の被災地支援  
小学生の発案で募金活動を実施

能登半島地震の被災地支援のために、茨木市立東小学校(茨木市鮎川2丁目)の児童会に所属する小学4~6年生の児童14人が給食室前の廊下で募金活動を行った。児童から発案された取組で、2月1日、2日、5日は学校内の児童を対象に、13日・16日の参観日には保護者に向けて募金活動を行った。

1日の活動初日は、午前8時頃から小学校の給食室前の廊下で行い、児童会の児童たちが「ご協力をお願いします!」と声をそろえて呼びかけ、多くの児童らが募金に応じた。6年生の山下恵介さんは「テレビで地震のニュースを見て、悲惨な状況に驚いた。募金で少しでも力になれば」と、この日のために事前に準備し、募金をした。

募金活動を発案した6年生の小田桐圭汰さんは「被災地の人たちのために自分たちにできることは何だろうと考えたときに、募金活動を思いついた。これからもできることをしていきたい」と話した。今回集まった募金は日本赤十字社を通して、被災地に届けられる。

また、被災地の現地支援に行っている

本市の職員や消防士に向けて、応援メッセージを書いた手紙を送る取り組みも実施する予定だ。

## 北摂各市で広がる支援の輪

摂津市社会福祉協議会は、摂津市や商工会青年部らと1月19日、JR千里丘駅と阪急摂津市駅で街頭募金活動を実施した。委員やボランティアなど総勢33人で行い、232,201円が集まった。また摂津市議会でも1月23日、スーパーや商店街などに17名の有志で実施し、118,037円が集まった。

高槻市社会福祉協議会では、1月21日の高槻ハーフマラソンで実施し、40,522円が集まった。また吹田市社会福祉協議会は、1月13日、イズミヤショッピングセンター千里丘前で街頭募金活動を実施。委員やボランティアなど総勢103人で行い、



茨木市立東小学校の募金活動の様子。



各市でさまざまな支援活動が行われている。

2時間で641,204円が集まった。

箕面市、豊中市などでは、ふるさと納税を活用して支援する取り組みも始まり、北摂各市でさまざまな支援活動が行われている。

義援金は市役所など窓口での受け付けや、募金箱も設置。詳しくは各市のホームページで確認できる。

CULTURE 「多くの人に支えられて今がある」北摂の歌姫  
真奈尚子さんが35周年記念ステージを開催

茨木在住の歌手・真奈尚子(まな しょうこ)さんが、今年歌手デビュー35周年を迎えた。昭和歌謡界を代表する作曲家・吉田正氏に師事し、マヒナスターズ33代目のヴォーカリストとしても活躍。3月には35周年記念の第1弾として梅田でランチ&ディナーライブを行う。



真奈尚子 春物語  
～桜と歌に酔いしれて～  
3月28日(木)  
梅田 The BAR  
大阪市北区曾根崎2-3-5  
梅新第一生命ビルディング2F  
ランチ13時～ 8,000円  
ディナー18時～ 12,000円  
間/真奈ミュージックカンパニー  
TEL.072-625-6648

詳細は  
こちらから



## 母親が経営する店で歌い始めた

1989年に「あなたのタンゴ(作詞 千家和也、作曲 叶弦大)」でビクターよりデビューした真奈尚子さん。奈良県天川村の浄土真宗のお寺が実家で、父親を早くに亡くしたことから、3人姉妹と母親で大阪に出て来たという。「母が茨木で昼は喫茶店、夜はレストラン&クラブの店を営んでいて、ディナータイムにはグランドピアノの演奏もあったんです」。

そこで国立音大出身のピアニストから誘われ、主にタンゴやシャンソンを教わりながら歌っていたという。その姿を見たメディア関係者からレコード会社に話がいき、デビューの話が舞い込んできた。「その頃、姉が重い病にかかり、それどころでは無かったのですが、姉が亡くなる前に『一度し

かない人生、やってみたら?』と言ってくれたことで背中を押されました」。

## 吉田正先生から驚きのオファー

そんな歌手生活35年の中で、真奈さんが最も印象に残っているのが、歌謡界を代表する作曲家・吉田正さんの50周年記念パーティーだ。「橋幸夫さん、吉永小百合さん、三田明さんといった錚々たる吉田門下生の皆様方もそれぞれ曲を歌われている中、松尾和子さんのレコード大賞曲『誰よりも君を愛す』を誰に歌わせるかという話になり、吉田先生がそれは僕が決めるとおっしゃって、私の名前を挙げてくださったんです」。真奈さんの恩師である叶弦大さんにも連絡をして許可を得られたという。「歌い終わった後、舞台袖で司会を務めていた玉置宏さんから『尚子

