

街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

# City Life 2

We are Planet Sailors. since 1986

FEBRUARY 2025  
vol.262

北摂WEST

吹田・豊中  
箕面・池田

1月31日発行 無料

ビターで  
スイートな幸せ

# 魅惑の チョコレート

表紙/撮影:山口真一

各界の専門家による講演会「北摂文化大学」受講生募集中/シティライフ主催 P.16-17掲載

ビターでスイートな幸せ

# 魅惑のチョコレート

もうすぐバレンタイン。濃厚なシヨコラやかわいいチョコクッキーなど、大切な人への贈り物にぴったりの様々なチョコレートをご紹介します。

豊中にあるフレンチの名店が手掛ける濃厚なテリーヌ。香り高いカカオの風味と心地よい苦み、クセになる甘さのバランスが秀逸で、チョコレート好きにはたまらない逸品だ。アレンジできるようにフランス産の塩がついており、少し振りかけると優しい塩気が絶妙にマッチ。冷蔵庫でよく冷やしてから食べるのがオススメ。



**ポワン**  
 豊中市上野東2-17-47  
 営/18時~22時半(LO19時)  
 日曜・月曜定休  
 ☎06-6152-8989  
 Instagram@accueillir.point



**ポワンのテリーヌ・ド・シヨコラ**  
 2,268円(オンラインショップで販売)

フレンチの名店から誕生した  
 香り高い濃厚テリーヌ



**菓子工房エピナルの生トリュフサンド**  
 378円(ダーク)

箕面で40年以上愛され続けている老舗洋菓子店。滑らかな口溶けのチョコのガナッシュクリームをバターたっぷりのクッキー生地ですاندした「生トリュフサンド」は、濃厚な味わいとサクサク食感が人気のスイーツ。旬のフルーツを使用したケーキや手土産に最適な焼き菓子のセットなども多数揃う。

**菓子工房 エピナル**  
 箕面市箕面6-6-8  
 営/10時~19時  
 水曜定休(祝日の場合は営業)  
 ※2/5、12は営業  
 ☎072-724-2248  
 Instagram@epinard.minoo



ガナッシュをチョコで包んでおり、外側はパリッ、中はふんわり滑らかな口溶けが楽しめる。

名物の生チョコと  
 ワッギーのハーモニーを楽しむ



**菓子工房エピナルのトリュフ・オ・シヨコラ**  
 1,782円(Regular)

お酒やコーヒーにぴったりの  
 ちょっと大人なシヨコラ

**Marc de Iguchido カフェまーるのお酒に合うチョコレート**  
 1,000円



**Marc de Iguchido カフェまーる**  
 <マール・ドゥ・イグチドゥ カフェマール>  
 池田市井口堂3-2-3  
 営/12~21時、土曜日曜は12時~18時  
 月曜・火曜定休 全席禁煙  
 ☎090-6249-4135  
 Instagram@marcdeiguchido



ソムリエの資格を持つショコラティエが作るチョコレートが揃う。カカオ入りの自家製グラノーラや赤ワイン漬のイチジクが入ったものなど全5種類からお好みの3つを選ぶことができる「お酒に合うチョコレート」は、お酒とのペアリングはもちろん、店内で提供される自家焙煎のコーヒーと楽しむのもいい。

**Marc de Iguchido カフェまーるのボンボンギフト 850円**  
 (左:佐藤錦のチェリーボンボン 右:シャインマスカットボンボン)



4月までの限定商品。大粒の佐藤錦・シャインマスカットを半年間ブランドに漬け込み、カカオ65%のガーナ産チョコレートでコーティングした贅沢なボンボン。

地元の人を中心に幅広い世代から愛されている洋菓子店の看板商品。ベルギー産チョコレートと九州産の生クリームを使用した生チョコは口溶けがよくなめらかな食感で、芳醇な香りと豊かな風味が楽しめる一粒に仕上がっている。チョコの他にも、手土産やお茶の時間を彩ってくれる焼き菓子などバリエーション豊かなスイーツが揃う。

**パティスリーピニオン 豊中店**

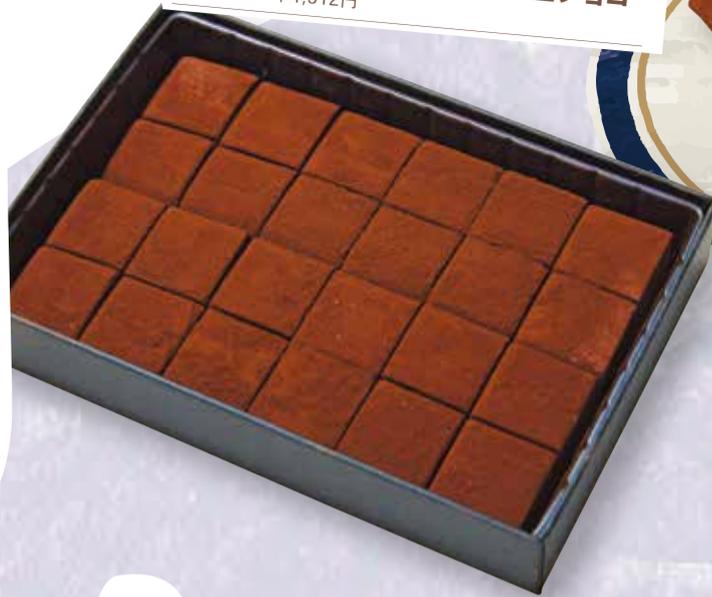
豊中市熊野町1-7-7  
 営/10時~20時  
 火曜定休  
 ☎06-6853-6640  
 Instagram@pignon1998



チョコと生クリームが織りなす  
 リッチな味わいを堪能

**パティスリーピニオン 豊中店の  
 本当においしいピニオンの生チョコ**

小832円・中1,512円



**patisserie e.m'sの  
 Valentine酵母グラノーラ**

各1,200円 (チョコレート・ホワイトチョコ)

