街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life 7

We are Planet Sailors. since 1986

JULY 2024
vol.255
北摂WEST
吹田・豊中
箕面・池田
6月30日発行　無料

美味しいをはさんでみた

P.28−29掲載

巻頭特集

子どもの力を伸ばす習いごと活用ガイド

P.2−7掲載

P.16−17掲載

EXPOCITY press Vol. 92

表紙／撮影：阪下ケンジ　協力：ニック&レネイ箕面店・& aéré Coffee Roasters

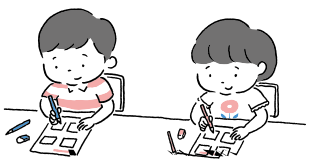
「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

Kids & Mam（キッズ&マム）

脳科学の視点からみた、子どもの力を伸ばす

習いごと活用ガイド

子どもの成長において、様々な経験をすることは、脳の発達にもよい影響を与えてくれます。習いごとは、子どもたちの好奇心を育み、知らない世界を体験できるいいきっかけです。そこで脳科学者である、東北大学の細田千尋先生に科学的な視点からお話を聞きました。

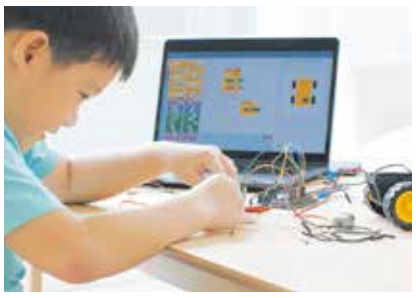


子どもの脳の発達に合わせると習いごとの「はじめどき」が見えてくる

子どもに習いごとを始めさせたいけれど、「いつからなにを始めればいいの?」と悩みますよね。脳科学の視点から言うと、子どもの脳は後頭葉から前頭葉へと徐々に発達していきます。生まれてすぐから、物を見ることを司る「後頭葉」が発達し、その後、音を聞く(言葉を理解する)能力に関わる「側頭葉」が発達します。そして最後に、脳の前の方にある「前頭葉」が発達し、コミュニケーション能力や社会性を身につけていきます。

年齢で言うと「後頭葉」や「側頭葉」が0〜4歳くらいに発達のピークを迎えるので、言葉の発達という観点から、英語などの外国語に早期から取り組むのは効果的であると思います。生後半年の赤ちゃんなら、日本人でも英語圏の子でも〝R〟〝L〟の音の聞き分けが共に6割くらいは判別できています。しかし1歳くらいになると英語圏の赤ちゃんは8〜9割と上がるのに対し、英語を聞く環境にない日本人の赤ちゃんは聞き分ける能力が下がっていきます。そういう意味でも言葉を覚える段階から英語に触れ続けることは習得への近道になると思います。

また体の感覚を認識して、様々な動作を司る「頭頂葉」あたりは3歳〜5歳にかけてピークを迎えるので、この時期に、外遊びなどで体を動かすことがとても重要です。体操教室やダンス、スイミングといった運動系の習いごとを始めるなら、この時期がおすすめです。幼児期に運動習慣を身に付けると、新しい動きを習得する際に役立ち、反射神経なども養われるため、けがや事故防止につながります。



長年根強い人気の英語スクールのほかに、最近は、体操教室やプログラミングなどの習いごとが人気。

今からでも遅くはない 楽しく続けて、上達をめざそう

多くの親御さんは、知的な能力の高い子に育てたいという思いがあることでしょう。それに関連する場所である「前頭葉」は早くても7歳から、主に10代から思春期まで発達し続けます。習いごとをさせる目的が、〝将来に役立つ能力を身に着けさせたい〟というものであるならば、幼児期に始めた習いごとを、「前頭葉」の発達ピークである13歳〜14歳頃まできちんと継続させることが重要になってきます。

英語などの語学学習は17歳頃までに始めれば、一定の効果を得られるので、小学生から始めても遅くはありませんし、昨今人気のプログラミングも幼児からだけではなく、論理的な思考が育つ小学生から始めるのもいいでしょう。

楽しく続けて、子どもの成長にとって有意義なものになるといいですね。

習いごと あるある

子どもが自分から「やりたい」と言った習いごとのほうが成果が出やすい!?

3歳くらいまでだと、親が決めて始めさせることが多いと思いますが、自分でやりたいと思っていなくても、「やってみたら?」と言われれば、やれる子はいます。ただ自分から「やりたい!!」と言って始めた子は取り組む意欲があるので、同じ習いごとをやっていても、より良い成果を生み出すことが研究結果で見えてきています。

とはいえ、習いごとはお金と時間のかかるもの。本当にやりたいのか(やらせたいのか)どうか、親子でしっかり話し合いましょう。

この人に聞きました!

細田 千尋さん

医学博士・認知科学者・脳科学者
東北大学加齢医学研究所及び、東北大学大学院情報科学研究科准教授。専門は、認知脳科学。脳科学から見る、学習能力の伸ばし方や子育て、人間関係についての講演も多数。三児の母でもある。

東北大学 細田千尋研究室　https://neurocog.is.tohoku.ac.jp

成果を出すためのポイント

習いごとは、子どもの成長に様々なメリットを与えてくれます。
せっかく始めるのであれば、成果を出すために意識したいポイントを知っておきましょう。

1 先生との相性は重要

まずは体験会へ行って教室の雰囲気を確認

習いごとにおいて、なによりも重要なのが先生の指導力、そしてお子さんとの相性です。親御さん自身が、先生の指導方針に共感を持てるかどうかも大切です。まずは体験会などに足を運んで、実際のレッスンを受けてみるといいでしょう。その際、お子さんが楽しく取り組めているかもチェックしましょう。

2 親も一緒に伴走する

通わせているから、と安心せずに言葉がけなどのフォローを

「通わせていれば、身につくだろう」とスクールまかせにしがちですが、家でも取り組めることがあれば、一緒にやってみるのがおすすめです。先生からお子さんの状況を聞いて、努力している様子がわかったら、それを認めて、がんばりを具体的に褒めてあげましょう。親御さんの応援はチカラになります。

3 他の子と比べない

わが子の成長に目を向けて誰かと比較しないように

習いごとを進めていくなかで、ついつい他のお子さんと比べてしまう時はありませんか?　これは絶対に止めましょう。比べられると自信を無くし、「どうせ自分は何をやってもダメだ」と、やる気まで削ぎかねません。上達のスピードには個人差があります。わが子の一歩を認めてあげましょう。

4 継続することが大切

時には辛いこともあるけれど乗り越える力が育まれる

続けることも能力のひとつです。時には上手く行かず、壁にぶつかることもあるでしょう。それを乗り越えて、1つでも何かを続けられた子は、それが成功体験になります。昨今、注目を集めている「非認知能力」は6〜7歳から10代にかけて伸びていくので、この時期に「やり抜く力」を育むことが重要です。

子どもの力を伸ばす

習いごと 体験プロジェクト

「子どもが興味があることを見つけたいけど、何がいいかわからない」
「入会前にお試し期間が欲しい」という方も多いのでは？
今回はスポーツ、学び、保育などの様々な体験会をご紹介。
この機会に、気になる習いごとを体験してみませんか？

【 Le-miX レミックス 】
英語でキッズダンス体験

WOD（世界最大のダンス大会）で3位入賞経験のある現役ダンサー、プロ講師のレッスンを受けることができる。人気のK-POPやHIPHOPの曲に合わせて楽しくダンス!海外経験も豊富でレッスンは英語で行うそう。「リズムに合わせて楽しく体を動かしながら、英語に触れましょう!」とは講師のAyanaさん。初心者歓迎なので安心してお申し込みを。

日時 7/21（日）15時半～16時半
場所 吹田市江坂町5-14-13
対象 5歳～のキッズ（見学は3歳～OK）
申込 06-4400-3888
料金 500円　定員 先着15名

LINEでのお問合せはこちら

【 高英進学教室 スマイルキッズ 】
ナーサリー・パズル道場・速読教室、無料体験会

自分に合った講座を選択して、将来へと繋がる様々な能力の引き出しを刺激するカリキュラムを無料体験できるチャンス!文字・数・ちえを総合的にバランスよく学習する「ナーサリー幼児」、「パズル道場」、「速読」から選択OK。

日時 7/1（月）～8/31（土）※日曜祝日は除く
場所 吹田市千里万博公園12-1 パークサイドビル202
対象 ［幼児］ナーサリー、パズル道場
［小学生］パズル道場、速読
申込 06-6875-2366［Mail］kouei-smile@ukkhawaii.net
料金 無料

【 KGC国際外語センター 】
小学生クラス体験会（幼児・中高生も随時）

挨拶や身の回りの表現を学ぶ初級から、中学で英語を得意科目にする中学準備まで、レベル別の英会話クラスと、脳力開発の速読を組み合わせた120分のレッスンが体験できる。英会話と英検®の夏休みプログラムに興味のある方もお問い合わせを!

日時 7/2（火）～8/31（土）※休講日は除く
場所 吹田市豊津町9-44 ハートランド江坂7F
申込 06-6378-4411
料金 無料（夏期プログラムは別途）

【 カラダツクルスクール 】
パルクール＆アクロバットイベント

建物や自然環境にある障害物を、走る・回る・跳ぶなどの基本的な動作で移動し、心身を鍛えるスポーツのパルクールが体験できる!パルクールの基本的な技から、バク転まで行うアクロバットレッスンもあり。未経験大歓迎、詳細はお問い合わせを。

日時 7/20（土）
場所 豊中市少路2-7-5 SOSHビル3F（カラダツクルスクール緑丘）
申込 06-6850-7588又はInstagramのDM
料金 3,000円

Instagramでのお問合せはこちら

【 HOS南千里スポーツクラブ 】
体操教室 夏の1日体験会

人気の体操教室を無料で体験できる「夏の1日体験会」。本科生と一緒にレッスンを受けるから、実際のクラスの雰囲気が分かって安心。体験者のみを集めた1日体験コース（1,000円）や、逆上がりやバク転の特訓コース（1,500円）もあり。期間中の入会でうれしい特典満載。

日時 7/8（月）～8/30（金）※土・日曜日除く
A：15時半～16時半　B：17時半～18時半
場所 吹田市千里山西6-56-1
トナリエ南千里 アネックス5F・6F
対象 3歳～小学6年生
申込 右記QRコードから　料金 無料

【 ロボ団 エディオン箕面船場校 】
ナツロボ プログラミングでしゃてき大会！

自分で作るロボットでワクワク夏祭り2024!夏休みの自由研究におすすめの1人から参加できるロボットプログラミング体験。通常の授業では作らないサマーイベント専用のロボットを作成できる。120分の中でロボット作成～プログラミング～しゃてき大会すべて行う。

日時 8月中旬予定（120分）※詳細はお問い合わせを
場所 箕面市船場東3-2-26 エディオン箕面船場店3F
対象 小学1年生～6年生　定員 4名
申込 072-734-6349（7/3から受付）　料金 2,000円（税込）

【 企業型保育園 ohana 】
親子で半日ohana保育体験

0～2歳のお子さんが通う企業型保育園ohana。「リアルな保育園を体験して、不安を少しでも解消してもらえれば」という園長の想いで保育体験を実施。子どもが水遊びや制作などの普段の保育内容を一緒に体験し、保護者はその様子を見学できる。自園で調理している給食の試食も可能。気になる方はお問合せを。

日時 7/10（水）～8/9（金）の開園日で予約受付［10時～11時半］
場所 吹田市五月が丘北3-15 グリーンプラザ107
申込 06-6816-9715
料金 無料

【七田式江坂教室 】
月齢ごとの体験レッスン

七田式幼児コースでは、「イメージトレーニング」「記憶トレーニング」「計算力」など、人間が本来持っている能力を効果的に引き出す。平日は保護者1人の参加だが、毎月・日曜は2人までOKなのでパパ＆ママで一緒に参加してみよう!

日時 8月末まで随時　9時半～18時（各60分）
場所 吹田市江坂町1-16-31 協同江坂ビル 6F
申込 06-6338-7444
料金 無料

申込は下記のQRから

【 キッズ英会話 Eatbee 】
夏休み短期特別レッスン（5日間）

「中学校卒業時点で帰国子女について行くレベル」に到達する「伸び」を実感いただくための5日間。通常レッスンの導入期と同様のレッスンを行い、5日間の成果を動画で確認いただきます。「人生が変わる!?出会いの夏休み!」 ビビッと来た保護者様はお早めに!!

日時 ① 7/25（木）～29（月）15時～
② 8/2（金）～6（火）15時～
※各回の内容は同じです
場所 吹田市五月丘東13-13（たこ焼き「あほや」隣）
対象 年中児～小学4年生 ※クラス分けして実施
料金 16,500円
※ご満足いただけない場合は、全額返金します

詳細は下記のQRから

【 スポーツスタジオ あそてぃぶ 】
遊びながら楽しく運動体験

4つの年代別に「無料体験＆説明会」を開催!遊びをメインに楽しく体を動かすため、初めてでも安心!体育の授業でつまずいていることや運動が苦手だと感じている理由も、この機会に相談してみよう!

日時 7月の毎週土曜日 ※時間は予約時に要相談
場所 豊中市中桜塚2-21-7 福興ビル6F
対象 幼児（3～5歳）・小学1～3年生・小学4～6年生、中学生以上
持ち物 動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物
料金 無料

申込は下記のQRから

【 KINOCODE 】
AIと一緒に楽しむ「謎解きイベント」

夏休み限定でキノコード教室内と江坂公園を舞台に謎解きイベントを開催!スマホから、キノコードが独自にカスタマイズしたAIを利用。AIの力を借りながら様々な謎を解こう!

日時 8月の毎週土曜日（31日は除く）
10時～12時
場所 吹田市江坂町1-21-39 土泰第一ビル3F
対象 小学生以上（保護者の同伴は一人まで）
料金 2,000円／人（1～3年生は保護者の料金が無料）
定員 1日10組まで※基本的には室内での活動

申込は下記のQRから

【 学研教室　大阪北事務局 】
学研教室 夏の無料体験学習受付中

「自分で考える力」を開設当初から何より大切にしてきた学研教室。子どもたちが自分で考え、自分で答えを導き出せる工夫がいっぱいの「オリジナル教材」を試せるチャンス。

対象 幼児（年少・年中・年長）、小学生
教科 算数・国語・英語 3教科 ※英語については教室へ問合せを
内容 到達度確認テストと、2回の教室学習＆家庭学習
コンピュータ学力診断（年長・小学生）と個別相談あり
問合せ 学研教室 大阪北事務局　TEL.0120-114-154

【 とくいラボ 】
体験学習＆ヒアリング

学習指導のスタッフと一緒に、どんな風に学ぶのか実際に体験。その後、保護者にも自宅や学校での学習の取り組み方や悩んでいることなどをヒアリング。まずは気軽に相談から始めてみよう。

日時 随時受付中
場所 吹田市豊津町11-37 真建ビル2F
対象 小学生～中学生
申込 06-6192-8622
料金 無料

英語の学童保育・プリスクール

夏休みは、I.E.Cの体験レッスン（英検対策も可）を受けるチャンス 小学生のうちに英検®準2級、2級合格できる英語力が身につく

アットホームな雰囲気が人気。

放課後に"学童保育"のスタイルで英語を学べる同スクール。広々とした教室は快適な空間で、平日は2コマ、4つのレベル分けクラスで英語のレッスンを受けることができる。

フォニックスなど濃い内容ながら楽しく、ネイティブの先生たちとふれあう中で"聞く・話す"の会話能力と、文法、長文読解といった"読み・書き"の力まで、英語の4技能をしっかりと身につけることができる。

また中学・高校英語教諭第１種免許を持つ日本人教師が英検®対策のレッスンを担当するので、英検合格での実績もある。周りの生徒たちの頑張りに刺激されて、自分から机に向かうようになり、小学6年生で英検2級合格、準2級合格の子も出てきているという。

他にも土曜だけ通うサタデースクールも人気。ネイティブ教師による4限のレッスンはもちろん、子どもたちの会話のすべてがオールイングリッシュで、1日英語漬けになる。初級・中級の2つのクラスがあるので、興味のある方は問い合わせを。

指導力の高い ネイティブ教師が充実
カリキュラムに沿った上でそれぞれ工夫を凝らした授業を行ってくれる。

英検合格も実績あり 小学生で2級合格！！

【2023年 英検実績】

2級	3級	4級	5級
小5/2人	小1/1人	小2/2人	小1/1人
小6/1人	小3/2人	小3/4人	小2/13人
準2級	小4/2人	小4/2人	小3/6人
小4/3人	小5/2人	小5/1人	小4/1人
小5/6人	小6/2人	小6/1人	小5/2人
小6/2人			

英検5級 オリジナル絵カードも人気

54パターンのかわいい絵で、英単語の意味を瞬時にインプットできるI.E.C.オリジナルの絵カード。まずは表面の絵を見ながら単語を声に出して読み、絵のイメージと単語を覚えたら、その単語が含まれている裏面の英文を読むことで、英検5級取得に向けての英語力を楽しく高めていくことができる。

I.E.C English Classroom
（After School In English）
吹田・千里丘教室（学童保育）
摂津市千里丘5-12-3 1F
日・祝休み
06-6170-5578
contact@english-iec.com
https://www.english-iec.com

詳しい料金・クラスはHPにて！

Menu
【月～金曜日の学童クラス（送迎料込）】
入会費：22,000円
週2回32,450円　週3回43,450円
週4回51,975円　週5回59,995円
※料金は1ヵ月の授業料

【サタデークラス（朝～16時）】
22,110円（1ヵ月）

無料体験＆教室見学
見学＆体験可能日は、火曜、水曜、金曜、土曜。体験後、8月末までに入会の方は、入会金（22,000円）が全額無料！
申込は随時受付中。（要予約）

特典 「シティライフを見た」と予約のうえ、入会の方
入会金（22,000円）全額無料（8月末まで）

1歳～3歳のプレスクール

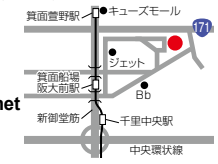
「もっと早く知りたかった…」そうなる前に、まずは体験会へ

育脳モンテ®やWARAリズム®のカリキュラムも実施。

1歳～3歳の脳の80％が形成される重要な時期に、非認知能力と認知能力をバランスよく育てるプログラムを提供しているスマイルキッズ。北摂エリアで30年以上の実績があり、多くの保護者から支持されている。その秘密は、日本ベビーコーチング協会認定講師による脳科学や発達心理学を基にした育脳知育、リトミック、絵画、英語、体幹体育のエデュタイム(習い事時間)が設定されているところ。保育時間内に習い事を経験でき、現代の子育てに関する悩みにも対応してくれ、母子分離の練習や育児相談も可能。今夏限定のお試し体験入会を実施しているので、興味のある方はぜひご参加を。

夏のお試し体験入会
7月、8月限定で、通いたい日数を決めてお試し体験ができる特別プログラムを実施。お好きな曜日（デュタイム）を選んで使用することもOK!
［料金］5回～18回まで使えるチケット：35,750円～
※満席のため月曜日は除く
［対象］1歳～3歳※安全確保のため、事前親子面談あり
※任意の日程で個別見学も受付中

スマイルキッズプレスクール
箕面市船場東1-15-8-201
06-6875-2366
FAX：06-6875-1617
Mail：kouei-smile@ukkhawaii.net
UkK スマイルキッズ で検索



順子先生の育脳ラジオ
FM箕面 毎週月曜日12時5分～12時20分
子育て情報など発信中！

キッズダンス

初めてのダンス歓迎、楽しくダンス好きに 実績多数の講師陣の"伸ばす"レッスンが人気

初心者歓迎!リズム感を養い、基礎的なステップから習得することで、脳トレにもつながるそう。

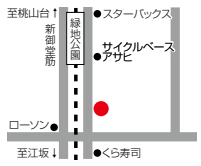
講師陣は世界大会入賞の実績を持ち、本気でダンスをしたいと思っている子も大歓迎!

明るくて優しい、講師陣がレベルに合わせてレッスンを組み立てくれる。

OPENから半年、クチコミで広がる3歳～小6対象のキッズダンス教室。「楽しみながら学ぶ」をテーマに、基礎ステップ～K-POPやHIPHOPの曲で振り付けまで、少しずつレベルアップしていく。ダンスを通し豊かな感受性、自己表現力が身につくと同時に、協調性やマナーなどの社会性も育むことができる。さらに土曜日には英語で教えるレッスンもあり!講師代表はダンス指導歴20年以上で数々のダンサー育成実績があり、才能を開花させる独自のメソッドを持つ。大手芸能プロダクションとのパイプも持っているので、活躍の場を広げるお手伝いも可能。気になる方はぜひ体験レッスンへ!

ダンス講師の実績一例
- ブロードウェイミュージカル「葉っぱのフレディ」出演 農林水産省にて「国際森林年子ども大使」に任命。天皇皇后両陛下のご来臨を賜り上演。
- ベストヒット歌謡祭バックダンサー
- USJダンサー
- WOD世界最大のダンスコンテスト3位入賞

Le-miX レミックス
吹田市江坂町5-14-13
営／9時半～21時半
緑地公園駅 徒歩7分
P有り
HPはこちら
06-4400-3888
https://le-mix.com/kidsdance



大人向けの女性専用フィットネスも充実

大人のダンス・ヨガ・エクササイズ・ピラティスメニューもあり、人気を集めている。親子で通う方もいるそう。こちらも随時体験受付中!

特典 「シティライフを見た」で
- 初回体験1,100円→500円
- 体験当日に入会すると入会費無料

（7月末まで・要予約・新規の方）

スイミング・体操

体操＆スイミング 夏の体験会開催 入会キャンペーン実施中

HOS南千里では、7/1（月）～8/30（金）に夏の体験会を開催。スイミングと体操それぞれ、本科生と一緒に行う「本科1日体験コース（無料）」と体験者のみを集めた「1日体験コース（1,000円）」を実施。さらに体操教室は逆上がり、バク転のマスターを目指す「特訓コース（1,500円）」もあるので、チャレンジしたいお子さんはぜひ。期間中の入会でうれしい特典満載。

スイミング本科1日体験コース
［日時］7/1（月）～8/23（金）
①15時15分～16時半②17時15分～18時半
［対象］3歳～小学6年　［参加費］無料
※火・土・日曜日除く

スイミング1日体験コース
［日時］7/22（月）～8/2（金）
9時10分～10時（各5名）
［対象］3歳～小学6年　［参加費］1,000円
※火・土・日曜日除く

体操教室本科1日体験コース
［日時］7/8（月）～8/30（金）①15時半～16時半②17時半～18時半
［対象］3歳～小学6年［参加費］無料　※火・土・日曜日除く

体操教室1日体験コース
［日時］8/6（火）①10時半～11時半②11時45分～12時45（各15名）
［対象］年少～小学6年［参加費］無料

体操教室特訓コース
［日時］8/6（火）13時～14時①逆上がり10名②バク転特訓10名
［参加費］1,500円

HOS南千里スポーツクラブ
吹田市千里山西6-56-1
トナリエ南千里アネックス5F・6F
営／平日9時～22時
土曜9時～20時
日祝9時～19時
火曜定休
06-6310-8755

特典 体験後、即日入会で
- 事務手数料……3,300円→無料
- 月会費2ヵ月分 ……16,500円→無料
- 各スクール指定用品orノベルティプレゼント
- ステンレスボトルプレゼント

※8/31（土）まで、諸条件あり、詳細はHPへ。

プログラミング教室

プログラミングで育む自由な発想力 今後、重要となるAIについても学べる

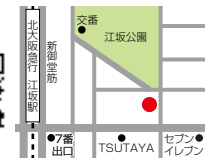
講師がマンツーマンで生徒の横に付vき、一緒にパソコンを操作していく。

北摂エリアでいち早くプログラミング教室を開校した「キノコード」では、園児から高校生まで幅広い世代の生徒が学ぶ。「プログラミングではトライ＆エラーが当たり前。プロであっても、試しては失敗と修正を繰り返しながら完成を目指します」と代表の朝倉先生。また、目覚ましい発展を続ける「AI」についても学習ができる。基礎知識から活用方法まで、幅広く身に付けることができるのも同教室ならでは!

無料体験会随時実施中！
まずは無料の体験会（60分）に参加してみよう!
［対象］年長～高校生まで
［予約］電話またはホームページから。

「これはプリンターの仕組みに興味を持った生徒が実際に自作したプリンターです」と朝倉先生。プログラミングを用いれば。ロボットもゲームも自由な発想で作ることができるという。

KINOCODE
〈キノコード〉
吹田市江坂町1-21-39
土泰第一ビル3F
営／平日14時~20時
土日10時~20時
火曜・祝日定休
毎月29~31日休み
06-6155-9020



Menu
- 月8コマ（1コマ60分）……15,800円
- 月4コマ（1コマ60分）……11,800円
- 月2コマ（1コマ60分）……6,800円

特典 「シティライフを見た」で
月額料金1ヵ月分無料！
（7月末までの入会限定・2ヵ月目の4コマ分料金）

幼児教育

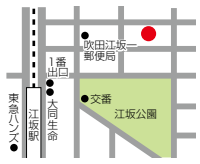
脳と心を育む幼児教育で65年以上の実績 子どもが本来持つ力を最大限に引き出す

（上）テンポよく進むレッスンで、記憶力や自己肯定感を育んでいく。（左）幼児教育の経験豊富な講師陣がサポート。

幼児期は生涯でもっとも学習の吸収力が高い時期!幼児教育65年以上の実績を誇る七田式では、基礎学力の定着はもちろん、数値では計ることのできない「やる気」「忍耐力」「主体性」「協調性」などの「非認知能力」を月齢別に育んでいる。そのため、社会に出たときに役立つ力が身に付くと評判。七田式が大切にしているのが、保護者と共に取り組む教育。レッスン中や家庭での取り組み、子どもへの接し方など、親へのアドバイスが手厚いことも嬉しい。まずは、少人数制の楽しいレッスンに参加してみよう!

七田式江坂教室
〈しちだしきえさかきょうしつ〉

吹田市江坂町1-16-31
協同江坂ビル6F
北大阪急行「江坂」駅
1番出口下車徒歩5分
受／9時半～18時
日・月曜定休
06-6338-7444



Menu
- 幼児コース（43回／年、50分／回）
- 0歳…愛情とスキンシップで脳を刺激
- 1～2歳…五感で学び手先や体の器用さを育む
- 3～4歳…思考力を育てアウトプットができるように。
- 5～6歳…表現力＋カタカナや計算などで就学前に自信アップ!