ちゃん、僕は幕間に居たからあまり聞こえなかったけれど、聞いているお客さんの顔が見えて、「ああ、上手く歌えたんだ」ってわかったよ」とおっしゃってくださって、とてもうれしかったことを憶えています」。

パーティーの最後には、全員で「いつでも夢を」を歌ったそうだが、隣で吉永小百合さんがギュッと真奈さんの腕を掴んで一緒に歌っていたという。「本当に可愛らしい素敵な方でした」と微笑む。

## 35周年を北摂の皆様と楽しみたい

その後は、関本郁夫監督の竹久夢二生誕120周年記念映画『およう』の主題歌を担当。また様々な縁と真奈さんの努力が実を結び、ジャズのライヴハウスとし

て有名な大阪ブルーノートでのデビューも果たした。「ブルーノートが『ビルボードライブ大阪』になった後には、菅原洋一さんとの初ジョイントもさせていただきました。憧れの先輩との共演は歌手 真奈尚子の財産です」。

昨今は定期的にライブ活動を行い、ゴルフ仲間であるオール巨人さんと、歌のステージも行っている。「35周年の今年はいろいろと企画を考えています。第一弾は春に曾根崎のThe BARでランチ&ディナーショーを行います。夏には北摂で何かやりたいと思っています」。真奈さんの歌声は、ブルーノートでの音源をYouTubeで聞くことができる。ぜひライブで透明感のある素敵な歌声に出会ってほしい。

FM COCOLO × CITYLIFE / 音楽のCOCOLO Vol.54

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

もんたのソウルが宿る  
集大成アルバム

ALBUM

グッバイ ブラザー

ARTIST

もんたよしのり

生きる意味ってなんや?自由ってなんや?そんなことを朝まで語った日々がありました。ある日ふらっと歯医者への帰りに家に寄り

もんた「どこいくの?」 オレ「四国いくねん」 もんた「乗せてってやあー」 オレ「ええっ!」 そのノリで四国に行って現地の仲間とも、一瞬で打ち解けみんながもんたを好きになる。それが、もんたよしのり。そんなもんたが体験した様々な価値観が織りなす音を聞いていると、ココロの中にやる気や自信が生まれてくるのです。「さりげない日々の何気ない日常を曲にただけやあ」ともんたは言う。完成間近で旅立ったもんたのセッションを引き継いでバンドメンバーが仕上げた、まさに魂のアルバム。地球人仲間のもんたのソウルが宿る集大成アルバム全13曲。ついに完成です。グッバイブラザー

もんたよしのり/シンガーソングライター。1951年生まれ、兵庫県出身。1971年「この足の鎖ひきぎり」でソロ歌手としてデビュー。80年、もんた&ブラザーズとして再びデビューし、「ダンシング・オールナイト」がヒット。同年12月「第31回NHK紅白歌合戦」に出演。西城秀樹さんのシングル「ギャランドゥ」の作詞・作曲を手掛けたことでも知られる。23年10月、大動脈解離のため死去(享年72歳)。

SELECT DJ

マーキー  
MARK'E



1952年8月29日大阪府堺市生まれ。近畿大学入学後、ハワイ大学への短期留学で初海外を経験。大学卒業後の1974年にスキー業界に飛び込みフリースタイルスキーと出会う。帰国後はスキーやサーフィンなどのスポーツ大会で実況&雄叫びを担当する「スポーツDJ」に。ラジオDJとしてはFM802で長年活動。2010年からはFM COCOLOの番組を担当。常に流行の最先端を行くそのセンスと「人生現場主義」をモットーとする生き様が世代を超えた支持を獲得。50歳・60歳・70歳の各バースデーには日本のロックシーンを代表するアーティストたちが集結して祝うイベントが開催されるなど音楽シーンからも絶大な信頼を集める。【現在の担当番組】 FM COCOLO 『MARK'E MUSIC MODE』(月~木17:00~20:00)

Pick up!