**patisserie e.m's**  
 (パティスリー イードットエムズ)  
 豊中市曾根西町2-2-52 2F  
 営/11時~17時  
 不定休  
 Instagram@e.ms\_okashiya  
 ※店休日はInstagramで確認



個性豊かなスイーツ

素材な味わいを楽しむ

自家製バナナ酵母を使ったグラノーラは米粉と玄米粉から作るグラノーラにクーベルチョコをコーティング。ザクザクした食感が口ざわりよく、酸味が強めのいちごチョコやココナッツも入るバラエティ豊かな一袋だ。クッキー缶はしっとりほろほろ系やサクサク系など味・食感・形、様々な個性が詰め合わさったチョコクッキーが入る。コーヒーや紅茶と合う、甘さ控えめの一缶となっている。

**patisserie e.m'sの  
 バレンタインショコラクッキー缶**

3,200円 (大200g)



**シェ・ナカツカの  
 究極のブラウニー**

350円

世界的に名高い「ヴァローナ社」のチョコレートを使って焼き上げる「究極のブラウニー」はしっとり濃厚な風味。数種類のナッツをトッピングしており、カリッとした食感を楽しむこともできる。「フォンダンショコラ」は少し温めると中からトロリと溶け出すチョコが魅力的。限定商品ながら毎年売り切れてしまうほどの人気商品だ。



**シェ・ナカツカの  
 フォンダンショコラ**

1,447円 (※千里阪急限定商品 (バレンタイン期間のみ))

スイーツ好きが唸る  
 毎年人気の濃厚チョコ



**シェ・ナカツカ**

箕面市坊島4-10-4  
 営/10時~20時  
 定休なし  
 ☎072-720-3636  
 Instagram@chez\_nakatsuka



# チョコっと



# C A C A O カカオをひもとく

チョコレートの原料・カカオ。「体にいい」というのはなんとなく知ってるけど、実際にどんな効果があるのか、知らない人は多いのでは。おいしいだけじゃないカカオの秘密をひもときます。

## 高カカオチョコを食べて健康なチョコライフを

チョコレートの中でもカカオの含有率が70%以上のチョコは「高カカオチョコ」と呼ばれ、体に良い食品として注目されている。チョコ売り場で並んでいる「カカオ70%」「C A C A O 80%」などと書かれているパッケージの商品を見たことがある人も多いため、含有率が高いものほど甘さは控えめで、食前・食間に摂ると血糖値が安定しやすい食品として注目されている。

### チョコができるまで

- 1 ミキサーでカカオマス、カカオバター、砂糖、ミルクなどを混ぜ合わせる。
- 2 専用の機械で微粒化・練り上げをしてなめらかな舌触りと香り出しをする。
- 3 温度を調整後、型に流し込み、冷やし固めて完成。

### 【チョコレートの原料】



#### カカオマス

カカオ豆を焙煎・粉砕して外皮を除いた「カカオニブ」をすり混ぜて液状化し、個体にしたもの。これがカカオ100%のチョコ。



#### カカオバター

カカオニブから絞り出した脂肪分。チョコが口の中でとろけるのは、カカオバターによるもの。

その他材料…砂糖、ミルク、バニラ など

**カカオは神の木!**  
カカオの木は高温多湿の熱帯で育ちます。学名は「神様のたべもの」を意味する「テオブロマ・カカオ」。古くから神秘的な食べ物とされてきました。



### チョコっとと雑学

**ご長寿さんはチョコ好きが多い!?**  
ギネスの最高齢記録保持者であるフランス人のカルマンさん(1997年没・122歳)は、週に約900gのチョコレートを食べていたというウワサも。

### 【カカオが含む栄養】

#### カカオポリフェノール

植物が外敵から自分を守るために出す、苦味などの抗酸化物質。体内で増えすぎた「活性酸素」などの有害物質を無害に変える働きがあり、生活習慣病の予防に役立つとされている。

#### カカオプロテイン

消化吸収されずに大腸まで届くタンパク質。腸内細菌のエサとなり、大腸の働きが活性化し、がんや糖尿病などの予防も期待できる。

### メリットいっぱい!

## カラダがよろこぶカカオ



#### 便通を改善

腸内環境を改善して便のカサを増やすことで、排便がスムーズになるとされている。



#### ストレスの軽減

リラックス効果とカカオポリフェノールによる血流改善で心身ともにストレスが軽減するといわれている。



#### 脳の活性化・認知症予防

集中力アップなど脳の活性化や認知症の予防につながると思われる。



#### 高血圧の改善・予防

血中に取り込まれることで、血流の改善につながるそう。



#### 動脈硬化の予防

悪玉コレステロールの発生を抑え、善玉コレステロールを増やすといわれている。

**1日5回の摂取を目指そう**  
毎食前3回と食間2回の5回が理想のタイミング。カカオは糖質の吸収を緩やかにする作用があり、食前に摂ることが良いとされる。またカカオ成分の作用時間は2〜3時間しか持続しないため、分けて食べるのがベストだそう。

**摂取は1日約25gを目安に**  
高カカオチョコは1日約20〜30gが目安とされている。ただし、脂質やカフェインを多く含むものもあるため、食べ過ぎには注意しよう。



[編集部調べ]

## C A C A O

## 広がるカカオ

チョコレートだけじゃないカカオの楽しみ方。イロイロ取り入れてみよう!

