

街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life 9

We are Planet Sailors. since 1986

SEPTEMBER 2024
vol.257

北摂WEST

吹田・豊中
箕面・池田

8月31日発行 無料

ステーキ 肉汁あふれる

美味さがニクイ！

P.2-3掲載

特集 新たな趣味が見つかるプレミアム体験会 P.4-6掲載

Pizzeria e Osteria Codino

ピッツェリア エ オステリア コディーノ

江坂にあるピッツェリアで常連客を中心に人気を集めているのがボリューム満点のTボーンステーキ。意外にペロリと食べることができるそうで、1kgサイズの場合は3~5人でシェアするのがオススメ。シンプルな味付けをした赤身肉は噛みしめるごとに旨みが広がり、ワインと一緒に味わってほしい一品だ。4月に2号店「ピッツェリアカーロ」が緑地公園駅近くにオープンしたので、足を運んでみよう。

I♡
STEAK

Tボーン

ボリューム満点の
大迫カステーキをワインと共に

WOW



Tボーンステーキ
骨つき

1kg 8,910円



吹田市豊津町1-46
エクシード江坂ビル1F
営/11時半~14時15分(LO13時45分)
18時~22時(LO21時半)
不定休 全席禁煙
☎06-6318-6522
Instagram@codino_esaka

焼肉・ステーキ みーとがあでん

創業50余年の老舗焼肉店の人気ランチは約250℃に熱した鉄板の上に生のステーキ肉をのせ、客自身で好みの焼き加減になるように焼き上げるスタイル。やわらかい肉質が特徴のカイノミを使い、野菜やワインで一晩マリネすることでよりジューシーになり、豊かな風味を堪能できる。また山盛りの玉ねぎは甘みの強い淡路島産。加熱するほどに甘みが増すので、ステーキと共に鉄板の上でじっくり焼いて味わおう。

I♡
STEAK

カイノミ

たっぷり玉ねぎと一緒に
濃厚な旨みのステーキを楽しむ



ピフテキランチ

150g 1,749円

※スープ・ライス・漬物付き

特典

「シティライフを見た」で
手造りハムオードブル
(605円)をサービス
※1グループ3名以上でご利用可



箕面市小野原西1-2-23
営/11時~14時半(LO13時50分)、17時~22時(LO21時15分)
日曜昼・月曜定休 全席禁煙
☎072-728-2526
Instagram@meat_garden_onohara

美味さが
ニクイ!

肉汁あふれる
ステーキ

I♡
STEAK

ご馳走の定番・ステーキ。今回は、脂がのったジューシーな部位から、食べ応え抜群の部位まで、様々なステーキをご紹介します。友人や家族、大切な人と、ランチやディナーに出かけませんか。

OH!

街の肉バル Buff

バフ

I♡
STEAK

リブローズ

炭火焼きならではの
香ばしさとジューシーさを堪能



Buffステーキ

1g 11円
※100g～、50g単位でオーダー
※写真は約150g

赤身とサシがバランスよく入った国産リブローズを使用。肉の状態を見極めながら炭火で焼き上げたステーキの表面はパリッと香ばしく、中はジューシーな味わいだ。仕上げに桜チップでスモークをすることでスモーキーな香りをプラス。ミネラル豊富なピンク岩塩をつけて食べると、牛肉の旨みをより一層感じることができる。

特典 「シティライフを見た」で
グラスたっぷりワイン(赤・白)429円を
110円でサービス※1杯限り

吹田市江坂町1-22-10
営/17時半～24時(LO)、土日15時～24時(LO)
定休日なし 全席禁煙
☎06-6155-5529
Instagram@buff_osaka



Steak&Hamburger Garage

豊中本店 ステーキアンドハンバーガー ガレージ

I♡
STEAK

シャトーブリアン

黒毛和牛の中でも
最上ランクの部位を使用



和牛
シャトーブリアン
(2～3人前)
150g 6,980円

A4ランク以上の黒毛和牛の中でも最上ランクに位置される「シャトーブリアン」と「ヘレ」から選び抜いたものを使用。シャトーブリアンは箸でも切れるほどのやわらかい肉質で、甘さを感じる脂が口の中で広がる。そんなステーキと相性抜群なのが、バラエティ豊かな味わいの付け合わせ。季節のグリル野菜やガーリックライスなどがあり、旨みのあるステーキと一緒に食べるのがおすすめ。

特典 「シティライフを見た」で
ワンドリンクサービスとオリジナルラスクプレゼント
(9月末まで)

豊中市玉井町1-9-19
営/11時半～14時(LO13時半)
18時～23時(LO22時半)
不定休 喫煙可
☎090-5665-8989
Instagram@garage_toyonaka



GOOD

シェフ自慢の創作料理

Dining IKINA ダイニング イキナ

I♡
STEAK

ハネシタ

希少部位を使った
色鮮やかな一皿



黒毛和牛
ハネシタのステーキ
北海道知床山わさび
と岩塩添え 2,980円
※ディナー限定メニュー

美しいサシと柔らかい食感が楽しめる希少部位「ハネシタ」を贅沢に使った人気メニュー。辛みの強い北海道産の山わさびをまろやかな醤油で和えた特製わさびと、甘みのある岩塩をつけながら、好みの食べ方で味わう。ガラムマサラやワインビネガーで風味付けをしたクスクス(パスタの一種)や季節野菜が盛り付けられた一皿は多くの人を魅了する仕上がりとなっている。

特典 「シティライフを見た」とディナー利用で
ウーロン茶・ビール・チューハイ・ハイボールの
いずれかを**1杯サービス**(9月末まで)

豊中市西緑丘3-13-1 シンミ西緑丘ビルB1
営/11時半～14時(菜色兼美コースLO12時半、
ドレス・ド・オムライスセットLO13時)、
17時～22時(フードLO21時、ドリンクLO21時半)
月曜・火曜定休(祝日の場合は翌平日が休み)
禁煙(テラス席に喫煙スペースあり)
☎06-6845-1213
Instagram@dining_ikina



Dining PLUS 358

ダイニングプラス
358

I♡
STEAK

ランプ

赤身肉の繊細な風味を
特製ソースで味わう



宮崎牛 黒毛和牛
ランプステーキ
140g 3,608円
※サラダ・ご飯・しじみ汁
がセット

入荷状況によって産地などは異なるが、A4ランク以上の黒毛和牛のステーキがリーズナブルに食べられる。噛むほどに旨みが広がるランプステーキは、玉ねぎなどをベースに作った自家製の和風ソースで味わう。数に限りがあるので、事前に電話予約がオススメだ。低音調理でじっくり火を通した黒毛和牛の赤身肉を使ったローストビーフも食べてみて。

特典 「シティライフを見た」と店内飲食で
ソフトドリンク・ハイボール・プレーンサワーの
いずれかを**1杯サービス**(9月末まで)

箕面市桜井2-5-4
営/11時半～14時半(LO14時)、17時～21時(LO20時半)
水曜・第3火曜定休 全席禁煙
☎072-736-8345
Instagram@dining_plus_358



新たな 趣味が見つかる プレミアム体験会

スポーツクラブや音楽教室など…趣味や習い事をはじめたいけど、なかなかきっかけがない読者の方も多いのではないのでしょうか。
この機会に体験会に参加して、自分に合う習い事を探してみませんか。

着付け

【典雅きもの学院】 着付け教室無料体験

2



日時 随時開催 料金 無料

場所 【吹田校】
吹田市昭和町13-5 まるやまビル1F
【千里山分校】
吹田市千里山霧が丘22-1
千里山コミュニティセンター3F

申込方法 電話(06-6155-8162)から申込を。



【講師からのひとこと】

訪問着や七五三に向けた着付けなど、目的に合わせて着付けをお教えます。お家に眠っている着物、着てみませんか?初心者の方も安心して手ぶらでお越しください。
講師 木村 恵子先生

スポーツ
ジム

【HOS南千里スポーツクラブ】 1dayトライアル体験

1



日時 9月1日(日)~9月30日(月)
料金 特別価格 1,000円
場所 吹田市千里山西6-56-1 5F・6F
申込方法 前日までに電話(06-6310-8755)で予約を。
※施設利用が初めての方に限る
※「シティライフを見た」と伝える



【講師からのひとこと】

理想の身体づくりをサポートさせていただきます。
まずはお気軽に体験ください。
トレーナー 橋本さん

乗馬

【服部緑地乗馬センター】 50歳以上の方限定「健康乗馬コース」

4



日時 10月7日(月)まで
料金 無料(50歳から) / 予約先着50名様
※別途、馬具レンタル料・保険料として1,860円(税込)要
場所 豊中市服部緑地1-5
申込方法 電話・QRにて受付



【講師からのひとこと】

馬と触れ合いながら、乗り方から小走りまで体験できます。馬が合図に応じてくれると、皆さん笑顔になられますよ。
インストラクター 中塚 友乃さん

パーソナル
トレーニング

【WAHHA fitness ワハハフィットネス】 パーソナルトレーニング体験レッスン

3



日時 月・木・土 6時~19時のうち50分程度
※要予約
料金 5,500円→3,000円
場所 豊中市東寺内町5-11
スペイシャス緑地公園1B
申込方法 電話(090-2706-4128)
またはQRコードから



【講師からのひとこと】

年齢に関わらず、誰でも取り組めるトレーニングを体験していただけます。腰痛など身体に痛みがある方も、安心してお越しください。
トレーナー 中村 友也さん

パーソナル
トレーニング

【Elfin Terrace エルフィンテラス】 パーソナルトレーニング体験

6



日時 9月末まで随時
料金 3,000円~
場所 箕面市小野原西4-10-40
持ち物 タオル・着替え・上履き
申込方法 申込は公式LINEから



【講師からのひとこと】

女性専用パーソナルジムで完全マンツーマンのトレーニングを体験していただけます。食べる楽しさ、運動する楽しさを知って一緒にキレイになりましょう!
トレーナー 土井 ひかるさん

パーソナル
トレーニング

【SBCパーソナルトレーニングジム】 カラダの不安がある方向けトレーニング

5



日時 9月9日(月)~14日(土)
料金 3,300円/1日1名限定
場所 箕面市箕面6-6-47 箕面桜コーポ1F
申込方法 電話(072-723-1097)から申込を。



【講師からのひとこと】

膝痛などは身体の正しい使い方改善できます。リハビリテーション科勤務の経験を活かしたトレーニングで、今より「軽いカラダ」へ導きます!
トレーナー 大田さん

スポーツ
ジム

【女性専用スポーツジム Astage エーステージ】 50歳からのパーソナルトレーニング

8



日時 9月4日(水)・7日(土)・11日(水)・
14日(土)・18日(水)・21日(土)・
25日(水)・28日(土) 各日12時~
料金 500円
場所 豊中市東豊中町5-30-28-301
申込方法 電話(06-6210-6656)または
QRコードから



【講師からのひとこと】

胸や背中のパーソナルトレーニングを体験していただき、巻き肩・猫背などの姿勢改善を行います。
トレーナー かのさん

スポーツ
ジム

【Le-miX レミックス】 カラダ喜ぶ秋うらら・プログラム体験会

7



日時 9月21日(土) (各30分~1時間の
プログラムです ※詳細はHPで確認を)
料金 500円~
場所 Le-miX店舗内
吹田市江坂町5-14-13
申込方法 要予約、LINEからお問合せを



【講師からのひとこと】

小さいお子様から大人まで楽しめるプログラムになっています。イベント初LIVEマシンピラティスや親子ヨガ、ダンス系のプログラムもご用意しております。みなさんと楽しく身体を動かしましょう!無料駐車場も5台ございます。
トレーナー なつさん

秋の入会キャンペーン開催 月会費2ヵ月無料など特典満載

マシン・プール・ゴルフなど、地域最大級の設備が整ったHOS南千里。レッスンプログラムを大幅増設し、脂肪燃焼、ストレス発散、ダンス、ヨガ、格闘技系のプログラムがすべて同店だけで受けられる。さらに、話題のAI姿勢分析システムを導入し、カラダの歪みを可視化。将来どんな姿勢になるかAIが分析し、今やるべき効果的な運動を提案してくれる。入会は今がお得なので、まずは見学&体験へ。

Menu	
●レギュラー	12,100円/全営業時間
●レンタルフリー (レンタルウェア・タオルセット無料・契約ロッカー付帯)	12,100円/月8回
●マイプラン8	9,350円/月8回 他多数

- 特典** 「シティライフを見た」で (9月末まで)
- 事務手数料3,300円…**無料** ●**月会費2ヵ月分無料**
 - パーソナルトレーニング**4回無料** (姿勢測定つき)
 - 水素水サーバー2ヵ月分無料**
 - 見学or体験後、即日入会で**ステンレスボトル&ミニバッグプレゼント**
 - WEB入会予約の方、**3回分のドリンク無料チケットプレゼント**
- ※入会手続き時に入会金5,500円※6ヶ月継続利用を約束の方が対象 ※6ヶ月以内に退会の場合は違約金あり※6ヶ月以内に再入会の方はキャンペーン適用対象外 (9/1 (日)~9/30 (月)まで)



マシン約100台、女性専用エリア完備。汗をかいたら広い風呂で汗も流せてすっきり。

姿勢が変われば人生が変わる

- 運動能力アップ
- 睡眠の質向上
- 身体の痛みや不調予防

※カラダの歪みをAI姿勢分析で可視化

HOS 南千里スポーツクラブ

吹田市千里山西6-56-1 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
 駐車場無料

〒06-6310-8755
<https://www.hos-minamisenri.com/fitness/>

一人ひとりに合わせたレッスンで 初心者安心1回500円の着付け教室

開校から10年以上、多くの着物好きが通ってきた典雅きもの学院。経験豊富な先生が一人ひとりのレベルに合わせて組んでくれる、少人数制のオーダーメイドレッスンが人気を集めている。1回あたり500円で通えるお手ごろさも魅力。七五三や卒入園など目的に合わせてレクチャー、当日の着付け補助もしてくれるそう。着物ライフを楽しむためのお出かけ企画も目白押し。9月に千里山分校もOPENするので、気になる方は体験へ!



流派を問わず着物を楽しむことを目的としている。講師を目指す専門コースもあり。

優しく優しい先生が、できるようにまでしっかり教えてくれるので安心!

HPはこちら

Instagramはこちら

典雅きもの学院
 (テンガキモノガクイン)

【吹田校】
 吹田市昭和町13-5 まるやまビル1F

【千里山分校】
 吹田市千里山霧が丘22-1
 千里山コミュニティセンター3F

営/9時~18時
 祝日定休・その他不定休あり
 ☎06-6155-8162

肩・腰・膝に痛みがあってもOK 理想的なカラダ作りをサポート

京都亀岡で人気のパーソナルジムが緑地公園にオープン!トレーナー・中村友也さんは「身体の痛みが原因で、運動やダイエットを諦めている人こそ活用してください」と話す。一人ひとりのニーズやペースを考え、トレーニングや食事、生活習慣を提案できるのはマンツーマンで行うパーソナルジムならではの。常に連絡をとりメンタル面も丁寧にサポートしてくれるので「あまりしんどくならず運動を続けることができた」との声が多い。まずは体験レッスンに参加して、ジムの雰囲気にも慣れてみよう!



「カウンセリングをしっかり行い、その方の性格やライフスタイルを考慮した無理のないダイエットメニューを作成いたします」(中村トレーナー)

シティライフ主催・生活向上セミナーに登壇!

パーソナルトレーナーの目線から「腰痛予防」のポイントを紹介!年齢に関わらず誰でも取り組める適切な運動方法などを伝えてくれる。

[日時] 9/25 (水) 13時半~14時半
 [場所] 千里朝日阪急ビル14F
 申し込み方法など、詳細はP.8~9をチェック!

WAHAHA fitness
 (ワハハフィットネス)

豊中市東寺内町5-11 スペイシャス緑地公園1B
 営/月木土 6時~19時※完全予約制
 日火水金定休 近隣コインPあり

☎090-2706-4128
 t.nakamura37a@gmail.com

特典

「シティライフを見た」で

- 体験レッスン(1時間) ……5,500円→**3,000円!**
- 入会金…33,000円→**無料!**
- 入会後、プロテイン1ヵ月分を**無料プレゼント!**

(9月末まで)

50歳以上の方はぜひ「健康乗馬コース」 予約先着50名様無料ご招待

「運動は苦手、でも体のために何か始めたい」。乗馬は、そんな方にピッタリ。緑に囲まれ、馬と心を通わせながら無意識にバランスを取ることで、ムリなく自然に体幹が鍛えられる。年齢を気にせず楽しんで、ストレス解消やフィットネス効果も。50歳以上の方限定の「健康乗馬コース」は、マンツーマン指導で乗馬の基礎を体験できる。1組2名様まで。おひとりでの参加も大歓迎!



馬に乗るだけで自然に腹筋・背筋などインナーマッスルが鍛えられ、気になる下半身もスッキリ!夏の暑さでバテ気味、夏太りの方にもおすすめ。秋からは「趣味は乗馬」と言える素敵なライフスタイルを。

服部緑地乗馬センター

豊中市服部緑地1-5
 営/9時~18時
 電話受付/平日9時半~17時
 土日8時半~17時
 火曜定休 要予約
 有料Pあり

☎06-6863-0616
https://luxfb.f.msgs.jp/webapp/form/21574_uxfb_3407/index.do

Menu

50歳以上の方限定「健康乗馬コース」(1組2名様まで)

- 所要時間90分 (騎乗30分+厩舎見学+同クラブシステム説明)
- 体重90kgまでの方 ●70歳まで

特典 「シティライフを見た」とご予約の方、

50歳以上の方限定「健康乗馬コース」
 予約先着50名様 **無料ご招待**
 ※馬具レンタル料・保険料として1,860円(税込)要 [10/7まで・新規の方・1回限り]

[動物取扱業者] 財団法人 服部緑地乗馬協会/事業者名: 服部緑地乗馬センター/所在地: 大阪府豊中市服部緑地1-5/種別: 展示・登録番号: 第595-5号/登録年月日: 2006年11月20日/登録有効期限: 2026年11月19日/取扱責任者: 城戸晶子

健康で痛みのないカラダに 整体×パーソナルトレーニング

膝痛や五十肩など、身体に不調のある方にこそおすすめ!リハビリテーション科に勤めていた大田さんが、医学的観点から指導してくれる貴重なジム。「持病のある方がトレーニングをしても、悪化させる可能性があるので注意しないとイケません」と大田さん。ただ痩せる為だけのトレーニングをするのではなく、正しい筋肉の使い方をマスターすることで痛みのない健康な身体を目指す。運動初心者や50代60代が多く通い、通院を卒業できたという方も。まずは体験会へ!



医療国家資格と米国認定トレーナーの資格を有する大田さん。身体の問題点を把握し、トレーニングを指導してくれるから変化を実感できる。

SBCパーソナルトレーニングジム
 (箕面SBC整骨院併設)

箕面市箕面6-6-47 箕面桜コーポ1F
 営/9時~20時 日・祝定休
 連携駐車場有り

☎072-723-1097

特典

「シティライフを見た」で

- 即日入会で**コース料金10%OFF**
- トレーニング体験 ……**3,300円**

(9月末まで)

女性トレーナーが専属サポート サラダ専門店と提携し健康的な美しさを

小野原で人気の女性専用パーソナルフィットネススタジオ。厳しい筋トレ・食事制限を伴う無理なダイエットではなく、健康的に美しくなることを目指す。サラダ専門店「SYLPHY SALADE」と提携しており、サラダやプロテインスムージーで食事面をサポート。グリーンを敷き詰めた落ち着いたスタジオで理想のボディを手に入れよう!



(上) 女性のボディメイク&心身の健康には、子宮がある骨盤周辺=ヒップを鍛えることが欠かせません!と土井ひかるトレーナー。(左) 経験豊富な女性トレーナーが丁寧にカウンセリング。



大きな鏡で姿勢をチェックしながらトレーニング。

Menu

- ケアプラン (月4回まで) ……37,800円~/月
- 集中プラン (月8回まで) ……69,800円~/月
- パーソナルストレッチ ……5,980円~/月

Elfin Terrace
 (エルフィンテラス)

箕面市小野原西4-10-40 P12台

☎070-1065-8169
 elfin_terrace@icloud.com

From CityLife 地元の情報が満載のWEBサイトCity Life NEWS

情報紙City Lifeが発信する地域に根ざすニュースサイトです。子育て、観光スポット、面白情報など地域のタイムリーな情報をお届けします。



新たな趣味が見つかる プレミアム体験会

P.4からの続き



8 「こんなラク痩せできるなんて」 中高年に人気の女性専用ジム

パーソナルトレーニングやピラティスなどのグループレッスンが人気の女性専用24時間ジム。1回3,850円〜とパーソナルトレーニングがリーズナブルに始められ、慣れてきたらマシン会員になるという方も多く。付けるだけで「腹筋4,000回相当の効果」と言われるEMSが人気で、運動が苦手な方や足腰が弱い方でも効率よく鍛えることができる。30代〜60代と幅広い女性のダイエットを成功へ導く同ジムにまずは体験へ!