特典 「シティライフを見た」と無料体験参加で
上手な子育てに役立つ「心の子育てブック」をプレゼント!
（8月末まで）

英会話/速読/英検®
こども英語/TOEIC

幼児からシニアまで26年の実績 常に進化する英語スクールKGC

1回当たり1,500円からの幼児親子コースは外国人講師と英語のキャッチボール。児童コース（幼・小・中・高）は外国人講師と日本人講師のチーム指導。独自のSV式メソッドで英語脳を育て、英語を得意科目に!様々なテーマのイベントで楽しみながら進歩を実感。小学生基本コースは脳力開発の速読をプラスした充実の120分。中・高生基本コースは120分のレッスン＋英語速読で文法も会話も。ネットを活用する英検®コースも有り。大人はOne-to-One（20回・個人）や月謝制（グループ・個人）を目標に合わせて選択可。Webによる補足学習も充実。

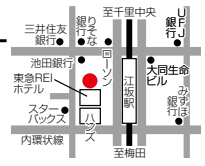
英会話＋速読／英語速読コース

集中力・記憶力・思考力・読み解く力など、脳機能を向上させる学習法として注目を集めている速読も学べる!!

無料体験レッスン受付中

KGC 国際外語センター

吹田市豊津町9-44
ハートランド江坂7F
（江坂駅1分・東急ハンズ北隣り）
06-6378-4411
https://www.kokusai-gaigo.com



Menu
- Toddler Box50分　●幼児60分
- 小学生90分（基本120分）　●中・高生120分
- 英検40分(ネット)　●大人グループ英会話70分
- One-to-One（40分×20回特典付）

特典 「シティライフを見た」で
入会金3,000円OFF
（8月末まで）

企業主導型保育園

親子で半日保育体験受付スタート ゆとりある人員配置・愛情たっぷり安心保育

毎月お誕生日会が開催され、みんなでお祝い。転園した後に、また戻ってきた園児がいるほどの居心地の良さ。

自主性を大切にしたのびのび保育。温かい眼差しで保育士が見守ってくれる。

砂場付きの園庭あり!近くに公園もあり外遊びがたっぷりできる環境。

園長の子どもが待機児童だったことから、「我が子を預けたいと思える保育園にしたい」とスタートし、今年で6周年。リーズナブルで保護者満足度も高くクチコミで広がっている。保育士の数も充実、きめ細やかで温かい雰囲気の園内。自園調理の給食が提供され、認可園基準をクリアした施設・保育を受けることができる。小規模園では珍しく、砂場付き園庭もあるのが嬉しい!園での写真がアプリにアップされ随時確認できるというのも安心。令和7年度申し込みスタート!保育体験も受付中。

親子で半日保育無料体験

7/10（水）～8/9（金）の開園日で予約受付［10時～11時半］
実際の保育を体験＋見学、給食の試食も!

企業主導型保育園 ohana
〈おはな〉

吹田市五月が丘北3-15
グリーンプラザ107
06-6816-9715

インスタはこちら ▼

令和7年（2025年）度生募集

［対象］6ヵ月～2歳児クラス
［保育時間］月～土曜・7時～20時
［保育料金］0歳児36,500円・1歳児35,500円・2歳児34,500円
企業枠一律・25,500円

キッズ英会話教室

圧倒的英語力で高校生の 年間留学への「近道」となる教室

現在、国際プログラムに参加し、ニュージーランドに滞在中（約１年間）の生徒。

「英語は道具。早くに磨けば将来を切り拓く武器になる」と謳うキッズ英会話教室。「英語ゼロから入会した『ごく一般的な家庭』の子どもたちが、高校生の年間留学を勝ち取っています」と代表の笠井さん。22年に1名、24年に1名、25年3名（選抜確定）の合計5名の実績。「留学は究極のアクティブラーニングです。英語を始めるなら、高校生の年間留学を掴むレベルを目指しませんか?ご案内します!」（笠井さん）。この夏から、海外大学に進学する生徒もいるとか。Eatbeeは小中学生たちの「次は自分の番」という雰囲気に溢れている。

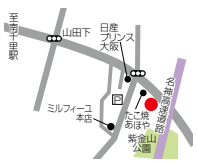
充実の進路相談

国の方針などにも精通し、高校入試やその後のキャリア形成に向けた面白いアイデアをくれる面談も評判がいい。また、リーズナブルな年間留学の機会なども無料で紹介してくれる。

キッズ英会話 Eatbee
〈イート・ビー〉

吹田市五月丘東13-13
（たこ焼き「あほや」隣）
06-7897-8608

今すぐ体験レッスン



会員専用の姉妹教室「学びの秘密基地 Eatbee Plus」を併設。定期テスト対策や中高入試に対応する学習塾。

習い事の送り迎え
外出時のお留守番
見守りながらの家事
子どもの遊び相手

自分ができると思っていることも、誰かにやってもらうと楽になる

家事・育児のお手伝いは Leaf（リーフ）にお任せ!

120分 5,980円

Leafの経験豊富なスタッフが安全にサポートします。
ちいさな頼み事でも気軽にご相談ください。
Leaf 代表中山
ケアマネージャー、介護福祉士、子育て支援員

わたしはこんな頼み方
- 部屋の掃除、アイロンがけ
- 食料品などの買い物
- 夕飯づくり
- 塾への送り迎え

まるで実家の母親が手伝いに来てくれた安心感
学童に行っていた娘が塾に通うことになり、送迎が心配で頼み始めました。掃除は自分でやるより断然キレイになって、もっと早く頼めばよかったと思っています。片付いた部屋にいると心が穏やかになるし、スタッフの方は子育て経験豊富で困ったことも相談できて心強いです。
40代 共働き

まずはお問い合わせを 0120-964-011
24時間・365日対応しています

生後0～2歳の赤ちゃん研究員
生後3～6歳の子ども研究員
大募集

大阪大学・比較発達心理学研究室では、赤ちゃん・子どもの「こころ」を理解するために、2020年より「赤ちゃん・子ども研究員」を募集して発達調査を実施しています。

今回、調査に参加してくださる0～2歳または3～6歳のお子さまと保護者の方を募集いたします!お子さまに短い映像をご覧いただいたり、親子遊びの様子を記録したり、紙芝居を聞いてクイズに答えてもらったりする様子を調べることで、「こころ」の発達を明らかにしていきます。ご協力いただける方は、ぜひ右記サイトからお申し込みください。

※プライバシーに関わる情報は、研究室で厳重に管理しております。研究目的以外に用いたり、無断で公表されることはありません。

場所 大阪大学 吹田キャンパス
募集期間 随時
実施日時など 夕方・土日に調査枠を設ける場合もあります。詳細は調査担当者からご連絡いたします。
所要時間 説明込みで30分～1時間程度（調査内容によって変化します）
謝礼 記念写真と3,000円の謝礼（銀行振り込み）
ご応募・お問い合わせはこちらから ▶
https://baby-lab.hus.osaka-u.ac.jp/baby_entry
大阪大学大学院人間科学研究科 教授　鹿子木 康弘

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

Kids & Mam（キッズ&マム）

教室+オンラインで次代の学びへ

自分で考える力を育む 学研教室の魅力

学習指導要領の内容をすべてカバーした教材と、子どもたちの力を引き出す先生の存在が魅力の学研教室。このたび新たにハイブリッド学習をスタートさせるという。その概要とめざす姿を聞いた。

この方に聞きました
川又 愛莉さん
株式会社 学研エデュケーショナル
関西支社　支社長

全国の事務局での勤務を経て、教材開発や新規プロジェクトの主要メンバーとして、学研教室を支えている。

オンライン通室でも同じ学びが可能

様々なメリットがある ハイブリッド学習を導入

北摂エリアにも、約100教室ある「学研教室」。週2回、教室に通って、オリジナルの教材を解く自学自習スタイルで、多くの子どもたちが基礎学力を身につけている。

そんな学研教室が、週2回のうち1回をオンライン通室に変更できるハイブリッド学習をスタートさせることになった。「コロナ禍で、通室できない状況になった時、先生方が独自で工夫されて、教材を郵送でやりとりしたり、Zoom（ズーム）などを活用して学びを進めてくださいました」と話すのは関西支社長の川又さん。

そこで会社としても、対面で完結している学研教室の学習をより柔軟性の高いものにするため、ハイブリッド学習のプロジェクトを立ち上げた。

「私も教室にオンラインの学習を取り入れる方法や仕組みを検討し、実践を進めてまいりました。使いやすさの点から『Google Classroom（グーグルクラスルーム）』を使って、学習済み教材の提出や採点ができるようになりました」と川又さん。

オンライン通室を取り入れることで、保護者の送迎の負担が減ったり、学級閉鎖や帰省の際にも、自宅や移動先で学習を進めることができるといったメリットが期待される。「学研教室の良さを守りつつ、時代のニーズに応えていくことで、より多くのお子さんが自分で考え、自分で解いていける自学自習の力を育んでいっていただければ、うれしいですね」。

学研のハイブリッド学習とは

【通室スタイル】
週1回通室+オンライン通室

【対象/教科】
小学生/算数・国語・英語

【教材】 紙教材

【月謝・コース】 既存のコースに準じる

【使用ツール】
・Google Classroom
（学習済み教材の提出・採点）
・Zoomなど（ビデオ通話）

学研教室の先生にもインタビュー

学研教室　千里新田教室 / 南千里中央教室
松本千世子先生

学研教室の先生として20年以上のキャリアがある松本先生。コロナ禍の頃からZoomでの遠隔学習を活用し、子どもたちの学びをサポートしている。これからはじまるハイブリッド学習への期待を伺った。

自ら考え学ぶ力がつく教材をオンラインでも

「ハイブリッド学習の良さは、状況に応じてオンラインでも通室でも選べることです。例えば学級閉鎖のときや帰省中でも、オンラインを使えば学習が進められます。どこでも手軽に学べるオンラインと、作図や発展問題など細やかなサポートが可能な通室でのリアル学習。生活スタイルや状況に合わせてメリハリをつけて活用することで、場所や時間の制約にとらわれず、様々なニーズにお応えできるのがハイブリッドの良さだと思います。

それを可能にしているのが学研教室の『オリジナル教材』。自分で考えて、自力で答えを導き出せるように工夫されているため、自宅でも教室同様に学習が可能です。アプリを使えばその場で採点も可能で、より教室学習に近づいたハイブリッド学習に私たちも可能性を感じています」。

Google Classroom（アプリ）を利用してのオンライン学習の様子。
左）アプリで教材を撮影・提出。
右）アプリで採点・返却。

特典　8/16（金）までに、ご入会の方全員
入会金0円キャンペーン実施中！

学研教室（がっけんきょうしつ）
大阪北事務局
吹田市江坂町1-23-101 大同生命江坂ビル11F
受付／月曜～金曜 9時～17時（祝休日を除く）
0120-114-154　学研教室 で検索
お近くの教室をお調べいたします。気軽に問い合わせを。
24時間ホームページより申し込みOK。

北摂エリアに
約100教室ある学研教室
学研教室は、通いやすさも魅力のひとつ。近くの教室および、ハイブリッド学習対応教室は、下記QRからチェック。

体操教室

「早く行きたい」と心待ちにする 心とカラダが健やかに育つ体操教室

文部科学省から発行されている幼児期運動指針における「36の基本動作」を取り入れ、安全面に配慮しながらカラダを動かす楽しみを育む。

子どもの運動神経は遺伝ではなく、幼少期の経験が大きな影響を与えるという。同教室は一人ひとりの適性を見極め、運動の楽しさ・基礎を養いながら、子どもの可能性を伸ばしてくれる。さらに特徴的なのが「医食動源」をモットーに、運動だけでなく食事の大切さやカラダの歪みや姿勢を整えるコンディショニングを通して、子どもの健康的な心とカラダ作りをサポートしてくれる点。スタッフは中高保健体育教諭、管理栄養士、鍼灸師、理学療法士など身体のプロフェッショナルが揃い、「姿勢が悪いしよく転ぶ」「偏食が気になる…」など、保護者の悩みにも適切なアドバイスをしてくれる。まずは無料体験へ！

見学、無料体験随時受付中！
HP　Instagram

「自立性」や「自己肯定感」を高める

成功体験を積み重ねることで、「自立性」や「自己肯定感」が高まり、小学生以上になると勝負事などを交えたゲーム性のある運動で、「コミュニケーション能力」が育まれていく。

カラダツクルスクール緑丘
豊中市少路2-7-5
SOSHビル3F
営／月～金10時～19時半
土9時半～16時
日・祝定休
共有駐車場8台あり
06-6850-7588

［服部校］豊中市服部西町2-4-17　06-6867-1666

Menu
●月4会員…小学生 7,700円・2～6歳 6,600円
●4回回数券（有効期限2ヵ月）
……小学生 9,000円・2～6歳 8,000円

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！

開院10周年 10TH ANNIVERSARY　吹田徳洲会病院・徳洲苑
健康フェスタ
入場無料
VIVA健康!!　VIVA吹田!!
～地域とともに10周年！～
日時　2024年7/7（日）（雨天決行）10:00▼16:00
場所　吹田徳洲会病院
〒565-0814 大阪府吹田市千里丘西21-1

特別講演　女優・タレント 向井亜紀氏
命を輝かせるために　14:15～15:30

プロフィール
1964年　埼玉県生まれ。テレビ・ラジオ・講演会など幅広く活動。
1994年　格闘家の高田延彦（たかだのぶひこ）と結婚。
2000年　妊娠するも子宮頸がんにより16週の小さな命を失う。
2003年　米国での代理出産により双子の男子を授かる。
2012年　「プラチナ夫婦アワード」を受賞。
夫の高田と開催している体育教室「高田道場ダイヤモンドキッズカレッジ」で延べ25,000人以上の子ども達に身体を動かす楽しさを伝えている。

展示・実績
■ ロボット手術（ダヴィンチ手術）
■ 集中治療センター（スーパーICU）
■ 救急車展示・撮影
■ アンチエイジング【健康チェック】
■ 眼科健康相談【緑内障・加齢黄斑変性等】
■ 介護相談・福祉用具展示
■ ER【救急外来】
■ 災害医療
■ キッズコーナー等

ステージイベント　※時間は変更になることがあります。
10:20～10:50　キッズ空手
11:00～11:30　ダブルダッチ
11:40～12:10　フラダンス
12:20～13:00　関西大学文化会落語大学
13:00～13:40　大阪府医師会フィルハーモニー有志 10周年スペシャルバンド「VI～VA!!」

注意事項
●体調に不安のある方は入場をお控えください。
●マスク着用のご協力をお願い致します。
●気象条件や感染症の状況によっては急遽中止となることがあります。

「つながる,ぬりえ」展 同時開催
「つながる,ぬりえ」は、「下絵」を小学校の子どもたちに描いてもらい、高齢者施設の入居者様に「色付け」をしていただくことで、面識のない二人が「つながる」イベントです。

携帯電話のご利用マナーにご協力ください。

お問合せ
医療法人徳洲会 吹田徳洲会病院
TEL.06-6878-1110（代表）
小、中学生も楽しめる企画もあります。SNSをチェック

学習支援教室

発達特性に合わせた オーダーメイドの学習支援

特性や課題に合った個別学習プログラムを作成。保護者からのヒアリングや学習進捗をもとに最適なプログラムを提案する。

「テストの点数がなかなか上がらない」「集中力が持続しない」など、勉強が苦手な理由は子どもによってさまざま。学習支援教室とくいラボは、子どもが「何を苦手と感じているか?」を見つけ、特性や個性に合わせたオーダーメイドの支援・指導を行っている。系列グループ内で児童福祉事業を行っていることから、専属の心理士・保育士など、経験豊富なスタッフが在籍。専門分野を活かしたサポートと、少人数の個別指導により学習力の向上を図る。また、保育所等の訪問支援事業を組み合わせることで、学校訪問にて担任の先生と情報を共有。保護者へのケアや相談体制が整っていることも嬉しいポイント。まずは、体験会に参加し、教室の雰囲気を感じてみよう!

発達検査の実施可能

発達検査を希望される方は、新式K版・WISCを実施可能。なかなか検査の予約が取れずに困っていた保護者もこの機会に同教室の検査を利用してみよう!

とくいラボ 吹田校

吹田市豊津町11-37
真建ビル2F
受／平日11時半～17時半
06-6192-8622
IQLino(イクリノ)江坂校
担当:高木まで

とくいラボは吹田校のほか、箕面校・豊中校もあり、随時受入れを募集している。気になる方は一度問い合わせを。

プログラミング教室

夢中になれる仕掛けが満載 トライ&エラーでやり抜く力を

低学年のうちに関数などに触れることで、数学への苦手意識を持つことなくSTEAM教育の基礎が築ける。

数あるプログラミング教室の中で、「講師が良い」と保護者満足度が高いロボ団。プログラミングと同時に算数や理科も学べる独自カリキュラムを用いて、子どもの主体性を尊重し、やりきる力・論理的思考力・プレゼンテーション能力を伸ばしてくれる。同教室が特に力を入れているのはペアワーク。ペアと協力することで、協調性を育み、自分の考えを伝える力が身に付く。近畿日本鉄道やJAXAとの連携による教材の開発プロジェクトや、日本マイクロソフトとのタイピングコンテスト開催など、ロボ団にしかないチャレンジの場で成長を実感!

レゴブロックを使った無料体験会

小さなお子さんでも楽しめるレゴブロックを使ってロボット制作。通常レッスンに参加して、教室の雰囲気を知るきっかけに。少人数制で一人ひとりをしっかり見てくれるから安心。

無料の体験の申込みはこちら

ロボットは貸し出してくれるので、購入負担がない点も保護者は嬉しいポイント。

ロボ団 エディオン箕面船場校

箕面市船場東3-2-26
エディオン箕面船場店3F
月曜・火曜定休
072-734-6349
mail:robodone_minoosenba@edion.co.jp

特典
「シティライフを見た」と体験後、7日以内の入会で
11,000エディオンポイントプレゼント
(8/31まで、エディオンカード(あんしん保証カード含む)を持っている方に限る)

スポーツスタジオ

体育が苦手な子どもたち、集まれ 遊びを通じ「楽しい&できた」実感

ボードで滑る遊びを通して、からだの動かし方を覚える。

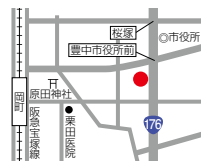
マットや跳び箱など、基本的な運動もやさしく教えてくれる。

「体育の授業が苦手」「体の動かし方がわからない」などの理由で「運動嫌い」になっている子どもが多いという。からだを動かして「楽しくあそぶ」「真面目にあそぶ」があそてぃぶのテーマ!ただの遊びではなく、運動の楽しさを実感できる工夫がたくさん!代表の富田さんは、教員時代に様々なアイデアで子どもたちの「運動嫌い」を改善してきた経験豊富なトレーナー。授業で習う運動(鉄棒や跳び箱、なわとびなど)の補習を行うコースも!まずは体験会でその楽しさを味わってみよう!

スポーツスタジオ あそてぃぶ

豊中市中桜塚2-21-7
福興ビル6F
受／14時半～20時
日月定休 近隣コインP有
mail:contact@asotive.jp

HPはこちら



Menu
- クラス費(月謝)…7,500円

特典
「シティライフを見た」で
- 入会金 ……通常2,000円→**0円**
- 年度会費(2024年度分)通常3,000円→**0円**
(7月末まで)

TSUNAGU GARDEN 千里藤白台

北千里の新街区に誕生する認可保育園

藤白台敬愛保育園
FUJISHIRODAI KEIAI NURSERY SCHOOL

2025.04.01
NEW OPEN

社会福祉法人 徳和会

お問い合わせ (受付時間 平日8:30～17:30)
準備室 0120-356-358
公式サイトのメールフォームからも随時お問い合わせいただけます。

公式サイト

わが家のアイドル自慢

web版はこちら

次号もわが家のアイドルの写真を募集します。普段の何気ない仕草からお気に入りのポーズなど、お子さまやペットの可愛らしい写真とエピソードをお送りください。

応募方法
〔締切〕2024年7月10日(水)まで
〔掲載〕CityLife 8月号・CityLife News Web
(紙面はEAST版に載る場合もございます)

応募はこちらから

※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。

グローバル ヴィレッジ インターナショナルサマースクール

サマースクール'24

楽しみながら英語力をつけられるグローバルヴィレッジのサマースクールが今年も開催!
サイエンス、テクノロジー、アートなど創造力を高められるアクティビティを通して、
子どもたちの将来に必要な21世紀型スキルを育みます。

\SUMMER SCHOOL' 24/

期間 8月12日(月)～17日(土)
時間 9時～15時
(8時から18時の間で延長可能
※最終日を除く)
費用 [受講料]45,000円(税込)
[教材費]5,000円(税込)
対象年齢 満3歳から小学6年生

申し込み方法は
www.global-edu.jpをご覧ください

PLAY
EXPLORE
CREATE

サマースクールから引き続きサタデースクールに入会すると、9月の月謝が半額になります。

グローバルヴィレッジ インターナショナル プリスクール

千里山田校 TEL 06-6831-8996 大阪府吹田市津雲台7-4
高槻茨木校 TEL 072-694-6000 大阪府高槻市宮田町3-4-10

教育特集

子どもの 学びナビ

Kodomo no Manabi Navi

夏期講習を上手に活用して確かな学力を身につけよう

塾ではそろそろ夏期講習が始まります。お子さんが通塾していない保護者は、この機会に参加させてみようと、考えている方も多いのではないでしょうか？学習アドバイザーの西村創さんに夏期講習を最大限に活用する方法を聞きました。

夏期講習にはぜひ参加しよう

夏期講習は1学期の復習をして、内容が難しくなる2学期への備えになるので、検討されている方は、参加をおすすめします。そこで夏期講習を最大限に活用する方法をお伝えしたいと思います。

それは夏期講習の毎日の授業を「復習」することです。一口に復習といっても成果にむすびつく復習を知っていて、なおかつそれを実践出来ている子はほとんどいません。私も塾講師時代に教え子に何回も何回もいろんな手段で復習の仕方を徹底して伝えてきました。

まずは授業中の行動からです。黒板に書かれた内容をノートに写すのは当然として、この時かなり余白を作って写すことをおすすめします。その余白は講師が口に出して言ったけれど、黒板には書いていないことを、雑でもいいので走り書きするメモのスペースとして使います。授業内容はどうせ忘れるのです。どんなに記憶力に自信がある子でもやがて忘れます。だからノートは授業内容を忘れる前提でとりましょう。

そして授業内容をどんな言葉で講師が説明したかを思い出せるようにその説明を書き加えるのです。個別指導の場合もプリント等で教えてもらう場合は、別にノートを持参して、講師が説明していることを書き留めておきましょう。

授業が3割で復習が7割の認識

そして復習です。復習こそが勉強ができるようになるために大事なことです。多くの子は授業が7割、復習が3割くらいの大事さという認識ですが、逆です。授業は勉強ができるようになる「きっかけ」程度です。授業が3割、復習が7割くらいの大切さだと認識しましょう。

理想は、1時間の授業を受けたら2時間以上復習してほしいです。授業でとったノート、使ったテキストプリントをすべて机の上に開いてすべて見直しましょう。多くの子はここで復習完了としてしまいがちですが本当の復習はこれからです。

とにかく徹底的にくり返し復習する

「わかる」から「できる」にステップアップするためには、授業で講師から伝えられた知識を自分で使える技術にする必要があります。それには授業内容を架空の誰かに教えるように講師からされた説明をできるだけ授業どおりに再現してください。

自分で説明してみると理解しているところ、あまり理解できていなかったところがはっきりします。理解できていないところは、もう一度ノートをよく見直しましょう。このときにノートの余白にとった講師の説明が役に立ちます。

それでもわからなかったら、できればその日のうちに講師に質問しましょう。そのためにも夏期講習中は授業が終わっても、すぐ帰らないで、自習室に残って宿題や復習をしましょう。授業の記憶が薄れる前に振り返り、実際にその問題をもう一度解くことで長く記憶に留めておくことができます。

そして、家へ帰ったのち、夜寝る前に、もう一度同じ問題を解く習慣を。この「くりかえしやる」ことで、学力がしっかりと定着していくはずです。

「にしむら先生
受験指導専門家」
YouTubeで配信中

この方に聞きました

学習アドバイザー
西村 創さん

国内外の大手学習塾で指導歴25年以上。出版している教育書、参考書はすべて重版をくり返し、累計15万部突破。全国の学校講演、「にしむら先生」としてYouTube配信中。

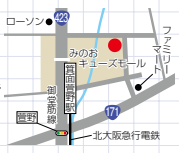
大学受験専門 個別予備校

365日利用できる高校生専用自習室完備
箕面萱野駅直結の1対1大学受験予備校

1ヵ月通い放題の夏期講習
［夏の入会キャンペーン ※7月末迄］
夏期講習受講料25％OFF 33,000円～
・1ヵ月間の学習計画を作成
・毎週の1：1個別授業
・全科目質問対応
・9時～22時で使える高校生専用自習室
・さらに、夏期講習後に入塾した方には
入塾金無料（44,000円OFF）
※この記事持参の方のみ適用

受験生に必要な「自学自習時間」は1週間に約50時間。その50時間の学習方法のコントロールはアクシブアカデミーの「担任プロコーチ」にお任せ。「学習時間の最大化」「学習計画の立案・進捗管理」「志望校合格までのルート伴走」までアクシブアカデミーならすべてが揃う。志望校に合わせ個人ごとに作成された1年間の学習計画を週間・日々の計画に落とし込みプロコーチが志望校合格へと導く。また、そろそろ受験のことが気になり始めた高1・高2生のために「毎日通える」夏期講習生も募集中！1ヵ月の通い放題で難関大合格に通用する学習習慣を身に付けることが可能な講習だ。「毎週2回の1:1指導」「全教科質問対応」など本当に必要な学びができる。

AXIV ACADEMY
〈アクシブ アカデミー〉
【みのおキューズモール校】
箕面市西宿1-17-22
みのおキューズモールEAST1-3階
受/13時～22時（日・月除く）
072-726-3759



みのおキューズモール校公式LINE

豊中校公式LINE

【豊中校（豊中青藍塾内）】
豊中市東豊中町6-1-2 2階
受/13時～22時（日・月除く）
06-6842-2236

個別 自立型指導

学力の鍵は「数学（算数）」と「分析力」
今だけでなく最終目標を見据えた指導

成績アップの実績		F.O.さん 45点	72点
N.T.さん	94点	M.O.さん 73点	83点
R.F.くん	90点	A.M.くん 65点	83点
Y.T.くん	90点	S.T.くん 57点	70点