### スパイス&ハーブでおからが絶品 薬膳スパイスカレー [864円]



まろやかな味わいとスパイスな辛さが特徴。京都のおからをふんだんに使用し、厳選したスパイスやハーブを加えたヘルシーなカレー。1袋あたり106kcalと低カロリーなのも嬉しいポイント。



### カカオ生コーラ [1,620円]

コーラナッツの代わりにカカオを使用したクラフトコーラ。カルダモンやナツメグなど9種のスパイスと柑橘果汁で風味豊かな味わいに。ふわっと広がるカカオの香りも楽しもう。



### カカオチャイほうじ茶シロップ [1,944円]

有機ほうじ茶をベースに、厳選されたスパイスとカカオハスク(カカオ豆の皮)をブレンド。スパイスとカカオの香りが複雑に絡み合う味わいは、優雅なお茶時間を華やかにしてくれる一杯だ。

### GOOD NATURE MARKET

GOOD NATURE STATION 1F  
営/10時~21時  
☎075-352-3712

[販売店]

#### パントリー 千里藤白台店

吹田市藤白台5-7-66  
TSUNAGU GARDEN千里藤白台  
営/9時半~21時

#### 千里阪急グロッサリー内

豊中市新千里東町1-5-1  
営/10時~20時(地階)

※店舗により、一部取り扱いのない商品がございます

WEBでの購入はこちら





【作り方】

- ①湯せんで溶かしたココアバターをクッキータルトに薄く塗り、冷蔵庫で冷やす。
- ②チョコレートを湯せんで溶かす。
- ③生クリームをレンジで20～50秒加熱し、②に加え少し置いて混ぜ乳化させる。水あめも加え混ぜる。
- ④③を冷水に当てながらツノが立つまで混ぜる。口金をセットした絞り袋に入れ、①に絞りトッピングする。

# 手づくりバレンタインに挑戦

箕面市に店舗がある、手作りに挑戦したい時に頼れる「プロフーズ」。菓子の材料や食品は6,000点以上あり、本格的にできる手作り材料から、簡単に作れるキット、ラッピングまで揃っています。

## いちごの生チョコタルト

焼成済みのタルトカップにガナッシュを絞るだけ。新鮮ないちごの風味が魅力の『彩味いちご』チョコでかわいらしいピンクの生チョコタルトが完成!

【材料】

12個分

- 《リボン食品》PLクッキータルト小(CT-3) …12個
- 彩味いちご …160g
- 生クリーム …80g
- 水あめ …10g
- ココアバター …10g
- お好みのトッピング …適量

《リボン食品》PLクッキータルト小 (CT-3) 焼成済みのクッキー生地タルト。(12個入) 390円 ▶ 358円

《中沢乳業》フレッシュクリーム 45% 北海道の牧場で育った乳牛の生乳からあつめた乳脂肪がおいしさの秘密。(200ml) 494円 ▶ 458円

彩味いちご

新鮮ないちごの風味とチョコレートのなめらかな食感が特長。(160g) 1,066円 ▶ 948円

《伊藤景》ワナパック

生チョコタルトのラッピングにぴったりサイズの透明ケース。(10個入) 180円 ▶ 168円

口金8切 #8

外径:φ25mm、高さ:36mm 528円 ▶ 458円



## たのしくて、簡単で、おいしい! バレンタイン手作りキット



ハートのロリポップ [1,680円]

ピンクの部分は人気のルビーチョコレートを。小さなお子様にもおすすめのミルクレープな味わい。



miniチョコチップマフィン [1,280円]

フランス・ヴァローナ社の上質なカカオパウダーとチョコチップをたっぷり使った濃厚な味わい。



マンディアン [1,780円]

チョコレートを溶かして、型に流して、固めるだけ。ルビーカカオ豆から生まれたピンク色のチョコレートも魅力。



宇治抹茶のミニガトーショコラ [1,180円]

老舗茶舗『山政小山園』の抹茶を使った、抹茶の旨みと香りをしっかり感じるガトーショコラ。



ピンクのマカロン [1,100円]

専用のミックス粉と色鮮やかな赤い野菜ビーツのパウダーでふんわりとやさしいピンク色のマカロン。



パフチョコスティック [1,850円]

ライスパフとマシュマロ、アーモンドが入った、香ばしく軽い食感が魅力のチョコスティック。



ガトー・クラシック・オ・ショコラ [950円]

クーベルチュールチョコレートをたっぷり使うことで、芳醇な奥深い味わい。



絞り出しクッキー [980円]

伝統的な焼き菓子の食感や風味を再現できる焼き菓子用小麦粉『エクリチュール』を使ったクッキー。

※そのほか「フォンダンショコラ 1,380円」もあり。※中身はイメージです

## チョコも焼菓子も、手作りで『幸せ』を詰め合わせよう!

### ラッピング



ふわテディ (ピンク・パープル・ミント) [各300円]

ふわふわの毛並みが魅力のボールチェーン付きテディベア。お菓子と一緒にプレゼントすれば、可愛らしさを添えます。

かご (グレー・ホワイト・ブラウン) [各770円]

ナチュラルな木製かご。お菓子の盛り合わせにちょうどいいサイズです。



## おすすめ商品がお買い得に! バレンタインフェア 1/11(土) ▶ 2/14(金)

### 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](http://www.profoods.co.jp)



## ♡♡♡ ころろ躍るバレンタインイベント ♡♡♡



キャリエール ヒデトワ(茨木)  
※2/5(水)からの販売

### 千里阪急

豊中市新千里東町1-5-1 営/地階:10時~20時 1階~5階:10時~19時  
☎06-6831-1221



パティスリー クリドック (箕面)

### 千里阪急 バレンタインチョコレート博覧会 2025

1/30(木) ▶ 2/14(金)

千里阪急で毎年人気を博しているバレンタインイベントが今年も5階催場で開催。北摂で愛されるパティシエや洋菓子店のチョコレート&チョコスイーツ、さらに海外拠点ブランドなど22ブランドが出展する。ほかに地階洋菓子ブランドからも今だけのチョコレートが登場。5階と地階をめぐって気になるチョコを見つけよう。



メープルバタークッキー (9枚入り) [1,151円]