不用品回収・買取

### 積み放題でお得に不用品処分 LINEで簡単見積もりを



ベテランスタッフの迅速丁寧な対応が評判で、お客さん同士の紹介多数!引っ越しが多くなるこの時期は、まとめて不用品処分するのが安く済ませるコツ!格安で処分してもらうなら中岩商事へ。自社工場で分別するのでゴミを事前に仕分ける手間も省けて楽々。まずは無料見積もりを。LINEでも簡単にできるのでおすすめ!

#### リピーターさんの声

悩みの種だった重いテレビやソファ、布団類、食器など大量でしたが丁寧に素早く運んでくださり、料金もそのまま。駐車も近い場所ではなく、ご近所の迷惑にならない位置に停めて作業してくださり、心遣いを感じました。予約の際の連絡もスムーズです。

- MENU
- 軽トラック積み放題(1量分).....13,000円
- 2トントラック積み放題(3量分).....33,000円(規定量を超えた場合追加料金あり)
- 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が何台でも無料(2024年6月末まで)

関西全域(大阪・兵庫・滋賀・奈良・和歌山・京都)の広範囲を対応してくれる。

中岩商事 (ナカイショウジ)  
受/8時~20時 年中無休  
古物商許可No.大阪府公安委員会  
第621120162063号  
☎0120-405-936 (大阪本社)  
https://www.fuyouhin1.com/

写真を撮って送るだけの簡単見積もり↓



### From CityLife インスタグラム @citylife\_news



素敵なグルメ情報や  
イベントの情報も発信しています!



## 「学研教室のせんせい」

### お仕事説明会受付中



説明会参加お申込みはこちら



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記事はこちらから!

採点アシスタントも同時募集!

#### 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。

3月18日[月]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

#### 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。

3月7日[木]10:00~ 学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

3月11日[月]10:00~ Gakkenスクエア千里中央駅前校 [各線千里中央駅すぐ]

3月22日[金]10:00~ 学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

3月26日[火]10:00~ クロスバール高槻 701号室 [JR高槻駅すぐ]

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 学研幼児教室 ☎0120-594-870  
[勤務地] 豊中市、池田市など(大阪府内)

### 学研教室

幼児/算数・数学/国語/英語

お子さんが小さくて外出しにくい方、日時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

受付時間 月曜~金曜日 9:00~17:00(祝休日を除く)  
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

会場提供も募集中!

## 関西で唯一のカリモクアウトレット展示場!!

### \*カリモク家具茨木アウトレット 新生活応援フェア

3/9(土) → 3/24(日)



当館では数量限定で、ワケあり商品を展示しております。

- 規格はずれ表張り材
- 試作品
- 特殊塗装品
- 部品不足品
- セットはずれ品
- 生産中止品
- 旧モデル品
- 配送時キズ品
- ショールーム入替え品
- 展示下げ品

現品のため会場にて直接ご確認ください。

#### 会場 カリモク家具 茨木アウトレット

茨木市横江1-21-43  
[時間] 土日祝/10:00~18:00  
平日/11:00~17:00  
[定休日] 毎週水曜日・木曜日(祝日は営業)  
TEL.072-636-1525



来場記念品  
この記事持参で  
カリモクオリジナル  
木製スマホスタンドを  
プレゼント  
※数に限りがございます。



- 主催 | カリモク家具正規販売店
- さわらぎや家具店 茨木市永代町7-5 TEL.072-624-4334
- 室内計画 大東市大東町10-21 TEL.072-813-0333
- エアアイディー 茨木市沢良直西3-11-13 TEL.072-657-8964
- インテリアフミヤ 奈良県葛城市木戸192-1 TEL.0745-48-4454
- インテリアほまれ 奈良県生駒市東松ヶ丘16-1 TEL.0743-72-2551

Gakken

# 春の無料体験学習受付中

対象 幼児(年少・年中・年長)・小学生・中学生

教科 算数(数学)・国語・英語

※英語については教室へお問合せください。

内容 学力診断テストと、2回の教室学習&家庭学習

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。(税込表記)



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。

幼児さん歓迎!  
幼児教材  
リニューアル!

お近くの  
教室は  
こちらから



無料体験参加者プレゼント  
「最強王図鑑」新学期カレンダーポスターB3  
※数に限りがあります。なくなり次第、終了となります。



お申し込みお問合せは ☎0120-114-154

学研教室 検索

受付時間/月曜~金曜日 9:00~17:00(祝休日を除く)  
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