その場でウエスト-1.7cmのEMS

付けるだけで「15分で腹筋4,000回相当の効果」といわれる医療用EMS。その場でウエスト-1.7cmダウンした人もいほど効果抜群。



- Menu**
- ①24時間会員コース
 - 入会金...5,500円、登録費...3,300円
 - EMS会員...月額11,000円(EMS+マシン24h利用可)
 - マシン会員 月額8,800円(トレーニングマシン24h利用可)
 - パーソナルトレーニング 8回48,400円〜(お得な回数割引あり)
 - ②スペシャルダイエットプログラムコース
 - 20回(2.5〜3ヵ月)...220,000円

特典 「シティライフを見た」で
①1ヶ月会員コース:入会金5,500円+登録費3,300円 **無料**
②スペシャルダイエットプログラム220,000円→**180,000円**
(9月末まで)

女性専用スポーツジム Astage

(エーステージ)
豊中市東豊中町5-30-28-301
営/24時間
(受付/月〜金9時〜21時、土9時〜18時)
駐車場、駐輪場完備
☎06-6210-6656



7 ピラティス・リズムダンス・ヨガ…… 月7,700円〜充実プログラム通い放題

クチコミで広がり、幅広い年代の女性から人気を集めている同スタジオ。流行のマットピラティス、リズムエクササイズやK-POPなどのダンス、ヨガなど充実のプログラムが用意され、その全てが通い放題メニューに含まれているというから驚き。通う目的に合わせてカリキュラムを提案してくれ、自分に合ったレッスンを選ぶことができる。明るく寄り添ってくれるスタッフさん揃いなので、肩の力を抜いて通えるのも嬉しい。初心者歓迎で「楽しみながら痩せる」を実現するのにぴったりのジムだ。気軽な気持ちでまずは体験へ!



(左)グループレッスンと一緒に身体を動かすうちに自然と仲良くなることも。楽しみながら通っている方が多いそう。
(右)料金をプラスすると受けられるマシンピラティスも大人気!

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あり
☎06-4400-3888
<https://le-mix.com/openingcampign>



特典 「シティライフを見た」で
●初回体験2,200円→**無料**
(※キッズダンス、イベントの時は適用外)
●体験当日に入会すると**入会費無料**
●入会いただいた方 **初月月会費無料**
(9月末まで・要予約・新規の方)



日本の伝統的な民族衣裳である「きもの」。民族衣裳文化普及協会では、その美しさと伝統を次世代に伝えるため、着付けを中心としたきもの文化教室を全国に展開している。幅広い年齢層の方々にもきもの魅力を知ってもらいたいと、10月からは「4回で身につく着付け講座」がスタートする。きもの初心者のための短期集中講座で、プロの講師が基本から丁寧に指導してく

4回で身につくきもの着付け講座 10月開講

大人の楽しみ習い事をはじめよう

何か新しいことを始めたい!という方にオススメしたい大人のための習い事を紹介します。

この秋スタート

大人の楽しみ習い事をはじめよう

継承・発展が目的

きものと和文化的の

気軽を始められるオールinパック付き

二人でも多くの人にきもの楽しさを知ってほしい!という願いから、講座参加者には洗えるきもの、帯など「きもの4点セット」プレゼントの特典つき。そのほ

必要の小物など無料レンタルサービスもあついで、自分のものでなくても気軽に始めることができる。販売や勧誘が目的ではないので、これまで受講をためらっていた人にもうれしい。これを機会に「自分で、きものが着られる技術」を身につけてステキなきものライフを楽しんでみては。

必要な小物など無料レンタルサービスもあついで、自分のものでなくても気軽に始めることができる。販売や勧誘が目的ではないので、これまで受講をためらっていた人にもうれしい。これを機会に「自分で、きものが着られる技術」を身につけてステキなきものライフを楽しんでみては。

特典
オールinパック
【洗えるきもの
長襦袢/半幅帯/草履】
参加者全員にプレゼント!

※写真は一例です。
※柄のコーディネートはお任せください。
※サイズはM/Lからお選びいただけます。

- 4つのポイント**
- 本当に一人で着られるよう講師が4回完結で教えます!(1回120分)
 - きもの・長襦袢・半幅帯・草履つきで**9,800円(税込)!**
 - きもの販売、無理な勧誘なし!
 - 必要な小物は無料レンタルOK!
- ※直接肌に身につける下着のみご用意ください。

10月スタート「4回で身につく着付け講座」

【初回目時】 10/2(水) 11時〜
10/5(木) 11時〜
10/10(土) 18時半〜
10/15(火) 11時〜
10/18(金) 11時〜

左記よりまずは初回をご予約(2回目以降は教室でご相談)

申込はこちら

一般財団法人
民族衣裳文化普及協会
(みんぞくいしよぶんかふきうきょうかい)

[会場] 梅田教室
大阪市北区芝田1-10-10 芝田グランドビル2F
☎0120-029-315
<https://www.wagokoro.com>

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・サクソ・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>
- **日本舞踊 坂東公志郎**
古典舞踊 その他各種振付
阪急十三駅近く ☎090-1677-2120
kimishiro-bando@docomo.ne.jp
- **琴・三絃教室 菊志乃 史**
090-4279-0757 茨木市春日
- **腹式呼吸・発音・発声 歌唱指導**
出張・個人指導 石井072-623-6568
- **オンライン個人授業で英会話力をつけたい方**09039721197・村上
インスタでme_muchabe検索

〒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

EXPO CITY press 「名探偵コナンランド」がらぼーとEXPOCITYにやってくる!
「名探偵コナンランド 全国ツアー2024」を開催!

期間 9/7(土)〜9/29(日)
場所 グリーンサイドエントランス横イベントスペース (GU前)

「名探偵コナンランド 全国ツアー2024」を開催! TVアニメのOPやEDの名場面を使用した「メモリアル缶バッジガチャ」や作中のトリックがテーマの「名探偵コナンランドラリー」、キャラクター撮影会など、大人から子どもまで楽しめる企画が盛り沢山!
ぜひ足をお運びください。

詳しくはwebサイトをチェック!

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

期間限定催事「AVIREX」「リーバイス」

期間 9/6(金)〜9/17(火) ※最終日は18:00まで
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
問合せ先 06-6170-5590 (代表/10:00〜18:00)

PMS、更年期、動悸、不安、不眠、高クレアチニン、緑内障など

どんな治療をしてもよくなる 本物の漢方で体質を改善

初回1時間かけ体質を診て漢方を選び粉薬を調合する。倦怠感、めまい、難聴、慢性蕁麻疹、ニキビなどから免疫疾患、ガン、バセドウ病まで相談は多岐にわたる。検査で異常はないが辛い、心療内科の薬を飲みたくない、以前漢方を飲み効かなかったなどの相談も。悩んでいる方は相談してみてください。

妊活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



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。

【吹田】漢方薬局 柚花香房

吹田市山西3丁目57-20
ピアバレス王子101
営/平日9時~19時
水曜9時~13時 日・祝定休
土曜9時~17時 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



カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

今月のテーマは「アトピー」。春風漢方薬局の西口先生にお話をお伺いしました。

Q アトピーで悩んでいます。どのような治療が有効ですか？

A 正しい食生活と漢方による体質改善で回復に向かいます。

体を冷やす食べ物や生もの、刺激物を控えて和食中心の食生活を心がけてください。



春風漢方薬局 西口先生

薬剤師、国際中医専門員の資格をもつ。自身の疾患の経験から、苦しむ人を助けたいという思いは強い。

アトピーは、もともと持っている体質や生活習慣、環境的因子が重なった時に発症します。「生活習慣」は、悪い食事やストレス、睡眠不足などで、「環境的因子」は家ダニやハウスダスト、黄砂などです。ステロイドでの対症療法も状況に応じて必要ですが、大切なのは根本治療。冷たいもの、生もの、脂っこいものを控えて、和食中心の食事を心がけましょう。今の時期だと旬の野菜を入れた鍋もおすすめです。あとは、体内の余分な熱や水を取り除き、皮膚の外壁の生成を促進させるための「漢方」。重症のアトピーでも改善できないことはありません。どうか、諦めないでください。

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 乱れを正して、体の内側から改善へ

アトピーで悩み、漢方で完治した経験から「漢方で誰かの力になりたい」と、この道を目指した西口先生。国際中医専門員の見地から不妊症や自律神経失調症など幅広い症状で相談可能。生活習慣のアドバイスなど患者の立場に立った親身な治療で改善実績は多数。

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



喜びの声(アトピー改善例)
小学生の頃からアトピーの症状が始め、1年前から再発し、特に首、ひじの内側、手の指、膝の裏が痒くて何回も目が覚めるという状態でした。冷え性、下痢などの症状があり、胃腸を温める漢方薬と、「肝」の機能を改善し気の巡りを良くする漢方薬を服用。1ヵ月後には、夜に目が覚めることも無くなり下痢も改善。2ヵ月後には掻いても傷にならなくなり、3ヵ月後にははは痒みも無くなり皮膚の赤みも無くなりました。(高校生)

訪問サービスを 活用しませんか？

医療・介護保険を利用して
薬剤師の訪問サービスが受けられます

薬剤師がご自宅までお薬をお届けし、服薬支援を行います。

- 他院のお薬、一般薬との飲み合わせをチェック
- お薬を飲みやすくし、提供
- 残薬を確認し、医師と相談して残薬を整理
- 医師と連携をとり治療をサポート

【実施店】千里中央店、LC薬局、上新田店、萱野店、清和台店

薬とは、草を食して楽しくなることに源あり
ともに歩み、ともに育む

笹川薬局

漢方・調剤・医薬品・化粧品

【本店】豊中市新千里東町1丁目3番234号
せんちゅうばる専門店街2F
【営業時間】平日/9:00~20:00、日祝/10:00~19:00

HPは
こちらから

ご質問・ご要望など
お気軽にお尋ねください

TEL.06-6832-2665 (担当:秋山・瀧野)

不妊特集 特別版

－ 将来の妊娠に備える － 社会的卵子凍結保存

女性の社会進出による妊娠・出産時期の高齢化や、キャリアか結婚・妊娠を優先するかといった女性の悩みを背景に広がりを見せる「卵子凍結」について園田院長に話を聞きました。

園田桃代ARTクリニック
院長 園田 桃代さん
生殖医療専門医



「社会的」卵子凍結とは？

不妊治療、生殖補助医療の技術を用いて、未受精卵子(卵子)の凍結保存が可能です。近年、若い頃に質のいい卵子を凍結保存しておき、将来、妊娠を考えた時に凍結しておいた卵子を使って妊娠を目指す「社会的卵子凍結」を選択する方が増えております。昨年から東京都で「卵子凍結」の助成が始まりました。想定を超えた申請があり、2024年度は助成規模を10倍まで拡大し継続されています。大阪府では全国に先駆け、池田市で助成が決定し、これから全国的に広がる可能性があります。

すか？妊娠したいと思えばいつでもできる、そう思っていますか？女性は年齢を重ねると、卵巣機能の低下(卵子数の減少、卵子の質の低下)により妊娠しづらくなることは誰しも避けられない現実です。将来的に子どもを産みたいと思っているけれども、今は仕事も楽しくキャリアを積んでいきたい、まだ理想の結婚相手に巡り合えていないなど、社会で活躍する女性、ライフプランの選択を増やしたい女性にとって、卵子凍結はその道を閉ざさないための選択の一つであるといえます。ただし、卵子凍結は将来の妊娠・出産を約束するものではないこと、また高齢になると母体、赤ちゃんともに合併症などリスクが高くなることも理解しておきましょう。

当院は卵子凍結の他にも、妊娠・出産適齢期を逃さない20代・30代世代の後悔のないライフプランを応援するた

めにプレコンセプションケアにも力を入れています。具体的には子宮筋腫や子宮内膜症がないかの診察や、AMHという卵巣機能をみるホルモンを検査したりなど、将来の妊娠に向けて、自分の子宮、卵巣の状態を把握しておくための外来になります。今までわからな

かった月経に伴う体調の変化の理由などが分かることもあります。また食生活や心理面からもアプローチし生活習慣を改善することも大事です。私は大丈夫？そう思ったあなたのいつかのために、安心して過ごせるようお手伝いさせていただきます。

女性のライフプランを応援するための当院の取り組み

- プレコンセプション外来(プレチェック)
- 管理栄養士による栄養カウンセリング
- 漢方外来
- 公認心理師による心理カウンセリング

※当院HPをご参照ください。

園田桃代ARTクリニック

豊中市新千里東町1-5-3
千里朝日阪急ビル3F
診療時間/【午前】10時~14時
(土曜は15時まで)
【午後】15時~18時半
火・木・土曜日は午前のみ 日祝休診

不妊治療プログラムはコチラ
公式LINE 始めました
Instagram 始めました

当クリニックは、「先進医療※」実施施設です。
※タイムラプス、SEET法、二段階胚移植、子宮内膜検査等

☎06-6155-1511
<http://www.sonoda-art.com>

～女性のライフプラン～
みなさんは、未来の自分の姿を思い描いてみたときに、結婚して子どもがいることをあたりまえのように想像し

シティライフ主催

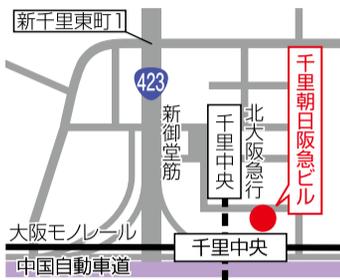
グルメ券付き

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。



9/24(火)・25(水)

10:00～14:30 10:00～14:30

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直結

セミナー参加申し込みはこちら

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場合がございます。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。

申し込みはこちら▲

■お問合せ

プロから学ぶ生活向上セミナー

検索

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、当日受講された方には右記の店舗で使えるグルメ券(500円分)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9/26(木)～10/31(木)まで
- 希望の店舗はセミナー事前予約の際にお選びいただけます
(当日の店舗変更等はでき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、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

パン屋
トラのしっぽ
吹田市江坂町
1-13-46タータンナディ
豊中市向丘
3-11-45 1F野菜とつぶつぶ
アブサラカフェ
(LABI千里中央店)
豊中市新千里東町
1-2-20 LABI 4F

※画像はイメージです

9/24(火)

セミナー室 A

セミナー室 B

1 一日でも早く始めよう!「予想外の事態に備える」お金の話

「新NISAやiDeCoのことをもっとよく知りたい!」「お金をふやす方法も気になるけど、病気や怪我で働けなくなった時も心配…」予期しない状況に備えるため、まずは「お金」のことや「ライフプラン」について考えてみましょう。初心者の方にも分かりやすい内容でお伝えします。

講師 ファイナンシャルプランナー 北野 美也子さん

金融・保険業界で34年の実績。2人の子どもの育て上げた母の顔も持つ。セミナーや個別相談では、選択理論心理学を活用し、20～80代の幅広い悩みに対応。マネープランや資産形成はもちろん、家族間の円滑な相続にも力を入れている。



2 50、60代から考える!後悔しない「終活リノベ術」

耐震や断熱、バリアフリーなど物理的な疑問から、理想の住まいの叶え方まで、戸建てリノベ後の暮らしを豊かにするための家作りのポイントを女性一級建築士がお伝えします。人気の「ワンフロアで暮らしが完結する間取り」の実例も紹介。この機会に家作りに対しての疑問を解消し、理想の住まいについて考えてみませんか?

講師 女子建築設計株式会社 代表取締役 大津 美奈子さん

女性の一級建築士とインテリアコーディネーターで構成された設計事務所「女子建築設計株式会社」を設立。女性目線のアイデアを活かした住まいづくりを手掛ける。



3 老後に向けたやさしいマネーセミナー(新NISAなど)

株価の暴落で新NISAは大丈夫なのか?日用品、食料品等の値上がりが続く、今後の生活が心配な貴方。最新のお金に関する情報を分かりやすくお伝えし、皆さんの不安や疑問を解決します。損をしないように、資産を蓄える為の自分に合った方法をお伝えします。

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。



4 空き家を賢く資産化する!活用術と成功事例

「相続した実家を空き家にしている」そんなケースが増えています。ただ所有しているだけでは何も生み出さない空き家ですが、活用することで収入を生み出す資産へと生まれ変わります。空き家を効果的に資産化する活用術と、実際の成功事例をご紹介します。

講師 株式会社フル・プラス 湯浅 純一さん

不動産一筋30年以上。経験に基づく豊富なエピソードとネットワークの軽さが持ち味。「所有者様に安心と未来設計をお届けする」をモットーに、空き家活用についての提案を行う。



5 お金を上手に働かせて楽しい老後を過ごす3つの方法

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



6 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。



7 40～50代のための資産形成術

40～50代の方々から「貯蓄したいが何をすれば良いのか?」「老後に向けての資産形成はこれで良いのか?」のご相談を頂きます。結論、ご自身のリスク具合によって内容は変わるため、誰もが憧れる夢のような資産形成は難しいかもしれません。まずは「理解して始めたい!」と思っただけのよう、ワクワクするお話しをお聞きください。

講師 ファイナンシャルプランナー 坂本 将規さん

大手住宅メーカー、外資系金融機関を経てFPIに転身。金融の最適化をモットーにシニア世代を中心に完全紹介制のファイナンシャルプランナーとして活動中!



8 巷のノイズに惑わされない正しい新NISAの活用法

昨年までと違って最強の制度になった新NISAですが、ネット界隈では色んな情報が溢れかえっています。各年代による新NISA活用方法の違いやゴール設定の重要性、何をすると失敗するのか?何をすれば失敗しないのか。一般論でなく私の場合は?で考えていきましょう!!

講師 独立系ファイナンシャルアドバイザー 小塩 美和さん

過去に証券業を経験しているFP歴20年のアドバイザー。保険だけではお客様を守れないと、再びIFAの資格を取り、将来を見据えた保険と証券両方のバランスのよいプランニングで同年代方から圧倒的支持を得ている。



9/25 (水)

セミナー室 A

セミナー室 B

10:00
}

11:00

11:10
}

12:10

12:20
}

13:20

13:30
}

14:30

1 リフトアップは貼る時代!デザインテープ講座

かづきれいこ考案のニチバン社製(特許取得済)のリフトアップテープは雑誌やメディアでも話題。医療用から発想を得た0.005mmの超極薄フィルムで透湿性が良くムレにくい!ほうれい線や目の下のたるみなどのお悩みを引き上げて貼るだけで瞬時に解消。講師がレクチャーシートテープをご体験いただけます。この機会にぜひご参加を。



【10:00からの回】

10:00~11:00 定員24名(申込先着順)

【11:10からの回】

11:10~12:10 定員24名(申込先着順)

10:00からの回と11:10からの回は同じ内容となります。続けて同じ方の受講はできません。ご注意ください。

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。



2 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、気軽にマネー相談がしやすいと評判。



3 教育資金から老後まで。まだ間に合う新NISAの話

今年も残り3ヵ月。新NISAをやろうと思ったけど、やっぱりいいや...結局今回も諦めていませんか?大丈夫、まだ間に合います!今年のために教育資金の見直し、豊かなセカンドライフのための老後資金についてなど、この機会に改めて一緒に考えてみませんか。

講師 マニュアル・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。



4 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。



5 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。



6 腰痛の再発・悪化に怯えて、運動を諦めていませんか?

病院の先生から運動をするように言われても、「方法がわからない」「かえって体を痛めてしまった」そんな経験はありませんか?運動を諦めると、腰痛の再発・悪化に繋がります。大切なことは、正確に狙った筋肉を鍛えること!年齢に関わらず、誰でもすぐに取り組める適切な運動方法など、腰痛予防のポイントをお伝えいたします。

講師 WAHAHA fitness トレーナー 中村 友也さん
京都亀岡と緑地公園駅前パーソナルトレーニングジム「WAHAHA fitness」を運営。ボディビル京都のNo.1の実績を持ち、テレビ出演も多い人気トレーナー。



関連記事
P.5を
チェック!!

次回は「マネーセミナー」(10月開催)を
予定しています。
次号(10月号)で掲載します。



北大阪急行
大阪モノレール
「千里中央駅」
徒歩1分



SENRITOよみうりホールのご案内

マルチユースに対応する上質感あふれるホール
質感にこだわった空間をご提供します。

会議・展示会・講演会・発表会
幅広くご利用いただいております

控室
完備!

Wi-Fi完備!

-貸出し備品:机・椅子・マイク・演台・ホワイトボード等-

【仕様】

面積:約100㎡/天井高:約5m/収容人数~130名

お気軽にお問い合わせください。

SENRITOよみうり

お問合せ先/大阪府豊中市新千里東町1-1-3 (SENRITOよみうり管理事務所)
TEL.06-6834-4300 受/9時~18時



http://senrito.jp/

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

弊紙CityLifeで活躍してくれるフリーランスの
スタッフを募集します。地元の魅力を伝えるた
めの情報紙でああなたの力を活かしてください。

- [取材エリア] 大阪北摂エリア(高槻・茨木・摂津・吹田・豊中・箕面)
- [応募資格] 高卒以上20歳~40歳位まで。募集職種の経験が3年以上ある方(編集・ディレクター経験のある方歓迎)
- [募集職種] ライター・カメラマン・動画編集・イラストレーター
- [応募方法] 右記QRコードよりエントリーください。



こんな人を求めています

情報紙CityLife・WEB媒体City Life News
で活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集
します。特に人物取材や長文を的確にまとめる
ことが得意なライターを求めています。ほか、カメラ
マン、イラストレーターも大歓迎。まずは採用
フォームからお申し込みください。
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



幼児期の大切な時間を過ごす

幼稚園選びを 考えてみませんか?