夏期講習生募集
7/22（月）～8/31（土）まで
1,980円（90分/回）～
豊中14中、11中、箕面5中、少路小、野畑小、北緑丘小、中小の生徒が多く通う

特典 「シティライフを見た」で
体験授業 2回無料
入塾金22,000円→無料
※先着10名限定

小1～中3が対象の個別学習塾。経験豊富なオーナー講師が見てくれる塾だからこそできる、細やかなカリキュラム設定が特長だ。例えば中学生の場合、志望校合格レベルと今の成績を照らし合わせ、1日単位で学習内容を設定。やるべき事を明確化し、受験に対する姿勢を変えていく。特に数学（算数）に力を入れており、「論理的に捉える力」と「分析力」が身につきやすく、他の教科にも応用でき、成績が全体的に伸びやすいようだ。分析力の習得は意識的にすることが大切で、問題を間違えた時にどの段階で理解が違っていたかを振り返り、普段の勉強でどこを改善するべきなのか、考えることをクセづけていくという。入塾1ヵ月で数学が30点から70点にアップするなど、驚きの実績をたたきだす授業をまずは体験してみて。駐車場あり。

個別学習のセルモ
豊中緑丘教室
豊中市北緑丘2-1-22-107 P有
06-6842-7981

新NISAやiDeCoなど資産運用の基本をわかりやすくお伝えします

「投資をいちから学びたい」「教育資金を準備したい」「セカンドライフに備えたい」など
あなたのニーズに沿った運用プランを分かりやすくご紹介します！

日程 7.17水 7.28日 10:00-12:00 ※開場は9:30～

会場 千里朝日阪急ビル
豊中市新千里東町1丁目5番3号
大阪モノレール千里中央駅から徒歩3分

お車で来場する際は、近隣のコインパーキングをご利用ください。駐車料金は自己負担になります。

嬉しい特典付
❶ セミナー参加者の方に神戸の大人気洋菓子店ケーニヒスクローネの焼き菓子をプレゼント！
※画像はイメージです

❷ ファイナンシャルプランナーによる個別相談が無料で受けられます。

講師プロフィール

土居 成昭 先生
昭和60年、大学（経営学部）を卒業後、大手企業にて20年間営業職をしていました。母親の病気をきっかけに初めて保険のありがたみを感じ、保険営業に転職しましたが、一社専属の保険会社では限界を感じ、複数商品を扱える乗合代理店に所属することで、様々なご要望にお応えでき、お互いが幸せになれたらとの思いで、現在頑張っています。また、「わかりやすく、楽しく」をモットーとするセミナーも実施しています。年間約200世帯のライフプランや、マネープランの個別相談を行い、これまでに、延べ2000人以上のコンサルティングを実施しています。

お電話・WEBよりお気軽にお申込みください ※本キャンペーンでお預かりした個人情報は本イベントのみ使用致します。

TEL.03-4530-6067（受付時間/9:00～18:00） https://www.money-seminars.com
【主催】ファインドイット株式会社 マネーセミナーズ運営事務局 東京都中央区日本橋富沢町2-5 SUビル301
【共催】メットライフ生命保険株式会社

スマホからはコチラ▶

2024. 7月 ▸▸ 8月

好きが見つかる。未来が拡がる。

SUMMER 体験レッスン

Up STEAM Campus（スティームキャンパス）

レゴ教室

詳細はこちら

レゴエデュケーション教材を使った学びを提供。ストーリー性のある問題解決型カリキュラムを通して、遊びの中から将来の自己実現に必要なスキルを育みます。

開催期間 7月 ▸▸ 8月

開講校舎 千里中央

夏のトライアルレッスン

実際のレッスンを、通常のクラス内にて一度ご受講・ご体験いただきます。

対象 年少～小4

特典

- **体験後5日以内に** 7・8・9月からの入学手続きを完了された方 指定教材のブロック本体価格から **11,000円（税込） 割引**
- **当日中に** 入学手続き完了の場合は **13,200円（税込） 割引**

06-6833-3405

【千里中央】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

Up eCraze（イークレイズ）

英語が好きになる教室・こども英会話

英会話スクール

詳細はこちら

コミュニケーションに重きをおく英会話教室です。ヨーロッパ式のメソッド【好きなこと+English】を実践し、英語に夢中になれる環境を創出します。

開催日程 7/25㊍・26㊎・27㊏

開講校舎 千里中央校

クッキング・アート・ゲーム体験

eCraze（イークレイズ）の人気3大コンテンツを一度に体験できます！

対象 満3歳～小2

特典

- **イベント参加者対象** 8·9月の学費 **半額**（8月入学限定）
- **さらに受講当日に** 入学手続きを完了された方 イベント受講料1,000円（税込）→ **無料**

06-6170-1455

【千里中央校】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

Up サイエンスラボ（科学教室）

科学教室

詳細はこちら

身の回りに溢れる不思議から高度な科学まで。科学実験に取り組みながら、オリジナルカリキュラムと指導で、お子さまの「好奇心・表現力・協働力」を伸ばします。

開催期間 7月 ▸▸ 8月

開講校舎 千里中央校

サマートライアル

実際の科学実験授業を、通常のクラス内にて一度ご受講・ご体験いただきます。

対象 年中～中学生

特典

- **7・8・9月入学対象** **入学後、初月学費半額**
- **体験後1週間以内に** 入学手続きを完了された方 **白衣・ゴーグルのプレゼント**

0120-078-668 サイエンスラボ事務局

【千里中央校】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

Up CUPS（こどもスポーツクラブ）

こどもスポーツクラブ

詳細はこちら

トランポリンや体操など様々な運動を通して、運動能力の向上、たくさんの「楽しい!」「できた!」を経験することでお子さまの成長の原動力となる「自信」を育てます。

夏の1日体験（SUMMER TRIAL）

開催期間 6月 ▸▸ 9月 水・日曜日

開講校舎 千里中央

対象 幼児～小4

特典

- **体験後1週間以内に** 7・8・9月からの入学手続きを完了された方 **初月学費割引**
  - 7月入学（幼児限定） **6,000円（税込） 割引**
  - その他 **4,000円（税込） 割引**

0798-63-6100 ※CUPS西宮北口に繋がります。

【千里中央】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

アップ教育企画は、子どもたちの好奇心を刺激するカリキュラムで 想像力・表現力・協働力など、多くのチカラを伸ばしています。

Up アップ教育企画

シティライフ主催

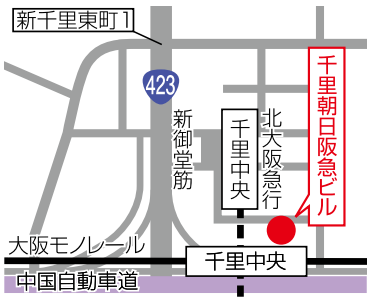
グルメ券付き

参加無料
複数受講歓迎

日々の生活が“もっと”豊かになる

プロから学ぶ「生活向上セミナー」

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、技術や知識を学ぶことができるセミナーを開催します。



7/23(火) 24(水)

10:00～13:20　10:00～15:40

千里朝日阪急ビル 14F

（豊中市新千里東町1-5-3）

大阪モノレール千里中央駅すぐ

各セミナー定員24名

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くことがございます。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。

プロから学ぶ生活向上セミナー　検索

申し込みはこちら ▶

■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

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に記載の店舗で使用できるグルメ券（500円分の割引券）をプレゼント。各店舗先着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7/25（木）～8/31（土）まで
- 希望の店舗はセミナー事前予約の際にお選びいただけます（当日の店舗変更等はできかねます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

※グルメ券のお渡しは通算5回までとさせていただきます。

- お釣りは発生しませんので予めご了承ください
- グルメ券は受付時にお渡しいたします
- 利用期間内で、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。

グルメ券が使える店舗

野菜とつぶつぶアプサラカフェ（LABI千里中央店）

豊中市新千里東町
1-2-20 LABI 4F

タータンナディ

豊中市向丘
3-11-45 1F

Bonne humeur

<ボンヌユムール>

吹田市津雲台
7-5-13

写真はすべてイメージです。

7/23(火)

セミナー室 A

10:00～11:00

1 かづきれいこ考案テープ リフトアップ講座

メイク崩れの気になる夏だから、目の下やフェイスラインのたるみのお悩みを、瞬時に解消。雑誌やメディアでも話題のテープは医療用テープから発想を得たニチバン社製(特許取得済)0.005ｍｍの超極薄フィルム。透湿性が良く汗ばむ季節でもムレにくい!講師が貼り方をレクチャーしテープをご体験いただけます。この機会にぜひご参加を。

講師　REIKO KAZKI　主任講師　尾田由紀子さん

大学病院での外来や各種レッスン講師、又、企業や市町村・学校での講演で活躍中。広島大学歯学部・兵庫大学生涯福祉学部にて非常勤講師も務める。

11:10～12:10

3 専門家による「モメないため」の相続対策講座

「相続について考えなければ…」と思っているうちに身内間で起こってしまうのが「争族」です。税理士自らが「争族」を経験しており、相続相談には並々ならぬ思い入れがあります。税金をはじめとしたお金の話など、相続のポイントをご説明します。

講師　山田淳税理士事務所　所長　山田 淳さん
ファイナンシャルプランナー　鉄矢 安登夢さん

相続で揉めた経験をもとに、リアルな悩みに対応できる税理士として評判。人気マネーセミナー講師である鉄矢さんとのタッグで様々な個別相談に対応。

12:20～13:20

5 あなたも家族も助かる、今から始める介護・相続対策

事前の備えがとても大切な介護と相続。重要な対策は元気なうちにしか行えません。遺言・後見・信託などご本人や親がまだ元気という方こそお聴きいただきたい内容です。本人が納得し家族が安心するためにはどんな準備をしておけばよいか、法や制度を使ってできる事をお伝えします。

講師 江坂みらい法務事務所 行政書士 信本 一樹さん角田憲昭さん

相続問題で苦労した経験があり、親身に相談に乗ってくれる。相続の専門家としてテレビ出演するなど、確かな実績と分かりやすい説明が好評。

セミナー室 B

2 40代からの医療保険の選び方、加入の仕方

テレビや、新聞広告に出ている保険は本当に安いの？健康に不安があったり、年齢がかさむと保険の手続きはとてもわかりにくい。最近のがん治療の傾向を掴み、間違いのない保険の選び方を簡単にわかりやすく解説します。気軽に質問、相談も受け付けます。

講師　ほけんチェック シニアライフコンサルタント　石原 誠さん

お笑い芸人からファイナンシャルアドバイザーに転身。20年の経験から培ったプロならではの的確なアドバイスと、相談しやすい気さくな人柄に定評あり。笑いの絶えないセミナーも人気。

4 新NISA、iDeCoなど資産形成とお金の健康診断で解決！

日用品、食料品等の値上がりが続き、今後の生活が心配な貴方。貯金がいくらあれば老後が安泰？その保険本当に必要？など、生活に密着した疑問を解決します。まずはムダな出費を把握し、損をしないように。そしてお金を蓄える為の自分に合った方法を知りましょう！

講師　ユニバーサルライフ株式会社
ファイナンシャルプランナー　菅野 啓之さん

外資系金融機関を経て、ファイナンシャルプランナーに転身。セミナー講師として関西圏を中心に活動。年間約1,000世帯以上のお客様の資産運用・家計相談・教育資金・老後資金・生命保険等のお金にまつわる相談を承る。Court of the Table会員。

6 中古戸建てはZEHリノベで生まれ変わります

ZEH(ゼッチ)とは2030年度より新築に義務化される省エネ基準。古くて性能が低いと思われがちな中古住宅も、このZEH基準に沿ったリノベを行うことで、ハウスメーカー並みの高性能な断熱・省エネ住宅に。ZEHリノベのポイントに加え、心地よい住まいづくりのための「リノベのレシピ」についても実例をふまえてわかりやすく解説します。

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。

7/24 水

セミナー室 A　　セミナー室 B

1　10:00 ～ 11:00

女性向け ポジティブにお金を使う為の基礎知識を学ぼう

お金をストレスフリーで使えていますか？お金に対する不安が高まる中、ポジティブにお金を使っていくための基礎知識が学べると人気のセミナー！受講すると家庭での「使うお金」と「貯めるお金」についての理解が深まります。「うまくいかずに財産が減ってしまったら…」と、最初の一歩を踏み出せない人も気軽にご参加を。

講師　ソニー生命保険株式会社 ライフプランナー 柚木 崇博さん

「初心者でもわかりやすい」と好評のセミナーをきっかけに、これまで受けた相談は累計1,500件以上！知識と経験が豊富なファイナンシャルプランナー有資格者。

2　暑い夏を健康で快適に乗り切るアロマセラピー講座

アロマセラピーは適切に使えば病気の予防や症状の改善、また夏に増える防虫対策にも効果を発揮します。今回はおうちでアロマを簡単に活用できる方法を多数ご紹介。年々気温が上昇する日本の夏、香りを使って快適に過ごしましょう。（ちょこっとお土産付き）

講師　アロマセラピールームクルム　オーナー 堂下 恵　さん

子どもの病気をきっかけにアロマセラピーに出逢い、アロマセラピストになって18年目。サロンでの施術の他、企業や学校などでアロマ講座を開講。普段の生活に役立つアロマを伝えている。今秋には千里山で新サロンオープン予定。

3　11:10 ～ 12:10

簡単！効果的なお金のふやし方、3つのポイント

「貯蓄したいけど、何をすれば良いかわからない」そんなお悩みありませんか？新NISAや外貨、保険など良く耳にするけど難しそうだしついつい後回しに‥、という声も良くお聞きします。でも正しい知識があれば何が自分に合うのか見つけられます。初心者でもわかる貯蓄法のポイントを簡単にお伝えします。

講師　ファイナンシャルプランナー　大木 由加里さん

常時800人以上のお客さまを抱える業界20年以上の大木さん。2人の子育て経験とやわらかい雰囲気で、気軽にマネー相談がしやすいと評判。

4　「インフレ時代の賢い投資法」初心者向け投資講座

物価上昇で色々なものが値上がりしている今だからこそ、最新の資産運用でしっかりとお金を増やして余裕を確保しましょう。初心者向けにわかりやすく投資信託や債券、不動産投資などインフレに強い投資法についてお伝えします。この機会に投資を始めましょう。

講師　ファイナンシャルプランナー　武田 拓也さん

有料老人ホーム管理者・外資系金融機関・高校教師を経て、独立型FPとして投資ノウハウを提供中。自身も株式投資を皮切りに投資信託や不動産投資などを経験し、投資歴18年。2児の父親。　株式会社FAMORE代表、出身地：淡路島

5　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！"とりあえず"で銀行貯金を選んでいる方、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。

6　安心して老後を過ごすための「年金」と「準備」の話

50代からライフプランを考えると、「現実的な老後の生活」が見えてくると思います。「実際、いくら年金が貰えるのか？」「年金以外のお金をいくら準備すればいいのか？」不安を抱えたまま老後を迎えた結果、理想の生活が送れなかった…そうならないために、今から「年金」と「老後に向けた準備」について学んでみませんか？

講師　ファイナンシャルプランナー　澤田 雅志さん

資産運用、保険の見直しなど相談内容は多岐にわたり、月30～40件の相談を受ける。相続診断士、住宅ローンアドバイザー等の資格多数。「予約が取れない」FPとして活躍。

7　13:30 ～ 14:30

シニア世代が選ぶべき、最適なお金の置き場所教えます

新NISAが始まってから、老若男女問わず資産運用に興味を持つ人が増えています。しかし一般的な資産運用のやり方とシニアライフプランに最適な資産運用のやり方には違いがあることをあなたはご存じでしょうか？資産運用を他人事ではなく自分事として捉え、興味を持ってスタートしていただく為の必見の講座です。

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。

SL2705-4730-2468

8　お金との付き合い方、賢い貯め方を学ぶセミナー

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

講師　ファイナンシャルプランナー　豊福 勝彦さん

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

9　14:40 ～ 15:40

40歳以上女性に多い「下肢静脈瘤」サイン逃さず受診を

足の血管の病気である下肢静脈瘤。「足がだるい」「足がむくむ」「つりやすくなる」といった症状により、生活の質に影響を及ぼします。本セミナーでは、「下肢静脈瘤とは何か」という所から、治療法や受診のタイミング、予防法などを解説します。足の変化や症状が気になる方はぜひご参加下さい。

講師　まにわクリニック　院長　馬庭 直樹さん

一般内科・循環器内科で総合内科専門医、循環器専門医として、国立循環器病研究センターや和歌山県立医科大学附属病院などに勤務。2023年6月に同院を開業。

次回は「終活セミナー」（8月開催）を予定しています。
次号（8月号）で掲載します。

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO TSUSHIN

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

箕面商工会議所

～お店の人が教えてくれる～
【第２４回 箕面まちゼミ】開催!!

〝まちゼミ〟とは、市内各店舗の店主が講師となり、プロならではの専門的な知識や情報、コツを無料で受講者（お客様）にお伝えする少人数制のゼミです。

●開催期間：
7月20日（土）～8月31日（土）
●要予約：申込みは各店舗へ
【チラシ設置】箕面商工会議所、
市役所関連施設、池田泉州銀行

＜問合せ＞箕面商工会議所
箕面商工会議所　まちゼミ担当
TEL 072-721-1300
https://www.minohcci.or.jp

吹田商工会議所

事業環境変化対応型支援事業
補助金・デジタル化 専門家相談

補助金の活用やデジタル化の推進が大きく取り上げられているが、「そもそも自社の課題が何かを明確にできない…」
　そんな事業所様の経営課題について、豊富な経験を持つ専門家が、無料でアドバイスを実施させていただきます。

【期間】開催中～令和7年1月31日（金）まで
【場所】吹田商工会議所
　　吹田市泉町2丁目17-4
【料金】無料
【申込み】電話または右記QRコードでお申し込みください

【問合せ】
吹田商工会議所 専門家相談
担当まで　TEL 06-6330-8001

豊中商工会議所

女性事業者・フリーランス向け
豊中しゃべりバ!

第1部では、ブランディングのプロが自分の強みの発見方法を、写真撮影のプロが発見した強みのPRの方法 を教えちゃいます。第２部の交流会にて自己ＰＲに組み込んで自己紹介してみましょう!（ついでに、たくさんの方と交流して、ビジネスの輪も広げられちゃいます♡）また、人には今更聞けないビジネスマナーについてワンポイントレッスンも開催!『交流会とか、何話したらいいか分かんないし、マナーとかもよく分かんないから参加するの怖い…』とちょっとシャイなアナタ!まずは、この交流会で場＜バ＞慣れしてみませんか?
【日時】8月6日（火）14:00～16:30
【場所】豊中商工会議所 4階
【参加料】500円
【問合せ】豊中商工会議所
TEL 06-6845-8004
https://www.ooaana.or.jp/

ここがスゴイから通ってます！

若見え 実現サロン

「完成したボディラインが2年崩れてない」運動いらず圧巻のボディメイキング術

「痩せたら老けた」「気づけばおばさん体型に」そんな貴女。薄着本番到来、今なら間に合う!自力ダイエットでは難しいボディメイキングを叶えてくれるのが同サロンのマシン×手技の痩身メニュー。ボコボコの硬い肉を柔らかくして絶妙な圧で溶かして流す、というボディメイキング術は感動レベル。施術中から、体が変化しているのを体感、たるんだ身体を"あか抜けBODY"へ変えてくれる。

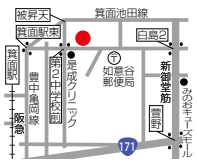
オーナー（60）もアンマンの施術で痩せてもう10年、リバウンドなし!

BODY

ここがスゴイ!

2年前にアンマンの施術で痩せるだけでなく、ボディラインを整えてもらいました。それが今も変わってないんです。体型の崩れは自力ではどうすることもできなかったので本当にアンマンに任せて良かった!（Hさん・40代）

トータルビューティサロン
サロン・ド・アンマン
箕面市如意谷1-7-41
営／10時～20時　予約制　無休　Pあり
072-722-2411
ダンディアップ
072-725-3660



特典

【Body】
①攻め痩せお腹コース ……3,300円
②冷え太り対策! スラット美脚美尻コース …3,300円
③背中二の腕姿美人コース ……3,300円
●①～③から2部位選べる贅沢コース（75分）…5,500円
●ダンディアップひげ脱毛 ……5,500円

「通い出した10年前から全然変わらない」老化STOP若返りを叶える劇的メソッド

自力では不可能な細胞の衰えをリカバーするメニューが揃う。メタジェクトは1秒間に最大2,700個の微空洞を一時的に形成し、自然治癒力でコラーゲン・エラスチンを生成し肌再生。そして、空洞から肌の奥までヒアルロン酸をまるごと1本導入し、ハリ蘇り頬が5mm上がるという。施術後に思わず感嘆するゲストが多数、アンマンで実年齢×0.8歳を実現して。

FACIAL

メタジェクトはマシンで不可能だった唇・目の際までの施術が可能に。圧倒的な結果に導く細胞レベルのエイジングケア。

ここがスゴイ!

この前アンマンで他のお客さんとすれ違った時に、30代前半かな?と思った方が40代後半と聞いて驚きました。私自身も効果を実感していて、やっぱりアンマンで間違いないなと改めて自信が持てました。（Kさん・50代）

悩み別フェイシャル

シミ・しわ・たるみ・ニキビ跡などには、"悩み特化型光フェイシャル"。加齢に伴う肉落ちをぐぐっと上げる"小顔リフトアップフェイシャル"。肌状態を見て貴女にぴったりのメニューを提案してくれる。

【Faicial】
● 悩み特化型・光フェイシャル（シミがポロッと落ちる感激!）……3,300円
● 小顔リフトアップフェイシャル（顔全体のリフティングで"上がる"が続く）…3,300円
● 最上級美肌テクノロジーメタジェクト ……5,500円
● 肌枯れ速攻リセットフェイシャル（小顔リフトアップフェイシャル+光フェイシャル）…8,800円
（7月末まで・要予約・新規の方のみ）

ゲストの声

私何でも続かないんですが、アンマンだけは続いてるんです。肌状態がどんなに悪くても何とかしてくれる。1回の施術で毎回納得させてくれて嬉しい気持ちになる。そんなサロンはここだけです。（Mさん・40代）

人生逆転－20kgダイエット 今年の夏こそ念願の理想体重へ

3ヵ月平均10kg・半年で20kgのダイエット成功者が続々誕生している、4月で14周年を迎えたダイエット専門サロン。お腹周りのサイズダウンも実現し健康的に痩せる方が続出、「ここに来て良かった!」の声が多数届いている。薄着の季節にまだ間に合うタイミング、この夏こそ痩せたい貴女はぜひ1度ご相談を!

3ヵ月で－8キロ、お腹周り－11.9cmのHさん(48歳)。「運動なしで辛い思いを全くせずに、どんどん痩せていきました!」

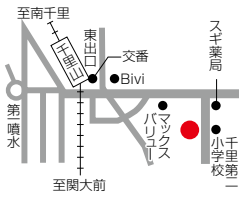
ここがスゴイ!

5ヵ月で－14.6kg、お腹周りも－18.5センチ。ダイエット成功しました!山本さんが本当に励まし上手でくじけそうな時も「大丈夫!」と背中を押してくれます。痩せて仕事も再開、前向きになって良いことばかりです!

（Yさん・吹田市・50代）

痩身カウンセラー、健康管理士、美腸セラピストの山本さんが明るく二人三脚でサポートしてくれる。

Slim ＆ Smile
〈スリム アンド スマイル〉
吹田市千里山東2-16-15
ヴィラ千里山201
営／10時～20時 土曜10時～17時
日曜・祝日定休
06-7162-0979
https://www.slim-smile.com



LINEでの予約はこちら↓

特典

「シティライフを見た」で
●ダイエットカウンセリング**無料**
●カウンセリング無料　＋
①耳つぼ施術　②天然はちみつ
全て込みで5,672円→**1,900円**
（新規予約で7キロ以上痩せたい方・7月末まで）

ハリ・ツヤ・コシが欲しい 頭皮が若返る最先端ヘッドスパ

育毛や髪質改善に特化したヘッドスパが受けられる北摂で珍しい専門店。ヒト幹細胞培養液を頭皮に浸透させ、弱った毛根を活性化。贅沢美容クリームで頭皮と髪に栄養を与えながら蓋をして潤いをキープ。ダメージによる髪内部の水分不足や加齢による細毛、抜け毛、うねりをまとめて解決してくれる。神技マッサージで顎下やフェイスラインのもたつきも一度でスッキリ!専門店ならではの効果が実感できるとリピーターが多いのも納得。

ヘッドスパ講師として全国・海外で2000軒のサロン教育を行ってきたオーナーの鈴木さん。

ここがスゴイ!

久しぶりに会った友人に髪がキレイと褒められました!髪質を見て、オーダーメイドでメニューを組んでくださるのは専門店ならではだと思います。鈴木さんにうねりが気になると相談すると、ホームケアなどアドバイスしてくれて、いつも頼りにしています。

（Nさん・吹田市・40代）

ヘッドスパ専門店 PUTICA
〈プティカ〉
箕面市白島1-7-25チアミナミビル201
営／10時～19時、
木金:15時～22時
不定休　店舗裏に専用P有
070-8958-3580
Instagram:@putica.headspa

特典

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

圧巻のオールハンドマッサージで滞りを流しサイズダウンを実現

約20年の経験を持つオーナーのオールハンドマッサージが人気を集める同サロン。オーナーはハワイ州ライセンス資格を取得、1回の施術で結果を出す凄腕。遠赤外線マットで発汗、代謝を上げてからの施術は手技の効果をよりアップさせるそう。なかなか痩せないお悩み、体型崩れやコリなどが気になる方は、1度体験を!

ここがスゴイ!