### ららぽーとEXPOCITY

吹田市千里万博公園2-1 営/物販・館内飲食・フードコート: 10時~20時(土日祝は21時まで) EXPO KITCHEN: 11時~21時(土日祝は22時まで)  
☎06-6170-5590



### EXPOCITY [期間限定出店] ザ・メープルマニアのバレンタイン 2/4(火) ▶ 2/16(日) 1F 光の広場

JR東日本おみやげグランプリ2023で総合グランプリを受賞したザ・メープルマニア。人気No.1のメープルバタークッキーはメープルシュガーを生地に練りこみ、サクサクと軽い食感に焼いたクッキーでバター風味のチョコをサンド。大切な人へのギフトや自分へのご褒美としてぴったりの一品だ。



## 子どもの幸福度を高めるためにできること

### POINT 1 ありのままの自分でいられる

「あなた自身がすばらしい存在である」ということを認め、子どもがありのままの姿で居られるように、言葉かけなど接するようにしましょう。



### POINT 2 選択肢と自己決定をさせる

子どもが自ら選択して、やりたいことを決められるかどうかは幸福度の向上において重要です。親が決めるのではなく、自分で決定させてください。



### POINT 3 好きなことに熱中する

やりたいと思っていることに挑戦するのもおすすめです。習いごと居場所のひとつになり、好きなことに熱中する時間は幸福度を高めてくれます。



近年、日本の子どもたちを取り巻く問題は複雑で多様化しています。中でも注目すべきが子どもの幸福度の低さ、そして学校や地域に居場所がないと感じている子どもの増加です。ユニセフが発表した「レポートカード16（2020年度）」によると、精神的幸福度、身体的健康、学力・社会的スキルの3つの側面から分析した日本の子どもの

幸福度は38カ国中20位で、身体的健康は1位であるにもかかわらず、精神的幸福度は37位という結果が出ています。数十年前は、空き地などで子ども同士で遊び、近所の大人がさりげなく見守る「地域」が居場所でした。しかし共働きの増加などでそういった光景は減り、安全の上でも、子どもの居場所が減っていったという現状があります。

内閣府による調査で、「安心できる場所（居場所）」が多い子どもほど、自己肯定感やチャレンジ精神、充実感などが高い傾向が見られます（下記表参照）。また「相談できる人がいる場」、「助けられる人がいる場」といふ伴走者の存在が子どもにとっては幸福度を高めることにつながっています。

私に約20年間、放課後に子どもたちが安心して過ごせるアフタースクールを運営し、何より子どもたちの声を聞きながら、居場所づくりを実践してきました。その中で見えてきたことは、子どもが「ありのまま」の自分でいられることや様々な選択肢の中から「自己決定」ができること、「誰かの役に立てている」という実感を持つことが重要です。

## 日本の子どもたちの幸福度の低さ

## 居場所の多さが幸せにつながる



# 多様な「その子らしさ」を受け入れる 子どもの居場所と幸福度

居場所の数が多いほど、自己肯定感やチャレンジ精神が高いという調査結果が出ています。子どもたちの健やかな育ちのために、私たち大人は何を意識して取り組めばいいのでしょうか。放課後NPOアフタースクールの代表理事である平岩国泰さんにお話を聞きました。

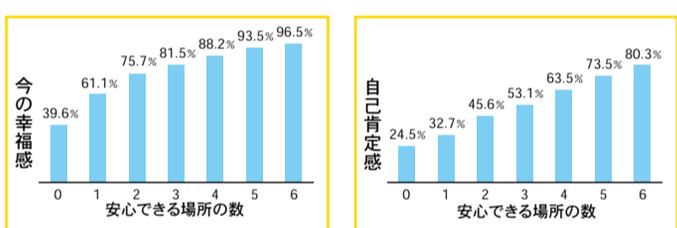
こちらに聞きました



特定非営利活動法人  
放課後NPOアフタースクール  
代表理事/  
新渡戸文化学園 理事長  
ひらわくにやす  
平岩 国泰さん

1974年東京都生まれ。1996年慶應義塾大学経済学部卒業。株式会社丸井入社。長女の誕生をきっかけに、安全で豊かな放課後づくりをスタートし、21校のアフタースクールを開校。2019年新渡戸文化学園理事長就任。2013～2019年、文部科学省中央教育審議会委員。2017年より渋谷区教育委員。

### 子ども・若者の意識と生活に関する調査（一例）



### アフタースクール

## レゴ®の教材を使ったSTEAM教育 創造性を活かし新しいことを創り出す



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

- イベントスケジュール（各1時間）**  
※事前予約制のため、まずは問い合わせを。  
①「SPIKEプライムを使ってライトレースに挑戦!!」  
ロボットを組み立て、センサーを使って制御。自動車の自動運転のような仕組みを体感しよう。  
【日にち】2/11（火祝）  
【場所】大阪市淀川区三東2-6-8ハイツ昌和401  
【定員】小学生 8名まで  
1部・10時～/2部・11時15分～/  
3部・13時15分～4部・14時半～  
②「未来の吹田の街をつくらう!!」  
未来の街にはどんな建物があるんだろう?ブロックで吹田市の街を協力して作ろう!!  
【日にち】3/22（土）、23（日）  
【場所】吹田市千里山霧が丘22-1 BiVi千里山3F  
千里山コミュニティセンター  
【定員】未就学児&小学生 12名まで  
1部・10時～/2部・11時半～/3部・14時半～

世界中の教育機関で導入されているレゴ®エデュケーションの教材を使い、STEAM教育を実践する「STEAM Campus 江坂校」。STEAM教育とは、すでにあるものを使いこなすために知識や技術を身につけるだけではなく、新しいものを創り出し、発信することによって世界をリードする人材を育てる教育のこと。子どもたちは教材を使い、ブロックを組み立てたり、プログラミングを学んだり、自由な発想で創造力を育てていく。また、同スクールと同じ施設には、未就学児～高校生までの習い事の総合施設「とくいらボ吹田校」も併設。レゴ®ブロックを使った国際的なロボット競技会「ファーストレゴリーグ」の技術指導をはじめ、マイクラプログラミング、学習支援、個別学習塾などが1カ所ですべて受けられる。