人生の土台となる幼少期には、成長に合わせて身につけたい力がたくさんあります。吹田にある山手幼稚園は、広い園庭、野菜畑、自園調理の温かくておいしい給食などで、子どもたちの健やかな成長を支えています。



この方に
伺いました
岡辻 秀忠先生
山手幼稚園 園長

どうすれば子どもたちの育つ力を引き出してあげられるのか、を常に考えている園長先生。様々なアイデアを実際に形にして実践している。

山手幼稚園だからできる 様々な実体験を通して 学びの芽を育める環境

気づきや工夫ができる
環境づくりに注力

朝から歓声が響く園庭では「水あそび」が行われていた。先生がホースで水を撒くなか、園児たちは土の小山から小川を作ったり、泥団子づくりに夢中になったり、様々な「遊び」の展開を全力で楽しんでいる。「家庭ではこんな遊びは出来ない」と、保護者の方にとっても喜ばれています」と岡辻園長。

また自然に触れ、その変化を間近で感じられるよう、園内には四季折々の草花をはじめ、みかん、レモンやぶどうなどの植物が植えられていて、それらに集まってくるチョウの姿を見ることもできる。「咲いたら時計のよいうなトケイソウなど、めずらしい花もたくさん植えています。花や実は自由に摘んで良いことにしているので、色水遊びをしたり、興味が広がって自ら図鑑で調べる子もいます。様々な実体験を通して気づく・考える・工夫する事

で学ぶ力を養ってほしいと願っています。」
先生との信頼関係でのびのび過ごせる
園児をサポートする保育士の数が多い山手幼稚園。「年中・年長にも担任の先生以外にすぐヘルプとして入れられる先生が居て、常に園児の成長を見守っています」。これはとても貴重なことで、「気になることがあると相談にのって、子どもと全力で向き合ってくれます」と保護者も安心して任せられる。

「昨年度から保育体制を先発組と後発組の2班にして、設定保育の時間を長く取り、音楽・絵画・表現遊びなどの活動にじっくりと集中して取り組めるようにしています。また、観察園(畑)での野菜育てや食育にも力を入れています。いろいろな経験を通して、充実した幼稚園生活を送ってほしいですね」と岡辻園長。ぜひ親子で見学に行って、元氣いっぱい明るい園の雰囲気を感じてみよう。



上)泥んこ遊びは、水や土の感触を裸足で実感しながら、想像力や発想力を育むことができる。右)大型複合遊具は、遊んでいるうちに、体幹能力やバランス感覚が鍛えられていく。



上)運動会で披露するマーチングの練習に集中して取り組む年長児。右)園内にはたくさんの植物があり、花や実を自由に摘むことができる。

山手幼稚園のここが魅力



週5で自園調理の美味しい給食

管理栄養士がバランスのいいメニューを考案。園児が畑で育てた野菜が登場することも。

畑では夏野菜やさつまいもを栽培

観察園(畑)では、きゅうり・なす・トマトなどを育てることで、野菜嫌いを克服する子も。秋には芋掘りをして、焼き芋パーティーを楽しむぞう。



【取材協力】
学校法人 岡辻学園
山手幼稚園
吹田市山手町1-15
☎06-6387-3001
<http://www.okatsuji.ac.jp/yamate/>

見学随時受付中! 詳しくは上記までお問合せを。HPも内容充実。



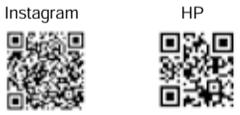
山手幼稚園で遊ぼう! 体験入園会
令和6年9月7日(土)、9月14日(土) 申込はQRから
9時~11時半
アンパンマンもやってくる!
超大型遊具「にじのおしろ」で遊ぼう
【対象】入園前のお子さんと保護者
※雨天実施。荒天時は中止となります。

英会話スクール

自然とネイティブ並みの発音に 確かな成長で保護者満足度99%



月謝制・便利な振替レッスンで無理なく続けられるのも嬉しい。



バスもあって大助かり!
対象年齢:年少~中学生
(一部教室により異なる)
送迎エリア:吹田市、豊中市、箕面市、茨木市の当校指定地域
※対象地域の詳細については、HPを要確認

イングリッシュワールド

【姉妹校】高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
<https://english-w.jp>
英検®、英検® Jr. 受験準備会認定校
●千里中央校
豊中市新千里東町1-1-5
大阪モノレール千里中央ビル6F
受付10時~21時
(火曜 11時半~21時、土曜 10時~18時)
月・日・祝定休
☎06-6833-0507

アクティビティや歌を通して楽しく英会話力を育み、フォニックスや英文法も重視して「聞く・話す・読む・書く」の英語4技能を総合的に伸ばしてくれる同教室。その質の高い英語教育プログラムが認められ、「オックスフォード・クオリティ・プログラム」認定校に選ばれている。「英会話コース」はベビー(1歳半~)から大人まであり、担任制なので講師と生徒のコミュニケーションが密に。学習習熟度確認テストを実施し、成果を出すことも重視。合格実績多数の英検®対策講座も人気!無料体験へ参加してみては。

特典 「シティライフを見た」で(9月末まで)

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

●緑地公園校
豊中市東寺内町5-38
緑地東タハシハイイツ1F
受付11時~20時(土曜10時~18時)
月・日・祝定休
☎06-6338-5554

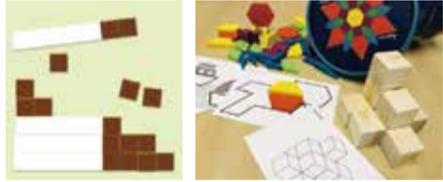
●豊中校
豊中市本町3-1-57 ルミエール豊中4F
受付11時~20時(土曜10時~18時)
月・日・祝定休
☎06-6858-5571

イングリッシュベビー知育 イングリッシュマスマスクール

オールイングリッシュで学ぶ 「数」「量感」「空間認知力」



様々な教材を使って英語+数学(数・量感・空間認知力)を伸ばす



英語 土曜日クラス体験会を開催
(日程) ①9/21(土) (参加費) 2,000円
②9/28(土) 体験会参加後に入会の方は入会金から**2,000円OFF**
(時間) ①2~3歳 / 10時~10時50分
②7、8ヶ月~2歳未満 / 11時~11時50分
③幼児・小学生イングリッシュマスマスクールコース
・幼児 / 13時~13時50分
・小学1~2年生 / 14時~15時
※通常コースは月齢及びレベル分け予定 ▲申込はこちら

高英進学教室
(コウエイシンガクキョウシツ)
吹田市千里万博公園12-1
パークサイドビル202
問/土・日・祝を除く10時~16時
☎06-6875-2366
UKK スマイルキッズ で検索

10月から新たに「イングリッシュマスマスクール」土曜日コースが誕生する高英進学教室。オールイングリッシュで数・量・空間認知力といった数学的要素をふくんだ授業となり、幼児、小学生クラスには、フォニックスや基本英語も含まれている。有名小学校の英語教員が担当するので、先々、学校での英語を得意科目にできる内容で、かつ英語算数の授業後には15分間の国語レッスンもあるので語彙力や文章読解力を身につけることも可能。また、このコースにつながる前の「イングリッシュベビー知育」コースも同時開講のため、0歳から英語を通して知性を伸ばすことができる。

小中学入試対策に実績を残した「算数パズル」と「空間把握能力育成プログラム」を合体させた「パズル道場」など、その他人気カリキュラムもチェックしてみよう。

- Menu**
- イングリッシュベビー知育コース(月2回)
 - イングリッシュマスマスクール 幼児・小学生コース(月3回)
- ※各クラス共に通常コースは60分間
- 特典**
- 「シティライフを見た」と体験会参加後に入会の方、**入会金5,000円OFF**(9月末まで)

From CityLife CityLife 読者モデル募集中

シティライフでは、グルメ・スポーツ・美容・レジャーなど、読者モデルとして実際に体験をしていただける方を募集しています。親子でのご応募も歓迎です。ご応募をお待ちしております!



【応募方法】下記URLかQRコードよりエントリーください。

<https://goo.gl/WE7u31>

※ご依頼の際は編集部より改めてご連絡いたします。



英語学童

上質な英語環境で世界で生きる力を
英語学童2025年度生募集



これからの時代は、英語を話せることは大前提。その上で、自分自身を育てる芯の強さ、挑戦する心、相手を認める姿勢を放課後の時間を使って育ててくれる。



送迎エリア小学校：西丘、東丘、南丘、新田、桜井谷、桜井谷東、少路、野畑

英語でロボットプログラミング

イングリッシュワールド

〔姉妹校〕豊中校、緑地公園校、高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
英検®、英検® Jr. 受験準備会場認定校

豊中市新千里東町1-1-5
大阪モノレール千里中央ビル6F
受付/11時~20時(土曜:10時~18時)
日・祝日定休
☎06-6832-0071
https://english-w-gakudo.jp



英語教育プログラムの取り組みと品質が認められ、イギリスのオックスフォード大学出版局から「オックスフォード・クオリティ・プログラム」認定校に指定されたイングリッシュワールド。その英語学童(千里中央校)が10月から生徒募集をスタートする。対象は小学1年生~6年生。英語を学ぶのではなく、英語で学ぶ貴重な放課後時間では、英検®、英語プログラミング、資格が取得できる日本習字やインド式そろばんなど、多彩なプログラムが揃う。ディスカッションやプレゼンテーションを行う中で非認知能力を高め、世界で活かせる本物のコミュニケーション能力を伸ばしてくれる。小学校までバスで迎えに来てくれ、帰りは自宅まで送迎ありと忙しい保護者も安心だ。サタデーコース(年中~)の申込も受付中。

英語学童説明会開催

10月5日(土)、26日(土)
11月2日(土)、16日(土)、30日(土)
12月7日(土)

詳細、お申し込みはHPへ
※9月1日申込開始、先着順で受付。

申込はこちら

1歳・2歳の
リトルプレスクール

1歳ごろの悩みや不安に寄り添って
解決への糸口を見つける教室



「未来」に繋がる、さまざまな経験をすることができる



個別説明会を実施中!

〔対象〕
リトルプレスクール: 1歳~
プレスクール: 2歳~(年少前学年)
※要事前予約、ご希望の日時を電話または申込フォームよりお知らせください
※今年度生、残席わずか

申込はこちらから!

スマイルキッズ
リトルプレスクール

箕面市船場東1-15-8-201
☎06-6875-2366
UKK スマイルキッズ で検索



特典
「シティライフを見た」と個別説明会参加後に
入会の方、入会金5,000円OFF(9月末まで)

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。

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。

「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年に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。Eatbeeでは、高校生の年間留学が当たり前の選択肢になっています(笠井さん)。海外大学に進学する生徒もいるとか。人生が変わるかもしれない選択!まずは体験レッスンから!

キッズ英会話 Eatbee

吹田市五月が丘東13-13
(たこ焼き「あはや」隣)
☎06-7897-8608



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。

プログラミング教室

年長クラスの鉄道ロボット体験開催
"好き"から才能を伸ばすロボ団



プログラミングで電車ロボットを走らせよう!
特別体験会受付中

9月は年長さんを対象に特別体験会を開催!小学生の体験授業も受付中。詳細は右記QR、又はお問い合わせを。

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_minooenba@edion.co.jp



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。近畿日本鉄道やJAXAとの連携による教材開発のプロジェクト、日本マイクロソフトとのタイピングコンテストなど、ロボ団にしかないチャレンジの場で成長を実感できる。10月から待望の年長クラスを開講!ロボット作りで「第二の脳」と呼ばれる指先の調整能力を育み、「集中力」や「思考力」を伸ばしてくれる。数の概念が自然と身に付いて、しっかりとした理系脳の基礎が築かれる。

ロボットは貸し出ししてくれるので、購入負担がない点も嬉しい。

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
(9/30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)

Kansai Cycle LOHAS

ロハスフェスタの人気店が今年も大集合!

関西 サイクル ロハス

2024

produced by
ロハスフェスタ

9/21(土)・22(日)・23(月) 振替休

[9/21]10:00~17:00 [9/22・23]9:30~17:30 雨天決行

「オシャレに楽しくエコを実践しよう!」とはじまったロハスフェスタがプロデュースする「関西サイクルロハス」を今年も開催いたします!

想いのこもった手作り雑貨、グリーン、フードなど、ココでしか出会えないモノ、コトがたくさんあります。世界が推進する「SDGs」を楽しみながら学べる取り組みもごさいます。みなさんで遊びにきてください!

関西サイクルスポーツセンター

アクセス

お車: 外環状線(R170)で、滝畑方面へ阪和道(岸和田和泉IC)より約20分

公共交通: 南海高野線・近鉄長野線「河内長野駅」よりバスで約25分

TEL.0721-54-3101 https://www.kcsc.or.jp

営/平日・土 10:00~17:00、日祝 9:30~17:30 (季節により変動あり) 大阪府河内長野市天野町1304 火曜定休

[平日]入場無料・[土日祝]入場料半額 クーポン

利用人数	おとな(中学生以上) 通常1000円	[平日] 無料 名様
		[土日祝] 500円 名様
期間限定	子ども 通常700円	[平日] 無料 名様
		[土日祝] 350円 名様

ご来場人数をご記入の上、入場ゲートチケット販売窓口にご提出ください。有効期限:2024年11/30(土)まで

- 1枚につき5名様まで有効
- 他割引との併用はできません
- シニア(65歳以上)は割引対象外です
- 2歳以下の方は無料です



子どもの長所が見つかる習慣のひとつ 「失敗」や「間違い」は学びのチャンス

わが子の短所ばかりが目について、口うるさく言ってしまうことはありませんか。子どもの才能を伸ばしたいと思うなら、長所を見つけることが大切です。のべ5万人以上の子どもたちを教えた石田勝紀さんに子どもの長所の見つけ方を教えてもらいました。

Check
失敗を恐れずに
トライ＆エラーを
繰り返せる子に

子どもにも向き合うとき、忘れてほしくないことがあります。それは「失敗」や「間違い」をしたときに否定しない、ということ。私が子どもたちを指導するなかで、気づいたことのひとつが、「失敗をこわがって行動をためらう」子どもがとても多いという事実でした。

「失敗は成功の母」という格言があります。が、それでも子どもたちは失敗がこわいのです。では、どうすれば失敗に対する恐怖を取り去ってあげることができのでしょうか。

点をとった子は気持ちが悪く、逆にならざるを得ない。失くしている場合じゃなく、逆に喜ばないといけないんだよ。

Check
失敗から
学んでいこう

このように子どもの心から失敗する恐怖を取り除けば、気持ちは学びに向かいます。チャレンジ精神はもともと子どもにも備わっている本能ですから、自然とトライ＆エラーを繰り返せるようになりま

60点ぶん成長だね。80点の場合は間違えた20点ぶんは成長できるけど、60点ぶんできるようになったほうが成長率が3倍じゃないか。「もちろん最終的なテストでは高い点数のほうがいいけれど、練習段階では間違いが多いほうが成長率が高いでしょ？だからやる気を

この方に
聞きました



[取材協力]

石田 勝紀さん

横浜市生まれ。20歳で学習塾を創業。これまで4500人以上の生徒を直接指導する傍ら、セミナーなどを通じて、のべ5万人以上の子どもたちを教えた。34歳で都内私立中高一貫校の常務理事に就き、経営、教育改革を敢行。現在は「日本から勉強嫌いな子をひとり残らずなくす」という信念のもと、全国各地でママさん対象のカフェスタイル勉強会「Mama Cafe」や講演会を開催。SNSでの発信にも力を注ぎ、音声配信Voicy/パーソナリティとして毎日放送中。全30冊の書籍を出版している。

Books

『子どもの長所を伸ばす5つの習慣』

著/石田勝紀
定価/1,540円
(電子書籍は1,109円)
出版社/集英社
Amazon、楽天ブックスなどで
購入可



石田勝紀オフィシャルサイト

http://www.ishida.online/index.html

英会話/速読/英検®
子ども英語/TOEIC

開校26年目を迎えて全面改装 リニューアルキャンペーン実施中



全面改装し、最新の学習システムと工夫満載の授業で、さらに楽しく効果的に。

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能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。

リニューアル
記念の入会金
割引あり!
まずは無料体験
レッスンへ



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・東急ハンス北隣り)
☎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**
- キャンペーン期間中(～10月末)
 - 入会金5,000円OFF

準2級合格者対象
2級集中コース

英検®のエキスパートが本物の個別指導 特別授業(10回)で「英検2級」に合格



通常コースは週1・2回(小学4年～高校生)

日本英語検定協会は英検®を取得する所用期間について、準2級合格者が2級に合格するまで平均で2年近くかかっていることを公表。その上で2025年から準2級と2級の間に新しい級を導入するという。しかし多くの受験生にとって「そんな時間はかけられない」というのが正直なところ。イープラスは90%以上の生徒が2級に合格する英語の専門塾。準2級に合格している生徒を対象に10回の個別指導で2級に合格できる特別なカリキュラムを完成させた。「2級合格10回講座」は、次の検定で合格をめざす生徒に最適な短期集中コース。また、何度か不合格が続いている生徒には最高の起死回生コースになるだろう。

- 2級合格10回講座**
下記の時間割の中から10回を選択 ※各70分間
[月～金] ①17時40分～②19時～③20時20分～
[土] ①13時～②14時10分～③15時20分～
- 2024リニューアル英検に完全対応
- ①合格できる英文がスラスラ書ける「唯一無二」のライティング指導(70分×4)
 - ②カードを見ただけで話さなければならない要点がすぐわかる「目からウロコ」のスピーキング指導(70分×1)
 - ③英単語をスピード蓄積できる「@暗記法」を伝授してリーディング指導(70分×5)
 - ④リスニング対策は受講期間中に特別編集で取り組みやすい過去問CDを各自に貸し出し【受講料】88,000円(税込)一切の教材費を含む

英語専門短期集中塾 イープラス
茨木市下穂積1-3-105
(イオン前北側信号所向)
☎072-601-1230
イープラス英検®で検索



習い事の
送り迎え

外出時の
お留守番

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

見守り
ながらの
家事

子どもの
遊び相手

家事・育児のお手伝いは

Leafにお任せ!

120分 5,980円

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

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

9/18[水] 18:00～
「相続登記について」
Leafカフェの
イベント

令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されました。講師を招いてわかりやすくご説明いたします。
場 所:吹田市寿町2-15-12
(Leafカフェ/株式会社Kishida 2F)
※お電話でお申し込み

まずはお問い合わせを
☎0120-964-011

受付時間/9時～17時(日祝・年末年始・お盆は休み)



写真スタジオ

NEW
OPEN

クチコミ5.0高評価店の2号店 コスパの良い七五三撮影が人気



ニュアンスカラー、ドライフラワー、アンティーク調など、5つの空間で撮影ができる。お宮参りやマタニティフォトも人気。

自然光が差し込む開放的な写真スタジオが、緑地駅近くにニューオープン!貸切空間で一組ずつ丁寧に撮影。プロならではの自然体な笑顔が引き出され、一生の思い出に。撮影データ75枚・お支度込み41,500円～「秋の七五三撮影プラン」を実施中!衣装はトレンドを押さえたデザイン着物を中心に、ドレス・袴など200着以上から選べる。神社出張撮影、1歳のお誕生日撮影やお宮参り撮影など、特別な記念日に合わせたプランが豊富に揃う。オープン特典のある今がお得に撮影できるチャンス!

chilltime Studio 服部緑地店

(チルタイムスタジオ)
吹田市江坂町5-14-13
ハンモトエージェンシービルII
2階
営/9時半～17時
火・木曜定休 5台P有り
☎0120-917-008



- Menu**
- 七五三撮影プラン
(撮影データ、お支度、小物一式、家族撮影、ポイントメイク、ヘアセット)..... 41,500円～
- 特典**
- 「シティライフを見た」と予約で(9月末までの撮影)
 - 2,000円OFF
- ※WEB予約の際は備考欄に「シティライフ」と記入を

From
CityLife

Instagram @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!