身体を温め、汗を出しほぐしていくことでより負担なく、とてもスッキリデトックスできました。素晴らしい施術だと思います。問題だった、肩や首も軽くなりました。丁寧で丁度いい強さ私には合っていました。ヘッドマッサージも最高です!　（Sさん・吹田市・50代）

ウッド調の落ち着いた店内。完全プライベート空間。ミネラルウォーター1本サービス有。

↑インスタはこちら

リンパオイルマッサージサロン
Sunny〈サニー〉
豊中市寺内2-10-1野元ビル405
営／10時～17時
日曜・祝日定休
緑地公園駅徒歩4分、女性専用
090-7759-3130

特典

「シティライフを見た」で
●デトックス痩身全身リンパオイルマッサージ+ヒートマット＋ヘッド（105分）…15,000円→**12,000円**
●仰向けリンパオイルマッサージ（前面のみ）＋ヒートマット＋ヘッド（70分）…10,000円→**8,000円**
●脚集中ヒートマット＋脚【前後】＋ヘッド（70分）
…… 10,000円→**8,000円**
（新規の方・8月末まで・要予約）

シワ・たるみ取り専門

厚生労働省認可 ヒアルロン酸注入
ほうれい線・眉間・額などの深いシワ解消
目元・口回り・カラスの足跡などの小ジワ解消
目の上・下、こめかみの凹み、頬のコケのボリューム改善
下垂した皮膚を深層から引き上げるリフト効果
ボリューマXC≪2年後の残存率67%≫　注射器1本1cc 11万円
レスチレン リド/リフトリド≪優れたリフト効果≫　注射器1本1cc55,000円

5年持続プラン受付中! 再注入半額
※局所麻酔代込み

目の下のクマ・たるみ取り（腫れ、ダウンタイム最小限）
傷が残らない、ラジオ波照射による経結膜脂肪除去治療。 11万～33万円

豊胸手術とバッグの抜去・入替
シリコンバッグ　両胸200cc33万円
※モティバのバッグはプラス33万円
豊胸バッグ抜去　33万円～
3~4年の持続性ヒアルロン酸 ファビアンネ 1cc 3,300円

目元のたるみ取り
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

安心安全の脂肪吸引
お腹、お顔、太もも等 1ヵ所 33万円～

老斑・イボの除去
レーザー治療　直径1ミリ 11,000円

あさひ美容外科
大阪梅田・高槻・布施・堺東・奈良・和歌山・西明石・姫路
【全国8院共通、携帯OK】
0120(889)480（はやくシワゼロ）
院長カウンセリング無料　<公式>www.asahi-biyou.or.jp
大阪梅田院　阪急梅田駅 東へ徒歩5分　大阪市北区堂山町17-15 AXIS UMEDAⅡビル4F
高槻院　JR高槻駅 西へ100m　高槻市上田辺町1-30 大阪住宅ビル6F
※全て税込表示

1ヵ月で－5kg、キレイに短期ダイエット 体質改善も叶う全国トップの痩身サロン

42周年を迎え、数々の女性のダイエットを成功させたファニービー。今年もダイエットコンテストで見事優勝！グランプリ5連覇を遂げた圧巻の手技と、ラジオ波やキャビテーションなどのマシンを贅沢に組み合わせ、3ヵ月で平均10～15kgの減量を実現。代謝が落ちる40代以降の贅肉や運動では痩せにくいお腹や太もも、背中がみるみる綺麗にシェイプしていくそう。今すぐ痩せたいというあなた！結果を出してくれる同店に頼ってみて。

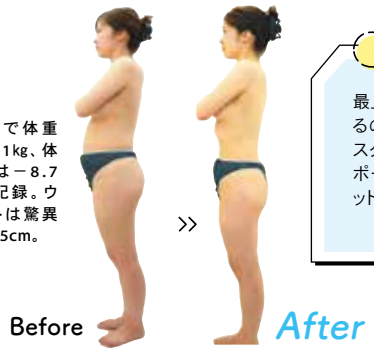
Facial

ツヤ感、ハリ感、トーンアップを1回で効果実感

肌質改善ピーリング＋光フェイシャル

「シミが薄くなった、コラーゲンが増えてハリ感UP、トラブル肌が改善」と嬉しいことだらけの肌質改善ピーリング＋光フェイシャルは続けるたびにキレイに！

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



ここがスゴイ！

最上級のマシンを使っているので効果が出る！そしてスタッフさんの献身的なサポートもあって短期ダイエットに成功しました。

（30代 Aさん）

Body

3ステップで効果抜群の「高速セルライト撃退コース」（90分）

セルライト、皮下脂肪、内臓脂肪、深部の脂肪細胞まで徹底燃焼させ、リンパに詰まった毒素まで独自の手技でごっそり排出！

1 セルライト、皮下脂肪、内臓脂肪を超音波で溶かして分解。

2 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 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。

医療機関提携サロン ファニービー

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

■吹田店 ☎06-6386-0013
吹田市片山町1-6-23 グランロゼビル2F
営／月曜～金曜11時～20時
土曜・祝日10時～18時
日曜定休 Pあり

■茨木本店 ☎072-645-1107

ゲストの喜びの声はHPに掲載！

JR吹田駅東出口から徒歩1分

特典 【お急ぎダイエット応援キャンペーン】

- 高速セルライト撃退コース（90分）
  - 7月10日（水）までのご予約 ……先着5名様 **3,980円**
  - 7月11日（木）以降のご予約で ……**5,000円**
- 肌質改善ピーリング＋光フェイシャル（90分）
  - 7月10日（水）までのご予約 ……先着5名様 **3,000円**
  - 7月11日（木）以降のご予約で ……**5,980円**

（7月末まで・新規の方限定）

今年も受賞！全国ダイエットコンテスト グランプリ5連覇

全国3,000店以上が出場する「全国ダイエットコンテスト2024」で5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も選ばれている。

高技術・低価格で肌見違える トーンアップ、ハリのある艶肌へ

30代後半以上の大人女性に支持され、リピーター多数の同サロン。しみ・しわ・たるみ・毛穴の開きなどの肌悩みを改善、ベースの肌力を高め艶肌へ導いてくれる。「キレイのために長く通って欲しい」という想いのもと、価格設定も良心的で通いやすいのも魅力。『おうちサロン』相談会も随時開催中！

特殊近赤外線を照射し、細胞の生まれ変わるスピードを高めるオプションメニュー。商材は全てサロンのものを使用し、肌に合ったものを提案してくれる。

マッサージで筋肉のコリをほぐし肌を活性化させる。「肌がトーンアップして顔印象が変わります」とは店長鎌田さん。

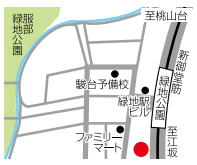
ここがスゴイ！

1回の施術で肌色が明るくなるのを感じ、くすみが改善されました。通う度にたるんだフェイスラインも気にならなくなり目がぱっちりした気がします！娘にも「最近肌の調子良くない？」と言われて嬉しいことだらけです。

（Kさん・豊中市・50代）

エステティック ジュビラン 緑地公園店

豊中市寺内2丁目13-7
営／10時半～19時
（最終受付18時半）
日・祝定休・不定休
P有り（予約制）
☎06-6867-6900



LINEはコチラ↓

特典

「シティライフを見た」で
- **お肌診断無料**（施術を受ける方）
- ぴかぴかFaceup!2回コース
【毛穴しっかり吸引2回プレゼント】…6,600円
→**4,400円（1回あたり2,200円）**

（7月末まで・要予約・新規の方）

パワーアップした充実の新施術で 「鏡を見るのが楽しみ」な感動肌へ

紫外線がピークを迎えるのは、真夏ではなくこの時期。肌ダメージが気になる貴女には、デコルテやヘッドケアがさらに充実した新施術『アドバンスコース』がオススメ。熟練のプロによる本格的な施術で肌本来の美しさを引き出してくれる。毛穴の汚れを吸引し、潤いたっぷりプルプル肌へ！リーズナブルな価格で通いやすいのも魅力。

プライベート空間で心身ともにリフレッシュ。気さくで美容知識豊富なオーナーが温かく迎えてくれる。

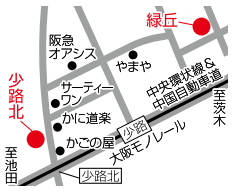
ここがスゴイ！

セルフケアでは到達できないプロの施術でいつも肌色がトーンアップして大満足です。リラックス空間でゆったりした気分で過ごせて、デコルテまでケアしてくれるのも嬉しいポイントですね。いつもスッキリ、癒しの時間になっています。 （Sさん・吹田市・40代）

メナードフェイシャルサロン

●少路北
豊中市桜の町6-10-3 3階 Pあり
☎06-6868-9466（オーナー大喜多）
営／9時~19時半 不定休（時間外要相談）

●豊中春日
豊中市緑丘1-28-8 Pあり
☎06-6854-8638（オーナー中島）
営／9時~19時 不定休（時間外要相談）



特典

「シティライフを見た」で
- アドバンスコース50分（イルネージュ使用）
……ビジター価格8,800円
→初回お試し**3,300円**
＋
サンプルセットプレゼント

（7月末まで・新規の方・要予約）

コープこうべだより

よりよい「くらし」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。
各店舗の取り組みや職員だからこそ知っているオススメ商品を紹介します。

コープこうべキャラクター コーピー

コープ東豊中

豊中市東豊中町4-3-13
06-6848-2561
営業/1階 9時～21時、
2階 9時30分～20時
店休日なし（1/1～3を除く）

廣岡 信介さん
（店長）

オープンから48年目！ いつまでも変わらない歴史を感じる外観

1976年にオープンしたコープ東豊中は店内の改装はしているものの、オープン当初の姿をそのまま保っている貴重なコープ店の1つです。「40年前から来てるのよ」と親しみを込めて通ってくれる常連の組合員さんもいれば、子育て世代も増えているので、幅広い品揃えを心掛けています。近隣では珍しい2Fの衣料品売り場も好評です。

廣岡店長のおすすめアイテム

子どもの頃から慣れ親しんでいたひね酢

ひね酢
（95g/375円）
明石出身なのでひね鶏は身近に親しんでいた食材。スライスきゅうりをもみ込んで一緒に食べると夏にぴったりです。

中身はそのまま、ロゴマークとパッケージをリニューアル

あじわい牛乳・すっきり仕立て他牛乳シリーズ
毎日欠かせない牛乳はコープ商品の中でも、いつも人気商品です。中身はそのまま、ロゴマークとパッケージをリニューアル。

うなぎを食べて夏を乗り切ろう

鹿児島・大隅産うなぎ蒲焼
※価格は変動します
1度蒸した後に2度白焼き。手作業で裏返したら特殊な機械で20分蒸す、丁寧な工程で身をふっくら仕上げています。

7月のツキ推し！ ツキ推し！

7/5（金）からスタート

CO・OP 3種のプチ洋菓子ミックス 17個入

「マドレーヌ」、「ガトーショコラ」、「チーズタルト」の愛される洋菓子がかわいい一口サイズでうれしい個包装入りに。いろいろ入っている楽しさ。あらゆるシーンで喜ばれます。

コープこうべオリジナル商品のロゴマークが新しくなりました！

Coop's → CO-OP KOBE
コープス → コープこうべ商品

本物にふれる教室

しあわせのいえ

英語教室生徒募集中

大阪YMCAランゲージセンターの外国人と日本人の2人の講師が、お子さま一人ひとりをしっかりサポートします

\無料/ 幼児クラス

夏の1ヵ月 体験教室を実施します！

7月中の4回、無料で参加できる体験教室となります。教室の雰囲気をぜひ体験してみてくださいね。

月に一度は楽しい特別活動を

お菓子作りや工作など、様々なアクティビティを行い通常の授業とは違った英語を経験します。

本を読む楽しさが身につきます

館内には現在3,400冊の蔵書があり、これらをレッスンに使用することで、本を通して知識を得ていく楽しさを経験することができます。

本物の体験と連動した授業

日本文化に触れることができる様々なイベントをおこなっていて、そのテーマや内容と英語教室を連動しています。

主体性を大切にします

教室ではテーマに連動した活動が複数あり、興味を深めて「何だろう？」「どうして？」と自ら考え、行動し、探求していく力を育みます。

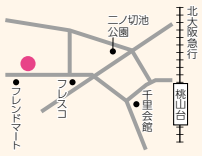
オンラインで世界の子どもたちと繋がります

世界中に広がるYMCAのネットワークを活かして、年度末には世界の子ども達とオンラインでお話しすることを予定しています。

参加をお待ちしてます！

一般財団法人 しあわせのいえ

豊中市東豊中町6-17-10
開館日：火曜～金曜 10時～17時半
土曜 10時～15時
休館日：日曜、月曜、祝日、年末年始
無料駐車場あり
06-6854-7474
http://www.shiawasenoie.or.jp/



月謝	10,000円（月4回）※入会金、教材費なし。

●小学生1年生・2年生クラス ※スコット先生・播先生
［日時］毎週木曜日 16:40～17:30（50分）

●幼児クラス ※スコット先生・播先生
［対象］年中・年長 ［日時］毎週木曜日 15:30～16:20（50分）

●小学生3年生・4年生クラス ※ジョセリン先生・由紀先生
［日時］毎週金曜日 16:40～17:30（50分）

おかげさまで、北おおさか信用金庫は、2025年4月17日に創業100周年を迎えます。

これまで当金庫を支えていただいた地域の方々への感謝として、100周年記念商品を取り扱っています。

- きたしん100周年記念　懸賞品付き定期預金
  「大阪・関西万博　入場チケット」が抽選で当たる！
- きたしん100周年記念　eカードローン

詳しくは、当金庫ホームページもしくはお近くの店舗まで！！

この街の未来をひらく
北おおさか信用金庫

100th ANNIVERSARY おかげさまで100周年

AEON KOHYO / AEON MaxValu

パート・アルバイト大募集

～ 自然と笑顔になれるおシゴトはじめませんか？ ～

◆丁寧な研修があるので未経験の方も安心　◆ライフスタイルに合わせて働けるシフト制！
◆お買い物割引制度など、待遇面も充実！

職種 食品スーパーのスタッフ　**雇用形態** アルバイト / パート
仕事内容 レジ（接客応対・サービスカウンター業務等）・デリカ（商品製造や品出し）
農産スタッフ（品出し・商品加工）・畜産スタッフ（品出し・商品加工）・水産スタッフ（品出し・商品加工）
加工食品スタッフ（商品搬入作業や品出し）・早朝スタッフ（商品搬入作業や品出し）
店舗 【KOHYO】豊中緑丘店・SENRITO店・阪急曽根店・箕面店・小野原店・江坂店・山田店・南千里店
【MaxValu】千里南町プラザ店・箕面外院店・吹田千里丘店・千里山店
時給 2024年3月1日より時給80円UP！
店舗・部署によって異なります。QRコードから店舗情報をご確認いただくか、店舗スタッフへお問い合わせください。

株式会社 光洋 https://www.kohyo.co.jp/

各店の求人情報はこちらから

ABC HOUSING
WELL BE みのお

ずっと暮らしを楽しみたい
すべての人に。

イベント開催／11:00～17:00
※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00～配布、1世帯1名様限りとなります。

まるで本物!? 食品サンプル ミニかき氷づくり体験

7/13(土)　150組様　小学生以下限定

食品サンプルで“かき氷”づくりに挑戦!! 体験後はゲームにも参加してどれがサンプルか当ててみよう！

親子で楽しく体験しよう♪ リズム×動き×英語＝Rhymoe（ライモー）

各回親子ペア30組様　小学生以下限定

7/14(日)　①11:00～ ②13:00～ ③15:00～

言葉、音楽、動きを連動させるユニークな英語教育メソッドの体験会を開催。歌、ゲーム、手遊びなどを通じて、英語のリズムの楽しさを親子で体験しよう♪

海の日祭り キッズマリン縁日

各150組様

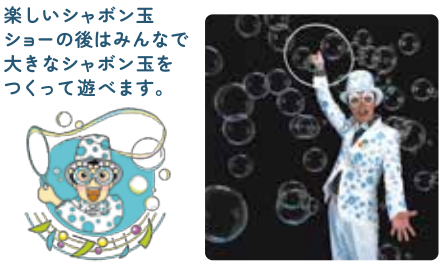
7/15(月・祝)　ゲームで遊んで、景品をもらおう！

●ぶるぶるフィッシング　●マリンシューティング

しゃぼん玉エンターティナー バブリン先生のしゃぼん玉ショー

7/20(土)　①11:00～ ②14:00～

身近なものを使ったり、変わった形をつくったり…。楽しいシャボン玉ショーの後はみんなで大きなシャボン玉をつくって遊べます。



夏の星空をまなぼう☆ 出張モバイルプラネタリウム

7/21(日)　各回30名様

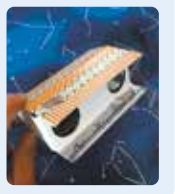
①11:00～ ②12:00～ ③13:30～ ④14:30～ ⑤15:30～

本格的なプラネタリウムを体験！専門スタッフが夏の星空について解説します。 ※投影時間は約30分です

夏の夜空を楽しもう♪ 自分だけのオリジナル双眼鏡づくり

7/21(日)　150組様

双眼鏡を組み立ててペンやシール、マスキングテープなどで飾ろう！



※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。※雨天の場合などは内容が変更される場合もあります。最新情報はABCハウジングホームページでご確認いただくか、または住宅公園受付までお問い合わせください。※イベントへの参加・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。※掲載写真はいずれもイメージです。

〒562-0033 箕面市今宮1丁目1番1号
TEL 072-737-6901 【受付時間／10:00～18:00】
詳細はこちら！
○ 水曜日定休日（祝日は除く）
○ メーカーにより定休日が異なります。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「箕面萱野」駅から徒歩8分
- 阪急「箕面」駅から阪急バス「萱野小学校前」停留所下車
- JR「茨木」駅・阪急「石橋阪大前」駅から阪急バス「今宮」「西宿」停留所下車

駐車台数には限りがございます。公共の交通機関をご利用の上、ご来場ください。

アクセスMAP

※車でのアクセスは、こちらを参考にお越しください。

会場の最新情報やイベント情報は ウェルビーみのお で検索！

ご来場プレゼント 7/1(月)▸30(火) ※水曜日を除く

マイページの二次元バーコードをご提示後、モデルホームご見学でご覧の賞品をプレゼントします。

涼感タオル＆クールネックリング

着用後1時間でもひんやり

レジャーやスポーツで大活躍のひんやり涼感タオルと、繰り返し使えるクールネックリングをセットでプレゼント！

※涼感タオルの色は選べません。 ※写真はイメージです。
※賞品は予告なく変更される場合があります。

マイページはこちら ▶
※ABCハウジングのアカウント登録には、アンケートへのご回答が必要です。

家族で楽しむ

夏のおでかけSPOT

夏休みももうすぐ。「どこか、遊びに連れて行って～」と子どもたちのリクエストが聞こえてくる頃です。編集部がオススメする楽しい場所へおでかけください！

河内長野市 関西サイクルスポーツセンター

〈カンサイサイクルスポーツセンター〉

家族みんなで楽しめる4種類のプールも一日遊べる自転車のテーマパーク

ゆったり広々プール「フォレ・リゾ！」

7／12（金）からオープンする、森の中のファミリープール「フォレ・リゾ！」は、4種類プールがあって家族みんなでゆっくり楽しめる。広々としたメインプールは、水深最大120cmの深い部分と水深最大80cmの浅い部分に分かれており、水中エクササイズを楽しむ「アクアジム」も完備。わんぱくプールには頭上から水が降る楽しい仕掛けがあって、4本のすべり台があるスライダープールでは何度でも滑りたくなるはず。小さな子ども連れには、波打ち際や噴水があるなぎさプールでゆったり遊ぶのが最適！センター内の各アトラクションを利用できるフリーパスを購入すれば、プールの利用もOK。7／27（土）と8／24（土）は、アーティスティックスイミングショーを開催！

自転車をテーマにしたアトラクション

園内には、サイクリングコースや変わり種（おもしろ）自転車、コースター、サイクルパラシュートなどカラダを動かして楽しめるアトラクションがいっぱい！昨年オープンした人気の「バズーカボーン！」は新たにフリーパスでの利用がOKに。また今春には、まるで本物の運転士気分を味わえる「トライ・トレイン」も新オープンした。この夏は関西サイクルスポーツセンターで一日たっぷり楽しもう！

プール

ファミリープール「フォレ・リゾ！」
［プール営業日］
7/12（金）～7/15（月祝）、
7/17（水）～9/1（日）、7（土）、8（日）
［利用料金］
おとな800円、小学生500円
幼児（3歳以上～未就学児）300円
※センター入場料とは別にプールエリアへの入場で料金が必要（フリーパス利用OK）

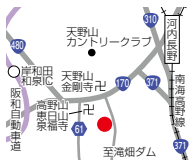
変わり種自転車

おもしろ自転車がいっぱい

トライ・トレイン

2024年春新オープン!運転士になって高得点を目指そう。

河内長野市天野町1304
阪和道「岸和田和泉IC」から車で約20分
営／10時～17時（季節により変動あり）
火曜定休（夏休み期間無休）
0721-54-3101
https://www.kcsc.or.jp



読者限定特典 この記事持参で読者限定特典（2024年9月8日（日）まで有効）

関西サイクルスポーツセンター入場料が無料に！

※1枚につき5名まで有効 ※他割引との併用不可
※2歳以下の方は無料 ※コピー利用不可

［利用人数］

おとな（中学生以上）通常1,000円→**0円** 名様

こども（3歳～小学生）通常700円→**0円** 名様

※来場者人数を記入の上、入場ゲートに提出ください［CL7］

イベント情報

オープン50周年を迎え記念イベントを開催！

専用のラリーシートを手に、50周年の園内を巡って、かんたんなクイズに答えると、正解者の中から抽選で豪華賞品があたるラリーを開催。みんなで、レッツ!!テクテク!!エクササイズ!!

anniversary 50th ありがとう

「カンサイサイクルクイズラリー」
7/10(水)～8/31(土) ［賞品］電動アシスト自転車など
抽選から漏れた方を対象にWチャンス賞品もあります！

宿泊も日帰りもOK！キャンプ場

フリーパスが1日料金でご宿泊2日間利用OK！
さらに入場料＋駐車料金が無料！

キャンプビギナーの方でも安心して利用できるキャンプ場。食材持ち込みOKの日帰りBBQや宿泊キャンプが楽しめる。

- バンガロー …… 6名利用
- コテージ …… 8名利用
- ジャンボハウス … 50名利用

ご予約はこちら▶

完全予約制 ホームページまたは電話にて予約を
0721-54-3101

伝言板

教えます

■川上ギター教室（初心者より）
066380·8673千里丘6イズミヤすぐ

■ピアノ・ボイストレーニング・
フルート·ギター·バイオリン·サックス·トランペット·ウクレレ
体験有 ☎06·6876·1871松本楽器

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

■尺八·琴·三弦教室·西田·菊冨沙
曜日·時間相談可☎072·696·6750

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

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

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

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

一緒にイベントをつくりませんか？

ロハスフェスタ®
カレーEXPO ラーメンEXPO チーズEXPO

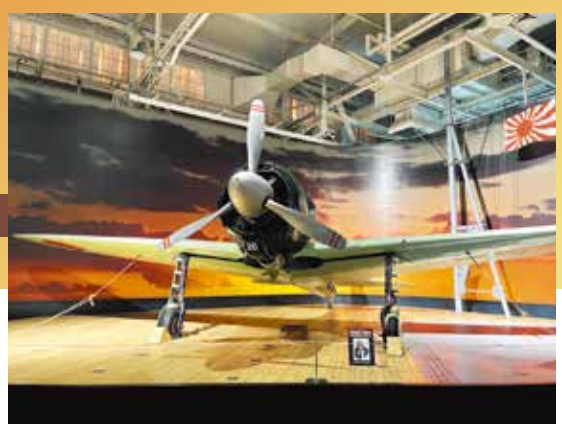
イベント企画・運営 常勤アルバイト 募集中！

詳細・応募はコチラから▶

シティライフからのアルバイト募集です
●業務内容：イベントの企画、準備、運営など全般に携わっていただきます。資料作成や更新などのPC作業、電話やメールなどでの問い合わせ対応、SNSやWEB運用、イベント中は現地にてイベント運営 ●勤務時間：平日10時～17時の間で4時間以上から、週3日以上から応相談 ●給与：時給1,100円、交通費別途支給（上限あり） ●勤務地：大阪府摂津市千里丘1-13-23（株式会社シティライフNEW） イベント期間中は各イベント会場

ハワイからの風 Vol.11

ハワイに来たら訪れてほしいパールハーバー航空博物館



零式艦上戦闘機（零戦）21型

私がボランティアでご案内しているホノルル美術館の日本語ツアーでは、印象派や浮世絵、ハワイの伝統工芸などアートに関するお話をしますが、「パールハーバー航空博物館」の日本語ツアーでは、戦闘機や爆撃機などの航空機と真珠湾攻撃を含めた太平洋戦争の歴史についてのお話をしています。アートと飛行機は関係なさそうですが、私にとって飛行機は「空飛ぶアート」なので、ツアーを通して航空機の「機能美」をお伝えしているという感じです。

パールハーバー航空博物館は2006年12月7日に「太平洋航空博物館」という名称で、真珠湾に浮かぶフォード島（米海軍基地内）にオープンしました。米海軍の格納庫を改装して造られた博物館には、約50機の航空機が展示されています。本館（格納庫37）には零式艦上戦闘機（零戦）21型や世界に2機しか現存しない九七式艦上攻撃機（九七艦攻）をはじめ、2020年に日本で公開された映画「ミッドウェイ」に登場するSBDドーントレス急降下爆撃機など、真珠湾攻撃と太平洋戦争に関わりのある機体が展示されており、別館「格納庫79」と屋外には1986年公開の映画「トップガン」で若きトム・クルーズが操縦するF-14トムキャットD型や、2022年公開の「トップガン　マーヴェリック」で使われたF/A-18スーパーホーネットの先行機種レガシーホーネット、雷撃機TBMアヴェンジャーなど、日本では見ることのできないアメリカの航空機が多数展示されています。

SBD-2Pドーントレス急降下爆撃機

私は現在オンコール（待機制）ガイドで博物館には常駐していないため、日本語ツアーはメールで事前予約が必要です。

ホノルル美術館から始まり、シャングリラ邸そしてパールハーバー航空博物館と全く違う種類の美術館・博物館でのご案内を通じて貴重な勉強をさせていただいています。私のガイド歴の原点であるホノルル美術館には心から感謝しています。

Navigator
モコ

名古屋市出身。2007年にハワイへ移住。ホノルル美術館、パールハーバー航空博物館で日本語ガイドを務める。コロナ禍の中、息子とハワイの大学へ入学し、ガイドの傍らオンラインでビジネスを勉強中。「パールハーバー航空博物館の日本語ツアーご希望の方は、mokokamiya14@gmail.com へメールでお問い合わせください。」

Vol.92
エキスポシティプレス

EXPOCITY press

7
2024 July

ヒロアカオリジナルグッズが当たる! プレゼントキャンペーン

三井ショッピングパークポイント会員様限定

総計1,410名様に当たる!