### プログラミング

## 「ゲームを作るのってこんなにも楽しい」 ゲーム会社が運営するプログラミング教室



上)パソコン操作をするので、タイピング練習にも、楽しみながら気づけば身に付く仕掛けがたくさん!  
左)実際作るシューティングゲーム画像。ゲーム制作のプロが教材を開発しているのだから、よりわかりやすく実践的なものになっている。

ゲームを作る楽しさを知り、実践的なプログラミングが学べるゲムラボ。同教室が小学生から通える新規クラスを立ち上げた。一人ひとりのレベルに合わせて、パズルゲームのような簡単なものから、ゲーム制作の現場で使われるC言語によるプログラミングまで幅広く対応。「ゲームは課題がたくさんあって、作り方は無限にあります」と塾長の三條さん。試行錯誤することで、論理的思考や問題解決力などが身に付くそう。気になる方は無料体験へ!

### 満足度100% 2月限定無料体験開催中

体験した子どもたちからは「もっとやりたかった!」「こんな絶対自分でも作りたい!」、保護者からは「対応が丁寧だった」「親子とも楽しく体験できました」など大満足の声が届いている。

### ゲームに夢中、好きのチカラを生かして



「小学校の時からゲームが好きで、たくさんゲームを作っていました。好きがそのまま仕事になっています」と話す塾長三條さん。

### STEAM Campus 江坂校

(スティーム キャンパス)  
吹田市豊津町11-37  
真健ビル2F  
営/水～金 11時～18時  
土 10時～17時  
☎06-6170-8552

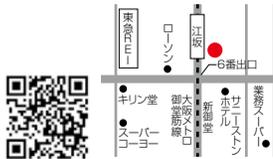
HPは  
こちらから



レッスンは認定インストラクターがサポートし、子どもたちの学びを支える。

### ゲムラボ

吹田市江坂町1-23-33  
第7マイダビル4F  
江坂駅徒歩1分  
受/月～金曜 10時～19時  
☎06-6195-4216  
ゲムラボ で検索



### 特典

「シティライフを見た」で  
●体験無料  
～2月限定キャンペーン～  
●体験イベント参加でプレゼント抽選券ゲット  
1等はSwitchLite、他にもハーゲンダッツセットなども当たるお得なチャンス!  
(2月末まで・新規の方・要予約)

**プログラミング教室**

**プログラミングで育む自由な発想力  
今後、重要となるAIについても学べる**



講師がマンツーマンで生徒の横に付き、一緒にパソコンを操作していく。

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



「子どもにとって、いつでも気軽に行ける場所でありたいです」と朝倉先生。まだ入会していない子どもや退会した子どもにも「いつでも遊びにおいで」と声をかけているという。

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

**KINOCODE**

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



- Menu**
- 月8コマ(1コマ60分) .....15,800円
  - 月4コマ(1コマ60分) .....11,800円
  - 月2コマ(1コマ60分) .....6,800円
- 特典** 「シティライフを見た」で  
**月額料金1ヵ月分無料!**  
(2月末までの入会限定・2ヵ月目の4コマ分料金)

**幼児教育**

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



(上)テンボく進むレッスンで、記憶力や自己肯定感を育てていく。  
(左)幼児教育の経験豊富な講師陣がサポート。

幼児期は生涯でもっとも学習の吸収力が高い時期!幼児教育65年以上の実績を誇る七田式では、基礎学力の定着はもちろん、数値では計ることのできない「やる気」「忍耐力」「主体性」「協調性」などの「非認知能力」を月齢別に育てている。そのため、社会に出たときに役立つ力が身に付くと評判。七田式が大切にしているのが、保護者と共に取り組む教育。レッスン中や家庭での取り組み、子どもへの接し方など、親へのアドバイスが手厚いことも嬉しい。3・4・5月入室の方に「春の5大キャンペーン」を開催中!詳しくはQRコードをチェック!

**七田式江坂教室**

(しだしきえさかきょうしつ)  
吹田市江坂町1-16-31  
協同江坂ビル6F  
北大阪急行「江坂」駅  
1番出口下車徒歩5分  
受/9時半～18時  
日・月曜定休  
☎06-6338-7444



- Menu**
- 幼児コース(43回/年、50分/回)
  - 0歳・愛情とスキンシップで脳を刺激
  - 1～2歳…五感で学び手先や体の器用さを育む
  - 3～4歳…思考力を育てアウトプットができるように。
  - 5～6歳…表現力+カタカナや計算などで就学前に自信アップ!
- 特典** 「シティライフを見た」と無料体験参加で  
上手な子育てに役立つ「心の育てブック」をプレゼント!  
(2月末まで)

2025年こそはじめよう **30代・40代・50代に大好評**

**老後資金の不安解消**

**初心者女性のための資産形成セミナー**

老後の資金不足はどうしたらよい?よく聞く「新NISA」だけで大丈夫なの?  
物価高がづらい、などの不安は、実績23年、マネーセミナーのパイオニア  
「グライブ」で解決しましょう。

初めての方も安心 | iDeCo/新NISAも学べる! | 後日の個別相談(無料)付

<p><b>千里中央</b></p> <p><b>2月22日 土</b> 時間 14:00～16:00</p> <p>千里朝日阪急ビル</p>	<p><b>江坂</b></p> <p><b>2月24日 月祝</b> 時間 13:30～15:30</p> <p>貸し会議室江坂(JEC日本研修センター)</p>
<p><b>江坂</b></p> <p><b>3月1日 土</b> 時間 13:30～15:30</p> <p>貸し会議室江坂(JEC日本研修センター)</p>	<p><b>豊中</b></p> <p><b>3月16日 日</b> 時間 13:30～15:30</p> <p>豊中市立文化芸術センター</p>

その他梅田・なんば・天王寺・三宮(神戸)で開催!