この人に
FOCUS

Vol.8

『“グローバル”から“ローカル”へ
自分がやらな誰がやるねん』

SHIMPEI NAWASHIRO

トラキチ農園HP シン・にんにく専用HP

[取材協力] トラキチ農園

箕面市粟生新家1-11-22



にんにく専門農家「トラキチ農園」

代表 苗代 真平さん(34)

友人と起業した大学時代
卒論で「日本の農業」を考える
きっかけに

今年2月29日(にんにくの日)に北摂で新たに生まれた、にんにくブランド「シン・にんにく」。一般的なにんにくより大ぶりで美しいフォルム。エグみが少なく、力強い味と香りが特徴で、プロの料理人からも評価を得ている。このにんにくを生み出したのが、箕面や茨木で農業を展開する苗代真平さん。「最近、日本では無臭・低臭にんにくが主流。うちが目指すのは、あえて香りの強い『臭い』にんにくです」。



箕面市の旧家で生まれた苗代さん。両親は本業の傍ら、家の周りの畑で野菜などの作物を栽培していた。「経営に興味があり、大学ではリスクマネジメントを勉強しました。19歳の時に友達と起業して、実践を通じた経営の基本が学べました」。また、在学中のイギリス留学をきっかけに、国際的な視点から日本の現状について考えるように。「卒業論文のテーマは“日本の人口減少と少子高齢化”にしたのですが、研究していく中で農業の担い手不足や耕作放棄地の実状、食糧自給率の低下など、日本の農業問題を知り危機感を持つようになりました」。しかし当時は自身で会社を運営していたこともあり、農業を生業にしようとは考えなかったという。

コロナ禍で貿易の仕事がストップ
地元で無農薬にんにく農家へ転身

大学卒業後も友人と共に会社を興し、順調に経営していた苗代さん。2016年にはドバイで法人を設立し、現地の銀行とのやり取りなど準備を進めた。日本とドバイを往復する日々を送りながら、アジアやヨーロッパで日本の商材を売り込むビジネスも進め、世界中を飛び回る日々を送っていた。

しかし、2020年に状況は一変。新型コロナウイルス

今年、北摂で新たに誕生したにんにくブランド「シン・にんにく」をご存知だろうか。生産者の苗代さんは、世界を飛び回る貿易商から無農薬にんにく農家へ転身したという異色の経歴の持ち主。新にんにくブランドが生まれるまでの経緯から農業へかける想いを聞いた。



2016年頃、ドバイで打ち合わせ中の苗代さん

スの流行で海外との往来は断絶し、苗代さんは窮地に立たされた。「4年かけて準備をしたドバイでの仕事も、順調に進んでいた貿易の事業も全てストップ。日本で何をしようかと思っていた時、目に留まったのが実家にあった畑でした。まさにグローバルからローカルへ、180度の方向転換に気づいた瞬間でした」。その畑は、いわゆる耕作放棄地。卒業論文で取り組んだ「日本の農業」への思いが再燃し始めた。

そんなある日、知人の紹介で立ち話をしたシェフが冗談交じりに言った。「畑持ってるんやったら、にんにく作ってよ。国産は低臭、無臭ばかり。でも料理人は、香り高いにんにくを求めているねん。にんにくの強い香りがあることで、美味しい料理ができる」。

「『これや!』と、直感しました」と苗代さん。「コロナ禍以降、日本の農業が抱える問題をどう解決できるか考えていましたが、私が『どないかせなあかん』と言っても、『農業したことない奴に、何が分かるねん!』と言われたら、それまで。“臭いにんにくが欲しい!”という言葉に将来性を感じ『生きていく道はこれや!』と思いました」。

日本と世界のにんにくを集め、
立命館大学と共同研究

こうして2021年7月ににんにく農家の道を歩み始めた苗代さん。まずは長年荒れ果てていた耕作放棄地を耕す作業からスタートした。実はにんにくは育つまでに時間がかかる作物で、収穫は1年に1度のみ。栽培方法や土壌の研究・改良を重ねても、味のテストは年1回だけであり、どれだけ効率よく旨くて臭いにんにくを作れるかが勝負だった。また、植え付けの時期は9~10月。土壌作りを行う夏場は過酷だが「俺がやらな、誰がやるねん」と、しんどさを上回る使命感で農作業に精を出した。

1年目は3種類のにんにくの収穫に成功し、迎えた2年目は勝負の年。そんな折、偶然足を運んだビ

ジネスマッチングフェアを通じて、にんにくに関する産学連携プロジェクトを立命館大学と行うことになった。「従来の農業は勤や経験が頼り。その点、自分は初心者なので、ニュートラルな目線で、科学的データに基づいた農業をやろう」。そう決心した苗代さんは立命館大学の協力のもと、土壌の分析に取り掛かり、にんにく栽培のみに特化した土壌を作り上げた。また国内外から33種類のにんにくを集め、4カ所の畑で、さらに場所によって肥料を変えるなど条件を細かく変えながら栽培。1,000パターン以上のにんにくの旨みや香りを機械で数値化するとともに、学生たちとペペロンチーノやガーリックライスを作り、実際に試食して評価した。



「学生たちとの共同研究はまるで調理実習のようでした」と苗代さん

3年越しの「シン・にんにく」誕生
農業を取り巻く環境を
変えていきたい

3年間の緻密な実験の末、ついに「シン・にんにく」が誕生した。「シン」には、「新」「真」「sin(英語で“罪(なほど旨い)”)」の意味が込められている。「収穫の瞬間は必死すぎて、あまり覚えていません(笑)。でも一番嬉しい時は、消費者から直接感想を伝えてもらった時です」と苗代さん。シン・にんにくはトラキチ農園で販売している他、HPからも購入可。近隣の飲食店でも食材に採用されるなど、地域で広がりを見せ始めている。

「今後も研究を重ねて、さらなるクオリティアップを目指します。またにんにく栽培を通じ、農業を取り巻く社会問題にも取り組みたい」と意欲を燃やす。現在は、より多くの人に農業の実情を知ってもらおうと、貸農園や農業体験、収穫期のアルバイト募集なども行っている。日本一臭くて美味しいにんにく作りに励む苗代さんの活動に、これからも注目だ。

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。



エアコン掃除のプロ
「一度プロに清掃してもらった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

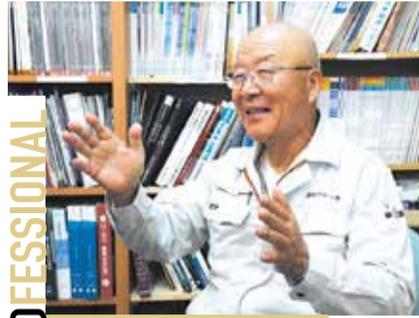


HPはこちら

掃除機能付きエアコンも汚れる？ プロが内部まで徹底洗浄

今夏、すでにフル稼働のエアコンだけ「なんだかイヤな匂いがする」と感じたことはないだろうか? 「掃除機能付きエアコン」だからと言って「掃除をしなくてもいい」わけではなく、機械の内部では汚れやカビが発生していることも。清掃をしないままエアコンを稼働すると、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。9月も暑い日が続くので、気になる方は一度依頼してみよう!

- 特典**
「シティライフを見た」で
- エアコン内部分解洗浄 **6,050円**(2台目以降**4,950円**)
 - 光触媒スーパーマルチタン(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
(9月15日まで)



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のお付き合いをモットーに丁寧な仕事をお約束します」



「シティライフを見た」で
特典
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、9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、必要に応じてハイオク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

地域密着 真心込めた お墓参り同行サービス

「ご自身でお墓参りがしたい」。その気持ちを何よりも大切に、お墓参りへお連れします。あなたが墓前にて手を合わせるために、私たちがサポートします。

[エリア] 大阪府下・兵庫県下・京都府下
上記エリア内でも実費を頂く場合がございます。詳しくはお問い合わせください。

基本料金 墓石清掃 (お墓参りパック1.8m×1.8m)

同行プラン30,000円 (消費 税別) **代行プラン25,000円** (消費 税別)
※日時をご指定いただけます(代行を含む) ※日時をご指定いただけません

お彼岸やお盆、ご命日など、年間を通じて定期的にお墓参りをするプランもございます。どんなことでもお気軽にご相談下さい。

清掃内容 水洗い、草刈り、草取り、お供え物、献花、ローソク、お線香 (弊社基準品とします)

シティライフ読者限定
申し込み時、「シティライフを見た」で**5,000円割引**

墓参代行株式会社
箕面市瀬川1丁目12番23号
☎072-774-9075
[受付時間:9時30分~16時30分]



ブランド品・貴金属・宝石・時計の専門店 高価買取実施中!



おかげさまで**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



初心者女性のための やさしいお金の殖やし方セミナー
参加無料
後日の個別相談(無料)付

iDeCo/新NISAも学べる 女性向け 勧誘一切なし 初心者歓迎

お金に関するこんな心配はございませんか?

- お金の勉強をしたことがない
- なかなかお金が貯まらない
- 教育費はどうしたらいい?
- どんな保険が自分に合っている?
- 老後の資金不足が心配

そのお悩みがグライブが解決いたします!

北摂エリア開催

千里朝日阪急ビル
10月 5日(土) 時間 10:00~12:00 ¥

貸し会議室江坂(JEC日本研修センター)
9月 21日(土) 時間 13:30~15:30 ¥

梅田・茶屋町エリア開催

大阪梅田アプローズタワー貸会議室
9月 7日(土) 時間 13:30~15:30 ¥

大阪梅田ツインタワーズ・ノース貸会議室
9月16日(月祝) 時間 13:30~15:30 ¥

ハービスPLAZA貸会議室
9月 29日(日) 時間 13:30~15:30 ¥

ご自宅で簡単受講!1時間で完結オンラインセミナー
9月 13日(金) 時間 19:00~20:00

講師紹介 私たちがお答えします
花桐 智美 浦 祐介 鐘谷 絵美子

N iDeCo, NISAセミナー ¥デジタルコーヒーチケット進呈

Glive 株式会社 グライブ ☎0120-337-194 大阪府大阪市北区中津1-2-20 新清風中津ビル3F-B
受付時間 10時~19時(土日OK)

From CityLife **イベントアルバイトスタッフ随時募集中**

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

[申込方法] 右記QRコードよりご応募ください。応募後、改めてご連絡します。

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

吾、翔ける

vol.28

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『塞王の橋』（集英社）で第166回直木賞受賞。講演会・テレビなどに出演するほか、'21年11月より箕面市の書店『きのしたブックセンター』の経営を行う。TBS報道番組（JNN系列）『Nスタ』レギュラーコメンテーター。

「会社を経営して思うこと」

作家といえば、一人で働いていると思われるだろう。それは間違いではない。一人で活動している人が大半である。稀に誰かにスケジューリング管理や雑務を任せている作家もいるが、それでも一人か二人であろう。

私の場合、会社を作り、遂に十七人の正社員を抱えることになってしまった。アルバイトスタッフを含めれば三十人を超える。

何故、それほど多いのかというと、最大の理由は書店という実店舗があるということだ。彼ら書店業務に従事する面々は、うちの会社ではそのまま「書店組」と呼ばれている。

しかし、その書店組を除いたとしても、私以外に七人の内勤スタッフがいる。執筆のサポートのほか、講演やTVの窓口、ホームページや動画の作成、書店組の後方支援、全てこの「内勤組」が行っている訳だ。

これほど人を雇っているのに「大変ですね」とよく言われる。この場合大抵、「食べさせていくのは」という意味である。まあ、それも常に念頭にはあるのだが、大変なのはマネージメントである。これだけの人数になつてくると、人員の配置や、仕事の分配に対して、組織的な動きが求められるようになってくるからだ。

これが創作に役に立っていない訳ではない。規模は全く異なるものの、武田信玄もこんなことで悩んだのか、織田信長のこの行動にはこのようない意味があったのではないかと、などと思考を巡らせられるからだ。事実、会社を経営していなければ、この秋に刊行される『五葉のまつり』などは、書けなかったのではないかと。作家にとって学ぶべきことも多いのである。

何より、私は楽しんでる。作家という職業は孤独なもので、執筆だけを行っているとなると、執筆だけ行っている人がある。私も五年ほど前まで、一人でやっていた時は、かなり危ない精神状態にまで追い込まれていた。こういつた時、家族に支え貰ったり、趣味を持ったりして乗り越える人が多い。が、私は独り身であるし、趣味らしいものも無かった。

しかし、今はそのように追い込まれることは少なくなつた。個で行うことと、衆で行うことのバランスが取れているらしい。振り返ってみれば、作家になる以前、私はずつとそのような生活に急激に一人作業になつたことで何が崩れたのだろう。

敢えて言うならば、「皆と何かをする」ということが趣味なのかもしれない。出版不況が叫ばれる中、少しでも明るい

話題をもたらず作家事務所になればよいと思つている。

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



わが家のアイドル自慢

Joy

夏祭りや
綿菓子を食べて
幸せいっぱい!

かなちゃん / 豊中市

Love

みかん
おいしい!!

りょういちくん / 豊中市

今月日で祝歳!
立っちが上手に
なったよ!

つきひちゃん / 豊中市

COOL

ウイック光線
ビビビビ!

ういちゃん / 吹田市

Smile

大きいアールデビュー!

あかりちゃん / 吹田市

寝返りも得意に
なりました

りっくん / 箕面市

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

応募方法
〔締切〕2024年9月8日(日)まで
〔掲載〕CityLife 10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。

箕面公園いいね!プロジェクト

◎ 箕面大滝
シルバーウィーク ライトアップ

日 時 ▶ 9月14日(土)～9月23日(月・祝)
日没～午後9時まで 観覧無料

◎ みのお滝道怪談3
講演「佐賀怪猫伝」

参加者募集

最初は可愛い黒猫でした・・・
肥前国佐賀藩、鍋島家で巻き起こった化け猫の物語

出演 ▶ 旭堂南湖、旭堂一海

日 時 ▶ 9月21日(土) 開演19:00～20:30(18:30開場)

会場 ▶ 梅屋敷休憩所(箕面公園内)

料 金 ▶ 2,000円

定 員 ▶ 30名(対象:高校生以上)

申込み ▶ 072-721-3014(箕面公園管理事務所)



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



万博記念公園だより 9月号 令和6年8月20日発行 通巻532号

BAMPAKU News

2024
09

コスモス・コキアフェスタに向けて
コキア生育中の花の丘の様子をご紹介します。
今年約3500株。
緑色でもふもふの可愛い姿を
ぜひご覧ください。

※紅葉を始める9月末頃までは、
今だけの緑色の愛らしい姿をお楽しみいただけます。
なお、コスモス・コキアフェスタは
10月5日(土)～11月4日(月・振休)に
花の丘にて開催予定です。



すいたフェスタ2024

9/7(土) 10:00～21:00

“吹田でいちばん熱い日を!”を合言葉に、今年も万博記念公園ですいたフェスタを開催します。大人気企画の「スプラッシュパーティー」「音楽&パフォーマンス」に加え、今年なんと…!あの超有名ヴォーカルグループ“ゴスペラーズ”によるフリーライブを開催!上の広場では、思いっきり水遊びができるウォーターパークが設置され、下の広場では、「吹田市消防音楽隊の演奏」をはじめ、学生対抗の「すいたアカベラフェスタ」「盆踊り」など楽しいイベントが盛り沢山。また、グルメブースや市内の学生企画による模擬店ブースも出店します!世代を問わず一日中楽しめるイベントです!

📍 お祭り広場、上の広場、下の広場 📍 すいたフェスタ実行委員会 📞 06-6384-2145

すいたフェスタ参加方法

吹田市民には、入園チケット配布場所(計3か所)で万博記念公園に無料で入園できるチケットを配布します。

※吹田市外の人は、入園チケットをご購入いただき、入園いただけます。※入園チケットの配布方法についてはすいたフェスタのホームページをご確認ください。



スプラッシュパーティーとは、パフォーマーたちと水をかけあう大人気びしょ濡れ企画。今年も2回実施予定です!!消防の水幕ホースを使って作る水のカーテンも必見です。今年のスプラッシュパーティーも全力で遊びつくせ!!参加される方は水でつぼうを持ってご参加ください。(会場内のスプラッシュエリアで、水でつぼうへの給水が可能です。)

【定員】各部1,000名(中学生以下・事前申込み。先着順)

【対象】中学3年生以下。参加申込みについては、すいたフェスタのホームページをご覧ください。



CHEF-1フェス2024 ～餃子食祭～

9/21(土) 10:00開場/10:30～18:30(18:00 L.O)

9/22(日) 10:00開場/10:30～17:00(16:30 L.O)

9/23(月・振休) 10:00開場/10:30～18:30(18:00 L.O)



優勝賞金1000万円、40歳未満の若手料理人がNo.1の座を競い合う真剣料理バトル『CHEF-1グランプリ』。番組初のフードフェスとなる本イベントでは、「餃子」をテーマに、これまでの出場シェフたちが、このイベントのために考えた“おいしくて斬新な革命餃子”が万博記念公園に大集合!革命的な料理を発信してきた「CHEF-1」が、放送では味わえない“食体験”を提供します。

CHEF-1 フェス2024 餃子食祭

📍 お祭り広場

📌 1 <前売>700円餃子1皿・1ドリンク付き前売入場券

[料金]1,000円(税込)

[内容]入場券、1ドリンク(サントリー生ビール or ソフトドリンク)、700円餃子1皿

📌 2 <当日>1ドリンク付き当日入場券

[料金]500円(税込)

[内容]入場券、1ドリンク(サントリー生ビール or ソフトドリンク)

📌 3 <当日>お急ぎパス1日券

[料金]3000円(税込)

※別途入園料が必要です。

📍 吉本興業/ABCテレビ

[協力]万博記念公園マネジメント・パートナーズ

📍 FANYチケット 0570-550-100(10:00～19:00)

※イベントや料金の詳細については公式ホームページをご覧ください。



入園料 | 大人260円、小中学生80円(自然文化園・日本庭園共通) 休園日 | 水曜定休 時間 | 9:30～17:00(入園は16:30まで)

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

※掲載内容は事前の予告なく変更・中止になる場合があります。

🕒 時間 📍 場所 📌 料金 📅 休み 📌 主催 📍 問合せ 🏠 ホームページ



Pickup Event

※別途入園料が必要(国立民族学博物館を除く)
※水曜定休
※掲載内容は事前の予告なく変更・中止になる場合があります。
※詳細は各イベントの公式ホームページでご確認ください。

万博夏まつり 2024

8/30(金)~9/1(日)
各日17:00~22:00 (入園は21:30まで)

太陽の塔を中心とした幻想的な世界感を演出するイルミネイトと、万博夜市では、ビアガーデン、なつかしい屋台メニュー、ビール好きの居酒屋メニュー、スイーツ等の充実したフードエリア。緑日コーナー、大道芸、こども遊園地をはじめ、連日盆おどりや阿波おどり、うたうまカラオケ選手権や和モノDJ、ハワイアンフラ等もあり、あらゆる世代が楽しめる夏の夜を演出します。

● [自然文化園・日本庭園共通入園料] 高校生以上260円、小中学生80円
[イルミネイト万博] 観覧無料
[万博夜市 with ビアガーデン] 前売450円、当日500円、小学生以下無料

詳細・万博夜市withビアガーデン
前売チケットについては、QRコードの
万博夏まつり専用ホームページをご覧ください。



器と暮らし市 in 万博記念公園 vol.2

9/14(土)~16(月・祝) 10:00~16:00



愛知発・大阪では2回目の開催となる「器と暮らし市」。ぬくもりを感じる素朴な一皿から、作り手の個性が光る作家ものまで、食卓を彩り、心が豊かになるようなステキな器を集めました。さらに丁寧な暮らしに導いてくれる道具やおいしい焼菓子、フードトラックも登場します。

● 下の広場 ● 入場無料 ● 器と暮らし市プロジェクト
HP <https://osaka.utsuwatokurashi.jp/>

ワクワクいきものワールド

9/28(土)~29(日) 10:00~17:00



カビバラ、ウサギなどのかわいい小動物から、イグアナ、カメレオンなどの爬虫類、子どもに大人気のヘラクレスオオカブトなどの昆虫が大集合します。近い距離感でエサやりもできる大人気イベントです。

● 下の広場 ● 入場料700円(2歳以上)
● (株)ブルーワールド ● 073-463-5751 ● <http://blwi.jp>

みんなく創設50周年記念特別展「吟遊詩人の世界」

9/19(木)~12/10(火) 10:00~17:00(入館は16:30まで)



各地を広範囲に移動し、詩歌を語り、世界を異化する吟遊詩人のパフォーマンスやそれらを成立させる物質文化を紹介します。

酒場で聴衆と歌詞のやりとりをするアズマリ。
● 国立民族学博物館 特別展示館
● 一般880円、大学生450円、高校生以下無料
※本館展示もご覧になれます。

日本庭園ボランティアガイド

9/21(土)、22(日・祝) 10:00~12:00

※雨天中止
今日の見所と日本庭園の成立ちをご案内します。
※10月以降の日程はホームページをご確認ください。
● 無料 (日本庭園中央休憩所にて上記期間内随時受付、随時出発)



ボランティアガイド募集中

1970年大阪万博で当時の技術の粋を集めて造られた日本庭園。今年6月には、国の文化審議会において、登録記念物とするよう答申されました。水の流れと時の流れを感じさせる、贅沢な散歩道で、日本庭園の魅力伝えてみませんか?



● 090-3490-6184 日本庭園ガイドボランティアの会

竹林保全活動ボランティア募集

9/20(金)、10/7(月)、10/18(金)、11/6(水)、11/20(水) 他
9:45集合(初回希望日を選んで7日前までに申込要) ※雨天中止



間伐・下草刈りなど。技術や安全等の講習有り。活動は月・水・金(1日3~4時間)。初心者歓迎。18歳以上、概ね1か月に2回以上活動できる方。土日の活動など詳細、申込、問合せは万博NPOセンターホームページ。

● 2,000円(保険料等、初回のみ)
● NPO法人野と森の遊び文化協会
● 06-6877-6992(平日15:00~17:00)



ボウケンノモリが7月20日オープンしました!