賞品

- ヒロアカA賞：オリジナルグッズ詰め合わせヒロア缶
- ヒロアカB賞：ジオラマアクリルスタンド
- ヒロアカC賞：グラス6種セット
- ららぽーと・ラゾーナ賞：ららぽーと共通お買物・お食事券1,000円分（¥500 ¥500）

and more...

期間 6/21（金）～ 7/11(木)

内容

期間中、対象店舗にて、対象カードもしくはポイント用QRのご利用で、4,000円（税込・合算可）以上のお買い物・お食事をしてご応募いただくと抽選でヒロアカオリジナルグッズなどをプレゼント！「三井ショッピングパークポイントLINE公式アカウント」を友だち追加して、LINEからご応募いただくと当選確率がアップ。詳しくは特設サイトをチェック！

ヒロアカキャラクターうちわ 先着プレゼント

うちわ全10種

※キャラクターは選べません

期間 6/21（金）～
※ヒロアカキャラクターうちわはなくなり次第終了

内容

期間中、対象の飲食店舗をご利用いただいた方に先着でヒロアカキャラクターうちわをプレゼント！

※配布対象の飲食店舗はウェブサイトよりご確認ください。
※1会計につき、うちわは1枚プレゼントとなります。

世界で1つ！オリジナルヒロアカ自転車が当たる! SNSプレゼントキャンペーン

賞品

期間 6/14（金）～7/11（木）

内容 三井ショッピングパーク　ららぽーと公式Xアカウントをフォローし、対象の投稿をリポストしていただいた方の中から抽選で1名様に「世界で1つ！オリジナルヒロアカ自転車」が当たる！

対象SNS 三井ショッピングパーク ららぽーと公式X（@lalafanlalaport）

ヒロアカキャラクターによる 館内放送!

期間 6/21（金）～7/11（木）

内容 ららぽーと・ラゾーナでしか聞くことのできない、人気キャラクターによる館内放送を実施！

出演キャラクター

※掲載内容は予告なく変更となる場合がございます。※本キャンペーンの詳細は特設サイトよりご確認ください。

ららぽーとバーゲンでおトクにゲットしよう

夏のバーゲンがいよいよスタート！夏のおでかけにぴったりな今すぐ活躍するファッションやコスメなど、欲しかったアイテムをおトクにゲットできるチャンス。ショッピングやグルメを堪能しよう！

7/5（金）～7/15（月）開催　約120店舗、最大70%OFF！

※店舗により内容は異なります。

G-STAR RAW / Columbia / BRUNO / & chouette / BAYFLOW / petit main / T-fal / NOLLEY'S & good man / EP -IN- / Desigual. / CosmeKitchen Natural Organic Beauty Select / gelato pique / カプリ島 Pizza / TSUTSUMI / LAKOLE / UNITED ARROWS green label relaxing / ABC MART GRAND STAGE / UR URBAN RESEARCH / SeeP EYEVAN

詳しくはこちら！
※6/28 公開

EXPOCITY 真夏でも快適に遊べるスポット

EXPOCITY には屋内で楽しめるスポットが充実！
夏休みの思い出づくりにもぴったり！わくわく体験で夏を思いっきり楽しもう！

ニフレル

水族館と動物園と美術館が融合した新感覚のミュージアム。
2025/1/13（月・祝）まで大人気絵本作家「tupera tupera」とコラボした「あなたも愉快な生きものだ！展」開催中。

施設の詳細はこちら！

ムラサキパーク

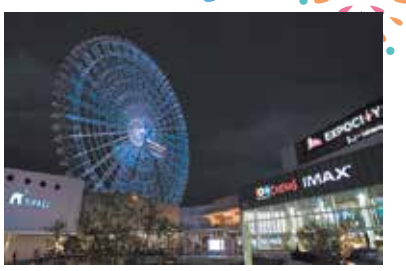
国内最大級の屋内スケートパーク。
KIDSアスレチック＆トランポリンで遊びからバランストレーニングが出来るKIDSランドを併設。

施設の詳細はこちら！

オオサカホイール

高さ123メートルの日本一最大の観覧車。冷暖房完備で季節問わず快適にお楽しみいただけます。

施設の詳細はこちら！



109シネマズ大阪エキスポシティ

日本最大級の巨大スクリーンでIMAX®テクノロジーが堪能できるシネマコンプレックス。
日本初の4Kツインレーザープロジェクターによる鮮明な映像と、12chサウンドシステムが生み出す驚異の臨場感で、ひと味違う映画体験をかなえます。

施設の詳細はこちら！

VSPARK

エンターテインメント要素の強いアクティビティを集めたヤバすぎスポーツ施設です。テレビのバラエティ番組に参加しているような体験ができます。

施設の詳細はこちら！

EVENT INFORMATION

IKEAポップアップストア at ららぽーとEXPOCITY

6/29（土）から8/31（土）までの期間限定で、「IKEAポップアップストア at ららぽーとEXPOCITY」をオープン！約9,500点の商品の中からお子さまにおすすめの商品やSNSでご好評頂いている人気商品など、約250点を販売いたします。巨大ブルーバックのフォトスポットの登場や、平日限定で「IKEAポップアップストア at ららぽーとEXPOCITY」で2,000円以上お買い物頂いた方に、ブルーバックMサイズをプレゼント。

期間　6/29(土)～8/31(土)
場所　ららぽーとEXPOCITY 1F グリーンサイドエントランス

San-ai Resort 夏季限定POPUP STORE

San-ai Resort

期間　7/4（木）～8/28（水）
場所　ららぽーとEXPOCITY 3F INGNI前

ららぽーとEXPOCITY×せんちゅうパル 抽選で！お買物券がWであたる「ダブルdeお出かけキャンペーン」

ららぽーとEXPOCITYとせんちゅうパルの対象店舗をそれぞれ利用し、シリアルナンバー記載の応募券をゲット！応募フォームに入力するとお買い物券が当たる抽選に応募可能！ ※お一人様1回限り

応募期間　7/1(月)～8/31(土)
対象店舗　ららぽーとEXPOCITY フードコート・飲食店
せんちゅうパル 全店（一部店舗を除く）

詳しくは HP をチェック

ガリガリ君サマーフェスタ、開催決定！！

CMでおなじみの「ガリガリ君のうた」を演奏・歌ってくれる団体と一緒にガリガリ君がステージに登場します！イベント期間中は毎日「ガリガリ君ソーダ」も無料配布！アイスを食べて楽しい夏の思い出を作ろう～！！！

日時　7/25（木）～7/28（日）
サンプリング 10:00～17:00（予定）
場所　EXPOCITY 空の広場

※ガリガリ君（アイス）は無くなり次第終了となります。
※ステージ開催スケジュールは調整中です。

EXPOCITY

吹田市千里万博公園2-1

営業時間　ららぽーとEXPOCITY 10:00～20:00　（EXPO KITCHENは11:00～21:00、Eggs'nThings、マクドナルドは10：00～）
※土日祝・特定日は営業時間が異なります。 ※一部営業時間が異なる店舗がございます。
※エンターテインメント施設については各施設ホームページをご確認ください。

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

ご来館前に最新情報をご確認のうえ、ご来館いただくようお願いいたします。

エキスポシティの
インスタグラム公式アカウント

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

NIFRELにふれる

Vol.95

あなたも愉快な生きものだ！展

いよいよクイズに挑戦!場所は1Fの「わざにふれる」。ニフレル公式LINEを友だち追加して、4問のクイズに正解できたらその場で抽選が始まり、当選者にはオリジナルミニメモ帳がプレゼントされます!子ども達は夢中になって答えにたどり着いていました!クイズの問題は館内設置のリーフレットに書いてあります。皆さんも挑戦してみてください。

オリジナル
ミニメモ帳

ワークショップ

来年1月13日まで開催中の「あなたも愉快な生きものだ!展」の新企画「にてる?にてる!クイズ」に挑戦してきました。クイズの前にやっぱりお面を作っておきたいので、まずはワークショップに挑戦!
色んなパーツから選べるので、とっても迷いますね。

お面完成!

フォトスポット

愉快な生きものになりきって、水槽に見たてたフォトスポットで記念撮影も!中に入ると自然とテンションが上がってきます。

私たちが行ってきました！

おうだいパパ、ゆりこママ
だいすけくん、たくろうくん

開始以降、多くの来場者に楽しまれている「あなたも愉快な生きものだ!展」に期間限定のクイズ企画（8月末まで）が登場!読者モデルに体験してもらいました。

今までの ▲
バックナンバーは
CityLife Newsから

吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営業時間／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
こども（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）平日は終日無料
ニフレル入館で120分無料
0570-022060（ナビダイヤル）
ニフレル 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ゆったり過ごすイベントなど、特別なイベントを季節ごとに開催しています。

料金

①カードパスポート
大人（高校生/16歳以上）…9,000円
こども（小・中学生）……4,600円
幼児（3歳以上）……2,800円
（発行手数料200円含む）

②WEBパスポート
大人（高校生/16歳以上）…8,800円
こども（小・中学生）……4,400円
幼児（3歳以上）……2,600円

有効期間
カード：ご購入から1年間
WEB：初回来館から1年間

詳細はこちらから ▶

NIFREL

1.動物取扱業社の名称：株式会社海遊館 2.事業所の名称：NIFREL 3.事業所の所在地：吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内 ニフレル 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

8/24(土)アビスパ福岡戦で『GAMBA EXPO 2024』開催決定！

『GAMBA EXPO 2024』のテーマは「∞（無限）」

GAMBA EXPO が始まり、2024 シーズンで 8 年目を迎えます。GAMBA EXPO を機にクラブからファン・サポーター、ホームタウン、パートナー企業へと様々な面から無限の可能性を生み出したいという想いから『GAMBA EXPO 2024』を開催いたします。試合当日、選手は『GAMBA EXPO 2024』記念ユニフォームを着用し、販売されるチケットは全て記念シャツ付きチケットとなります。その他にも企画趣旨に合わせて子ども達を中心に楽しんでいただけるようなイベントも多数実施いたしますので、ぜひお楽しみに！

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22節 7/ 6(土)19:00 vs 横浜F・マリノス
第24節 7/20(土)19:00 vs 湘南ベルマーレ

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

吹田市立千里第三小学校では 6 年生 170 名が参加。ミニゲームで大盛り上がり！

質疑応答の時間も。

記念品の贈呈や吹田市施策によるボールの寄贈が行われました。

最後はハイタッチでお見送り！

GAMBA NEWS
北摂のJリーグクラブ
ガンバ大阪を応援しよう！

ガンバ通信

取材協力／ガンバ大阪

シュートのデモンストレーションを行う FW の坂本選手。間近で見る迫力あるシュートに、児童から「音がすごい！」と、驚きの声が挙がりました。

Shoot

吹田市と茨木市の小学校で「ホームタウンふれあい活動」を実施

6月17日、吹田市と茨木市の公立小学校30校で「ホームタウンふれあい活動」が実施された。この活動はホームタウンに住む子どもたちの健全育成を目的に、2003年から継続的に行われており（コロナ禍の2020～2022年を除く）、ガンバ大阪のトップチーム選手・監督・コーチングスタッフ・アカデミーコーチらが10グループに分かれて訪問した。

吹田市立千里第三小学校には、宇佐美貴史選手、坂本一彩選手、石川慧選手をはじめ、松田浩フットボール本部 本部長らが参加。デモンストレーションやミニゲームなどを一緒に行い、児童たちにサッカーの楽しさを伝えた。

終了後、「子どもたちも楽しんでくれたらいいなと思いますけど、自分たちもエネルギーをもらって楽しんでいます」と、話してくれた宇佐美選手。また、質疑応答時に、児童から失敗した時について問われたことを振り返り、「これぐらいの年の子たちも失敗した時に落ち込んだりするんだなって、改めて気づきがありました」と、ふれあい活動が励みになったり気づきがあるなど、選手たちにも良い影響があるという。6月30日のFC町田ゼルビア戦は吹田市民応援デー。吹田市の小中高校生は無料招待され、多くの児童たちも観戦に訪れるはず。「気持ちが晴れるようなプレーをしたいと思います」と、宇佐美選手はキャプテンらしく意気込みを話してくれた。

2024年7月13日（土）大阪モノレールの日本酒列車『阿波徳島』を運行します！

大阪モノレールでは、2024年7月から2025年3月まで、「EXPO TRAIN 2025 大阪モノレール号」を使用した「日本酒列車」を毎月運行します。第一弾として、7月13日(土)に『大阪モノレールの日本酒列車「阿波徳島」』を2便（第一便12時40分～、第二便17時15分～）運行します。車内では、徳島の地酒6種類や、徳島ブランド牛である「阿波牛」のローストビーフ重が楽しめます。また万博記念公園駅では、徳島県が世界に誇る「阿波おどり」のステージ演舞と駅構内流し踊りが披露されるほか、「徳島県観光物産展@万博記念公園駅」が開催されます！ 皆さまお誘いあわせのうえ、ぜひ、地域の魅力満載の「日本酒列車」にご参加ください。

第二弾は、2024年8月3日（土）『沖縄市・豊中市』

第二弾は、8月3日(土)に『大阪モノレールの泡盛列車「沖縄市・豊中市」(仮称)』を予定しています。車内では沖縄の泡盛やクラフトビール、沖縄の特産品を使ったお弁当が楽しめます。

詳しくはこちら ▼

大阪モノレール

※第一弾、第二弾ともにイベントの内容は変更となる場合がございます。

この人に FOCUS Vol.6

『世界一を目指した原動力は、支えてくれた人たちへの恩返し』

［取材協力］ LA PIZZERIA DA NINO
豊中市本町1-10-6 松村ビル 1F
営／11時半～14時LO・17時半～21時LO
※生地がなくなり次第終了
火曜、水曜昼定休・不定休あり
TEL.06-6210-6683

Instagram

LA PIZZERIA DA NINO 代表 美延智彦さん

豊中市出身、45歳。イタリアでの修行を経て2018年2月に「LA PIZZERIA DA NINO」をオープン。ローマで行われたピザの世界大会「ピッツァ・ワールドカップ」にて2019年にマリナーラ部門、2022年にマルゲリータ部門で優勝を果たした。

豊中駅からほど近い「LA PIZZERIA DA NINO」。
気取らない雰囲気の店内へ進むと、店主の美延さんが笑顔で出迎えてくれる。
世界一の称号を2度も勝ち取った彼のここまでの道のりは、
決して順風満帆ではなかった。全速力で駆け抜けてきた、その半生に迫る。

借金返済の日々から、ピッツァを極めにイタリアへ

大学を卒業後、昼はビーチバレー選手、夜はバー勤めをしていた美延さん。そんな彼がピッツァづくりに目覚めたのは30代半ばの時。独立開業したバーの経営が行き詰まったことと、喫茶店を営む母・ひでこさんが病床に伏したことで積み重なった800万円の借金を返済すべく、トラック運転手として働いていた頃だった。「あの頃はとにかく借金を返すことに必死でした。全く遊ばずに、死に物狂いで仕事ばっかりの生活でした」と笑う美延さんだが、そんな時に偶然目にしたのが、ナポリピッツァをつくる動画だった。生地をつくり、ソースや具をのせ、石窯で焼き上げる、洗練された一連の動きに興味を抱き、自ら試作するようになる。「生地が発酵する様子や、焼いてプクッと膨らむ姿を"かわいい"と感じるようになりました」と、トラックの助手席に生地を乗せて発酵の様子を見守るほどの熱中ぶりだった。そんな日々を送る中で「大好きなピッツァを極めたい」という思いが募り、イタリア語をほとんど話せないまま、35歳の時に単身イタリアのナポリへ向かった。

トラック運転手時代から今に至るまで、日々ピザを研究。温度や時間調整の記録をメモに残している

壁にぶち当たりながらも、理想を求め修行に邁進

ピッツァ職人としては素人同然だった美延さん。アポ無しで訪問した店では「日本のウデが良い職人が来た」と勘違いされて生地を焼かせてもらったものの、「その腕前じゃ無理だ」と追い返された。壁にぶち当たった美延さんだったが、翌日足を運んだ人気店のマルゲリータの味に衝撃を受け、「こんなピッツァを作れるまで、日本には絶対に帰らない」と決意を固めた。

その後20軒30軒と修行先を探し続け、ナポリ湾に浮かぶイスキア島へとたどり着く。その島では、ピッツァ界の巨匠ガエターノ・ファツィオ氏が店を構えていた。カタコトのイタリア語で必死に話した熱意が通じたのか、美延さんは彼の店で働けることに。1日中チーズを切り続けるなど黙々と下働きに励みながら、工程を目で盗み、仕事終わりには余った生地で試作する日々を続けた。「ガエターノには本当に愛情を注いでもらいました。修行中に初めて休みをもらって挑んだ大会で負けた時、『私はニーノ（美延さんの愛称）が一番だって知ってるから大丈夫』と言ってくれたことは一生の思い出です」。"イタリアのパパ"と呼ぶ師匠の教えを胸に、美延さんは寝る間も惜しんでピッツァ作りに没頭した。

世界大会で一度目の優勝 栄誉よりも「周囲のため」

その後、イタリアの大会で入賞を果たすなど結果が出始めた頃、美延さんの評判を聞き付けた日本の有名イタリア料理店に誘われて帰国することに。一流料理店で腕前を磨くだけでなく店舗経営のノウハウも蓄えていき、ついに2018年に自身の店をオープン。評判が広まり忙しく過ごしつつも、美延さんはある２つの思いを胸に秘め、世界への再挑戦を見据えていた。

「これまで店に足を運び、支えてくれたお客さんが『自分が食べたピッツァが世界一になった』と知れば、喜んでくれるだろうと。そして世界大会で優勝して店が繁盛したら、一度は病気で断念した母の店を再建したいとも考えていました。頂点を勝ち取る栄誉よりも、そんな思いが原動力でしたね」。

2019年、改めてイタリアへ渡った美延さんは、師匠であるガエターノさんの協力のもと半年間におよぶ入念な準備を行い、ローマで開催された「ピッツァ・ワールドカップ」に出場。そしてマリナーラ部門で、見事優勝を成し遂げた。

「師匠でありイタリアのパパ」と仰ぐガエターノさん（最右）

苦境を打破すべく二度目の頂へ 挑戦の日々はこれからも

ところが、繁盛していた矢先に見舞われたのがコロナ禍だった。テイクアウトのみの営業を余儀なくされ、さらに肺に持病のあった母・ひでこさんは外出もままならない状況となる。世界一の称号を得ても、思い描いた夢を叶えようのない日々が続いた。そんな現状を打破すべく「もう一回チャンピオンを目指そう」と美延さんは決断。2022年、再度ピッツァ・ワールドカップに挑んだ。結果は、マルゲリータ部門で見事優勝。ガエターノさんは、涙を流しながらこの快挙を祝福してくれたという。そして翌年3月には、念願の母の店「ひでこ食堂」を石橋にオープンすることができた。愛情たっぷりの料理が評判を呼び、徐々に客足を増やしている。

22年のピッツァW杯優勝時

構想から14年の歳月を経て「ひでこ食堂」をオープン

19年のピッツァW杯優勝時

彼の挑戦を支え続けたガエターノさんは、残念ながら2023年11月にこの世を去った。世界大会の優勝を祝福してくれたあの瞬間が今生の別れとなったが、美延さんは近々、敬意と親愛を込めて"パパ"と呼ぶ同氏の墓前へ向かうべく、ナポリへと発つ予定だ。

「パパのお墓参りをしながら、ゆっくり今後を考える時間にします」と語りつつも、「自分のピッツァは未完成で、今も試行錯誤の途中。母の店の改善案も山積みです」と、頭の中は未来の構想で満たされている。ピッツァ職人として、そして親孝行の息子として、今後も自身が思い描く理想に向かって走り続けていく。

万博記念公園だより 7月号　令和6年6月20日発行 通巻530号

BAMPAKU News 2024 07

1ban Park

大阪府広報担当副知事
もずやん

早朝観蓮会

Lotus Flower Viewing

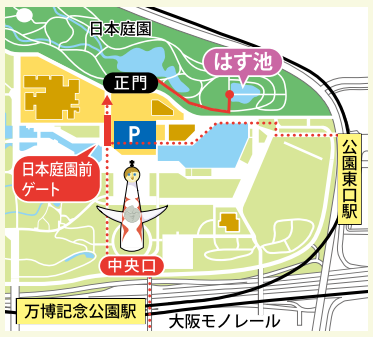
［場所］日本庭園 はす池
［時間］早朝6時30分から公開
［料金］無料 ※別途入園料が必要

早朝から開花が始まり、午後には閉じてしまうことが多い花ハス。
少し早起きして、26品種約1200株の花ハスと、7品種約1000株のスイレンの、神秘的で優美な姿をぜひご観賞ください。

開催期間　6/28(金)・29(土)・30(日)　7/5(金)・6(土)・7(日)

早朝(6:30〜9:30)の日本庭園はす池への入園方法

●中央口と日本庭園前ゲートのみ6:15〜開門します。(東口方面からは日本庭園前ゲートをご利用ください。) ●ゲートにて入園手続き(入園券購入など)ののち、日本庭園正門を経由してはす池へお進みください。●6:15〜9:30は、上記ゲートから日本庭園はす池へのルートのみ通行可能です。●9:30までは、はす池への通行ルート以外の自然文化園・日本庭園の他エリアには入れません。(工事・管理作業等を行なっており車両も通行していますので危険です。立ち入らないでください。) ●駐車場は、中央駐車場と日本庭園前駐車場のみを早朝6:00〜開場いたします。(それ以外の駐車場は通常営業となりますのでご注意ください。)



お願い　カメラでの撮影につきまして
公園内を撮影される方は周囲の安全に十分ご配慮ください。撮影の際には、三脚等の固定器具を使用しての長時間の場所の占有や通路を塞ぐなど、他のお客様の迷惑・危険となるような行為等のないようお願いいたします。

早朝観蓮会 特別イベント　各種はす池周辺で開催します。

イベント詳細はコチラ ▶

ハワイ伝統舞踊【Lino Plumeria Hula Studio】のステージ

6/29(土)
①7:30〜、②8:30〜(各回30分程度)
フラは、神々に捧げる神聖な踊りです。振り付けの手の動きに花や風など意味を持たせ、動きで物語を表現します。世代を超えて自然の中でパワーを感じてください。
［出演］Lino Plumeria Hula Studio

モーニングヨガ　7/7(日) ①7:30〜、②9:00〜(各回約1時間程度)

講師の仁下愛美(ヘルスクリエイター)さんと一緒に朝ヨガを楽しみませんか。仁下さんは大手ヨガスタジオで10万人に向けレッスンを行い、お寺ヨガなどを全国各地で開催している人気のトレーナーです。

申込フォームはQRコードから ▼

［募集人員］各回30名程度
［参加費用］1,000円(1人)
※当日現地にて現金お支払い。
［申込方法］6/20(木) 11:00〜Webフォームにて受付開始。
※Web事前受付のみ先着順。規定人数になり次第締切。
※当日の受付や電話受付はありません。

モーニングFOOD&CAFE

■ 吹田日和スコーン
6/28(金)・29(土)・7/5(金)・6(土)
吹田の地域メディア「吹田日和」が、吹田にある人気のスコーン専門店「ひつじ舎」と「スコーン屋つむぎ」のスコーンを、当イベント限定で販売します。ネットでしか手に入らない「ひつじ舎」のスコーンと、有機無農薬や減農薬の食材を使った「つむぎ」のスコーンをお楽しみください。(1日各30個限定販売)

スコーン屋つむぎ

ひつじ舎

■ Rice hug
6/30(日)・7/7(日)
大阪を拠点に、移動販売車に乗っておにぎりを販売。Rice hugオリジナルブレンドのお米を使用したおにぎりは、食物繊維、栄養たっぷりです。

■ Senri Maison Coffee
6/28(金)・29(土)・30(日)
7/5(金)・6(土)・7(日)
7月下旬に佐井寺南が丘公園の近く(吹田市上山手町63-15)で焙煎所カフェをオープンする同店。自家焙煎のコーヒーを注文を受けてから一杯ずつ淹れて提供されます。

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**｜水曜定休　**時　間**｜通常9:30〜17:00(入園は16:30まで)
問合せ｜万博記念公園コールセンター 0120-1970-89／06-6877-7387　E-mail:info@expo70-park.jp　**H　P**｜https://www.expo70-park.jp　**制　作**｜万博記念公園マネジメント・パートナーズ
※掲載内容は事前の予告なく変更・中止になる場合があります。

時間　場所　料金　休み　主催　問合せ　ホームページ

Pickup Event

※別途入園料が必要（インターナショナルキャンプを除く）
※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。

インターナショナルキャンプ 2024 参加申し込み受付中

8/6（火）～7（水）

世界の外国人留学生と一緒に楽しめる1泊2日のキャンプ！太陽の塔が見える万博記念公園内の敷地を利用し、自然体験を通じて環境の大切さや自然の仕組みを学習します。また、留学生と英語でコミュニケーションをとることで、各国の歴史や文化に触れることができます。外国人留学生のお国紹介や留学生とともに作るカレー、ハンターゲーム等、英語で楽しむプログラムが盛りだくさんです。

- 上の広場
- 19,000円［対象年齢］小学2年生～中学3年生、［定員］120名（最少行人員20名）
- 万博記念公園マネジメント・パートナーズ［企画運営］LBF インターナショナルプログラム事務局
- 06-6699-5200 申し込み・詳細はQRコードのホームページをご覧ください。

ひまわりフェスタ 7/20（土）～8/4（日）

背丈よりも高いヒマワリ、赤や白の珍しい品種、八重咲や房咲きなど今年は20品種・約12,000本。期間中は撮影会なども開催。一面に広がるひまわり畑をお楽しみください。

- 自然文化園 チューリップの花園
- 無料

土・日は ロハスカフェの ブースが登場します

かき氷、冷たいドリンクなどをお楽しみください。
※一部変更になる可能性があります。

万博夏まつり2024 イルミナイト万博×ビアガーデン×縁日×盆踊り

7/26（金）～28（日）、8/2（金）～4（日）、9（金）～13（火）、23（金）～25（日）、30（金）～9/1（日） 計17日　17：00～22：00（入園は21：30まで）