私たちが登壇します。

<p><b>浦 祐介</b> ファイナンシャルプランナー</p> <p>ご自身にあったお金の貯め方、殖やす方法をわかりやすくお伝えします。セミナーに参加して、老後資金の不安を解消しましょう。</p>	<p><b>鐘谷 絵美子</b> CFP®認定者</p> <p>今まで培ってきた経験よりお金と上手に付き合っていく方法を分かりやすく丁寧にご案内いたします。</p>
<p><b>花桐 智美</b> ファイナンシャルプランナー</p> <p>上手にお金を貯めて増やすコツをお伝えしますので、一緒にマネープランを立て、人生豊かなものにしましょう!</p>	<p><b>七條 佑一</b> ファイナンシャルプランナー</p> <p>女性は、ライフイベントや未来の不安に備えるための資産作りがとても大切です。始めるのに遅すぎることはありません!</p>

参加者の声

講師の先生の話がとてもわかりやすく知識も豊富!まさにプロという感じでした!  
30代・会社員

身近な例を用いたの説明で分かりやすく、楽しくお金のことを学べました!  
40代・会社員

2月3月は 参加者特典  
**スタバデジタルコーヒーチケットをプレゼント!** ¥500 GIFT CARD

**Glive 株式会社 グライブ** ☎0120-337-194  
受付時間 10時～19時(土日OK)

熊本オフィス 大阪府大阪市北区中津1-2-20 新清風中津ビル3F B

完全予約制 右記QRコードより申し込みを | マネーセミナーのグライブ | 検索

※ご受講はおひとり様1回限り、70歳未満の社会人の方に限ります。お子様連れのご参加はお控えください。※お預かりした個人情報はお申込みいただいたセミナー開催に付随するご案内・ご連絡のためのみ利用いたします。※各回ともに定員になり次第、申込フォームをクローズいたしますので、お早目にお申込みください。※営業目的や参加特典目的のご参加など、その他運営が不適切だと判断した場合、参加をご遠慮いただく場合がございます。

**「19歳の酒」14期生募集**

泥だらけの田んぼで足が抜けなくなった事ありますか?あぜ道に座り込んで青空見上げてオニギリ食べた事ありますか?そして、お米が日本酒に生まれ変わる時の音を聞いた事ありますか?

まだお酒が飲めない、19歳。そんな時から自ら、田植え→稲刈り→お酒の仕込みを経験して20歳を迎えて初めて口にできる日本酒が自分達で造ったお酒だったら…めっちゃくちゃ素敵だと思いませんか?!

そんな19歳の若者達を情熱溢れる酒屋と酒蔵さんと農家さん、そして愛情たっぷり飲食店さん達がサポートする企画です。19歳のみなさん、ぜひ参加してみてください!

**「19歳の酒」プロジェクト委員会**

DATE 問/mail:19sake@gmail.com 詳しくは公式Instagramをご覧ください。  
Instagram@19sake

**2025年(第14期生)プロジェクト参加者募集開始!**

■参加資格:2025年3月31日時点で満19歳の関西一円に在住の男女  
■募集期間:2025年5月上旬ごろまで  
■参加費用:各回現地(滋賀県東近江市)までの各自交通費実費のみ

**年間スケジュール(予定)**

2025年  
5月中旬から下旬 酒米の田植え/8月上旬 粟山子づくり/9月下旬 酒米の稲刈り

2026年  
2月上旬 お酒の仕込み体験/3月中旬 搾りあがったお酒をタンクから利き酒/4月1日～「19歳の酒」発売開始!

お問い合わせ、お申込みは 公式Instagramまで→

**幼児・小学生学習教室**



一人ひとりにぴったりの教材と指導で、ぐんぐん伸びる!

**春の無料体験学習受付中**

【対象】幼児(年少・年中・年長)、小学生  
【教科】算数・国語・英語 3教科  
※英語については教室へ問合せを  
【内容】学力診断テストと2回の教室学習 & 家庭学習

**学研教室 大阪北事務局**  
(がつけんきょうしつ)  
吹田市江坂町1-23-101 大同生命江坂ビル11F  
受/月曜から金曜 9時～17時(祝日を除く)  
☎0120-889-100  
学研教室 で検索 24時間ホームページより申込OK

**"一生の担任"として子どもを見守る  
地域の子どものための第3の居場所**

学校での学習進度や学年・年齢にとられない「無学年方式」で異学年の子ども達と同じ空間で学んでいる「学研教室」。異なる年齢の子ども同士の交流を通じて、多様性を認め合う経験を得られるという。先生は一人ひとりの成長を長いスパンで「一生の担任」として見守ってくれるので、在籍中はもちろん、卒業後も教室を拠り所とする子どもたちが多い。学ぶ喜びと心の成長を実感できる、温かいコミュニティが学研教室の魅力だ。

**入会金0円キャンペーンを実施中**  
通常5,500円→0円に!  
※2/1～4/1付まで入会の方が全員対象

北摂エリアに約100教室!  
学研教室は、通いやすさが魅力のひとつ。お近くの教室は左記QRコードより検索を!