9:30~16:00(最終受付15:00)



新たなアスレチック施設「ボウケンノモリ 万博記念公園店」が7月20日(土)、自然文化園もみの池にオープンしました。ボウケンノモリとは、自然の中で思いっきり体を動かすことができる冒険体験パークです。「ツリートップアドベンチャー」は、樹上のアクティビティをネットで囲ったアスレチックコースです。イチオシは、もみの池上空を横断できる約70メートルのターザンロープです。このほか、地上1~5メートルの樹上に設置したさまざまなアスレチックや樹上約4メートルの高さから一気に滑り降りるシュートスライドなどのアクティビティを用意しています。その他にも「トランポリン」、無料で遊べるネットトンネルや丸太渡りなどがある「ツリーシェイドアドベンチャー」もあります。ご利用料金など詳細は、万博記念公園ホームページまたはボウケンノモリホームページをご覧ください。

● 自然文化園 もみの池
● 090-3212-4010 ● [ボウケンノモリホームページ](#)



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。>>>



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

万博夏まつり開催日には19:00まで開館延長!!
※予約優先

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



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

動植物の採取につきまして

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

受動喫煙防止について

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

「あなたも愉快な生きものだ!展」開催記念
～ニフレルと北摂地域4店の本屋さんpresents～
もっと愉快なわたしにふれる
キャンペーン開催中

あなたがにっこりと愉快な気持ちになれる
新しい本を見つけに本屋さんへ行こう!
開催期間：9/1(日)～11/30(土)

present ①

期間中に対象の本屋さんでお買い物をすると、
各店ごとに異なるデザインのしおりをプレゼント!
※しおりはお買い上げ金額に関わらず
1会計につき1枚レジでお渡しされます。
※プレゼントはなくなり次第終了です。

present ②

期間中にしおりを持ってニフレルに
入館すると、出口カウンターで
オリジナルミニメモ帳をプレゼント!
※ミニメモ帳のデザインは全3種です
※しおり枚につき、ランダムで1つお渡しします



大人気
絵本作家
tupera tupera
描き下ろし!



対象店舗、詳細はコチラ▲

「オーストラリアガ
マグチヨタカ(2羽)」
が2階「うきき」にふれ
る「ゾーン」に仲間入
り。名前の通り「ガマ
グチ」のような大きな
口と、樹皮そっくりな
羽の模様、そして体を
伸ばして枝になりき
る「擬態」が特徴的!
ニフレルでは、柱の上
で2羽並んで眠った
り、ゆっくりと首を回
して周囲を見渡した
り、時には木の枝に擬
態したりと体の形を



さまざまに変化させ
ています。目力のある
黄色い目や、他の生き
ものの鳴き声や動き
に反応して「グワグ
ワ」と鳴く声など、存
在感のある姿から目
が離せません!

存在感が半端ない!
新たな生きものが仲間入り!



7月22日から新たに
仲間入りした「オーストラ
リアガマグチヨタカ」と企画展と連動させた
新キャンペーンをご紹介します!

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
子ども(小・中学生)1,100円 幼児(3歳以上)650円
駐車場/約4,100台(200円/30分)
平日は終日無料(繁忙期は除く)
ニフレル入館で120分無料
※事前にホームページをご確認ください

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	②WEBパスポート	有効期間
大人(高校生/16歳以上)...	9,000円	大人(高校生/16歳以上)...	8,800円
子ども(小・中学生).....	4,600円	子ども(小・中学生).....	4,400円
幼児(3歳以上).....	2,800円	幼児(3歳以上).....	2,600円
	(発行手数料200円含む)		



今までの
バックナンバーは
CityLife Newsから



1.動物取扱業の名称: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

9/29(日)『GAMBA FAN FESTA 2024』
開催決定!



ガンバ大阪を応援してくださっているファンクラブ会員の皆様へ感謝の意を込めて、今年も「GAMBA FAN FESTA 2024 (ファン感謝デー)」をパナソニックスタジアム吹田にて開催いたします! 今年のテーマは「秋の収穫祭! 夢も叶うスタジアム」選手・スタッフとファンクラブ会員の皆様がふれあえるようなイベントを多数企画していますので、お楽しみに!!

【日程】9/29(日)
【場所】パナソニックスタジアム吹田
【出演者】選手・チームスタッフ、スペシャルゲスト
【参加者】2024 ガンバ大阪ファンクラブ会員ならどなたでも無料で参加いただけます。
2024 ガンバ大阪ファンクラブにまだご入会されていない方は、この機会にぜひご入会ください!

2024 ファンクラブ入会はこちら



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30節 9/14(土) 19:00 vs 浦和レッズ
- 第32節 9/28(土) 17:00 vs 東京ヴェルディ
- 第33節 10/5(土) 17:30 vs 北海道コンサドーレ札幌
- 第35節 11/3(日・祝) 14:00 vs 名古屋グランパス ※日程変更の可能性あり
- 第38節 12/8(日) 14:00 vs サンフレッチェ広島

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/>



浪速少年院の後藤院長(写真左)とガンバ大阪 小野社長(写真右)。7/19、パナソニックスタジアム吹田 記者会見室にて伝達式が行われた。今回の感謝状は、「社会を明るくする運動」の一環として法務大臣から交付された。



ホームタウン活動の一環として継続している浪速少年院訪問の活動に対し、「法務大臣感謝状」を受領

ガンバ大阪は、長年にわたる浪速少年院(茨木市)への訪問を通じて在院生の社会復帰支援の活動に対し、法務大臣から感謝状が交付され、7月19日、浪速少年院の後藤院長から小野代表取締役社長に「ガンバ通信」でも何度も取材記事でお伝えしてきたこの浪速少年院への訪問活動。ホームタウン活動の一環の社会貢献活動として、茨木ロイズライオンズクラブの主催のもと、2009年から継続して実施されており、選手・コーチが訪問。デモンストレーションやミニゲーム、質疑応答などを通じ、コミュニケーションの大切さや仲間づくりの重要性、自身の苦労や挫折の経験談などを伝えており、在院生の社会復帰の後押しになっている。

ガンバ大阪では、「ホームタウンふれあい活動」として、青少年の健全育成を目的とした小学校への訪問のほか、7月3日にはドナルド・マクトナルド・ハウスおおさか健都(摂津市)にも、日本プロサッカー選手会として、ガンバ大阪の選手が訪問している。この施設は、家から遠く離れた病院に入院・通院している子どもとその家族のための滞在施設となっている。

ガンバ大阪の小野社長は、「チームが勝つことは大事ですが、それと同じぐらい社会貢献や地域貢献を大事にしています」と話す。「選手たちも心をこめて活動してくれていて、『もっと行きましょう』と積極的な声が上がっている」と、これらの活動に対して選手たちが高い意識を持っていることを明かした小野社長は、「ガンバがこの街にあって良かった」と言っていただけのような活動を続けていきたい」と、クラブとしての考えを示した。

サッカートを通じて、今後もホームタウンでの存在価値が高まるような活動が期待される。

大阪モノレールの日本酒列車

9月7日(土)は島根県「ご縁の国しまね」2便運行!

モノレールの車内で島根県の地酒や「やすぎどじょう」をメインに県名産を使ったお弁当が楽しめます。
【日時】9/7(土) 第一便/12:40～14:25 第二便/17:15～19:00 【発着】万博記念公園駅 【料金】6,000円(税込)
【同時開催イベント】万博記念公園駅で、安来節やどじょうすくい踊り披露、物産展も開催されます。



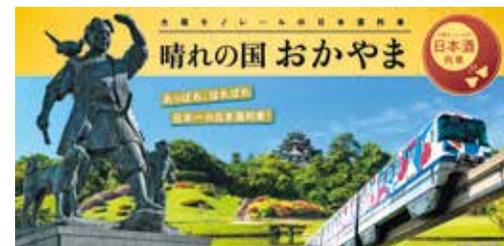
詳しくはこちら



10月12日(土)は 大阪モノレール

岡山県「晴れの国おかやま」を運行!

岡山県の地酒や名物が詰まったお弁当が楽しめます。万博記念公園駅では物産展も予定しています。詳しくはHP等でお知らせします。



ABC HOUSING



WELL BE
みのお

ウェルビーみのおでは、
遊べる&学べる
楽しいイベントを開催中！
親子一緒に参加しよう！



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。

ご来場プレゼント

9/1日▶30月 ※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。

タッチセンサー
ライト

ワンタッチで点灯！
卓上はもちろん、吊り下げや
持ち歩きもできる
タッチセンサーライトを
プレゼント

単4乾電池
(別売)×3

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。



※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
※他の広告の賞品と重複して受け取ることはできません

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！

楽しみながらまなぶ
ブラレールプログラミング

ブラレールを使ってプログラミングを学ぼう！

9/14 土 100組様

小学生以下限定

①11:00～ ③13:00～ ⑤15:00～
②12:00～ ④14:00～ ⑥16:00～

© TOMY 「ブラレール」は株式会社タカラトミーの登録商標です。



お笑い芸人が伝授

～笑って学ぶSDGs～

オリジナルのカードゲームをしながら体を使ってSDGsの
目標を知り、国際協力とは何か、SDGsとは何かなど世界の
課題を笑いと共に学びます。

9/15 日 笑下村塾

各回親子ペア20組40名様 小学生以下限定

①11:30～ ②14:00～



ジグザグ
ジギー

酒井
直斗

SDGs謎解き探検隊

～地球を守る
秘密のカギを探せ～

300組様

場内4箇所のポイントを回って
謎を解きながら、親子で一緒に楽しく
SDGsについて学んでみよう！



ゴールすると抽選で
お菓子ももらえるよ。

おでかけキッズ忍者道場

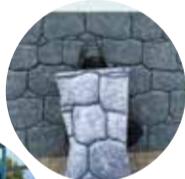
～ウェルビーみのおの巻～

忍者ショー&撮影会

迫力ある忍者ショーを
楽しんだ後は、
カッコイイ忍者と一緒に
写真撮影も!!

①11:00～
②14:00～

※カメラはご持参ください



9/16 月祝

目指せ忍者マスター! 忍者体験ラリー

ゲーム感覚で忍者を体験!
忍者からの指令をうけて会場内
3箇所の関所(ポイント)で手裏剣体験などの
忍術プログラムにチャレンジ。

300組様

マルチに使える! 9/21 土
ペンダントライトづくり

200組様

マスキングテープや
シールでカラフルに
飾って、アウトドアや
災害時に役立つ
可愛いペンダント
ライトをつくろう。



レトロトレイン

9/21 土



真っ赤なちんちん電車に
乗って、車窓から
モデルホームを見学しよう!

秋の“美味しい”ファミリーフェスタ

秋の始まりに、親子で楽しめる味覚祭りを開催。生産者の方が丹精込めて作った野菜やフルーツの販売、
野菜を使ったワークショップ、豪華賞品が当たるビンゴゲームを楽しもう!

秋の味覚販売

アンケート
回答で300組様に
金券500円分を
プレゼント!



ベジフルフラワーミニブーケづくり

100組様

小学生以下限定



豪華賞品が当たる
ビンゴゲーム大会

各回100組様

①12:00～
②14:00～

ウルトラマンアクション

ショー終了後に撮影会も実施します!

9/23 月休

観覧無料

①11:00～
②14:00～

※カメラはご持参ください。
※整理券の配布はありません。
※ステージショーの
観覧席は各回30分前から
開場いたします。



〒562-0033 箕面市今宮1丁目1番1号

TEL 072-737-6901

【受付時間 / 10:00～18:00】

- 水曜日定休日(祝日は除く)
- メーカーにより定休日が異なります。
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。公共交通機関をご利用の上、ご来場ください。



詳細はこちら!

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。

日焼け、エアコンによる乾燥、夏太り...
いつまで引きずるその夏トラブル!

今こそすべき 秋美活



Body

「1回で穿いてきたパンツが緩くなった」
やぼったい身体→あか抜けBODYへ

自力では頑張れないし運動も無理... 体重は減ったけど寸胴体型、皮が残る...と悩んでいた人を究極痩身マシン"3MAX"と手技の合わせ技で、驚くほど綺麗なボディに仕上げる同店。コリなどもほぐし念入りに施術してくれ、スッキリ楽になるのも嬉しい。1回で効果を実感、寝ているだけで褒められボディを作ってくれる、痩身のプロに頼ってみては。

オーナー(60)もアンマンの施術で痩せてリバンドなし!

オーナー 稲田さん

気になる部位を重点的に自分史上最高BODYへ

腹周り、背中、二の腕、脚、お尻……。気になる箇所を重点的に、手技とマシンの合わせ技で自力では難しいボディメイキングを実現。理想のボディラインをつくります。

スタッフ 北居さん

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



Facial

「施術途中段階で変化が目に見えた」
夏老けを早急にリセット、なかったことに

自力では到達できない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個の微小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上がるそう。アンマンで5年後、10年後の自分のために"肌投資"してみては。

1回で目に見える結果が本気に応える圧倒的な施術力

アンマンの施術は1回で変化が出る方がほとんどです。夏老けは定着する前に一刻も早くリセットすることが重要です。お任せください。

オーナー 稲田さん

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くっと上げる"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。

ゲストの声

メタジェクトの施術途中、半顔が終わった段階で鏡を見てびっくり!片方のほうれい線が消えていてBeforeAfterが目瞭然だったんです。効果も長持ちするのでこれは続けるしかない!と思っています。(50代Mさん)

【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

【Facial】
●悩み特化型・光フェイシャル(シミがボロボロと落ちる感激!)..... 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
(9月末まで・要予約・新規の方のみ)



ベースを整え素肌美を手に入れる
「お肌は変わります」羨まれる艶肌へ

40~80代まで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・毛穴の開きなどの加齢による肌悩みを改善、ベースの肌力を高め艶肌へ導いてくれる。「肌がトーンアップして顔印象が変わった!」と喜びの声が多数届く。「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。『プロが教える美肌教室』も随時開催中!

夏ダメージにたっぷり保湿
しみ、しわ、たるみ改善も

夏はインナードライ肌になっている方がほとんどです。角質を取り栄養を入れて、ターンオーバーを促進、しっかり保湿し弱酸性に保つことでお肌は改善します。

店長 鎌田さん

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



ヘッドスパと美眉が紹介で人気に
美容好きが通うスペシャルサロン

知る人ぞ知る「ドライヘッドスパ」と「眉毛ケア」が評判の同店。ヘッドスパは頭部の筋膜を緩める匠の技で、血流を良くして頭痛や不眠の原因を取り除く。しかも頭だけでなく、こりの原因となる背中・肩・首・デコルテ・女性ならバスト周りのリンパまで、オールハンドでしっかりと流してくれてかなりお得!クチコミで広まった眉毛ケアは顔の骨格から似合う眉に仕上げられる。大人女性の眉毛迷子さんにおすすめ。

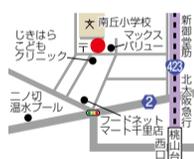
眉毛ケアもヘッドスパもリピートする人が8割

「眉毛がキレイな友人に聞いて、紹介してもらいました」というお声が多くて嬉しいです。プライベート空間なので、お子さん連れもぜひお越しください。

オーナー 前川さん

Von Luxe
(ヴォンリュクス)

豊中市新千里南町2-12-7
新千里南町近隣センター内
じきはら支援ルーム ilo
営/8時半~19時半
不定休 駐車場有り
☎090-9166-0702



人生逆転 - 20kgダイエット
本気で"健康的に痩せる"を実現へ

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。耳つぼで食欲を抑え、健康管理士による栄養学に基づく食事指導と補助食品を使用して3ヵ月-7~10kgを実現。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。体型崩れが気になる方、自力ダイエットで限界を感じている方、一度相談してみてください。

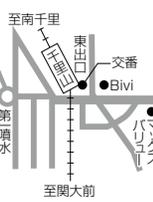
3ヵ月で目標体重へと導く二人三脚の全カサポート

上写真のHさん(48歳)は運動なしで3ヵ月で-8キロ、お腹周り-11.9cmを実現されました。目標達成を叶えるため二人三脚で最後までサポートします!

オーナー 山本さん

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



ほんの少しの勇氣を持つてください。

院長 小国 英昭

突出した脂肪
凹みにできた影クマ

シワ・たるみ取り専門

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

ほうれい線・眉間・額などの深いシワ解消
目元・口回り・カラスの足跡などの小じわ解消
目の上・下、こめかみの凹み、頬のクマのポリューム改善
手の甲のシワも改善し、ハリとみずみずしさを取り戻す
【施術の痛みを3重にカバー】・マジックニードル・局所麻酔・薬剤

5年持続プラン
受付中!
再注入半額!

目元のたるみ取り (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
※モチイ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
切らない眼瞼下垂治療 33万円

老斑・イボの除去
レーザー治療 直径1ミ 11,000円

糸リフトのたるみ取り
ハイパーリフト 1本 55,000円
(両頬左右1本ずつ2本で11万)

猛暑対策!
タクシー代
サポートプラン!
(詳しくはお電話で)

あさひ美容外科

【全国8院共通・携帯OK】
☎0120(889)480
院長カウンセリング無料 <公式> www.asahi-biyou.or.jp

大阪梅田 高槻 布施 堺東 奈良 和歌山 西明石 姫路
大阪梅田 阪急梅田駅 東へ徒歩5分
大阪府北区堂山町17-15 AXIS UMEIDA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



全国トップの痩身サロンで体質改善も最短ダイエットで1ヵ月-5kgへ

「痩身サロンならファニービー」と言われるだけあって、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。「今度こそ痩せたい!」という人は、結果を出してくれる同店へ。



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。

最上級のマシンを使っているため効果が出る!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)

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。



医療機関提携サロン ファニービー

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

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



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



webから予約可
QRコード

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法でごっそり排出!



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。基礎代謝も上がり、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。

Facial

[40歳以上限定] 年齢衰え肌集中改善コース

フェイシャル部門受賞歴多数のファニービーオススメ!本気の肌改善プログラム



1 クレンジングと洗顔後にダイヤモンドピールで古くなった角質を除去。



2 「シミが薄くなった」「コラーゲンが増えてハリ感UP」「トラブル肌改善」「トーンアップで明るい肌」など続けるたびにキレイになる人気のフォト。



3 バックでしっかり保湿してうる艶肌の出来上がり!

特典 【秋美人応援キャンペーン】

●高速セルライト撃退コース(90分)
9月10日(火)までのご予約 ……先着5名様 **3,980円**
9月11日(水)以降のご予約で ……**5,000円**

●年齢衰え肌改善コース(90分) **5,980円**
さらに9月10日(火)までのご予約で
首or手の甲のフォト施術をサービス
(9月末まで・新規の方限定)



パワーアップした充実の施術で「鏡を見るのが楽しみ」な感動肌へ

夏に浴びた紫外線による肌ダメージが気になる貴女に。デコルテやヘッドケアがさらに充実した施術『アドバンスコース』がオススメ。経験豊富なセラピストによる心地良い施術で、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。

ゆったりリラックスできる店内で心もリフレッシュ。気さくなオーナーの的確なアドバイスも嬉しい。



ヘッド~デコルテまでのケアでリフレッシュして潤い艶肌へ

ヘッド・デコルテまでしっかりケアいたします。リンパの流れを促進し、心身の疲れもスッキリ、そして艶肌に導きます。一人ひとりに適したエステ化粧品の提案をさせていただきます。
オーナー 大喜多さん

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)
●緑丘
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
(9月末まで・新規の方・要予約)

予約が取れない人気サロンが豊中に姿勢を整え不調改善、スタイルアップ

滋賀で予約が取れない人気の姿勢改善サロンが豊中にOPEN!痛みのない独自メソッドで、歪んだパーツを元の正しい位置に戻し美姿勢に導き、腰痛・肩こり・猫背・むくみ・冷えなどまで改善。さらには若見え&スタイルアップ効果も!「骨格の歪みを整えると、自律神経や血流、リンパの流れが整うので、更年期でお悩みの方にもオススメです」とは店長。1回で効果を実感できるという良いことづくめの施術を、1度体験して。

スタイルアップで若見え美姿勢で快適な毎日を

姿勢を整えることで全てがスムーズに。一人ひとりのお身体を見て、お悩みをお聞きした上で、施術メニューを組み立てます。日常生活での体の使い方でアドバイスさせていただきます。
店長 一ノ瀬さん

美姿勢シメトリーサロン Shine

(シャイン)
豊中市南桜塚1丁目22-7
ルオール曾根303
営/10時~19時
月曜定休・完全予約制
近隣コインパーキングあり
☎050-1720-8480



ドライヘッドスパも人気。不眠気味の方がぐっすり眠れるようになったとの声多数。

特典 「シティライフを見た」で
●姿勢矯正60分 ……7,700円→**6,600円**
●ドライヘッドスパ45分 ……6,600円→**5,500円**
●姿勢矯正&ドライヘッドスパセット100分 ……14,300円→**12,000円**
(要予約・9月末・新規の方)

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



秋に深刻化する抜け毛や細毛 イジング毛の悩みをまとめて解決



バリ政府認定クリームスパ資格取得の鈴木さん。ヘッドスパ講師として2000軒をプロデュース。

自己流が思わぬ落とし穴に正しいホームケアで劇的改善

間違った頭皮の洗い方やタオルドライをしている方が意外と多いです。自信のない方はご相談ください。現状維持ではなく、今よりも美髪になれるようお手伝いします。
店長 鈴木さん

肌以上に年齢が出るといわれる髪。夏の紫外線ダメージに加え、抜け毛が増える秋は放っておくと老化が加速…!育毛や髪質改善に特化したヘッドスパが受けられる同店では、洗浄成分を一切含まない贅沢美容クリームで頭皮をマッサージしながらしっかり保湿。再生医療にも使われるサロン専売の「ヒト幹細胞培養液」を浸透させ、毛根を活性化。強く美しい髪が育つ頭皮作りから行うから、効果を実感する人多数!加齢による髪悩みはプロに頼るのが正解。

ヘッドスパ専門店 PUTICA

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



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

魅力を引き出してくれる 北摂おすすめ HAIR SALON

ヘアサロン



1: クセが強くショートを抑めていた方、少し個性を出したい方にも人気のダウンパーマ。
2: 同店のエクソソーム(薄毛ケア)はW幹細胞の高品質。3回で効果を実感した方もいるほど、若返り効果が期待できる。
3: 大人気の月桃沖繩よもぎ蒸し。代謝が上がるので、薄毛ケアのエクソソームをプラスすれば効果抜群!