※写真は全てイメージです

昨年から始まった「万博夏まつり」が、今年はさらにパワーアップして開催。毎年好評のイルミナイト万博をはじめ、お祭り広場ではビアガーデンを楽しみながら「ギョーザEXPO」や「から揚げEXPO」などの人気フードイベントに併せ、アジアン屋台やスイーツなど充実のラインナップ。射的や金魚すくいなどの縁日ブースも拡大し、盆踊りや阿波踊り、ハワイアンフラの公演をはじめ昭和の名曲が流れるDJブースなど「何度も行きたくなる!」企画が盛りだくさん！もちろん恒例の手持ち花火コーナーもあります。

前売り券やイベントの詳細はホームページをご確認ください。（7月上旬に掲載予定）

- お祭り広場など
- 入場料（お祭り広場）500円（小学生以下無料）※前売り券を販売予定
- 万博夏まつり実行委員会

Information

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

自然観察学習館 moricara

自然観察学習館 moricaraでは、自然を紹介する展示、実習活動（観察、工作）などの、より親しみのある自然解説を行っています。また、木の玉プール、木育おもちゃで遊べるキッズスペースや授乳室が充実し、お子さま連れの方にもゆったりとご利用いただけます。

イベント情報

- 7/13（土） カブトムシフェア
- 7/20（土） 野鳥観察会
- 7/20（土） 森の自由工作

詳細・申込みについては事前に公式ホームページ（QRコード）をご確認ください。

- 10時～16時 ※4月1日～5月2日まで・10月・11月は無休 ※年末年始（12月27日～1月4日）、他臨時休館あり
- 無料 ※別途入園料が必要

ボウケンノモリ 万博記念公園店 7/20（土）オープン！

森林を活かした空中アクティビティを体験できる施設です。何と言っても、もみの池の空中を横断するターザンロープ付きネットウォークは爽快感抜群！立ちはだかるスリルを親子で乗り越える達成感をぜひ体験してください。

※付添の保護者1名につき、小学生以下3名までの同時体験可
※特別料金の設定あり（G.W.、シルバーウィーク、公園のイベント開催日など）
※詳細・料金については、準備ができ次第万博記念公園のホームページに掲載します。

- 9：30～17：00
- 自然文化園 もみの池
- 090-3212-4010

万博記念公園で使える前売りチケット各種を販売中！

お得な割引前売り券

1. お得に万博記念公園エンジョイパス
2. 万博記念公園自然文化園と万博BEAST

券売機に並ばず入れる電子チケット前売り券

3. 自然文化園・日本庭園共通前売りチケット
4. EXPO'70パビリオン前売りチケット

ご購入方法などの詳細は公式ホームページにて

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！

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

大阪府内の公園緑地情報がわかる OSAKAパークマップ

大阪府

万博記念公園へは公共交通機関で！

行楽シーズン・イベントや試合がある日は、周辺道路や駐車場が大変混雑し、駐車場の入出庫に時間がかかる場合があります。
※駐車場の状況は万博記念公園公式HPでご確認いただけます。

動植物の採取につきまして

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

受動喫煙防止について

万博記念公園では受動喫煙防止のため、指定された場所以外での喫煙（加熱式たばこ等を含む）を禁止しています。特に、子ども、妊婦、健康上の問題を抱えている方への配慮のため、ご協力ください。

■QRコードは（株）デンソーウェーブの登録商標です。

早期発見・早期治療につながる

見逃したくない カラダのサイン

ドクターに聞く

気をつけたい病気・症状

骨粗しょう症

伺ったのは
おもて整形外科 骨粗鬆症クリニック 表 一岐 院長

高齢者だけの病気ではない
年齢性別問わず要注意

骨粗しょう症は、筋力の低下など加齢による身体の変化にともなって起こりますが高齢者だけに起こる病気ではありません。例えば女性の場合、出産や閉経が原因で起こる場合があります。また、甲状腺や消化器の疾患などが原因となる場合もあるため、男性にも起こり得ます。

糖尿病

伺ったのは
岩本内科クリニック 岩本 龍哉 院長

静かに進行する「サイレントキラー」
病院や健康診断で検査を

糖尿病の代表的な症状には、「喉が渇く」「頻尿」「急な体重減少」「目が見えにくい」などがあります。しかし、実はこれらの症状は、糖尿病がかなり重症化してから現れます。糖尿病は「初期症状がほとんどない」のが特徴です。日頃から病院や健康診断で定期的に血糖値・HbA1cの検査を受けることが大切です。

さまざまな合併症を起こす「糖尿病」
早期から専門医の治療で重症化を防ぐ

「話しやすく丁寧な問診を心がけ、安心して通院できる環境をつくっています」（岩本先生）

「HbA1c」の検査機を完備。検査から結果までの流れをスムーズに。

食生活の欧米化等で患者は増加傾向

「糖尿病」とは、血糖値を下げるホルモン「インスリン」の分泌が不足、または効きが悪くなり、血液中のブドウ糖が増える病気です。進行すると、口渇・多尿・体重減少などが現れ、神経・眼・腎臓などにさまざまな障害を引き起こします。中でも、遺伝や生活習慣が原因となる「2型糖尿病」は、40歳以降で発症率が増加します。近年、食生活の欧米化や運動不足の傾向によって、年々患者数が増え、20歳代でも発症がみられています。

糖尿病は自覚できる初期症状があまりなく、予防・早期発見には、検査が大切です。特に発症しやすい「40歳以上」「メタボ体質」「家族に糖尿病患者がいる」方は、要注意。一度、病院や健康診断で検査を受けましょう。

医師と栄養士の指導で生活習慣の見直しを

検査には、空腹時と糖分摂取後の血糖値を測る検査のほか、過去1～2ヵ月の血糖値の平均を血液から調べる「HbA1c」検査があります。悪化すると治療が難しくなるため、「糖尿病予備軍」と呼ばれる発症前、発症初期の段階で、専門医による指導や治療を受けることをおすすめします。

当院では、医師による生活習慣の見直し、管理栄養士による食事の指導、経口薬やインスリン注射などの治療を行っています。糖尿病治療は、患者さんを取り巻く環境や普段の生活を知ることが重要なので、一人ひとりに寄り添うオーダーメイドの治療をしています。また、その他の生活習慣病（高血圧・高脂血症）や甲状腺疾患（橋本病・バセドウ病）も専門的に診療しています。

今回教わったのは…

岩本内科クリニック
岩本 龍哉 院長

内科医。大阪大学医学部卒業。大阪大学医学部附属病院や住友病院にて、糖尿病など生活習慣病、甲状腺疾患を中心に診療。2024年千里中央で岩本内科クリニック開院。

岩本先生が教える
糖尿病に気付くポイント

健康診断で血糖値に問題がなくても…
⇩
糖尿病ではないとは言い切れません

食後2～3時間経っても、血糖値が上がったまま、正常値に戻らないことを「食後高血糖」と言います。「食事抜き」で測ると正常な値の人でも、食後だと異常に高くなることも多いのです。「隠れ糖尿病」を見つけるためにも、食後の血糖値を測ることもおすすめしています。

岩本内科クリニック

豊中市新千里東町1-4-2
千里ライフサイエンスセンタービル3F
診／9時～12時・15時半～18時
休診／月曜午後・水曜午後
土曜午後・日祝
※電話予約制
06-6155-0515

医院HPはこちら ▼

「骨粗鬆症リエゾンマネージャー」の資格を持つ山本利恵さん（写真左）と溝渕楓さん（写真右）。幅広い専門知識を生かし、患者へのきめ細かいケアを実践している。

「折れない骨作り」を二人三脚で
専門チームとともに健康な暮らしの実現へ

骨密度は40歳代をピークにだんだん低下していき、痛みをともなわず静かに進行していきます。やがて骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気が骨粗しょう症です。当院では、年齢や体の状態に応じたオーダーメイドの治療を提案し、適切な食事・運動の指導なども行いながら、患者様と一緒に「折れない骨作り」に取り組んでいきます。骨粗しょう症の予防は、老後の骨折や寝たきりを防ぎ、健康に暮らし続けるための大切な要素です。まずは早めの検査を行い、「自分の骨の状態」を知ることから始めてみましょう。

10年以上骨粗しょう症の治療や予防を専門に取り組んできた私だけでなく、専門性の高い「骨粗鬆症リエゾンマネージャー」の資格を持つ2名の看護師をはじめ、信頼できる理学療法士やスタッフたちが一つのチームとなって治療にあたります。昨年に理学療法士を完全に刷新して充実の体制となっています。安心してお任せください。

今回教わったのは…

おもて整形外科
骨粗鬆症クリニック
表 一岐 院長

整形外科医として数々の手術に執刀する中「折れない骨作り」の必要性を感じ、当時は珍しい骨粗しょう症の専門医へ。その後、2019年に豊中で開業。

表先生が教える
骨粗しょう症予防・療法のポイント

運動はした方が良いの？
⇩
筋力をつけることを目的とした運動を心掛けましょう

骨量・骨強度を高めるため、筋力をつけましょう。また、転倒を予防するために体のバランスの改善と下肢筋力の増強も重要です。

おもて整形外科
骨粗鬆症クリニック

大阪府豊中市少路2-3-22
JMLクリニックビル豊中1F
診／ 9時～12時（受付終了11:45）
16時～19時（受付終了18:45）
休診／木曜午後、土曜午後、日曜、祝日
06-6846-0180

医院HPはこちら ▼

肩こり・腰痛・五十肩・冷え症・むくみ など

本場の中国整体で、頑固な痛みを改善 基礎代謝を高めて免疫力向上を目指そう

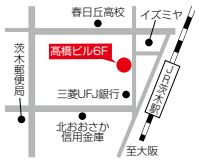
茨木で開院してから16年を迎えた「楽楽堂」は、指や掌、肘を使った様々な手技を用いた施術を得意とする。普通の整体マッサージとは違って、全身のバランスを調整することに重きを置く本場中国仕込みの手技なので、肩・腰・関節の頑固な痛み改善はもちろん、人が持つ本来のパワーである免疫力を高めてアレルギーや感染症に強い体を養う効果もあるという。「病院に行っても治らなかったのに、ここに来て良くなった」という声も多数。保険治療対応もしているので、持病をお持ちの人や慢性的な不調を感じている人は、一度相談に訪れてみよう。

院長 李 占法（リ センホウ）

中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道30年のベテラン。東洋医学の経路とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。

弱った内臓を刺激して自律神経や婦人科系疾患、ストレスなどにも効果のある吸玉。

中国整体 楽楽堂
茨木市西駅前町5-36 高橋ビル6F
受／9時半～20時半
無休　予約優先
072-623-6789
JR茨木 楽楽堂 で検索



Menu |

全身整体・足裏・ダイエット・吸玉・刮沙の各コース
- 40分……4,600円
- 70分……7,400円
- 60分……6,300円
- 90分……8,900円

※お得な回数券あり
「楽楽堂整骨院」にて各種保険取扱

特　典 |

「シティライフを見た」で
- 各コース(初回のみ) ……2,000円OFF!（7月末まで）

PMS、更年期、不安神経症、めまい、耳鳴り、脊柱管狭窄症など

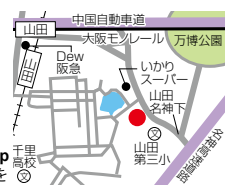
暑さによるだるさ、胃腸の弱り、血流不全 「元気で笑顔な夏を過ごしたい」

体質に合わせて粉薬の調合を行う北摂でも数少ない漢方専門薬局。体調相談から難治性の疾患まで幅広く対応。原因を見つけ、生活を見直し自分でコントロールする方法まで教えてくれる。「ここに来て本当に調子が良い」との声が多いのは、本当に適したものを選んでくれるからこそ。

薬剤師、国際中医師の資格を持つ井上先生夫妻。予約制のため落ち着いて相談できる。

子宝相談は同店の得意分野。クチコミで遠方から通う方も多く、妊娠した3人に1人が40代。井上先生は不妊治療の勉強会で講師を務めている。詳しくは、柚花香房 で検索

［吹田］漢方薬局　柚花香房
吹田市山田西3丁目57-20
ピアパレス王子101
営／平日9時～19時
水曜9時～13時
土曜9時～17時
日・祝定休、P2台あり
06-6816-9677
http://wu-xiang-dou.co.jp
漢方相談は電話でご予約を



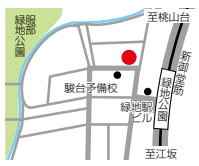
アトピー・不妊症・生理痛・ひざ痛・腰痛・頭痛など

アトピー、不妊症、自律神経失調症など 身体内側の根本原因にアプローチ

アトピーで悩み、漢方で完治した経験から「同じように不調で悩む人の力になりたい」と、この道を目指した西口先生。不妊症や自律神経失調症など幅広い症状で相談可能だ。これからの季節に出やすい「頭痛」や「めまい」「食欲不振」といった症状の人も相談してみて。

喜びの声（アトピー改善例）
3年前から体全体がかゆくなり、肩、ひじ、手、膝の裏、背中に赤い湿疹がひどく、夜もかゆみで何度も目が覚め、傷になり血が出る状態でした。胃腸と腎を温める漢方薬と、肝の気の巡りを良くする作用を改善する漢方薬を出してもらって、2ヵ月後には夜中に目が覚めなくなりました。さらに4ヵ月後には膝の裏と腰以外の湿疹とかゆみがほぼ無くなり、体調自体もすごく良くなりました。
（40代の女性）

春風漢方薬局
豊中市寺内2-2-22　シャトーエデン109
営／月～金9時～19時半　土曜9時～18時
日曜・祝日定休、予約制につき、電話でご予約を
06-6151-2491
春風漢方薬局 で検索



病気の予防・早期発見にもつながる！ 測定無料
血管年齢を測定してみませんか？
血管年齢　動脈弾力度　ドロドロ度
当店では血管年齢などを、簡単に測定ができる機器を用意しております。どなたでも無料で測定できますので、ぜひお気軽にお越しください！
ディコク薬局 江坂店
0120-86-3736
〒564-0052 大阪府吹田市広芝町10-3 サニーストンホテル1階
キヨーレオピンシリーズ取扱店［滋養強壮・虚弱体質］
第2類医薬品

編集後記

ふるさと納税の返礼品の充実を図る市が、北摂でも増えてきました。北摂エリアはどちらかというと市税の減収側になるため、ふるさと納税に関しては当初静観している感がありましたが、今は減収に歯止めをかけるため、いろいろ工夫されています。ちなみに府内で増収のトップは泉佐野市で、減収のワーストは大阪市ですね。（コサオ）

もうすぐパリオリンピックですね。スポーツ観戦が好きで楽しみにしております。1番注目しているのは男子バレー!元バレー部ということもあり、男子バレーの強さに心奪われております。時差が約8時間だそうで、リアルタイムで観れるのか謎ではありますが、色んな種目を観戦したいです。（さいと）

「この人にFOCUS（P.19）」では世界一のピザ職人、美延智彦さんを取材しました。この1ページでは書ききれないほどのストーリーがあり、まさに波瀾万丈の人生。大変な時期のエピソードでも楽しそうに話していただき、取材時間を忘れてしまうほどでした。お近くに行った際はぜひ、NINOへ!（もりお）

健康な暮らしを送ろう

カラダの調子を整える

長く健康な暮らしを送るために、体の不調の改善やメンテナンスが専門のプロをご紹介します。

筋肉疲労、肩こり、むくみ、スポーツ障害後のケア

スポーツ向けアロマケア×整体で いつまでも動けるカラダへ

趣味の運動を長く続けたい方、仕事・家事・育児と日々頑張る方におすすめの同店。プロスポーツの現場で培われたアスリートアロマコンディショニングと、独自のオイルマッサージをかけ合わせ、筋肉の緊張をほぐして蓄積された疲労を回復へ導いてくれる。「女性はつい自分のことを後回しにしがちですが、積み重なった疲労はケガや不調の原因になります」とセラピストの木下さん。精油の香りが自律神経に働きかけ、ストレス解消や良質な睡眠をサポートしてくれる。オープン記念特典があるこの機会にぜひ。

約20種類の精油から好きな香りをブレンド。気付いていなかった疲労まで回復され、心身ともに健康に。

江坂でも!出張 B-Like
木曜・土曜（9時～18時）
場所：吹田市江の木町2-32
フレアコート　江坂303

↑店舗詳細・予約はこちら

Menu |
- 半身（上半身or下半身）45分……6,050円
- デイリーメンテナンス（全身）70分……8,800円
- スペシャルメンテナンス（全身）90分… 10,450円
- 痛み改善コンディショニング 約45分……6,600円

※お得な回数券あり

特　典 |
「シティライフを見た」で　（7月末まで、初回限定）
- 全メニュー30%OFF

ボディメンテナンス B-Like〈ビーライク〉
箕面市稲６丁目
※詳しい住所は
予約時にお伝えします
営／9時～19時（予約制）
月曜水曜午前、金曜午後、火曜定休
小型専用P有り
080-4017-8018

美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

薬食同源

スパイスと漢方の話

文 笹川薬局 笹川悦子

第69回

春、桜の満開に見とれ五月晴れの清々しい風を肌に受けながら次の開花薬草、連翹（レンギョウ）の花の黄色や薄紅色の芍薬等々立ち止まって通勤時間を気にする日々を過ごしました。

サンザシと山査子

サンザシは春の花として庭木や盆栽としても利用されていて、4月から6月にかけて美しい白色五弁花を枝先につけます。

日本での由来は中国から江戸時代（享保年間）に薬用の目的で渡来したものが栽培されたようですが、薬用生薬としての山査子は基原植物サンザシ Crataegus cuneata Siebold et Zuccarini又はオオミサンザシ Crataegus pinnatifida Bunge var. major N.E.Brown (Rosaceae)です。

10月頃、赤色又は黄色の果実（偽果）をつけ、煎じ調剤では乾燥したものを縦切や横切したものが生薬「山査子」です。主な成分としてはフラボノイドのケルセチン、トリテルペノイドのウルソール酸、オレアール酸、生産配糖体のアミグダリンなどです。日本でエキス化されている代表的な漢方処方は加味平胃散と啓脾湯の2処方で、健胃消化薬の効果を期待して配剤されています。特に加味平胃散は蒼朮（ソウジュツ）、厚朴、陳皮、生姜、大棗、甘草、神麹、麦芽、と山査子の九味からなり、体力が中程度の方で、これから暑くなる季節に向かって冷たい飲み物の取り過ぎや食べ過ぎで胃もたれや食欲不振、消化不良、腹部の膨満感などの症状がある場合に使用されることがあります。

梅雨になり、体調を壊しやすい時期にはいりました。続く次の季節に入る前、夏越しの茅の輪くぐりで無病息災を願って夏を越し、元気に秋の実りの季節に向かいましょう。

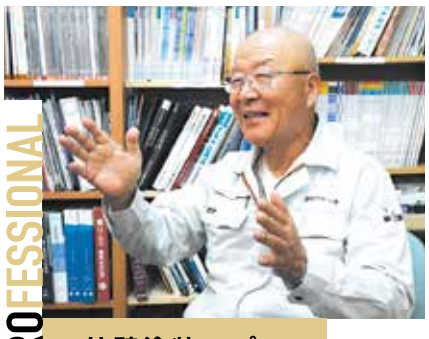
【サンザシ（Crataegus cuneata Siebold et Zuccarini）】

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

自分で解決できない悩みや困り事はありませんか。そんな時に頼もしい、生活を豊かにしてくれるプロをご紹介します。



PROFESSIONAL 外壁塗装のプロ

代表取締役　原元 進さん
「ご縁のあったお客様とは一生涯のお付き合いをモットーに丁寧な仕事をお約束します」

特典 「シティライフを見た」で 6帖洋室1室の壁**クロス張り替え無料!**（外壁塗装された方、7月末まで）

1つでも当てはまるなら外壁診断を

- □前に塗り替えしてから8年以上経過している
- □塗り替え時期、建物の状況を知りたい
- □お値打ちに済ませる方法を提案してほしい
- □他社で見積もりしたが、妥当かどうか知りたい
- □「今すぐしたほうが良い」と言われたが本当?

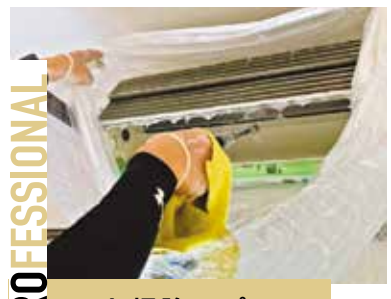
今なら足場代半額キャンペーン実施中 この機会に外壁を見直そう

自社社員の施工なので、どこのお宅に対しても高い品質で施工。安心の3回塗りで、必要に応じてバイオ洗浄や高圧洗浄でカビや苔を根こそぎ排除する。外壁のトラブルは塗装して大体１～2年後にわかるのが怖いところ。同社なら地域密着で10年保証もしているので安心。それでいて、職人直請や材料直接仕入れなので低価格での施工を実現している。

プロ目線での気をつけるべきことを聞くと「なるほど!」と納得。「実は」なことを取材した記事は右記QRコードからチェック→

無金利ローン実施中
※１００万円、36回払いまで

進和リフォーム株式会社
〈シンワリフォーム〉
吹田市南吹田5-2-5
営／9時～19時　日曜定休
0120-46-7760
mail:info@shinwa-reform.co.jp
街の外壁塗装やさん 吹田店 で検索



PROFESSIONAL お掃除のプロ

「目線を下げ、角度を変え、光を反射させ汚れに気づくようにしています」と話す鷲谷さん。

QRコードからお絵かきムービーを視聴して、お気軽に問い合わせを。

おそうじ本舗 豊中本町店
豊中市本町3-6-5
営／8時～20時
定休日なし
0120-69-9029

圧倒的キレイにこだわるおそうじ本舗 業界初のクリーニング技術でスッキリ

この季節は一年で最もカビ菌が繁殖しやすい時期。特にエアコン内部のカビ菌は知らないうちに繁殖し、空気中に浮遊してしまうので、早めの対策が必須!おそうじ本舗のエアコンクリーニングは、業界初の「ウルトラファインバブル高圧洗浄機」と「完全分解洗浄※1」で徹底的に洗浄してくれると評判だ。オーナーの鷲谷さんは、2022年おそうじ本舗全国大会で特別賞受賞とその技術は折り紙付き。リピーターが多く、一般家庭はもちろん、豊中市内の小中学校や飲食店、お寺や病院など依頼は多岐に渡る。

Menu
- ●ノーマルエアコンクリーニング …… 12,100円
- ●お掃除機能付きエアコンクリーニング …… 20,900円
- ●室外機クリーニング …… 5,500円
- ●防カビチタンコーティング …… 3,300円
- ●完全分解洗浄※1 …… 8,800円

※１対応できない場合あり

特典 「シティライフを見た」で エアコンクリーニング2台以上のご依頼で　（豊中本町店限定）
- ●ノーマルエアコンクリーニング ……12,100円→**11,000円**
- ●お掃除機能付きエアコンクリーニング…20,900円→**19,800円**

PROFESSIONAL エアコン掃除のプロ

「一度プロに清掃してもらうと後々のお手入れが格段に楽になります」（大阪店・小見山店長）

全国研修で磨かれた確かな技術

専門の技術研修で磨かれた技術の高さ、対応の良さにリピーターが続出している。最新のエアコンにも対応してくれる。

株式会社アイ・コーポレーション
大阪店
大阪市旭区中宮4-15-22
営／9時～18時
不定休
06-4981-7924
HPはこちら

エアコン本格始動前に手入れを 綺麗な空気で夏本番を迎えよう

今年も暑い夏が到来!「久しぶりにエアコンを稼働させるとイヤな匂いがした」という経験はないだろうか?清掃をしないままエアコンを稼働をすると、空気中にカビや埃を散布することになるという。同社は経験豊富なスタッフが最新の道具や工具を使い、エアコンの奥底に溜まった汚れまで一掃してくれる。まだ清掃を済ませていないエアコンがあれば、おトクな読者特典を活用できるこの機会に依頼してみよう!

特典
「シティライフを見た」で
- ●エアコン内部分解洗浄　**7,920円**（2台目以降**6,050円**）
- ●光触媒スーパールミチタン（抗菌コート）…… **2,200円**

＜オプション＞
- ●お掃除機能付き（ユニット分解）　…… 各メニュー＋6,600円
- ●室外機洗浄 …… 各メニュー+1,100円
- ●ドレンパン洗浄 …… 各メニュー+3,300円
- ●エレベーターなし3階以上 ……各メニュー＋550円

（7月15日まで）

PROFESSIONAL エアコン洗浄のプロ

他社にはない手厚い1年保証＆メンテナンス

・１年保証
同社技術担当者の施工が原因と見られる機器の故障は施工完了日より１年間に限り無料保証。
・部品の経年劣化メンテナンス
試運転の際の動作・異音の診断に異常がある場合、メーカーからの部品供給が可能であれば有料で交換。

エアコン洗浄のクリピカライト
（株式会社工事センター大阪支店）
箕面市今宮3-2-24　営／9時～18時　年中無休
072-728-8565
ホームページ

今からでも間に合うエアコン洗浄 おトクなキャンペーン実施中

「暮らしの当たり前に全力」TVCMでおなじみ!エアコン丸洗いのクリピカは全国で50万台の実績!専門の技術を持ったスタッフがエアコンをその日のうちに洗浄し、洗浄後の汚水も持って帰って処分。真夏を迎える前に洗浄を!

取り外したパーツは洗浄槽で洗い流してタンクに集めるので、浴室やベランダを汚さない。

特典
シティライフを見た」で
- ●家庭用壁掛けエアコンクリーニング
通常13,200円→**9,900円**
- ●お掃除機能付壁掛けエアコンクリーニング
通常19,800円→**13,200円**
- ●これからのシーズン旬な「抗菌コート」
通常5,500円→**3,300円**
- ●「しあわせメッセージ」投稿後、抽選で
選べるeギフト 2,000円分をプレゼント!

（7月末まで）

家計の診断&お悩み相談募集

お金のプロ、ファイナンシャルプランナーに相談してみませんか?

シティライフでは、「マネー特集＆マネーセミナー」を実施予定です。そこで、読者の皆さまの家計のお悩みや質問を受付中。「子どもの教育資金を貯めたい」「老後にゆとりある暮らしをするには、貯金がいくら必要?」など、この機会に相談してみては。1ヵ月の家計簿から、ファイナンシャルプランナーがズバリ診断。あなたの暮らしに寄り添ったアドバイスがもらえます。

応募方法
下記QRコードをチェック!