三木楽器 since 1825

**YAMAHA MUSIC SCHOOL**  
ヤマハ音楽教室

**ヤマハ音楽教室 入会受付中!**

のびのび育む、楽しく弾ける!ヤマハの音楽レッスンコース

2025年2月28日までのご入会で

**トリプル3プレゼント!**

レッスンバッグ + ぶっふるメッシュポーチ + 図書カード(500円分)

※お選びいただいたコースによっていずれか1つのバッグとなります

コース一覧

- ドレミらんど[2歳児]
- ぶらいまりー[年少]
- ぶらいまりー[年中・年長]
- NEW プレジュニア[小学1年～3年生]
- ピアノ・エレクトーン個人レッスン[3歳児から大人]
- うたの会[大人]
- 歌って踊れる青春ポップス[大人]

桃山台センター 駐車場無料  
北大阪急行「桃山台駅」  
阪急北千里線「南千里駅」  
TEL.06-6155-0730

緑地公園センター 駅前  
北大阪急行「緑地公園駅」  
TEL.06-6867-6464

吹田山手センター 駅前  
阪急北千里線「豊津駅」  
TEL.06-6337-1291

庄内センター 駅前  
阪急宝塚線「庄内駅」  
TEL.06-6336-2444

東三国センター 駅前  
大阪外環状線「東三国駅」  
TEL.06-6350-5722

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

素敵なグルメ情報や  
イベントの情報も発信しています!

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



# Kids & Mam

キッズ&ママ

P.6からの続き

## 1歳からの幼児教室 (母子分離)

### 未来に繋がる力が伸びると評判、賢い子を育む育脳レッスンが特徴



#### 母子分離の幼児教室

北摂エリアで30年以上の実績を持つスマイルキッズ幼児教室は、保育を超えた幼児教育の場。育脳式全脳教育を取り入れ、右脳と左脳をバランスよく刺激する育脳知育・リトミック・絵画・英語・体育体幹の曜日ごとのメインカリキュラムがあり、更に食育、巧緻性、コミュニケーション力など1日の中で、子どもたちは興味を広げ、多彩な経験を積むことができる。1歳から参加できる母子分離クラスで、経験豊かなプロ講師が子どもの可能性を引き出しながら成長を後押ししている。小学校から高校受験まで対応する学習塾が母体なので、将来、社会で役立つ力を育む内容となっている。「未来に繋がる大切な力」を育てる場として保護者からの信頼も厚く、初めての習い事や就園前の準備にぴったりの選択肢だ。

#### 説明会を開催 2025年度生募集中!

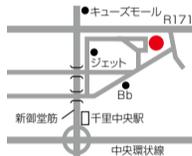
【日時】2/15(土) 午前10時～  
※要予約 申込詳細はこちら  
【対象】1歳～3歳



※都合の悪い方は別日での個別説明もOK

#### 高英進学教室・スマイルキッズ

箕面教室  
箕面市船場東1-15-8-201  
☎06-6875-2366  
FAX: 06-6875-1617  
Mail: kouei-smile@ukkhawaii.net  
UKK スマイルキッズ で検索



#### 6つの安心ポイント!

- ①週1～週5まで回数・曜日を選択可
- ②選べるメインカリキュラム
- ③全日給食(アレルギー対応可)
- ④延長おあずかり有り
- ⑤欠席振替システム有り
- ⑥10名の少人数制

WARAリズム 育脳式知育 脳育モンテ導入

#### Menu

9時半～14時  
月謝制※別途諸費用あり  
●週1回…25,300円  
●週2回…39,600円

#### 特典

「シティライフを見た」で  
入会金割引  
キャンペーン中



#### Menu

- 小学校受験準備・対策クラス
- 育脳式幼児クラス
- 英語クラス ※体験随時募集中
- パズル道場クラス
- リトミッククラス
- 絵画クラス

#### 高英進学教室・スマイルキッズ 千里教室

吹田市千里万博公園12-1  
パークサイドビル202  
間/土・日・祝日を除く  
10時～16時  
☎06-6875-2366  
UKK スマイルキッズ で検索



#### 育脳式幼児・小学生クラス

千里山田の教室で開校しているのが育脳式幼児クラス。協調性や社会のルール、論理的な思考力を養うプログラムが学べる年少～年長児を対象とした幼児教室で、右脳と左脳をバランスよく刺激するカリキュラムで、年長終了時には小学校1年生レベルの内容を習得。北摂の私立小学校の課外授業も行っており、ナーサリー出身者は同教室で特に人気の小学校特進コースに入塾テストなしで入ることができる。小中学入試対策に実績のある「パズル道場」、英語クラスなどもあり。中学受験、中間期末対策、個別授業も実施。

## まるで一つの家族のように人々が触れ合う場 コミュニティセンター

豊中市東豊中町にある「しあわせのいえ」は、誰でも気軽に利用できる地域のコミュニティセンターです。子どももシニアも、誰もが楽しみ、学べる場所として、図書スペースやイベントホールなどを備えています。趣味のサークルや親子での遊び場として利用でき、地域の皆さまに参加いただけるイベントも多数開催中です。2月15日にはひなまつりの会を予定しておりますので、ぜひ参加ください!



2月15日(土)

### ひなまつりイベントを開催

ちらし寿司などのお土産つき!

10:00～(受付9:30～)

大阪音楽大学付属音楽院講師  
橋本桂子先生による箏(こと)の演奏会

大阪大学に通う留学生のマリオ・ゴンザレスさんによる尺八演奏もご紹介します。



11:00～

ロイヤルホテル文化部長藤井宗悦先生  
(裏千家家元直門正教授)と  
藤井宗文先生によるお茶会

【参加費】※会員本人に限り無料  
●1人1,500円(入館費込) ●定員35名(先着順)  
【申込】お電話で予約受付

### 英語教室 生徒募集中!

大阪YMCAランゲージセンターの2人の講師(ネイティブと日本人)が担当する英語教室を開校しています。お子さま一人ひとりをしっかりサポートしますので、英語が初めてという方も安心して受講いただけます。

「ハワイホノルルと繋いでお話ししたよ!」



1年の終わりに海外のお友達とお話できることを目標にしています。昨年末には初めて英語で外国のお友達とお話ししました!