予約はこちら!

大人女性にはダウンパーマで品よくきまるショートヘア

1日2組限定のプライベートサロン。全メニューに炭酸頭皮ケアが付くなど、普通なら追加料金がかかるメニューもリーズナブルに受けられる。北摂では珍しい「ダウンパーマ」が新登場!襟足や前髪の浮き癖、ハチ張りに悩む方におすすめ。縮毛矯正よりもダメージレス&短時間で済み、乾かすだけでおしゃれにきまる。

- Menu**
- カット..... 4,400円
 - 大人の馴染ませハイライトカラー..... 14,300円~
 - ダウンパーマ..... +3,300円
 - エクソソーム(薄毛ケア)..... +2,200円
 - ※全メニュー高濃度炭酸スカルブケア付
 - よもぎ蒸し(シャンプー+ミニスパ付) 5,500円
- 特典**
- 「シティライフを見た」で
●沖繩月桃よもぎ蒸し入浴剤プレゼント
(9月末まで、初回限定)

marica.
care & beauty (マリカ)
吹田市千里山西5-3-12
アヴェニール千里山3-204
営/10時~
不定休
千里山駅徒歩3分




1: 経験豊富な女性スタッフが一人ひとりの髪質やライフスタイルに合ったカラー、染め方を提案してくれる。
2: 高品質かつ低価格を実現できるのは、専門サロンだからこそ。メニューに「カット」もあるので、カラーと併せて利用してみよう!
3: 綺麗でオシャレな雰囲気の店内。JR岸辺駅から徒歩4分と通いやすい。

女性スタイリストのみ在籍 白髪染めが得意な 岸辺のカラー専門サロン

桃山台の人気サロン「KANON」の2号店!イルミナ、スロウ、エドル、N.カラーなど、髪への負担が少ない高品質なカラー剤を導入し、おしゃれ染めはもちろん、白髪染めに自信あり!アイラッシュ&ネイルサロンも併設し、様々なニーズに対応。リーズナブルなもの嬉しい!

Menu

「シティライフを見た」で

- 根元染め.....2,920円~→**2,620円~**
- パリシェヌラッシュリフト(トリートメント付).....4,900円→**4,500円**
- ハンドワンカラー(オフ込).....5,300円→**4,800円**

(9月末まで、新規のみ、他券併用不可)

NEW OPEN Instagram

KANON 岸辺店
(カノン)
吹田市岸部南1-24-9
営/9時~17時
日曜定休
近隣コインP(駐車サービス有)
☎06-6879-1023




1:「美容育毛コース」では、天然薬剤で毛穴に詰まった皮脂や残留不純物を取り除き、頭皮の血行不良を改善に導きます。(スタイリスト・YUUKAさん)
2:20年以上人気のヘナカラーもオススメ!

ホームページ 美容育毛動画

おトクな美容育毛コース 天然薬剤で薄毛・抜け毛を改善へ導く

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。シティライフ読者限定で「美容育毛コース」(8,800円)が5,500円に!

- 特典**
- 「シティライフを見た」で
- 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~**
- (すべてカット・シャンプー・ブロー代込み)
- 美容育毛コース 8,800円→**5,500円**
- (シャンプー・ブロー代込み)
(9月末まで・新規限定)

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




1:クセ毛改善カット希望の方は予約時にオーナー宮本さん指名を。2:縮毛矯正やパーマを当てるのではなく、カットだけでクセうねりを改善。3:薬肉のみの天然100%最高品質のヘナ。

乾燥だけでできる クセ毛やうねりを カットで改善

オーナー宮本さんは毛流れを計算し、カットのみで天然のクセ毛やうねりを改善。自身がクセ毛で悩んだ経験から本場ロンドン・ササーンのカット技法を基本に腕を磨き続け、乾燥だけでまとまるスタイルを実現。その技術の高さに遠方から来店するゲストも多い。また、同店のヘナカラーは薬肉のみの天然100%最高品質のヘナを使用しており、市販のヘナでよくある匂いやきしみも少なく、自然な色合いに染め上がる。さらに、ハーブカラーと混ぜる事で、明るいブラウンに染めることもできる。白髪染めに悩んだら一度Luxiaに相談してみよう。

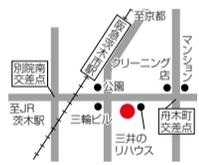
特典

「シティライフを見た」で新規予約限定

- カット.....4,950円→**3,850円**
- オーガニックカラー.....8,250円~→**20%OFF**
- ヘナカラー.....8,250円~→**20%OFF**
- ハーブカラー.....8,250円~→**20%OFF**

(天然100%ヘナ、ハーブカラー、ダメージ無し)※ヘナカラー、ハーブカラーのみご希望の場合は別途シャンプー代1,100円が必要

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



『人生100年』時代に役立つ 女性のための **マネー実践術**

9/14(土) 10:00~12:00
豊中市立文化芸術センター2F ミーティングルーム1
豊中市曽根東町3-7-2 阪急宝塚線「曽根」駅より東へ約300m徒歩約5分

参加無料 対象 60代まで 定員 24名

9/28(土) 10:00~12:00
千里朝日阪急ビル14F 第5会議室
豊中市新千里東町1-5-3 大阪モノレール・北大阪急行「千里中央」駅すぐ

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

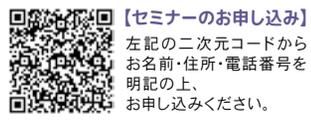
【保険代理店】
株式会社ライフプラザパートナーズ 大阪FA第二営業部
大阪市北区堂山町3-3日本生命梅田ビル9F
承認番号 LPPOS2-24-14 [2026.7.31]
TEL.090-5128-3734 (植田)・06-6313-9985 (営業部)

セミナーではこんな話をお伝えします

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

※同業者の情報集目的での参加はご遠慮いただきます。

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



KOHOYO 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(接客対応・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 【KOHOYO】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/>



From CityLife **公式LINEでおトクな情報を配信中**

友だち追加は「シティライフNEWS」で検索もしくは右のQRコードから!!





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。

歯周治療

虫歯・歯周病・知覚過敏・口内炎など レーザーによる治療がおすすめ

歯科医療で現在使用されているレーザーは4種類あります。その1つである『エルビウムヤグレーザー』は、歯を削ることが認可された唯一のレーザーです。水を併用することで痛みが少ないレーザーとして評価されています。発熱が少ないので、表面が黒く焦げるなど周囲の組織への影響がほぼなく、安全性の高いレーザー装置とされています。不快な音や振動もなく、多くの場合で麻酔が不要です。歯周病治療・予防、歯石除去・知覚過敏、歯茎の色素沈着除去、歯肉の切開・切除、口内炎・口角炎、傷口の殺菌などにも使用可能です。レーザーは切開と同時に、止血・殺菌を行うので、治療時間を短縮できます。当院でも安全性と患者様の負担軽減を考慮し、エルビウムヤグレーザーを導入しております。

エルビウムヤグレーザーの特徴

- ・痛みの少ない歯周治療が可能
- ・身体組織への負担が少ない歯周治療が可能
- ・歯周病などの治療が早い
- ・歯を最大限に残すことが可能
- ・ストレスの少ない歯周病治療が可能



片岡院長

大阪大学大学院卒/
大阪歯学部副教員/
デンマークコペンハーゲン
大学歯学部留学

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/

#補綴コンサル
#Digital Dentistry
#CAD/CAM冠
#トリートメントCO.
#ジルコニア



佐藤 典子 先生

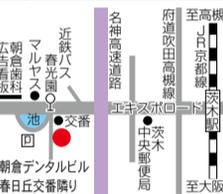
(医)朝倉歯科医院 副院長
トリートメント&
Whiteningコーディネーター
朝倉歯科医院

小児歯科Happy Club
ホワイトニングサロンBLANCA
大阪大学歯学部臨床研修施設

☎072-625-2001

☎0120-468-321

http://asakura-dental.com



インフォームドチョイス?(何が最適な補綴物なのか) ~TCによる補綴コンサルを受けましょう~

食事中に痛みがあったり、うまく噛めないとストレスとなり、食事の楽しみが失われます。むし歯になり、削った部分に詰めたり被せるものを補綴物といいます。一般的に奥歯に使用される金属冠は、強度が高く、噛み心地や適合性も優れており、金属色を気にしない限り最良の治療法です。しかし最新技術の登場により、医療の選択肢が拡大しました。近年、保険で導入されたCAD/CAM冠は、光学スキャナーで型取りし、機械で精密に製作される補綴物です。保険適応の素材はPEEKと呼ばれる高機能プラスチックを使用します。白い歯なのですが、変色や割れやすい等の欠点があります。しかしジルコニア冠は変色せず審美性に優れ、長期耐久がありますが保険適用外診療となります。近年Digital Dentistryが注目され適切な治療法の選択はTCによる補綴コンサルが必要です。口は命の入口、心の出口!栄養を摂取し笑顔で話すことが健康の秘訣です。

(歯科セカンドオピニオン外)

金属アレルギー・入れ歯・咬み合わせ・歯周病・インプラント・矯正・審美歯科・訪問診療などはお気軽にご相談ください。歯の悩み相談は朝倉院長が行っております。

健康が気になるあなた / 「ヤクルト」を続けて飲んでみませんか?

ヤクルトスタッフが送料無料でお届けします!

1週間分 (100ml) × 7本 987円 無料 キャンペーン

お申し込み・詳細はこちら

こんな方におすすめ

- ・眠りが浅いと感ずる方
- ・朝の目覚めが良くない方
- ・ストレスフルな毎日を送っている方

※4週間以上継続してお飲みいただける方。
※大阪北部ヤクルト販売エリア(豊中市・吹田市一部・淀川区・東淀川区)に限ります。

ヤクルト ヨイ 受付/平日9:00~12:00 13:00~15:00

大阪北部ヤクルト販売株式会社 TEL.0120-8960-41

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

●8月号の答え サンゴクシ

ノーマルクロス

誰もが楽しめるノーマルクロス。二重枠の文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか。(作・あさみ順子)

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

解答

A	B	C	D	E

タテのキー

- ガチャガチャと鳴く秋の虫
- 目当ての所。急所。○○○を つく
- 武士の腰の「大小」、小は
- 秋の台風、昔の言い方で
- ナメクジにかけると致命的
- ホームズ、ミス・マーブル、ポアロなどなど
- シグナル。手旗○○○○、危険○○○○
- ウサギの長い
- 膝にもカッパの頭にもある
- パイデン、GI、あしたの
- 昇降機。スキー場でおなじみ
- オスマン、セルジューク、行進曲
- 歌らしく重たい金属。元素記号はPb
- 注意一秒。○○一生
- おだててや木に登る
- 丁寧じゃない

ヨコのキー

- 秋の七草の一つ
- 体温計を挟む場所
- サザエの代表的な調理法
- ドミノ、ドフアラ、などなど。英語ではコード
- 猛禽(もうさん)。ハプスブルク家の紋章は双頭
- 年(ろ)うがあたり童がいたり
- 洋裁に使うジグザグやロック
- ルビコン川でカエサルは「○○は投げられた」
- みそ汁の具でおなじみの小型の二枚貝
- 大型の類人猿。マウンテン、ニシローランドといえ
- ぬかにくぎ。○○○にかすがい
- CATVのCA
- 彦根の井伊家は譜代大名、薩摩の島津家は○○○大名
- トルティーヤで具を包むメキシコの軽食
- 英語ではフィッシング

編集後記

夏の甲子園は今年から昼の試合がない1日3試合の2部制が導入されました。今年は3日間だけの試運転で、来年は1日4試合の2部制を検討すること。ただその場合、4試合目は22時を過ぎる可能性があるなどの課題があるようです。とはいえ、命の危険云々が叫ばれている炎天下で、野球はもう厳しいように思います。(コサオ)

幼稚園の取材をした際、炎天下の中で、園児と先生たちは楽しそうに水遊び。教室に戻る前に、先生が園児一人ひとりの泥を洗い流してあげている姿が印象的でした。お盆休みに4歳の姪と水鉄砲で遊んだのですが、20分で限界に。保育士さんを改めて尊敬した夏でした。(まゆう)

今回のグルメ特集はステーキです。Tポーンやシャトーブリアン、ハネシタ、、、部位が違えば味もそれぞれ違い、すごく勉強になりました。また、各店焼き方などこだわりも様々。ちょっとした火の入れ具合や仕込みの違いで味も変わるそうです。ぜひ、足を運んでみてください。(もりお)

COOP 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いたします。

COLERU桜塚

豊中市南桜塚2-1-2
06-6849-7331
営業/10時~17時
(窓口受付・フリースペース 9時30分~16時30分)
定休日:日曜、年末年始(1/1~3)

大阪北地区本部マネージャー
高橋 由希さん

「コレル桜塚」はみんなが“来れる”場所
コープこうべが運営するレンタルルーム

COLERU桜塚は、コープ桜塚に隣接するレンタルルームです。これまでは「コープカルチャー大阪北」の拠点となっていましたが、昨年9月に事業が終了。10月からは、どなたでも利用できるレンタルルームとしてリニューアルしました。

※会議、打ち合わせ、料理会など多目的に利用できます。ご相談ください。

レンタルルームをご利用ください

1階と2階に3つの部屋があり、飲食もOK。キッチンや電子ピアノを備えた部屋や、靴を脱いで利用できる部屋もあります。使い方はアイデア次第。こう使っているですか? など、是非ご相談下さい!

イベントへのご参加 & 開催の申込をお待ちしています

コレルではさまざまなイベントを開催しています。興味のあるイベントが見つければふるってご参加ください。また、イベント開催のご相談もお待ちしています。会場のレンタル以外にも、活動団体どうしのつながり・連携などのお手伝いも可能です。

お買い物の休憩や授乳などにお立ち寄りください

1階受付横に、無料のキッズコーナー & 授乳スペースがあります。おもちゃや絵本もあるので、お買い物の休憩や、お子様とお散歩など、気軽にお立ち寄りください。まだまだ暑いのでクールスポットとしてもご活用ください。

コープのお店の商品紹介

9月のツキ押し! ツキ押し!

9/6(金)からスタート

CO-OP おいもがおいしい厚切りポテトチップス 60g

国産のじゃがいもを使用したポテトチップス。厚切りギザギザスライスで食べ応え十分。あっさりお味なので、おいも本来のおいしさを楽しめます。

ふれあいひろば コレル桜塚

くわしくはこちらのホームページをご確認ください

地元の魚を学んで食べる啓発イベントを開催

各種団体がミーティングで使用

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、各会場で年8回の講座を開催しています。

【堺】
7/27(土)
姫野友美氏
講演

参加者の声
「医学的な栄養の話が専門的でありながら、非常に分かりやすくまとめて話していただき、非常に参考になりました。」 (70代男性)

【豊中】
7/28(日)
塚本康浩氏
講演

参加者の声
「楽しかった!おもしろかった!ぜひ研究を続けて人類の不安を取りのぞいてください。もしかしたらダチョウさんが世界を救ってくれるかもしれません。期待しています!!」 (60代女性)

【堺】
8/17(土)
手嶋龍一氏
講演

参加者の声
「大変興味のあるタイムリーな話題で、充実した時間でした。アメリカの政治の現場で長年取材をされてきた迫力を感じました。」 (60代男性)

【高槻】
8/18(日)
森岡浩氏
講演

参加者の声
「名前は最も身近なものでありながら、詳しく知らなかったと気付かされました。とても分かり易くて知識が広がった楽しい時間でした。」 (60代女性)

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)

読者プレゼント

よもぎ蒸しが
できる入浴剤
(全2種)
3名

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。

ノザキの
コンビーフ
(80g×6個)
5名



【提供:SALUS PHARMA株式会社】

【提供:川商フーズ株式会社】

デトックス
ハーブティー
(全2種)
3名



「夜用nocturne ハーブティー」
【提供:SALUS PHARMA株式会社】

109シネマス大阪エキスポシティ Pick UP

109シネマス
共通平日招待券
(一部店舗を除く)
5名



スオミの話をしよう
9月13日(金)公開
©2024「スオミの話をしよう」
製作委員会



Mrs. GREEN APPLE //
The White Lounge in CINEMA
9月13日(金)公開
(C)「Mrs. GREEN APPLE //
The White Lounge in CINEMA」製作委員会
撮影:田中聖太郎写真事務所 / 金谷龍之介 /
古溪一進 / 高田梓

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:9/16(月)まで
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



「人と人」をつなぎ
幸せな結婚を

♡IBJ 正規加盟店

**会員数
成婚数 No.1**

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

**最新システムで
お相手探し**

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

City Life が運営する結婚相談所 「シティライフ婚活」

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

入会金	70,000円 [税込 77,000円]		株式会社 シティライフNEW
登録料	30,000円 [税込 33,000円]		「シティライフ婚活」事業部
お見合い料	無料		TEL.06-6338-0640
月会費	15,000円 [税込 16,500円]		(シティライフ婚活係まで)
成婚料	50,000円 [税込 55,000円]		〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23

ご相談・申し込みはホームページから

https://konkatsu.citylife-new.com

ティラノサウルス レース

in チーズEXPO

出場者募集中

2024
11/17(日)
開催

第6回チーズEXPOの会場で
ティラノサウルスのレースを行います!
老若男女問わず、参加可能です。

【開催場所】 万博記念公園 東の広場 参加費:2,000円
【日時】 11月17日(日) 9:30(受付) 10:00(開始)
【内容】 ティラノサウルスレース他、楽しいゲーム・アトラクションを予定しています。

詳細・申込みは
こちらから

箕面商工会議所

**北摂移動販売車エキスポ
in 茨木市中央公園グラウンド**

北摂のキッチンカーが大集合!「2025大阪・関西万博をみんなで盛り上げよう!」をテーマに、人気のキッチンカーが茨木市に大集合します。当日はふわふわエア遊具や子ども縁日、ステージイベントも盛りだくさん。ご家族でぜひお越しください。

【日時】 9月28日(土) 11:00~19:00 ※小雨決行
【場所】 茨木市中央公園グラウンド (茨木市駅前4丁目)
※茨木市文化・子育て複合施設おにクルから北へ1分

吹田商工会議所

吹田YEG異業種交流会

吹田YEG(吹田商工会議所青年部)が主催する吹田市でビジネスに従事されている方をはじめ、これから吹田市で起業をお考えの方を対象にした異業種交流会を開催いたします。

#吹田YEG
異業種交流会

無料

09.12 ~ 02.06

【日時】
・9月12日(木) 19:00~21:00
・2025年2月6日(木) 19:00~21:00
【会場】 吹田商工会議所 3階 大会議室
【対象】 経営者・会社員・起業予定者
【参加費】 1,000円
(アンケート&SNS投稿で無料)
【詳細・申込み】 下記QRコードから詳細をご確認いただき、お申し込みください。
【問合せ】 吹田商工会議所
TEL 06-6330-8001

豊中商工会議所

**「豊中報道。2」流
ファンマーケティングのススメ**

豊中市民なら今や知らない人はいない、月間200万PVを誇るローカル情報サイト「豊中報道。2」(通称「TNN」)。TNNはなぜこんなにも愛され、支持されるのか。TNNの生みの親、徳丸氏が10年にわたり実践してきたファンマーケティング術と、貨幣経済社会から評価経済社会への移り変わりについてお話しいたします。

【日時】 10月9日(水) 14:00~17:00
【会場】 豊中商工会議所 4階大会議室
【受講料】 会員2,000円、一般4,000円

【問合せ】 豊中商工会議所
セミナー担当
TEL 06-6845-8004
https://www.ooaana.or.jp/

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!



LOHAS Festa

みんなの
小さなエコを
大きなコエに

ロハスフェスタ® 万博 2024 秋

全7日間

1st 10.25 fri. 26 sat. 27 sun.

2nd 11.1 fri. 2 sat. 3 sun. 4 mon.

総出展者数
約850店舗

万博記念公園 東の広場 9:30~16:30

[雨天決行 ※荒天中止] ※入場券販売は16:00まで

入場料:500円[小学生以下無料]

※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名様は半額

「オシャレにかわいくエコを実践しよう」と始まったロハスフェスタ。初開催から19年目を迎え、マイ食器やマイバッグも当たり前の「エコを楽しむイベント」として北摂地域に根づいてきました。会場では、一点モノの手作り作品やこだわり食材のフード、子どもたちがSDGsを体験できる企画など、楽しさ盛りだくさん。ウェルビーイングなライフスタイルと一緒に楽しみませんか。

ボランティア スタッフ募集!!