※診断・掲載させていただく場合のみ、編集部より詳細の確認とともにご連絡いたします。
※掲載いただいた方には、Amazonギフトカード（1,000円分）を進呈いたします。
※ファイナンシャルプランナーからの営業などは一切ございません。
※紙面には匿名で掲載させていただきます。
※個人情報は「家計の診断＆お悩み相談募集」に関すること以外の目的で使用することはありません。

CROSS WORD

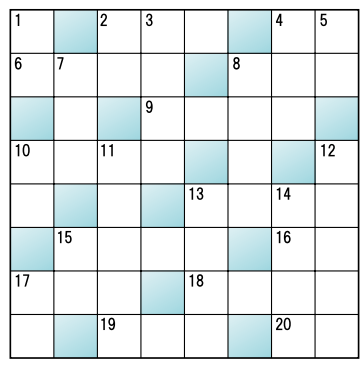
応募方法／はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。（毎月20日〆切）

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

●6月号の答え　レインコート

答えが斜めのクロス

答えが斜めのクロスワードです。解くと斜め一直線に読めるように4文字の磯の生き物の名前が3つ出てきますので、それを答えてください。（作・あさみ順子）



解答

タテのキー
1 アルテミス計画の目的地
2 そのまま保ち続けること。現状○○
3 池などの水を噴き出させる装置
4 図画工作、略して
5 中国の王朝。始皇帝といえば
7 通じないこと。音信○○○
8 とっても丁寧に言うと「おみおつけ」
10 大きくならないうちに消し止めた火事、漢字では小火
11 和風のハンガー
12 ハチ公がいるのは渋谷、都庁があるのは
13 取材記者の原稿をもとに最終的にまとめる人のことを○○○○マンと言う
14 お赤飯にかけるもの。白髪交じりの頭髪
15 「100万○○の夜景」の起源は神戸の六甲山から見た景色
17 ラッシーもスヌーピーもプルートもこれ

ヨコのキー
2 エルガーの行進曲集「○○○堂々」
4 法隆寺の国宝、玉虫の○○
6 身分の高いレディー
8 ⇔既婚
9 金魚はこの中で飼う
10 防ぎ守ること。○○○○省、○○○○大学校
13 元素記号Ar、原子番号18の希ガス元素
15 ⇔敏感
16 本気と書いてこう読ませる漫画も
17 ドルフィン。フォークシンガーも
18 刑務所で働く法務事務官
19 ハリウッド女優からモナコ公妃になったグレース・○○○
20 万の上、兆の下

常連さんに聞きました

▶▶ この悩みならここにお任せ! ◀◀

オススメHAIR SALON

大人女性の髪悩みを改善

頼れる女性スタッフが髪悩みにとことん向き合ってくれる大人女性の為のヘアサロン。加齢や外的ダメージで劣化した毛髪の隙間（キューティクル）を整えて極上の艶と美しい髪色を実現!回数を重ねるごとに内部から髪質改善へと導く。落ち着いた雰囲気の上質空間で艶髪に変身しよう。

白髪・パサつき ダメージ　**年齢を重ねてもキレイな髪でいたいなら絶対おすすめ**

KUCHIKOMI

ドクターカラーを定期的にするようになってパサつきがましになり、ツヤも持続するようになりました!どんな色にするのかも一緒に考えて下さるのでいつも安心してお任せしています。　50代女性

特 典「シティライフを見た」で

- つやつや潤いコース!カット＋髪質改善ドクターカラー …… 12,650円→**10,780円**
- カット＋髪質改善ストレートシルキーエステ …… 16,500円→**15,400円**
- カット＋髪質改善ストレートシルキーエステ ＋髪質改善ドクターカラー …… 24,200円→**22,000円**

さらに上記メニュー予約で**トリートメント無料施術**
※ショートスタイルでカット＋ストレート、パーマなど施術の方上記金額から**1,100円引き**　（7月末まで）

シルキーエステをするとさらにツヤが出る。白髪、くせ毛、ダメージの3大悩みを同時施術で解決!

一緒に働いてくれるスタッフを募集しているそう。詳しくは電話又はインスタDMで。

CLUB HAIR OZ

〈クラブヘアーオズ〉
吹田市五月が丘北14-63 2F
営／9時半～17時　（LO16時）
日曜月曜定休　P2台有り
キャッシュレス決済のみ
06-6310-0006
クラブヘアーオズ 吹田 で検索

北摂唯一の美容育毛サロン 天然薬剤で薄毛・抜け毛改善

薄毛・抜け毛改善のために遠方から来店するゲストも多い美容育毛サロン。生活習慣や市販のシャンプーが原因である現代の薄毛・抜け毛は年齢に関係がないので、早めの対策が大切。一度の施術で「抜け毛やハリの無さが改善された」と話すゲストも。20年以上人気のヘナカラーもオススメ!

薄毛　**30代から気になり始めた薄毛 今は好きな髪形が楽しめる!**

KUCHIKOMI

30代から抜け毛が増え、帽子で隠すようになって、カラーやパーマを避けていました。40歳になりギャザーの美容育毛に通いました。今では帽子も辞めて、好きな髪形を楽しんでいます。　（40代　Iさん）

特 典
「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　18,700円～→**14,960円～**
- 美容育毛コース＋カラー15,950円～→**12,760円～**
- 美容育毛コース＋パーマ16,280円～→**13,024円～**

（全てカット・シャンプー・ブロー代込み）（7月末まで・新規限定）　ホームページ

美容育毛サロン Gather 千里中央店

〈ギャザー〉
豊中市新千里西町3-2-6
新千里西町近隣センター内
営／10時～19時
毎週月曜・第2第3火曜定休
センター内専用P有り
※駐車場代は1時間無料
技術料金1万円以上で2時間無料
06-6155-2021

美容育毛動画

2024年 CityLife主催

文化大学通信

シティライフでは高齢化社会や国際情勢に伴う様々な問題を扱った「生涯学習の広場」として北摂文化大学/堺文化大学を開講しています。政治、経済、社会など多岐にわたるテーマで各界から専門講師を招き、各会場年8回の講座を実施しています。

5/26(日)姜尚中氏講演

【参加者の声】
「穏やかで淡々とした口調ながら秘めた力強さを感じました。『私達は微力ではあるが、無力ではない!』この言葉に希望が見えました」　(60代女性)
「とても最後まで熱意あふれる良い講演でした。参加できて良かったです。」　(80代女性)

6/2(日)戸田奈津子氏講演

【参加者の声】
「謙虚さと努力とチャレンジの大事さを痛感しました。限りある時間を自分が好きなこと、楽しいと思うことに使いたいなと思いました」　(50代女性)
「第一線でご活躍されている姿勢や、その真摯な生き方に、大変感銘を受けました」(60代女性)

6/16(日)池坊専好氏講演

【参加者の声】
「とても有意義でした。普段、華道に親しんでいないので、昔であれば自分が家元の話を直接聞ける機会というのもなかったのだなと思いました。このように様々なジャンルの方のお話を聞けてありがたいです」(40代女性)

詳細・申込みはこちらから

【 2024年度生募集中 】年間8講演 25,000円[税込]
2024年度生、定員まで若干名の空きあり。随時、受講受付しております。
※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。※定員になり次第募集終了となります。

お問合せ／株式会社 シティライフNEW　TEL.06-6338-0640(平日10:00～17:00)

スタッフ大募集

〈種別〉パート・アルバイト
〈作業〉惣菜・鮮魚・ベーカリー
〈時間〉7:00～17:00
（週20時間以内）

パート・アルバイト
時給／1,070円～
パート・大学生は土日1,100円～
まずはお気軽にお電話を。

シェフカワカミ 桜塚店
豊中市南桜塚3丁目6-27　06-6846-8001

子どもの保障が、月掛金1,000円から

家族みんなの基本の保障　コープ共済《たすけあい》

CO・OP《たすけあい》はその名のとおり、組合員同士の助け合いの気持ちが形になった共済です。生協だからこそできる、組合員のくらしにやさしい安心の保障です。

コープ東豊中
豊中市東豊中町4丁目3番13号　06-6848-2561

Food Net Mart

毎日 フードネットマート 安い!

片山町サンゼリア店	吹田市片山町3-32-3	06-6380-6405
蛍池店	豊中市螢池中町2-4-17	06-6843-0589
桜塚店	豊中市中桜塚2-27-8	06-6152-8235
茨木店	茨木市元町8-1	072-665-4567
石橋店	池田市豊島北2-4-6	072-761-7777
高槻店	高槻市大蔵司3-14-4	072-698-4130

From CityLife

CityLifeはココに設置しています

設置場所の情報はwebからご覧いただけます。右記QRコードかホームページからチェックすることができます。CityLife で検索

ブランド品・貴金属・宝石・時計の専門店

高価買取実施中!

ただいま相場高騰中

おかげさまで13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)
休／毎週木曜日、第2・4水曜
06-6330-5011
ボスフル 検索

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。

- 7/27(土) 吉本新喜劇65周年ツアー兵庫公演 ペアご招待券 1組2名
- パソコン用2.0chスピーカー 1名
- マイドリームパズル 1名
- ひらがな・なぞり練習帳（対象：2歳～年少） 1名
- 算数脳を鍛える教材（対象：年中～小学1年生） 1名
- 109シネマズ共通平日招待券（一部店舗を除く） 5名

【提供：吉本興業株式会社】

【提供：エレコム株式会社】

【提供：高英進学教室　おもちゃのお店スマイルキッズ】
https://www.rakuten.co.jp/ukksmilekids/

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP

THE MOON
7月5日(金)公開
(C)2023 CJ ENM Co., Ltd., CJ ENM STUDIOS, BLAAD STUDIOS ALL RIGHTS RESERVED

キングダム　大将軍の帰還
7月12日(金)公開
(C)原泰久/集英社
(C)2024映画「キングダム」製作委員会

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：**7/18(木)**まで
「吉本新喜劇ペアご招待券」のみ**7/10(水)**応募締め切り
当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます

DENTAL CARE

意外と知らない歯の健康知識

歯は一生もの。だからこそ早めのケアを心がけましょう。

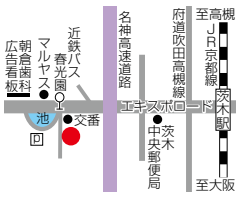
フレイル(虚弱)の予防はお口のチェックから
～入れ歯がおちる、痛い、食べられないと低栄養の原因に～

コンフォートデンチャー
院内ラボラトリー
オーラルフレイル
(口腔機能低下症)

副院長 池川朋孝
スーパーテクニシャン

フレイルとは、加齢により心身が衰えた状態で、生活の質や健康に影響を与えます。体重減少、疲れやすい、歩行速度の低下、握力の低下、身体活動量の低下があるとフレイルと判断します。フレイルの入口は、噛めない、食べられない、飲み込めない等の口腔機能低下から始まり、入れ歯が落ちる、噛めない、痛いといったトラブルは咬合圧、咀嚼力、舌圧等の検査が必要です。放置すると低栄養となり免疫力も低下し、糖尿病、認知症、脳梗塞等の生活習慣病のリスクを高め、要介護の原因となります。又、入れ歯作成は院内ラボの技工士との連携が不可欠でCAD/CAMを用いて効率的に治療ができます。コンフォートデンチャーは、ピタッと吸着し、見た目も自然で咀嚼力も抜群です。しっかり噛める入れ歯は、健康長寿の源となります。

朝倉歯科医院
小児歯科Happy club
ホワイトニングサロンBLANCA
かかりつけ歯科医機能強化型診療所
大阪大学歯学部臨床研修施設
072-625-2001(代表)
茨木市南春日丘1-1-19
朝倉デンタルビル 春日丘交番隣り



0120-468-321
http://asakura-dental.com

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

ロボットを活用した最新の矯正
シェアスマイルデンタルスキャナー

矯正

片岡院長

大阪大学大学院卒/
大阪歯学部招へい教員/
デンマークコペンハーゲン大学歯学部留学

デジタルデータを活用した新しい矯正治療のプロセスである「シュアスマイルデンタルスキャナー」を当院でも導入しました。CT画像と口腔内スキャナーによりデジタル歯列が画面上で再現され、歯根の動きも予測できるようになることで、より確実で安全な矯正が可能です。マウスピース矯正（アライナー矯正）だけでなく、矯正治療で使用するワイヤー（針金）もデジタルラボでロボットが製作する新しいデジタル技術です。来院頻度や回数を減らすことができるため、負担軽減にも繋がります。最終段階のワイヤー（針金）を正確に調整することは、どんなに技術の優れた歯科医師でも難しいといわれていますが、ロボットが治療ワイヤーを歯科医師の指示通りに正確に曲げることができるため、治療の精度は格段にアップします。おすすめできる最新の治療です。

カタオカ歯科医院
豊中市上新田1-28
千里中央パークヒルズK棟203号
診／9時半～12時半
15時半～20時半
土曜日午後13時半～16時半
火曜日午後、日祝休診　P有
06-6834-7778
http://www.miyo-dc.com/

こんな方におすすめ
・より精度の高い治療をしたい
・通院回数・頻度を減らしたい
・治療にかかる期間を知りたい
・治療終了後の歯並びを確認したい
・治療後も安定しやすい歯並びにしたい

直木賞作家・今村翔吾のエッセイ

吾、翔ける

vol.26

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。

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『塞王の楯』（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。

「世界史からの考察」

世界の歴史上、最も版図を広げた国は何処か。分かり易く言い換えるならば、一番大きかった国は何処か。真っ先に思い浮かべるのは、ロシアや中国ではないだろうか。

実は歴史上最も広大な国土を有していたのは大英帝国、つまりは今のイギリスである。大英帝国は世界中に植民地を持っていた。その中に現在のカナダ、オーストラリア、インドが含まれているのが大きいだろう。世界の22・6％、五分の一以上を有していたことになる。

ちなみに日本は何位だろうか。これは二十位。先の戦争の時、大日本帝国の時代である。二十位と聞けばさほどのように思えるが、二十二位が中国の漢王朝、二十三位がローマ帝国、二十六位がオスマン帝国であることを知れば、かなり広大な国土であったことが判るだろう。

大英帝国に続く二位は何処か。これはモンゴル帝国である。世界における国土の比率は17・8％である。しかし、当時の世界における人口比率で考えると、この順位は入れ替わることになる。

大英帝国の国土に住む人口は世界の約20％。それに対してモンゴル帝国は25・6％、実に4人に1人がモンゴル帝国の住人であったことになる。

モンゴル帝国全盛の十三世紀は、大英帝国が栄華を極めた十九世紀とは異なり、電報のような連絡手段、鉄道のような移動手段も存在しない。それを考えれば、よくこれほどまでに広げられたなと舌を巻く。

モンゴル帝国（元）が、日本に攻め寄せて来たことをご存じの方は多いだろう。これがモンゴル帝国において、「最も東での戦い」となった。では、攻め寄せた最西端は何処だったか。何と東ヨーロッパ、現在のポーランドなのである。ユーラシア大陸を横断しているのだ。そう考えると恐ろしく強大な帝国だったと判る。

日本はその圧力を見事に撥ね退けた。他にも撃退した国は無い訳ではない。しかし、侵攻の規模から考えると稀有なこと。しかも二度に亘って、玄関口で撃退したとなる国は皆無と言って良い。

理由は何かと聞けば、「神風が吹いたのでしょう？」と答える方が、今でも最も多いのではないだろうか。だが実際はそうとも言えない。暴風雨に見舞われたことは確かであるものの、その規模や時期についてなど、判っていないこともかなり多いのである。それ以前に鎌倉武士がかなり強かったということも大きい。鎌倉武士が「やあやあ我こそは……」と名乗りを上げているところに、モンゴル軍が矢を浴びせる。よく語られるイメージだが、実際にはかなり組織的な戦い方をしたことも判っている。名乗りを上げた云々は、実は『八幡愚童訓（はちまんぐどうくん）』という史料にしか載っておらず、八幡神の霊験をアピールするために、敢えて武士を頼りなく描いた可能性が高い。

そもそも何故、モンゴル帝国はここまでの拡大しようとしたのか――。その真意に迫りたいと思って書いたのが、『海を破る者』という小説である。興味を持たれたならば手に取って頂けると幸いである。

ところで、歴史上で三位の国土を持ったのはロシア帝国。日本という国は、一位から三位の帝国と戦ったことになる。その点においてもやはり稀有である。

最新刊

「海を破る者」今村翔吾著（文藝春秋）
なぜ、人と人は争わねばならないのか？日本史上最大の危機である元寇に、没落御家人が御家復興のために立つ。かつては源頼朝から「源、北条に次ぐ」と言われた伊予の名門・河野家。しかし、一族の内紛により、いまは見る影もなく没落していた。現在の当主・河野通有も一族の惣領の地位を巡り、伯父と争うことを余儀なくされていた。しかしそんな折、海の向こうから元が侵攻してくるという知らせがもたらされる。いまは一族で骨肉の争いに明け暮れている場合ではない。通有は、ばらばらになった河野家をまとめあげ、元を迎え撃つべく九州に向かうが……。アジア大陸最強の帝国の侵略を退けた立役者・河野通有が対峙する一族相克の葛藤と活躍を描く歴史大河小説。

Back Number
これまでのエッセイはwebにて

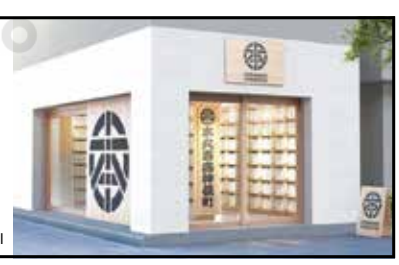
今村翔吾がシェア型書店「ほんまる」（東京・神保町）に新規出店

「自分だけの棚を持ちたいという方が集まる『シェア型書店』について、未だ着目されていない可能性が多く秘められていると感じました。小さな町、大きな町、山間の町、海辺の町、いかなる場所にも溶け込み、多くの方が足を運んで下さる書店。そして、誰にでも愛されるような書店を――。私たち『ほんまる』は、全国に広がってゆく未来を目指し、本の聖地・神保町よりスタート致します（今村翔吾）」

申込はコチラ

営業時間
11時半～19時

［提供］
テナント工房
店舗デザイン SAMURAI



※グルメ掲載店の特典に関してはお食事された方に限ります。

今食べたい 北摂グルメGuide

日替わりアプサラ定食（ランチ1,300円/ディナー1,560円）地元野菜をたっぷり使い、スタッフみんなが持ち回りでメニューの考案から仕込みまで担当。

全席ゆったりとした店内で、心ゆくまで食事やお茶を楽しんで。

LABI千里で人気の地元野菜を使った手作りカフェ

各線千里中央駅からすぐのLABI千里4階にある人気カフェ。落ち着いた雰囲気の広い店内で、地元野菜を使ったヘルシーな手作り料理が楽しめる。キッズスペースと座敷もあり、お子さま連れでも安心できる。ゆったりできるソファもあり、お茶にもピッタリ!ディナーもおすすめ!

素材にこだわった手作りケーキやヘルシーなドリンクも用意。

Menu

- カレー定食……ランチ1,180円／ディナー1,440円
- 気まぐれ定食……ランチ1,060円／ディナー1,320円

※ディナーは食前酢・プチデザート付き。

- キッズプレート……500円～
- ドリンク……460円～

特 典

この記事持参でお食事の方に**ドリンクバーを180円引き!**
（7月末まで、他券併用不可）

野菜とつぶつぶ アプサラカフェ

豊中市新千里東町1-2-20
LABI千里 4F
営／11時~21時
（LO20時）
木曜定休　禁煙
06-6836-5980

バターチキンカレーランチセット（1,500円）。フワフワ食感に驚く自慢のナンは、ランチ時おかわり自由に!

（左）タンドリーチキンセットランチ（1,980円）はトムヤムスープ、ラッシー付。（右）ホテルのようなラグジュアリーな店内は落ち着いた雰囲気。

Menu

- バターチキンカレーランチセット……1,500円
- タンドリーチキンセットランチ…… 1,980円
- タータンナディランチ…… 1,320円
- お子様ランチ(ドリンク・デザート付)…… 740円

※ディナーメニューも充実!詳しくは右記のホームページをチェック!

特 典　「シティライフを見た」で

- ランチセットをご注文の方に**日替わりデザートをサービス!**

（7月末まで、お子様ランチは除く）

5つ星出身シェフが腕を振るう本格アジア・エスニック料理

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

Tartan Nady

〈タータンナディ〉
豊中市向丘3-11-45 1F
営/11時半～15時（LO14時半）
17時半～21時半(LO21時)
定休なし　禁煙　Pあり
06-6852-0950
Instagram@tartannady

ランチと居心地の良さで子連れもお勧め

子連れグループや団体でも周りを気にせずゆっくり過ごせる個室があり、月替わりのパスタやモチモチ生地のピザが好評!7月からはピザのテイクアウトも開始。カウンターでは好みのカップを選んでゆったりとサイフォンコーヒーを味わえる。

Menu

- Aランチ（前菜9種+パスタorピザ）…… 1,650円
- Bランチ（前菜9種+パスタ(ハーフ)+ピザ(ハーフ)）…… 1,850円
- 煮込みハンバーグカレー（前菜3種）…… 1,650円
- テイクアウトピザ …… 1,000円～

特 典　シティライフを見た」でランチ利用の方

- 7月がお誕生月の方**デザートサービス** ※要事前連絡　（7月末まで）

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

（上）ランチのメインは牛ハラミステーキ（写真）・日替わりの魚、ラザニアの中から１品選べる（左下）ランチセットの前菜盛り合わせ（右下）牛ホホ肉赤ワイン煮 2,500円（ディナー時のみ）

NEW OPEN

「旨い」を追求した気軽に通えるフレンチビストロ

今年5月にオープン。約10年、様々なホテルで経験を積んだシェフが営む。おすすめのランチは牛ハラミステーキセット。約100gの牛ハラミにオリジナルの玉ねぎソースがのり、食べ応え抜群。セットの前菜盛り合わせは、マリネにした豚肉にレバーペーストを混ぜ合わせたパテを中心に彩り豊かな仕上がり。ディナーはアラカルトのみで「気軽にフレンチとワイン、ビールを楽しんでほしい」とお酒が進むメニューが揃う。

Menu

- ランチ(前菜・メイン・パン)……2,300円
- バスクチーズケーキ 500円
- グラスワイン（赤・白・スパークリング）…… 750円

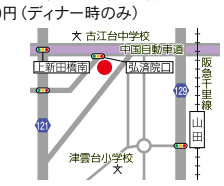
特 典

「シティライフを見た」で

- **お会計金額から100円引き**（7月末まで）

Bonne humeur

〈ボンヌユムール〉
吹田市津雲台7-5-11
営／11時半～14時半（LO.14時）
17時半～22時半（LO.21時半）
日曜定休　Pなし　全席禁煙
06-4400-3873
Instagram@bonne_humeur_3661



毎日直送！

入荷状況により内容が変更となる場合がございます。

クーポン持参でお得に寿司ランチ

女子会、ランチ会、ディナーなどのご利用に

平日限定ランチセット
おまかせ特上握り
本まぐろ、赤えびなど厳選寿司9貫と
贅沢うにいくら手巻、汁物・茶碗蒸し付
クーポン利用で
3,600円▶3,200円

日替わり上ランチ
友禅 - ゆうぜん -
平日限定
1,980円

本まぐろ、ますいくら、かにみそ、サーモン、大赤海老、日替わり旬魚、地魚2種、玉子、味噌汁
グルメネタ10種

華ランチ 1,700円
平日限定
名物漬け丼

名物漬け丼、まいもんねぎとろ包み、まぐろ赤身、やりいか、えび、サーモン、日替わりネタ、玉子、味噌汁

彩ランチ 1,500円
平日限定
茶碗蒸し付き

まぐろ赤身、やりいか、えび、サーモン、日替わり3貫、味噌汁

スペシャルクーポン❶
この記事持参で
2,000円未満のランチ 150円引き
3,000円未満のランチ 200円引き
3,000円以上のランチ 300円引き
※2024年7月末まで
※1会計6名様まで使用可能
※他券併用不可
※吹田グリーンプレイス店のみ

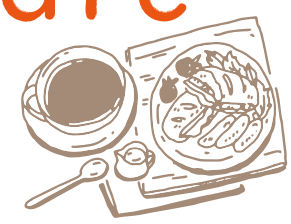
スペシャルクーポン❷
この記事持参で
2,000円未満のランチ 150円引き
3,000円未満のランチ 200円引き
3,000円以上のランチ 300円引き
※2024年8月15日まで
※1会計6名様まで使用可能
※他券併用不可
※吹田グリーンプレイス店のみ

スペシャルクーポン❸
この記事持参で
おまかせ特上握り
3,600円▶3,200円（税込）
※2024年7月末まで
※1グループ1枚ご利用可
※他券併用不可
※吹田グリーンプレイス店のみ

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

千里丘の「ロハスカフェ」が神戸にもオープン!