ロハスフェスタと共に盛り上げ、一緒につくってくれるボランティアスタッフ(ロハスメイト)を募集します。ロハスフェスタの中で子ども食堂やワークショップ運営などのお手伝いをしてみませんか? 応募方法など詳細はホームページにてご確認ください。

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



リサイクル資源をお持ちください

SDGs達成に向けて、ロハスフェスタではご家庭で捨てた天ぷら油や牛乳パックなどを有効活用しています。環境への配慮と共に、未来の子ども達にキレイな地球を残すための一歩として、ぜひご協力をお願いします!

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

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

◎使用済み天ぷら油 ◎牛乳パック ◎古本 ◎紙袋 ◎Tシャツ(新品)

マイ食器・マイカトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください

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

あなたの伝えたい想いを大募集!

募集期間 ▶ ~10/14(月・祝)
応募方法 ▶ 右記、応募フォームより受付中

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

愛が見つかる
LOHAS FESTA

応募フォーム

ロハスフェスタ SDGs 見学ツアー

開催日 ▶ 10/27(日)・11/3(日) 各13:30~
参加方法 ▶ 右記、応募フォームより受付中

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

応募フォーム

場所 万博記念公園 東の広場 [大阪府吹田市千里万博公園1-1]
入場料 500円[小学生以下無料] 雨天決行・荒天中止

※別途公園入園料(大人260円・小学生80円)が必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名様は半額 ※入場料について、割引の併用はできません。 ※イベントの内容は予告なく変更になる場合がございます。 ※本会場はペットの入場は不可となります。 ※ロハスフェスタの売り上げの一部は、SDGs達成に向け、関連団体に寄付いたします。

詳しくは下記公式ホームページにて <https://lohasfesta.jp/>

ロハスフェスタ 検索 LOHASFESTA LOHAS_FESTA

主催:ロハスフェスタ実行委員会/シティライフ
問合せ:ロハスフェスタ事務局(シティライフNEW内)
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 Tel.06-6338-0641 Fax.06-6368-3505

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

公共交通機関をご利用ください
開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑する
とともに駐車場の出入庫に数時間かかる場合があります。
※11/3(日祝)はJリーグの試合が開催される予定です。

自分と家族のために考える 相続カフェ

シティライフ 読者限定 参加費無料 (通常2,000円)

一人暮らし、認知症を心配される方へ 相続について一度ご相談ください

こんな方にオススメ

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

参加者の声

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

2024 第48回 9/8日・11水 ①13:00~13:55 ②14:00~14:55

第49回 10/9水・13日 ①13:00~13:55 ②14:00~14:55

※毎月、第2水曜・日曜に開催中(他の日程で開催する場合もあります)

【会場】ふくおか洋一法律事務所
茨木市永代町5 阪急駅前茨木ビル (ソシオ)3階311

【申込み・問合せ】 TEL.072-634-3331

日程が合わない場合は個別に調整できます。ご相談お待ちしております。

【主催】繋ぐ相続サロン 株式会社アイポス
茨木市園田町6-1 フィールドア2F

アイポスで検索

一緒にうたっておどって歯みがきマスターになるろ!

NPO法人 おくちのけんこう

5万円が沸いたはみがきうさぎが おにくるにやってくる!

はみがきうさぎのカムカム ファミリーコンサート

参加費無料

2024 9.16月祝

コンサート全席指定 申し込みはこちら▶
8/3(土)午前10時より予約受付開始

運営時間 10:30-16:30

公演 1回目 開演 13:00 (開場 12:30)
2回目 開演 15:00 (開場 14:30)

場所 茨木市文化・子育て複合施設 おにくるゴウダホール (大ホール)

お申し込みは NPO法人おくちのけんこう TEL: 072-600-0337 (平日10:00-18:00)

大人からお子さんまで楽しめるイベントがいっぱい! 予約不要・参加無料

- スタンプラリー** おくちに関するクイズに挑戦! 4つスタンプを集めよう!
- 体験コーナー** おくちに関連する企業の製品を体験してみよう!
- AI体験学習** AIを使って塗り絵や絵本などを作ってみよう!
- キッチンカー** 家族みんなで美味しいご飯を味わおう!

みんなの小さなエコを大きなエコに

LOHAS

ロハスフェスタ 淡路島

2024 秋

10.5 SAT 6 SUN

9:30 ▶ 17:00 ※入場券販売は16:30まで

淡路島国営明石海峡公園 芝生広場

入場料: 500円 [小学生以下無料]

【雨天決行 ※荒天中止】

主催: ロハスフェスタ実行委員会 共催: 明石海峡公園管理センター

ペット同伴 OK!

総出展者数 約200店舗

公園入口で公園入園料とロハスフェスタ会場入場料のセット券を800円で販売いたします。(右図MAP★の2カ所で販売) ※シルバーの方のセット料金は、700円となります。

人と地球にやさしい「ロハスフェスタ」が3年ぶりに淡路島に帰ってきました! ここでしか出会えないハンドメイド作品やワークショップなど、みんなで楽しめるロハスなモノ・コトが大集合! 今回もロハスなライフスタイルをみなさんと広めていきたいですね。自分と地球への優しい時間をいっしょに過ごしませんか?

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

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

GOOD DESIGN

11th GOOD LIFE AWARD

環境省 第11回 グッドライフアワード・実行委員会特別賞 EXPO2025 1のち動の平衡賞

ロハスフェスタは上記のアワードを受賞しました。

- リサイクル資源をお持ちください
SDGs達成に向けて、ロハスフェスタではご家庭で捨てる天ぷら油や牛乳パックなどを有効活用しています。環境への配慮と共に、未来の子ども達にキレイな地球を残すための一歩として、ぜひご協力をお願いいたします!
◎使用済み天ぷら油 ◎牛乳パック ◎古本 ◎紙袋 ◎Tシャツ(新品)
- マイ食器・マイコトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください
お皿やお箸、水筒などをご持参いただくことでゴミの量が格段に減り、CO2の排出量を抑えることができます。ご自宅から、お気に入りのものを持って、オシャレにロハスグルメをお楽しみください。
- 使わなくなった衣服・食器をお持ちください
モノが循環する豊かな社会づくりを目指した、物々交換スペース「xChange」(エクステンジ)。もう使わないけど、「誰かが欲しいかもしれない」アイテムを持ち寄り、思いモノを繋げていきましょう。

場所 淡路島国営明石海峡公園 芝生広場 [兵庫県淡路市夢舞台8-10]

日時 2024年10月5日[土]・10月6日[日] 9:30~17:00(入場券販売は16:30まで)

入場料 500円 [小学生以下無料] 雨天決行・荒天中止

※別途公園入園料 大人(15歳以上)450円、シルバー(65歳以上)210円、中学生以下無料が必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名は、ロハスフェスタ入場料半額、公園入園料無料 ※イベントの内容は予告なく変更する場合がございます。

詳しくは下記公式ホームページにて。会場での協力・ご注意事項などは公式WEBにてご確認ください。

https://lohasfesta.jp/ ロハスフェスタ 検索

f LOHASFESTA x LOHAS_FESTA

デコ活 公共交通機関をご利用ください

開催中は駐車場の満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の出入庫に数時間かかる場合があります。

VINTAGE MARKET

万博 蚤の市

春の初開催に続き、今秋も開催。
アンティーク・ヴィンテージ・古家具・古道具・古着が100店舗以上集まります。時代を超えた魅力が詰まったアイテムと、趣向を凝らしたディスプレイ。万博記念公園の豊かな自然が織りなす唯一無二の空間をお楽しみください。



ヴィンテージマーケット 出展店舗一部紹介

- ・ Furniture
- ・ Tool
- ・ Pottery
- ・ Fashion
- ・ Tableware
- ・ Food
- and more



れいゆうる rayures
大正期のNontakeグリーンとアイボリーの美しいグラデーションカップ&ソーサーなど。



sunrise*sunset
1970~90年代の年代によって顔つきが違い色褪せない可愛さのスヌーピー達。



COACHELLAHEAD STORAGE
陶器の素晴らしい雰囲気や温もりのある色味など、個性豊かな食器。



円ら with valo
明治から昭和初期の小さな古家具、植物の販売。



セヌフォ堂
1本の木から削り出して作られたアフリカスタイル(セヌフォスタイル・トンガスタイル他)。



REISEBUCH(ライゼブーフ)
1960-1970年代の種類も豊富で状態の良いヴィンテージアクセサリー。



MOKUME
ROLEXなど、1940年~70年代ごろに製造されたヴィンテージ腕時計。



ドット
Dinkyなどの動く車を中心とした1950~60年代のイギリスヴィンテージミニカー。



はま太郎
ゴツゴツとしたデザインで人気のキンバリーマグなど。



AXCIS CLASSIC
産地心地、デザインがイチャイ。1960~80年代のアーコール社の椅子。



GRACE
Villeroy & Bochの歴史あるドイツ製ディナープレートとデザートプレート。



FARMFEST Antiques
リアルなサビが魅力、当時物のアドバタイジング。



旅する古物商 -hito.to-
地球儀や切子のライト、ベトナムで買った天祥のようなオブジェなど。



BLOEM MOOI
1900年代、華やかで可愛いデザインの北欧食器。



CAFE2008
ライフスタイルに合わせて使えるカゴバッグ等。

ステージにて
ジャズライブ
Re-Vintage Jazz
開催

2024 **11.8 fri 9 sat 10 sun**

9:30~16:30(当日入場券販売は16:00)
小雨決行・雨天中止

万博記念公園 東の広場

大阪府吹田市千里万博公園1-1

前売り券 ¥700 / 当日券 ¥1,000

【主催】City Life 【企画・協力】エムズプランニングオフィス



Vintage Market事務局
(シティライフNEW内)
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23
[TEL] 06-6338-0641
[FAX] 06-6368-3505

公式 Instagram

vintagemarket.bampaku
VM_bampaku
vintagemarket_bampaku



11/9(土) 21:00まで
お得な前売り券発売中
「公式WEB」にてご確認ください。



※別途公園入園料(大人260円・小中学生80円)が必要 ※イベントは予告なく変更になる場合がございます ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と、介助者1名はお一人あたり500円となります。(当日券のみ、前売り券は割引対象外となります。) ※本会場へのペットの同伴は不可となります。 ※その他会場のご協力・ご注意いただきたい点は公式WEBにてご確認ください。



江坂駅から徒歩4分 職人が素材にこだわって 作る実力派ベーカリー

江坂駅前、新御堂筋沿いにある「パン屋 トラのしっぽ」。職人が素材にこだわって作るパンがスイーツ系から惣菜系まで豊富にラインナップ!テイクアウトはもちろん、店内には広いイートインスペースを完備。さらに朝は8時から、夜は20時まで開いているのも嬉しい。ぜひ一度足を運んでみて!

- Menu**
- 湯だね食パン……1斤320円/ハーフ160円
 - ベーコンポテト……300円
 - 安納いもとアップルデニッシュ……350円
 - 丹波の黒豆と紅はるかのビスキー……210円
 - あんフランス……210円

特典

- 「シティライフを見た」で
- 店内全品 お会計より**10%OFF!**(9月末まで、他券併用不可)



(上)左上の「ベーコンポテト」が一番人気!丹波の黒豆と紅はるかを使用したビスキーなど、センスの光るパンが並ぶ。
(左)小麦粉を熟湯でこね、小麦の甘さを引き立たせた人気の「湯だね食パン」。

パン屋 トラのしっぽ

吹田市江坂町1-13-46
営/平日8時~20時
土祝10時~20時 日曜日休
北大阪急行「江坂」駅
1番出口から徒歩3分
☎06-6155-8187



中央市場の鮮魚で満腹 土日のみ営業の秘密基地

茨木の中央卸売市場の隣、「こだわり食材市場」の2階で、土日のランチタイムだけオープン!中央卸売市場すぐの立地だからこそ提供できる鮮度バツグンの海鮮メニューやふっくら肉厚うなぎが人気!うなぎ・海鮮丼はテイクアウトもOK!知る人ぞ知る「秘密基地」のため、事前予約がおすすめ!



- Menu**
- ふっくら鰻のうなぎ……2,200円
 - 炭焼き 三河鰻膳……2,980円
 - 市場の海鮮ど〜ん……2,680円
- 特典**
- 前日までの「公式LINE」予約で「シティライフを見た」と入力すると左記のメニューから**200円引き!**(9月末まで、他券併用不可)



ふっくら焼き上がった鰻に自家製たれで香味増々の「うなぎ」。愛知県三河産・活け鰻をじっくりと炭火で焼き上げた「炭焼き 三河鰻膳」。

うなぎと海鮮丼 米と魚たち 北部市場店

茨木市宮島1-2-1
こだわり食材市場A206
営/11時~15時 (LO14時半)
土日のみ営業 P無料(2階) 禁煙
☎090-8218-3705



今食べたい 北摂グルメ Guide



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、子ども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!



日替わりアブサラ定食(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。

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1杯分を無料!**または、おかわり自由ドリンクバー300円→**120円!**(9月末まで、他券併用不可)

野菜とつぶつぶ アブサラカフェ

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



新登場 兼六園セット

兼六園セットは平日ランチは除く、ディナー・週末のみ提供です。

大とろ・のど黒・能登ふぐ・能登おおりいか・国産うなぎ
いくら軍艦・かに身・白身・玉子
小鉢2種
ミニデザート
お味噌汁

テイクアウトメニューをリニューアル!
詳細はHPから

クーポン利用で

3,465円 → 3,000円 (税込)

スペシャルクーポン①

この記事持参で
兼六園セット
3,465円 → **3,000円(税込)**

※兼六園セットは平日ランチは除く、ディナー・週末のみ提供です。
※2024年9月末まで※他券併用不可
※1会計6名様まで使用可
※吹田グリーンブレイス店のみ

スペシャルクーポン②

この記事持参で
5,000円以上お買い上げで
テイクアウトセットメニュー
10%OFF

※2024年9月末まで
※他券併用不可
※1組1枚のみ使用可
※吹田グリーンブレイス店のみ

金沢おいしん寿司 吹田グリーンブレイス店

吹田市片山町2-3-9
吹田グリーンブレイス
月~金: 11時~15時 (L.O.14時半)
17時~21時半 (L.O.21時)
土日祝: 11時~21時半 (L.O.21時)
TEL 06-6386-1144
http://www.maimon-sushi.com

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 コープ共済 基本の保障 《たすけあい》

CO-OP《たすけあい》はその名の通り、組合員同士の助け合いの気持ちで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

ホテルアイボリー

敬老感謝・ご家族で シルバーウィーク9月フェア

樹齢600年 樞の木など、癒しのひとときが過ごせる洋食レストラン「パントリー」、
京都伏見の酒蔵をリノベーションした和食レストラン「新免館」で
“これぞ豊中の旬”をお召し上がり頂けます。

お子さんには!
新免館 茶巾寿司作り体験教室

**色鮮やかな茶巾寿司を
和食職人と一緒に作ろう**

茶巾寿司作り体験付
お子様ランチ 1,980円

9月の土曜・日曜・祝日 11時~11時半/17時~17時半
(1日・7日・8日・14日~16日・21日~23日・28日・29日)
※小学生以上対象 ※お子様向けココットをお貸しします

9月の土日祝日限定

パントリー・新免館でお子様ランチをご注文の方限定で
スーパーボールすくい & くじ引きを1回無料

パパママ親孝行!
おじいちゃんおばあちゃんには!
「敬老イベント」

9/20(金)1日限定
秋の味覚フェア 3,300円を
お食事された方(70歳以上限定)で
特製カレープレゼント

先着50名様限定

新免館
**ウイスキー
山崎ハイボール1杯 660円**

特典

「シティライフを見た」で、
パントリー・新免館で
白ワイン(グラス)を1杯サービス
(9月末まで、御食事された方・成人限定)

ホテルアイボリー・新免館

豊中市本町3-1-16 TEL.06-6849-1111

営業時間/パントリー 11時~14時
(夜はご予約のみ)
新免館 11時半~14時/17時半~20時
(L.O.閉店30分前)

不定休 レストランご利用時 提携駐車場1時間無料

10/5(土)
西村由紀江
ディナーショー
トークゲスト
円広志
OPEN 18時~
好評発売中

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
蛸池店	豊中市蛸池中町2-4-17	☎06-6843-0589
桜塚店	豊中市桜塚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



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!



(左)タンドリーチキンランチ(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!**
(9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!「タンドリーチキンランチ」は、暑さの続くこの時期にオススメの一品!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



新鮮さが自慢!ボリューム満点の「ランチお造り定食」。



インパクト抜群の「秋刀魚天丼」! 産業道路沿い、茨木警察署の隣。

銀蔵 茨木中穂積店

茨木市中穂積1-6-51 禁煙
営/10時半~20時(LO19時半)
9月休み:5(木)、12(木)、
19(木)、26(木)
※営業時間・休業日の変更などは
Instagramにて。
☎070-8397-1316



大阪府中央卸売市場仲買直営 茨木店で「1,100円」イベント開催

「海鮮ランチなら銀蔵でしょ!」でお馴染み!メディアでも多数紹介されている箕面の人気定食屋「銀蔵」が茨木にも登場!10時半~20時までの通し営業なので、いつでも海鮮定食や井などのメニューが楽しめる。9月28日(土)、29日(日)は、通常1,200円~1,580円のメニューが1,100円になるおトクなイベントを開催!茨木中穂積店限定イベントなので、ぜひこの機会に足を運んでみよう!

Menu

- 銀蔵特選お造り定食……………2,178円
- 天然お造り5種盛り定食……………2,068円
- 銀蔵特選海鮮丼……………2,178円

Instagram→

9月28日(土)、29日(日)は通常1,200円~1,580円のメニューが店内もテイクアウトも**オール1,100円!**
※一部対象外あり



三田屋【期間限定】9/1[日] — 11/30[土]

秋の味覚ランチコース

3,850円~

まだまだ暑さが残る9月。本格ステーキ・名物ハムのオードブル・ピアノの生演奏……。ゆったりとした空間で夏の疲れを癒していただきたく、今回は「秋の味覚ランチコース」をご用意いたしました。こだわりのメニューで心とお腹が満たされる、幸せな時間をお過ごしください。

秋の味覚ランチコース内容

- 三田屋ハムのオードブル/サーモンのたたき/季節のサラダ/ビーフコンソメスープ/黒豆/ステーキ/ごはん、梅干/パフェ
- 栗のジェラート/コーヒーまたは紅茶

上記メニューは三田屋箕面と豊中のみで、他の三田屋では実施しておりません。

ステーキ 三田屋本店

豊中市西泉丘3-8-12 P有
☎06-6867-6780

豊中
豊中市東泉丘3-8-12 P有
☎06-6867-6780

箕面小野原
箕面市小野原東3-9-35 P有
☎072-728-7878

テイクアウトメニューも充実詳しくはこちら



石焼での提供なので、最後までアツアツのまま食べられる。卵をかきまぜたり卓上の調味料でアレンジしたり、様々な味変を楽しもう。

元祖石焼チゲ 旨辛ラーメン専門店JanJan

吹田市日の出町2-1
営/平日11時半~14時
17時~22時
(土日祝)11時半~22時
不定休 Pなし 全席禁煙
☎06-6836-8834
Instagram@janjan_suita



NEW OPEN 牛ホルモン・極厚チャーシュー 豚・海鮮を楽しむ旨辛チゲ

今年8月1日にオープン。石焼で様々なチゲラーメンが味わえると評判が広がっている。厳選した味噌や韓国唐辛子、牛脂、魚醤、ニンニクなどから作るスープは、ピリ辛かつ旨みが詰まった深い味わい。長崎和牛のプリプリ小腸や新鮮な海鮮との相性も抜群だ。チーズトッピングや辛さも調整できるので、自分好みの味にカスタムできることも嬉しい。辛さが苦手な方向けの旨白チゲらーめんもおすすめの一杯。

Menu

- 名物!!旨辛!長崎和牛ホルモンチゲらーめん……………1,250円
- 旨辛ポークチゲらーめん……………1,150円
- 旨辛海鮮チゲらーめん……………1,450円
- 旨白長崎和牛ホルモンチゲらーめん……………1,250円
- ご飯と韓国海苔セット……………+150円

秋の収穫祭

りんごとクルミのパン
りんごとクルミのマフィン
洋梨のデニッシュ
簡単アップルパイ

PROFOODS AUTUMN FAIR 2024
2024.8.29Thu ▶ 11.4 Mon

期間限定 SALE
おすすめ商品 お買い得!