LOHAS café KOBE



2024.
7.11［木］
NEW OPEN
OPEN 11AM CLOSE 3PM

健康で持続可能な生活スタイルをコンセプトにしているロハスカフェがこの度、神戸にオープンします。吹き抜けの天井とガラス張りの広い店内、海にも近く塩の香りが優しい風に運ばれてきます。そんな自然を感じながらランチを楽しんで下さい。

神戸市中央区脇浜海岸通1-5-2 人と防災未来センター東館1階
アクセス／阪神電鉄 岩屋駅・春日野道駅（東改札口）から徒歩約10分・JR 灘駅（南口）から徒歩約12分
定休日／月曜日（営業時間や休業日に変更がある場合もございます。）TEL.070-1246-0053
只今、カフェスタッフを募集中です!（上記の電話番号までご連絡ください）

しいをんでみた

サンドイッチやハンバーガー、ホットドッグ…。
はさむ具材を変えることで無限に広がる可能性。
今回は”美味しい”を手軽に楽しめる
サンド系グルメをご紹介します。

& aéré Coffee Roasters

旬のフルーツを ふんだんに挟んだ華やかサンド

フルーツサンドはマンゴーやオレンジ、コンポートにしてシナモンの香りをプラスしたパイナップルが主役。食パンは口溶けが良くきめ細かいものを厳選し、使用するフルーツによってカスタードを加えるなど工夫が光る。ローストビーフサンドは牛モモ肉をじっくりオーブンで焼き上げ、ニンニクをアクセントにした赤ワインソースで仕上げ。どちらもオリジナリティ溢れる一品だ。

豊中フルーツサンド（トロピカル）1,430円

ローストビーフサンド 1,530円

眞瀬精肉店

牛カツサンド 1,496円 ※テイクアウトのみ

存在感抜群の 美しいミディアムレアの牛カツ

黒毛和牛の中で特に上質な「神戸ビーフ」などを扱う精肉店が販売。A5ランクの赤身ステーキ肉（写真はランプ肉）を贅沢に使い、火が入り過ぎないように揚げ温度や時間にこだわる。味付けはソースとマスタードのみとシンプルな組み合わせで、噛むたびに溢れる肉汁の旨みを堪能しよう。

蝸牛庵

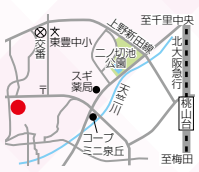
生ハムサンドセット 950円 ※ドリンク（450円）付

生ハムで贅沢に包んだ 名店のサンドイッチ

大阪・北浜で惜しまれつつ閉店したサンドイッチの名店が吹田にオープン。人気の生ハムサンドは辛子マヨネーズを塗った食パンでチェダーチーズ、トマト、きゅうりをサンド。生ハムとチェダーチーズの旨みが口いっぱいに広がり、野菜のシャキシャキ感がアクセントになっている。

蝸牛庵
〈カギュウアン〉
吹田市川岸町15-16
営／11時～17時　月曜定休
全席禁煙
06-6382-2166
Instagram@kagyuan_suita

眞瀬精肉店
〈マセセイニクテン〉
豊中市熊野町4-11-9
営／9時～19時
定休日なし
06-6151-2000
Instagram@mase.seiniku



特典
アプリのクーポン画面提示とお食事系サンドイッチを注文で
自家製フルーツソースのヨーグルトをサービス
（8月末まで）

& aéré Coffee Roasters
〈アンドアエレコーヒーロースターズ〉
豊中市上野東3-18-28
営／8時～20時（LO19時）、
日曜8時～18時（LO17時）
不定休　全席禁煙
070-9037-9007
Instagram@and_aere

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。

美味はさ

ニック&レネイ 箕面店

和牛100%の贅沢パティのバーガーを頬張る幸せ

豊中の人気バーガー店の２号店が昨年オープン。アボカドのクリーミーさと黒毛和牛100％のパティとのバランスが絶妙な「アボカドチーズバーガー」はボリューム満点。濃厚な味わいのチェダーチーズと自家製タルタルソースがアクセントになっている。みずみずしい淡路島産玉ねぎと国産豚肉100％のオリジナルソーセージを豪快にサンドしたホットドッグも楽しもう。

MAZAR DINER

香ばしさが魅力のスマッシュバーガー専門店

一般的なハンバーガーとは一線を画すスマッシュバーガー。本場LAで流行中で、丸く成形したパティを押し潰すようにして焼き上げる。パティの周りがカリカリで肉々しく、食べ応え満点だ。国産牛100％のパティと特注のバンズとのバランスがよく、自家製のBBQソースが相性抜群のハンバーガー。

Hama Hama Hotdog&Beer

シンプルながらもこだわりが詰まった本場の味

カナダで食べたホットドッグに衝撃を受け、その味に近づけるべく研究を重ねてメニュー化。ふわふわ食感のパンの長さとぴったり合う豚肉100％のソーセージを挟むのがポイント。ソーセージは、外側は薄く焼き色をつけてパリッと、中はジューシーな旨みを閉じ込めて焼き上げるのが本場流。

肉の食感にこだわった自家製ミートソースが味の決め手

国産豚肉100％で作ったソーセージに国産全粒粉を使ったパンなど、材料にこだわったホットドッグが人気。一番人気の「Booドッグ」は自家製ミートソースにチリをプラスしてピリ辛に仕上げ、トッピングのチーズやフライドガーリックが光る仕上がりだ。

HOTDOG&BAR Boo

特典
アプリのクーポン画面提示で
アメリカのスナック菓子1袋プレゼント

Hama Hama Hotdog&Beer
〈ハマハマホットドッグアンドバー〉
豊中市本町1-10-1
ボーゼム豊中第一ビル1F104
営／夕方（16時か17時頃）～
日曜定休（祝日の場合は営業の場合あり）
電子たばこのみ喫煙可
090-3335-8080
Instagram@hamahamahotdog

特典
アプリのクーポン画面提示とホットドッグを注文で
ソフトドリンク（400円～）を1杯サービス

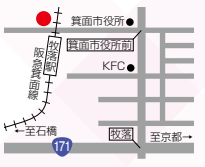
HOTDOG&BAR Boo
〈ホットドッグアンドバー ブー〉
池田市井口堂1-13-6 1F
営／11時半～14時
（LO13時半）
20時～
日曜・木曜定休
電子たばこのみ喫煙可
072-702-1892
Instagram@boo.hotdog

特典
アプリのクーポン画面提示とハンバーガーを注文で
トッピング1種類（150円～、パティ以外）サービス
（7月末まで）

MAZAR DINER
〈マザーダイナー〉
箕面市稲1-5-24
営／11時～17時（LO16時）
18時～22時（LO21時）
月曜定休　全席禁煙
072-736-8851
Instagram@ mazar_diner

特典
アプリのクーポン画面提示とハンバーガーまたはホットドッグを注文で**お会計から100円引き**

ニック＆レネイ 箕面店
箕面市桜1-1-1
ジョイタウン佐久良別館A
営／11時～20時
（LO19時半）
火曜、第3水曜定休
全席禁煙
072-721-3555
Instagram@nickandrenee_minoh



SOCIAL

高齢化で高まるニーズ 北摂地域密着のお墓参り代行サービスを開始

墓参代行株式会社（箕面市瀬川1丁目12番23号）は、お墓が遠くて自分では行けない、身体的な理由でお墓参りが困難になってきた人に向けてお墓参り代行サービスを開始した。「1年に6、7回お墓参りに行っていた母親が高齢になり、徐々に行けなくことをきっかけにお墓参りを代行できればと考えるようになりました」と話すのは代表の主原稔也さん。日本の総人口は減少している中、65歳以上の人口は増加することにより、高齢化率（65歳以上の人口割合）は上昇を続けている。（出典:内閣府　令和5年版高齢社会白書）高齢化が進む現状から、お墓参りに対して同様の悩みを抱える高齢者やその家族が多いのではないかと思い、自身にゆかりのある地元箕面で同社を設立した。

「依頼主の思いを代わりに届ける」ということを大切に、お墓の水洗い、草取りや草刈りなどの清掃を行い、その後お供え物とお花を供え、ロウソクに点火しお線香を焚いてお参りを行う。お参り前とお参り後の写真を含めた報告書によって、現地に行けない依頼主もお墓の様子をしっかりと確認できる。代行のほかにも要望があれば、依頼主と同行し清掃などを行うことも可能だ。1日限定の依頼はもちろん、お彼岸やお盆に合わせて　年間での依頼も受けているので、依頼主がこれまでお参りしていたペースに合わせて選択できる。料金や対応エリア、プラン内容の詳細は、ホームページで確認できる。

「行きたくても行けない」。自身の親との経験から起業した主原稔也さん。問合せや申込みは072-774-9075まで。ホームページはこちら▼

SOCIAL

豊中市と沖縄市 兄弟都市提携50周年を迎える

50周年記念ロゴマーク

豊中市と沖縄市は今年、兄弟都市提携50周年を迎える。両市の交流は、1964年にコザ市（のちの沖縄市）から豊中市の沖縄戦没者の遺族へ、霊石とハイビスカスが届けられたことをきっかけに始まった。翌年にはコザ市職員が日本の行政を学ぶために豊中市を訪れ、研修を行った。その後、豊中市は1974年に沖縄市と兄弟都市提携をし、両市はこれまでに、教育・スポーツ・文化・平和学習などさまざまな分野で友好を深め、市民交流や行政交流が行われてきた。姉妹都市ではなく兄弟都市と名付けられたのは、沖縄の「いちゃりばちょーでー（出会えば皆、兄弟）」という言葉に由来していると言われている。

1974年「兄弟都市宣言」調印の様子

豊中まつりの様子

50周年を契機としてその絆を次の世代へ繋ぐため、今年は兄弟都市宣言に調印した11月3日に記念式典を行うほか、10月の豊中まつりでは沖縄の伝統的な踊り「エイサー」が街を練り歩く「道じゅね～」を10年ぶりに行う予定だ。ほかに、両市ともに音楽のまちを謳っていることから、平和への想いと50年続いた絆を五線譜を活用したハートマークのデザインで表したロゴマークも作成された。多くの分野で交流事業やイベントを行い、兄弟都市提携50周年を盛り上げる予定だ。豊中市の他にも吹田市の国内交流都市には滋賀県 高島市や、箕面市の国際協力都市にはニュージーランド ハット市などがある。

俳句 ／ HAIKU

【つぶやき評】

俳句コーナーの投句者の大方は私ぐらいの年齢です。中には私よりも二十も年上の方もいらっしゃいます。俳句は年齢ではない。そう思っています。いかに俳句らしさから抜け出れるか。自分らしさを目指してください。

【優秀賞】

蒲公英や踏まれしままに咲いている　高槻市　竹久 カズ子

踏まれている蒲公英に出合いました。普通踏まれれば枯れていくものです。ところが逞しく花をつけている。そんな蒲公英から元気を貰ったようにも思います。一瞬の把握が俳句という詩になりました。

【入選】

肥えもせず夏痩せもせず恋もせず　高槻市　黒田　豊子

三つのことをこう並べてみると平凡さが際立ちます。それでも幸せなのです。

かちかちに乾くジーンズ街薄暑　吹田市　秋山　寛

季語がしっかりと決まりました。あのジーンズにはぴったりの季語です。

眠剤の溶ける舌先若葉風　京都市　草夕　感じ

舌先に乗せる睡眠剤。若葉風が憂鬱な気分を吹き飛ばしてくれます。

ハンカチをきれいに折って返す恋　高槻市　葉月庵　郁斗

綺麗な折目が一つの気持ちとなって伝わってゆくでしょう。「恋」が響きます。

板の間に大の字になる暑さかな　豊中市　安藤　知明

暑い時の板の間のひんやり感は、譬えられない良さがあります。大の字も。

【佳作】

約束は九時五分前雪柳　茨木市　塩月　隆

ボクらしき僕の影ある青葉影　大阪市　平川　直子

店の名の掠るる扉緑さす　枚方市　菅井　香永

物すぐに失くすよ花いばら散るよ　岐阜市　ばんかおり

更衣ひろきおでこに打つ卵　和泉市　押見けばげば

5月25日締切りでご投句いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

SELECT

選者
山口 昭男（やまぐち あきお）

1955年 神戸市生まれ。1980年「青」に入会。波多野爽波に師事。2000年「ゆう」入会。田中裕明に師事。編集担当。2010年俳誌「秋草」を創刊し主宰する。毎月発行。句集に『書信』『讀本』『木簡』『礫』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。

山口先生がNHK（Eテレ）の「NHK俳句」に出演されます。
7月28日（日）6:35から放送です。

【 俳句の応募方法 】

氏名・住所・年齢・明記のうえ、ハガキ、封書、FAX、下記の応募フォームのいずれかからご応募ください。

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

［ 応募フォーム ］
https://pro.form-mailer.jp/fms/f413b102177160

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

箕面公園いいね！プロジェクト 〈イベント案内〉

〈 サマーフェスタ箕面公園2024 〉

◎ 箕面大滝・滝道沿いライトアップ

日　時▶ 7月13日（土）～9月1日（日）
日没～21:00
気象警報発令時、
河川増水時は中止

◎ みのおキャンドルロード2024

箕面駅から大滝までの滝道沿いをキャンドルがいろどります

日　時▶ 7月27日（土）
19:00～21:00
雨天中止

自然観察会

「夏の朝　早起き生きもの観察」

参加者募集

早起きして朝の森をめぐりながら生きものを観察してみよう

対　象▶ 未就学児～小学生と保護者
日　時▶ 7月28日（日）　6:30～8:30
少雨決行
集　合▶ 阪急箕面駅前
定　員▶ 20名（要事前申込み・先着順）
参加費▶ 100円／ひとり

（山道を歩きます。歩きやすい靴・服装でご参加ください
※ベビーカーの使用はできません）

申込み▶ 電話072-721-3014（箕面公園管理事務所　9:00-17:30）

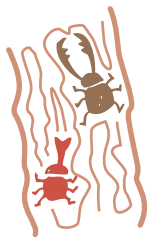
昆虫館

企画展

「39万種、驚異の多様性－甲虫－」

おなじみのカブトやクワガタ以外にも多種多様な「甲虫」をテーマとした企画展。形や模様、角や顎など注目してみよう。

会　期▶ 2024年5月15日（水）～9月9日（月）
館内企画展示コーナー
休館日▶ 火曜日（7月16日～8月末は全日開館）
入館料▶ 高校生以上280円　中学生以下：無料
障害者手帳の提示で本人と介助者1名：無料
※お子様には保護者（大人の方）の同伴が必要です



Area News Topics

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

高槻をぶどうの産地に『パープルMプロジェクト』が始動

ノウタス株式会社 取締役会長の髙橋明久さん。「暮らしに農を足す。自分のスキルを農家のために生かすことができます。畑に立つことだけが農業じゃない。様々な形で農業に関わる人を増やすことが当社の目標です。」

パープルMプロジェクトのひとつとして、長野県で作られたクイーンルージュ®という品種（写真右）。親品種はシャインマスカットなので、皮ごと食べられる。

コロナ禍のリモートワークをきっかけに「農」が身近な存在に

高槻の樫田地区で新たにぶどうの生産が始まった。仕掛け人はアグリテインメント事業を推進するノウタス株式会社の髙橋明久さん。「もともとはコンサルティング会社に勤務していたのですが、妻の実家が山梨のフルーツ農家で、いずれは継いでほしいと言われていました。ちょうどその頃、コロナ禍になり、社内全体がリモートワークになったのをきっかけに、山梨で農作業をやりながら会社の仕事もやってみたんです」。

実際に取り組んでみると、1日がすごく充実したものに感じたと言う。「日が昇りきると暑くて作業できないので、朝早くから始めて8時とか9時までには出荷してそれでいったん終わり。その後はいつもどおり会社の仕事ができる。両方ともなにかを削るわけではなく、農業ってできるんだな、と思ったのが最初のきっかけです」。この体験談は同じ会社のメンバーにも共感が得られ、実家が農家や畜産農家で、といった話も出てきて、ノウタスを立ち上げることになった。

オンライン果物狩り、育種などの『パープルMプロジェクト』

コンサルティングで、異業種への参入支援を多数経験していた髙橋さんは、就農する以外にも農家を支援できる方法はあるのではないかと考えた。

そこで、農家向けお天気情報アプリの開発や観光農園の業務効率化、ワーケーション＋農業、副業兼業で農家を支援する『ノウタスフリーランス』などをスタート。

ほかにもオンラインぶどう狩り、ぶどうの粒売り、あと値決め販売、育種、シンガポールへの輸出、ぶどうビールの開発など、ぶどうに関する様々な取り組みを行う『パープルMプロジェクト』を進めてきた。

パープルMプロジェクトの第2弾商品であるビール「パープルMエール」。

以前にあったぶどう栽培の歴史 高槻で新品種誕生の夢を

そんななか、ラジオ番組の共演をきっかけに交流が始まった、高槻市出身のアイドルタレント村上信五さんを、2023年4月から事業開発メンバー（非常勤）に迎え、パープルM事業のプロジェクトリーダーに据えて、ともに活動をしてきた。

「実は私も高槻出身。そんなことから、このプロジェクトを立ち上げた時に、いつかは高槻でやれたらいいよねと言っていたんです」。そこで実際に高槻でぶどうを作れるのかを問い合わせてみたところ、実は10年ほど前にJAたかつきが樫田地区をぶどうの産地にしようというプロジェクトを立ち上げ、パイロット農園という形で実施していたことを知る。しかし2018年9月の台風21号で、ぶどう畑も甚大な被害を受けたことから、そのタイミングで離農する人も増え、耕作放棄地になっていた。

そこで、高槻市に協力を仰ぎ、JAたかつきを通して地元の自治会や農家の方々に向けた説明会などを重ね、理解を得た上で6月に農園びらきを行った。

樫田地区にあるぶどう農園。古い木を抜いて、土壌づくりから始める予定だが、生き残っている木もあるという。

「子会社である『ノウタス高槻農園株式会社』を立ち上げ、ぶどう栽培の知識があるスタッフを採用しました。パープルMプロジェクトは、もともと長野で現役ぶどう農家のメンバーからスタートしたので、長野からオンラインで技術指導も行います」と髙橋さん。

生き残っている木もあり、少量ながら今年から収穫できるという。3年後の本格的な収穫を目指し、これから活動がはじまる。「軌道に乗ってきたら、栽培体験など、地域の皆さんとのイベントも企画していきたいと考えています。そして海外に日本のぶどうの素晴らしさを広めていきたいと思っています」。

SOCIAL

STOP！！特殊詐欺 NATSが金融庁に要望書を提出

5月23日、NATS（西宮市、尼崎市、豊中市、吹田市）は、金融庁に対し「ATM利用に係る年齢や、1日の出金・振込額の制限などの基準を厳格化し、広く公表すること」と、「特殊詐欺被害防止対策に関する自治体の取組への積極的な協力を行うこと」を記載した要望書を提出した。特殊詐欺はATMの利用を特徴としていることから、ATMの利用制限に関する全国的な展開が必要とし、改めて対策の強化を求めた格好だ。

この4市を代表して後藤市長が金融庁を訪問、同庁監督局長に対して要望書を手渡し、同局長も「特殊詐欺を許さない気持ちは同じ」と応えた。

SOCIAL

豊中ローズ球場の改修費用を募集 クラウドファンディング実施

豊中市は、豊島公園野球場（豊中ローズ球場：曽根南町1-4-2）の改修工事に充てるため、クラウドファンディングを実施。10月31日まで寄付を募る。

昭和43年（1968年）にオープンした球場は、豊中市の市花であるバラにちなんで「豊中ローズ球場」を愛称とし、現在でも高校野球選手権の大阪大会にも使用されている。目標寄付額は500万円とし、「土や芝を新しく」「ナイター照明とスコアボードのLED化」「ダグアウトと観客席の新調」などの改修のほか、高校野球発祥の地として豊中市の魅力を発信する展示室の新設に充てるとしている。

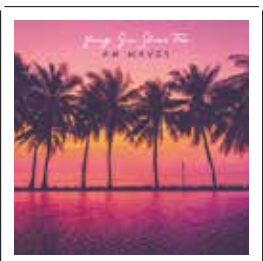
FM COCOLO × CITYLIFE ／ 音楽のCOCOLO Vol.58

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

この夏の清涼剤。大人のための現代版AORアルバム



ALBUM
AMウェイヴズ

ARTIST
ヤング・ガン・シルヴァー・フォックス

品番：PTR-CD33／発売元：P-VINE

昨年に引き続き2024年の夏も猛暑予想。うだるような暑さの中、気持ちをちょっぴり涼やかに、爽やかにしてくれる音楽は一服の清涼剤。70年代～80年代のアメリカ・ウェストコーストの潮風、暖かくもカラッとした陽射しを感じるこのアルバムは、まさに猛暑の中でこそ威力を発揮します。メインボーカルをとっているアンディ・プラッツの少し鼻にかかった歌声は、AORの常套手段であるダブル（同じ歌のメロディをふたつ重ねること）を多用することで爽やかさが生まれ、美しくもメロウでやや切なさを感じる旋律は涼やかさを生み出しています。しかしながらアンディ・プラッツはイギリス出身。ド直球のAORはウェストコースト・ミュージックへのリスペクトに溢れ、昔ながらのAORファンにも必ずと言っていいほど響くアルバムだと確信します。まるでメンソール成分が入っているかのような1枚をこの夏のお供にどうぞ。

ヤング・ガン・シルヴァー・フォックス　／イギリス出身のモダンソウル・バンド“ママズ・ガン”でヴォーカルを務めるアンディー・プラッツと、ロサンゼルスを拠点に活動するマルチミュージシャンのショーン・リーによるプロジェクト。AORのほか、ブルーアイドソウル、シティポップ・ファンなどの間で話題を呼ぶ。

SELECT DJ

光永 亮太
MITSUNAGA RYOTA

東京都出身、幼少期はシカゴで育つ。ラジオDJ、シンガーソングライター、作詞作曲家。アーティストとして2002年4月「Changes」でインディーズデビュー。各地FM局や出演したイベント等で高い評価を得る。2003年「Always」でメジャーデビュー。日本ゴールドディスク大賞「ニューアーティスト・オブ・ザ・イヤー」を獲得するなどアーティストとして活躍。現在は、ラジオDJとの2刀流で活動中。スポーツも堪能で学生時代に陸上、サッカー、現在はサーフィン、ゴルフを趣味として楽しんでいる。
※現在の担当番組「FRIDAY NIGHT JUNCTIO」（金）18:00～20:00、「MOVE ON SATURDAY」（土）10:00～14:00

発行/株式会社シティライフNEW　TEL06-6338-0640　〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23　シティライフは再生紙を使用し、植物性インキで印刷しています。
●発行部数15万部　●本紙にはPR情報記事が含まれています。　●無料で各戸に配布しています。必要のない方は、お手数ですがご一報ください。

新NISA・iDeCoなど資産形成セミナー

お金の健康診断で解決！

場所　千里朝日阪急ビル14F
豊中市新千里東町1丁目5番3号

日時
7/13（土）14時-16時
7/18（木）10時-12時
7/21（日）14時-16時
7/27（土）14時-16時

参加無料

新NISA、iDeCoの解説、
お金の貯め方・増やし方、
保険の賢い選び方をはじめ、
教育資金・老後資金のつくり方や
資金運用のノウハウなど、
初心者に分かりやすくお伝えします。

個別面談申込で スタバチケット500円分プレゼント

〈講師〉ユニバーサルライフ株式会社
菅野 啓之
外資系金融機関を経て、ファイナンシャルプランナーに転身。セミナー講師として関西圏を中心に活動。年間約1,000世帯以上のお客様から資産運用・家計相談等お金にまつわる相談を承る。Court of the Table会員。

右記QRコード、
または電話からお気軽に
お申込みください

070-2219-4330

福祉就職イベント2024
～ 北摂エリア ～

福祉のお仕事の魅力発見フェア CHARM

－チャーム－

介護・福祉・保育など19法人が出展し、お仕事の相談ができます！
行政の情報発信・福祉体験のブースも！

このイベントに参加された方は雇用保険求職活動の実績になります。

入場無料　2024.8/3 sat.
12時～15時30分　千里阪急ホテル 2階
《受付開始11時30分～》　《「千里中央駅」下車徒歩約5分》

詳細はこちらから！

履歴書不要 ｜ 無資格・未経験OK
服装自由 ｜ 入退場自由 ｜ キッズスペースあり

3ブース以上回ると クオカード1,000円分を全員にプレゼント

主催：大阪府社会福祉協議会老人施設部会　共催：豊中市
後援：大阪府/大阪福祉人材支援センター/吹田市/池田市/箕面市/豊能町/能勢町　協力：株式会社アイデム/株式会社タイミー
tel.06-6762-9001（老人施設部会担当者）〈受付時間〉平日9時～17時

庭木1本から承ります

経験豊かな庭師 安心の全国展開！

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

お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから
ガーデンエクスプレス
大阪支店　茨木市桑田町4-1　営 9:00～17:00
072-665-8371

シティライフをご覧の方へ
生垣の剪定　長さ1m 高さ2m
通常2,200円を
初回限定 先着10名様 1,100円（税込）

「学研教室のせんせい」
お仕事説明会受付中

あなたのご希望に合わせた働き方をご提案致します！

まずは、説明会へご参加下さい

学研教室での
あたらしい働き方を
ご説明させていただきます。

説明会参加お申込みはこちら

この様な希望をお持ちの方、大歓迎です！
- 教員免許を活かすことができる仕事がしたい
- 講師経験を活かして中学生だけを指導したい
- 英語が得意なので英語だけを指導したい
- 採点アシスタントとして働きたい

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
前日の17時までにご予約下さい。
7月9日［火］10:00～
学研教室大阪北事務局［江坂駅①出口すぐ］
7月12日［金］10:00～
クロスパル高槻 701号室［JR高槻駅すぐ］
7月17日［水］10:00～
Gakkenスクエア 千里中央駅前校［各線千里中央駅すぐ］
7月19日［金］10:00～
「採点アシスタント説明会」吹田SST教室［JR岸辺駅すぐ］
7月22日［月］10:00～
学研教室大阪北事務局［江坂駅①出口すぐ］

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

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

お子さんが小さくて外出しにくい方、日時の都合が合わない方もお気軽にお問合せ下さい。別途個別にご説明いたします。

読む力・考える力――伸びる学力 学研教室 幼児/算数・数学・国語/英語
お申し込みお問合せは フリーコール 0120-889-100（ハヤク ヒャクテン）
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！

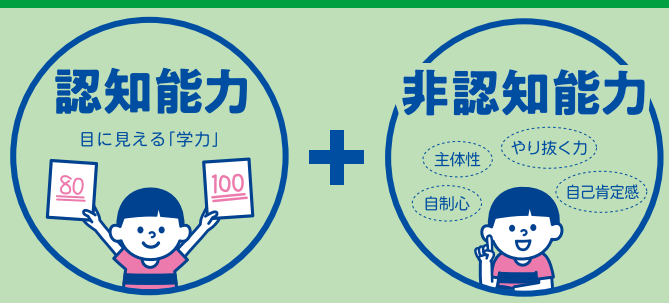
From CityLife

ライター・カメラマン・イラストレーター フリーランススタッフ募集

CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。

［ 応募方法 ］　右記QRコードよりエントリーください。

認知能力＋非認知能力＝生きる力　Gakken



この夏、2つの力を伸ばそう！

お子さまに合うか無料で試そう！　＼幼児歓迎／

夏の無料体験学習

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
内容　学力診断テスト／2回の教室学習と家庭学習

※英語、中学生については教室にお問い合わせください。※幼児のえいごは年長のみです。

夏休みの学習を充実させよう！
予約受付中 **夏の特別教室**
受講料　算数・国語 2教科セット 6,600円（税込み）教材費不要
内容　学力診断テスト／6回の教室学習と家庭学習

6/1～8/16付 入会の方全員対象
入会金0円 キャンペーン実施中！
通常 ~~5,500円~~（税込み）

※夏の無料体験学習と夏の特別教室を、両方お申し込みいただくことはできません。どちらかをお選びください。

無料体験のお申し込み・お問い合わせは、こちらから最寄りの教室へ
学研教室 検索
フリーコール 0120-114-154（イイヨ イコーヨ）
祝休日を除く月～金9:00～17:00