冷凍生地で作る簡単!アップルパイ
ベラミーズパイシート
フレッシュバターを100%使用し、144層に折り込んだ冷凍パイ生地。
150g×2枚入 / 853円 ▶ 745円

〈DLA〉フルッタデコールアップルシナモン
しっかりとした果実感。低糖度で自然な味わい。
610g / 1,322円 ▶ 1,180円

店内にてレシピ配布中
冷凍生地で作る洋梨のデニッシュ
820g / 1,180円 ▶ 1,080円

プロフーズアプリ限定クーポン配信中

季節限定 プロフーズオリジナル手作りキット

PROFOODS ORIGINAL HOMEMADE KIT

- コーヒーカップシフォンキット 9個分 680円
- ロイヤルミルクティーのシフォンケーキキット 直径約17cm 1台分 750円
- 黒猫のマフィンキット 8個分 900円

ごはんのおとも 2024

MYおとも選手権 投票期間 8/29~11/4

店内にある投票用紙で、好きだ!もしくは食べてみたい「ごはんのおとも」を選んでご投票ください。抽選で10名様に「ごはんのおとも詰め合わせ」をプレゼント! ※発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。 ※「ごはんのおとも」は全14種あり

- 〈澤田食品〉ゴロっと北海道タテの焦がし醤油ふりかけ 55g / 533円 ▶ 498円
- 〈サンゼフーズ〉せんじがら(豚肉みそ) 100g / 864円 ▶ 838円
- 〈広島魁山豊〉かき入りのり佃煮 160g / 642円 ▶ 578円

PROFOODS SPECIALTY SHOP FOR HEARTY COOKING

家庭で作るパン・和洋菓子の材料、世界と日本のこだわり食品の店

プロフーズ大阪箕面店
箕面市小野原西3-20-20
営/10時~19時 無休(正月を除く)
☎0120-41-2622 ☎072-728-0700
ネットショップ: www.profoods.co.jp

感謝の気持ちもいっぱい!プロフーズの誕生祭
お祝いSALE開催!たのしい5日間
10.10(木曜日)~10.14(月曜日)
期間中ポイント5倍!

SOCIAL

ニュータウンに新たな地域交流の場 「千里ヒトハコラボ」9月開館



4月14日に開催した第1回説明会と交流会の様子



千里ヒトハコラボ内の「みんとしょ」完成イメージ

みんなで作る、みんなの図書館

かつてのニュータウンの面影が残る新千里南町近隣センター(豊中市)に、新たな私設図書館「千里ヒトハコラボ」がオープンする。9月1日のグランドオープンに向け、着々と準備が進められている最中だ。同施設は全国に80カ所以上ある「みんなの図書館」の仕組みを採用し、「一箱本棚オーナー制度」を導入している点が特徴。月額利用料を支払いオーナーとなった地域住民が、縦横35cmの自分の棚に好きな本を並べることができる。

地域のつながりを生む 新たな居場所として

千里ヒトハコラボには図書スペースのほか、カフェやミーティングのスペースが用意されており、各種スペースの一角で

イベントやワークショップも開催できる。定番は本棚オーナーが交代制で担う仕組みで、オーナーたちの創作物などを販売する「チャレンジショップ」の導入も計画 중이다。

プロジェクトを主催するのは、「千里キャンドルロード」や「灼熱!ウォーターバトル」など地域密着型のイベントを多数実施してきた市民グループ。発起人の一人である大阪芸術大学の吉武宗平教授によると、千里ヒトハコラボは「まち暮らしの実験場」との意味合いもあるという。

「これまで関わった市民イベントを経て、日常の中でも人々がつながり楽しめる場づくりができないかと考えるようになり、仲間とアイデアを練ってきました。千里ヒトハコラボの活動は、本棚オーナーさんたちのアイデアと行動力に委ね、運営者サイドは少しでもサポートをするイメージです。まち暮らしが今よりも少し楽しくなるような、みんなの居場所になればと思っています」

地域の方で作り上げる 新しい試み

開設場所である新千里南町近隣センターは、かつて大阪万博が行われた1970年に竣工。まさに千里ニュータウンを見守り続けてきた存在だ。そんな街の歴史が刻まれた場所を、主催者やオーナーたちも改装作業に参加しながら、街のにぎわいを生み出す新たな空間として生まれ変わらせた。他方で、総額600万円にも及んだ改装費・初期費用の半分は運営者側が負担し、現在は残りの資金をクラウドファンディングで調達すべく奔走している。本棚オーナーの募集や資金の確保がこれからの課題だ。

「いま住んでいるまちでの暮らしを、自分の力でもう少し楽しいものにしてみたいと思ったら、ぜひ千里ヒトハコラボに関わってみてください。人それぞれ、いろいろな関

7月20日に開催した本棚塗装時の様子

わり方があると思います。年齢、職業、性別は問いませんので、まずは気軽に遊びに来てください」と呼びかける吉武さん。地域の力を結集して作り上げる新しい試みが、千里ニュータウンにどのような変化をもたらすのか、今後の展開が注目される。

SOCIAL

池田市 女性の自己選択支援として 卵子凍結費用の助成を決定

池田市では、女性の「自分らしい生き方や働き方」を応援し、女性の自己選択を支援するために、将来の妊娠や出産に備えるための卵子(未受精卵子)凍結に係る費用の助成を開始した。キャリアと子育ての両立などに悩む女性が多い中、妊娠の時期の選択肢を増やすことで多様なライフスタイルを応援したいとしている。 卵子の凍結保存は、もともとがんなど病気の治療によって卵巣機能への影響が予想される場合に行われてきたが、卵子の量と質が年齢とともに低下し不妊の原因にもなるため、最近では健康な女性が将来の妊娠に備えるために高額な費用をかけて行うケースが目立っている。東京都で昨年秋から同様の

助成を始めているが、市単位での助成は全国に先駆けた支援になる。対象者は、将来的に子どもを望む18歳から39歳までの女性。卵子準備のための投薬、卵子凍結(1年間の凍結保存の維持を含む)にかかる費用を1人1回限り20万円まで、保存にかかる費用を継続1年ごとに2万円(5回まで)補助する方針を決めた。

- 【助成対象者】
- ・採卵日において18~39歳の方
 - ・採卵日、申請日ともに池田市に住民登録があること
 - ・未受精卵子の凍結保存または保存継続に係る一連の処置が終了していること
 - ・申請日において、市に納付すべき税の滞納がないこと
 - ・他の法令等の規定により、医療給付や費用助成を受けていないこと
- ※不妊症の診断を受けており、不妊治療を目的とした採卵・卵子凍結を行う方は、同事業の対象外。

SOCIAL

北摂7市でふるさと納税共通返礼品 万博花火のチケットが対象 北摂では初

ふるさと納税制度で、複数の自治体が協力して「共通返礼品」を取り扱う動きが各地で広がっている。新制度移行で返礼品が「地場産品」に限定され、特産品が乏しい自治体でも寄付を集められるよう導入された仕組みで、北摂エリアでも初めてとなる共通返礼品の販売が始まった。

返礼品は11月23日に万博記念公園で開催される「万博夜空がアートになる日2024」(主催:万博花火プロジェクト実行委員会)の花火鑑賞チケットで、4種のチケットが販売されている。この共通返礼品として認定した市は、高槻市、茨木市、摂津市、吹田市、豊中市、箕面市、池田市の

7市。万博花火の主催者は「花火が上がると前向きな気持ちを観る人の心に芽生えさせます。昨年の初開催でも多くの方から喜びの声をいただきました。実行委員会では、この万博花火を起爆剤に北摂全体を活性化したい」と話す。このチケットは万博花火のホームページから各市のふるさと納税のページに移動し、寄付購入ができる。



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」「磔」がある。2018年句集「木簡」で読売文学賞受賞。日本文藝家協会会員。

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

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

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

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

7月25日締切りでご投稿いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

「佳作」
日は高し早苗それぞれ影を待つ
カラメルを掬ふ匙より秋に入る
花栗やスプレー缶の空気穴
梅雨晴間軋む裏木戸開けにけり
早朝の一期一会や蓮の花

高槻市	宮本 正章
茨木市	暖井 むゆき
吹田市	押見 げげ
和泉市	押見 げげ
河野	善江 寛
摂津市	秋山 寛

岐阜市 ばんかおり
吹田市 秋山 寛

「入選」
白蒸しをぎょうさん提げて白餅
「ぎょうさん」が全てを物語ってくれています。白餅の人物もよく見えます。
とうすみや双眼鏡に足すコイン
今でもあの双眼鏡はあるのでしょうか。少年時代を思い出してしまいました。
大の字に猫が寝ている夏廊下
夏の廊下なら許せるでしょうか。家族の一員となっている猫です。
雲の峰前へ前へと乳母車
目的地と時間が決まっています。雲の峰がお母さんを応援しているようです。
麦星や海老丸くなるフライパン
「麦星」は麦秋の頃に見られる星。厨では海老料理が出来上がってゆきます。

豊中市	山上 秋葵
和泉市	押見 げげ
豊中市	小倉 佳子

俳句 / HAIKU

「つぶやき評」
提出する際にやってほしいことは、声に出して読んでみるといいことです。首読してリズムが悪いと思えば、言葉を入れ替える。助詞にひっかかるのであれば、一字修正。そうすると、気持ちよく作品と向き合えます。

「優秀賞」
おきあがりこぼしの微笑秋近し
日野市 平井 都々

暑い夏も終わり、秋が感じられるようになりました。そんな時にふと見たおきあがりこぼし。微笑んでいました。このささやかな発見と出会いが、さらに秋の入口へと誘ってくれています。

City Life NEWS

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



シティライフNEWS
で検索

MONTHLY OF TOPICS

うめきた大規模開発事業「グラングリーン大阪」 9月6日に商業施設エリアが先行まちびらき

JR大阪駅北西にある貨物ヤード跡地にて進められている大規模開発事業「うめきたプロジェクト」。2期地区開発事業として進む「グラングリーン大阪」の商業施設エリア「グラングリーン大阪 ショップ&レストラン」がいよいよ先行まちびらきを迎える。ターミナル駅直結の都市公園として世界最大級の規模となる「うめきた公園」をはじめ、国内外から注目を集める大型複合施設となる。

西日本最大のターミナルエリアである梅田。百貨店や駅ビル、ホテルなど、関西を代表する施設が立ち並ぶ中、各所では再開発も盛んに進められてきた。中でも、約24haに広がる大阪駅北西の貨物ヤード跡地の再開発は、産学官連携の「うめきたプロジェクト」と名付けられ、2002年からス

スタート。「大阪、関西の発展をけん引し、日本の国際競争力を強化する新たな拠点」（大阪市ホームページ）を掲げた一大プロジェクトとなっている。

2013年4月には、1期地区開発事業として「グランフロント大阪」がオープンし、いまや一日平均15万人が訪れる大阪の



玄関口となった。「グランフロント大阪」よりさらに北側のエリアは、2期地区として開発が進み、昨年2月、「グラングリーン大阪」と命名された。

「グラングリーン大阪」の中心は、大阪駅すぐの立地に広がる45,000㎡の公園「うめきた公園」だ。敷地内や周辺には、ショップ、レストラン、オフィス、ホテル、住宅などが並ぶ予定となっている。「『みどり』と『イノベーション』の融合」をコンセプトとし、「まちでの出会いが、様々な価値を創造し、持続的にみんなと社会全体を良くしていくこと」（グラングリーン大阪ホームページ）を目指す。

商業施設部分の名称は「グラングリーン大阪 ショップ&レストラン（GRAND GREEN OSAKA SHOPS & RESTAURANTS）」となり、「公園内施設」、「北館」、「南館」により構成される。9月6日には、「うめきた公園」（サウスパーク

の全面・ノースパークの一部）及び北館19店舗が先行開業。関西初出店のハワイ料理店「ISLAND STYLE CAFE & GRILL Koko Head cafe OSAKA」や、結婚式ができるカフェ・レストラン「THE JACKSON GARDEN」がオープンする。また、「TULLY'S COFFEE」と書店「有隣堂」がコラボレートした新業態店舗や、植物・アクアリウムを中心としたホームセンターコーナン初の都市型店舗「gardens umekita」など、これまでにない新しいコンセプトを打ち出した店舗がラインアップしている。

「グラングリーン大阪」は、9月の先行開業を経て、25年春頃に「南館」（南街区のオフィス・ホテル・中核機能施設・商業施設）が開業、27年春頃には公園全体が開園し、27年度中の全面開業を予定している。国内外から多くの人々が訪れる梅田エリアの新たなランドマークとして期待がかかる。

SOCIAL 西日本初 豊中市とJAL SAFに関する連携協定を締結

豊中市と日本航空株式会社（JAL）は、持続可能な循環型かつ脱炭素化社会の実現を目的に、連携して家庭系の廃食油を回収する「廃食油を原料とした持続可能な航空機燃料製造推進に関する連携協定」を締結した。「SAF」とは、Sustainable Aviation Fuelの頭文字をとったもので「持続可能な航空燃料」と訳される。原料の生産・収集から、製造、燃焼までのライフサイクルで、従来の航空燃料に比べて温室効果ガスの排出量の大幅な削減が期待できるとともに、既存のインフラをそのまま活用できる航空燃料である。自治体と航空会社が連携して廃食油を回収してSAF化する取り組みは、西日本では初めての試みとなる。



各家庭専用の回収ボトルで集めた廃食油を、豊中市内の店舗に設置された「すてる油リサイクルBOX」に流し、空になったボトルは自宅に持ち帰って繰り返し利用できる。たまった廃食油はSAFなどの製造工場へ航空燃料へと作り変え、航空会社によりCO2排出量抑制のために使用される。国内初となる堺市内のSAF製造プラントは、2025年に運用開始予定で、それまではバイオディーゼルなどの燃料に精製される。8月3日（土）よりダイエーが運営するグルメシティ庄内店（庄内西町）で廃食油の回収をスタートし、今後、イオンフードスタイル豊中庄内店など豊中市内の他店舗にも回収拠点を増やしていく予定だ。



SOCIAL 大阪府内どこでも使える 大阪防災アプリとは

防災情報を知らせるウェブの「おおさか防災ネット」や「防災情報メール」に加えて、スマートフォン等で利用できる「大阪防災アプリ」が2024年1月から提供されている。大阪府域や府内市町村の気象注意報や警報、地震・津波・台風に加え、熱中症や線状降水帯、自治体からの避難情報など、多様な防災情報に対応。日常の雨雲の状況やもしもの時のハザードマップ、災害時にお

ける避難所への経路を確認できるほか、スマートフォンのGPS機能を利用して、土地勘がない人でも府内どこでも、現在地の防災情報等をプッシュ通知で受け取れる。また、多くの人々が利用できるよう「英語」「中国語（簡体語・繁体語）」「韓国・朝鮮語」「やさしいにほんご」にも対応している。



FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO Vol.60

オーストラリアの
フューチャーソウルユニットが放つ、
熟慮と漂流を経て完成させた
自由で優美な作品

ALBUM

Love Heart
Cheat Code

ARTIST

Hiatus Kaiyote
(ハイエイタス・
カイヨーテ)



BRC758 Beat Records / Brainfeeder

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

今年はアメリカでBeyonceやPost Maloneがカントリーアルバムを出し、音楽の垣根を超えた作品が話題となっていますがThe BamboosやDojo cutsに、最近ではParcelsに30/70とソウル、ファンク系の素晴らしいサウンドを輩出しているオーストラリアから1枚。今回ご紹介するのは2011年にオーストラリア・メルボルンで結成されたフューチャー・ソウル・ユニット、ハイエイタス・カイヨーテの最新アルバム「Love Heart Cheat Code」。これまでにグラミー賞3度ノミネート、個性的なボーカリスト、ネイ・パームと脇を固める抜群の演奏陣。それがハイエイタス・カイヨーテ。その最新作です。ソウルマナーを基調とはしていますが、音楽の優美さ、表現の素晴らしさ、何より現実から解放され自由を獲得する喜びさえ感じられるような気持ちにさせてくれる作品です。おすすめは#5の「Everything's beautiful」。

Hiatus Kaiyote (ハイエイタス・カイヨーテ) / 紅1点で強烈な個性を放つギター・ヴォーカルのネイ・パームらの4人。2011年メルボルンで結成。2015年5月、セカンド・アルバム『チェーズ・ユア・ウェポン』を世界リリース。iTunes R&B/Soulアルバム・チャートにおいて6カ国で1位を記録。世界中の音楽ファンをうならせ、次世代を切りひらく唯一無二の存在として、かつてない注目を集めるバンドへと大躍進を遂げた。

SELECT DJ

吉村 昌広

YOSHIMURA MASAHIRO



1973年9月23日生まれ、大分県出身。学生時代からヒップホップのダンスバトルMCとして活動、1998年よりラジオDJのキャリアをスタート。2004年からは大阪に拠点を移し、FM802のDJとして主要番組を務める。映画「ワイルドスピード」シリーズの声優（リコ・サントス役）をはじめ、映像やゲームなどのナレーションも数多く担当。この春FM COCOLOに移籍、日曜の顔として新たなキャリアをスタートさせる。趣味はスポーツ全般、中でも近年ストックに取り組んできたのがランニング。フルマラソンはサブ3（3時間以内で走破）レベルで、世界6大大会制覇を目指して東京マラソン、ニューヨーク・マラソンに続き現在はスカゴ・マラソン出場を準備中。※現在の担当番組「SUNDAY IN THE PARK」(日)10:00~14:00

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 9/18 (水) 10時-12時 9/21 (土) 14時-16時 9/28 (土) 14時-16時

新NISA、iDeCoの解説、お金の貯め方・増やし方、保険の選び方をはじめ、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。

個別相談でスタバチケット500円分プレゼント

参加無料



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

絶景ピラティス

at 大江戸温泉箕面観光ホテル展望デッキ

絶景を眺めながら、ピラティス指導歴9年以上の山本さんのレッスンを受けることができる“天空ピラティス”。最大4名のオーダーメイドレッスンで心身ともにリフレッシュしてください。

1レッスン(45分) 2,500円 入会金なし・時間帯はその都度選んでいただけます。
「シティライフを見た」で500円OFF ※10月末まで(要予約)



絶景ピラティス×天然温泉

ピラティスで汗を流し、温泉ですっきり! 最高デトックスプランです。

1日過ごせる特別プラン「シティライフを見た」で ※10月末まで(要予約)

ピラティス スーパーガーデン 2,500円 + 2,253円 = 4,753円 ▶ 4,000円 ※支払いは現金のみとなります。



TEL.050-7115-9255 Pあり

ピラティス利用のみは有料

【営業時間】 土日・9時~17時(最終レッスン16時) HPはコチラ▶▶▶ 箕面市温泉町1-1 大江戸温泉物語箕面観光ホテル 1F展望デッキ



OPEN SCHOOL 2025

- クラブ・授業体験会 +個別相談&校舎見学
[クラブ体験会] 8.31 sat・9.21 sat・10.19 sat 10:00 - 13:00
[クラブ体験会・授業体験会] 11.9 sat 13:00 - 15:00
学校見学会+個別相談 10.12 sat 10:00 - 13:00
入試説明会 +個別相談&校舎見学 11.17 sun・11.30 sat・12.1 sun 12.14 sat 10:00 - 13:00
週末相談会+校舎自由見学 12.7 sat 10:00 - 13:00



大阪学院大学高等学校 吹田市岸部南2丁目6-1 TEL.06-6381-6661

【普通科】・普通コース・国際コース 男女共学 【特進コース】・スポーツ科学コース www.ogu-h.ed.jp (大阪学院大学高等学校)



「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。

- 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
[] 副業を探している
[] 採点アシスタントとして働きたい

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

説明会のご案内
前日の17時までにご予約下さい。
9月3日[火] 10:00~ 学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]
9月11日[水] 10:00~ おにクル [JR茨木駅・阪急茨木市駅徒歩10分]
9月20日[金] 10:00~ クロスバル高槻 [JR高槻駅すぐ]
9月24日[火] 10:00~ 学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

直営教室講師・採点アシスタント説明会
直営教室では随時講師とアシスタントの登録をしております
9月10日[火] 10:00~ Gakkenスクエア 千里中央駅前校 [各線千里中央駅すぐ]
9月12日[木] 10:00~ 吹田SST教室 [JR岸辺駅すぐ]

幼児教室の先生も同時募集!
【仕事内容】 幼稚園・保育園にて2歳~小学校3年生を【時間】 週2回~、1日60分~OK 土日祝休み
対象に「もし・かず・ちえ」の指導 ※収入例 月収25,000円~76,000円
【資格】 保育士・教員免許保持者、経験者歓迎 【お申込み先】 株式会社学研エデュケーション 学研幼児教室 ☎0120-594-870

お子さんが小さくて外出しにくい方、日時の都合が合わない方もお気軽にお問合せ下さい。別途個別にご説明いたします。
学研教室 0120-889-100
受付時間/月曜~金曜日 9:00~17:00(祝休日を除く) 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

Gakken 秋の無料体験学習受付中

対象 幼児(年少・年中・年長)・小学生・中学生
教科 算数(数学)・国語・英語 ※英語については教室へお問合せください。
内容 学力診断テストと、2回の教室学習&家庭学習



入学準備受付中!
初めての塾は学研教室にお任せください
「楽しい」「もっと学習したい」という気持ちを引きだします

お近くの教室はこちらから

お申し込みお問合せは 0120-114-154

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時間ホームページよりお申込みいただけます

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



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

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m 通常2,200円を 1,100円! (税込)
ガーデンエクスプレス 大阪支店 茨木市桑田町4-1 9:00~17:00 072-665-8371

シティライフをご覧の方へ