- 幼児クラス [対象]年中・年長  
毎週木曜 15:30～16:20(50分)
- 小学1・2年生クラス  
毎週木曜 16:40～17:30(50分)
- 小学3・4年生クラス  
毎週金曜 16:40～17:30(50分)

【月謝】10,000円 ※入会金、教材費なし  
●参加希望の方は、お電話にて申込を  
●定員になり次第、受付終了

#### 一般財団法人 しあわせのいえ

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



年会費  
13,200円  
(1,100円/月)  
小学生以下は親同伴



#### そろばん塾

### 数を映像としてとらえて計算 イメージ力・集中力もアップ



(上)経験豊富な教師が丁寧に指導。巡回型なので、常にアドバイスができる環境。(左)ピコ式暗算®(ピコあんタブレット)では、タブレットを使った暗算プログラムで、受験に役立つ絶対暗算力を身につけることができる。

そろばん塾PICOは計算力・暗算力だけではなく、「数を映像としてとらえることから、右脳が鍛えられる」とし、イメージ力&集中力アップにも取り組んでいる。京大生の経験+立命館大学の珠算10段(高校チャンピオン)のアドバイスに基づいた、最高レベルの教材とテストプログラムを用意!家庭学習用「クエスト動画」もあるので、自宅でも楽しんで学ぶことができる。

右脳で暗算をするときに最適と考えられた黄色と黒のそろばんを使用。

- Menu
- 入会金 ……………10,000円
  - 授業料 週2回7,000円/月(テキスト代・管理費込)
  - 授業日 月～金曜 16時～17時、17時～18時
  - ※週1回・3回のコースもあり。詳しくは問合せを。
  - ※検定試験あり(月1回、振替授業あり)

特典 「シティライフを見た」で

- 入会金+授業料(1カ月分) 無料
- 友達・兄弟と同時入塾=授業料2ヵ月分無料
- ※基本の学習セット代3,000円必要(3月末まで)

#### そろばん塾 PICO

箕面如意谷教室  
(ピコ)  
箕面市如意谷1-6-7  
メゾンドソアラ1F  
(セルモ箕面如意谷教室室内)  
☎072-737-5638  
Mail:selmo-minoo@kca.biglobe.ne.jp



#### バレエ

### 心もカラダも健やかに育つバレエ クラス増設に伴い新規生募集



(上)海外での舞台経験もあり、現在は関西を中心に活動する現役バレエダンサーの久保本さん。親しみやすい人柄で生徒から大人気。(左)緑に囲まれ、空が見える開放的な教室。

柔軟性・自律心・忍耐力がつくと人気のバレエ。せっかくなら一流から学んでほしいという保護者におすすめの同教室。講師の久保本さんは現役でも活躍しているバレエダンサーで、バレエ講師課程ディプロマを修了しており、指導者としてもプロフェッショナル。口コミで生徒数が増えクラスを増設したため、この春新規生を募集!初心者でも楽しく始められ、和気あいあいとした雰囲気が魅力。3歳～大人まで、まずは気軽に体験を。

レッスンの様子が分かるInstagramをチェック

- Menu
- キッズバレエ(幼稚園児) ……………6,000円～
  - ジュニアB(小学校低学年) ……………7,000円～
  - ジュニアA(小学校高学年)以上 ……………8,000円～
  - [大人]
  - はじめてのバレエ ……………7,000円～
  - オープンクラス(入会金不要) ……………2,500円～
  - ※大人はチケット制あり

特典 「シティライフを見た」と体験後、即日入会で入会金10,000円→無料(2月末まで)

#### BBバレエスタジオ

豊中市東豊中町5-39-8  
PHOTOLABOビル3F  
☎070-2294-0580  
mail:bb.balletstudio@gmail.com



## 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コードが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



# 春の体験レツスン

2月スタート!!

科学教室  
**Up サイエンスラボ**

科学教室



詳細は  
こちら



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




### 春の無料体験講座

科学実験を通してお子さまの好奇心を養う授業をこの春、無料で体験いただけます。

開催日程 **2/11** (火祝)・**24** (月振休)  
**3/20** (木祝)・**30** (日)

開講校舎 千里中央校

対象 新年中～新小6

受講料 **無料**

★★ 4月までのご入学で入学特典あり ★★

初月学費 **半額**  
(指導関連費含む)

受講後**7日以内**の入学手続きで  
**白衣、ゴーグル贈呈**

 **06-6155-3570**

【千里中央校】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

Up STEAM Campus  
STEAMキッズクラス

レゴ教室



詳細は  
こちら



遊びの中で力を育む教室です。レゴエデュケーション教材を使い、豊かな発想力などお子さまの可能性を伸ばします。お子さまの発達段階に合わせたカリキュラムで、遊びを通して学び自信を育んでいきます。




### 新年度特別体験会

体験生だけの特別なカリキュラムを、春だけの特別価格でご体験いただけます。

開催日程 **2/11** (火祝)・**24** (月振休)  
**3/20** (木祝)・**29** (土)・**30** (日)

開講校舎 千里中央

対象 新年少～新小4

受講料 **2,000円**(税込)

★★ 4月までのご入学で入学特典あり ★★

初月学費 **半額**  
(指導関連費除く)

受講後**5日以内**の入学手続きで  
指定教材のブロック  
本体価格から **2,200円**(税込) **割引**

 **06-6833-3405**

【千里中央】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

こどもスポーツクラブ  
**Up CUPS**

こどもスポーツクラブ



詳細は  
こちら



トランポリンや英語体操といった楽しい運動を通して、運動能力の向上、たくさんの「できた!」を経験することで、お子さまの成長の原動力となる「自信」を育てます。




### 平常体験レッスン

通常クラスでのご体験でクラスや施設の雰囲気を感じながらご参加いただけます。

開催日程 **毎週 水・日曜日**

開講校舎 千里中央

対象 満3歳～新小4

受講料 **2,000円**(税込)

★★ 4月までのご入学で入学特典あり ★★

初月学費 **割引**

 **0798-63-6100** (CUPS 西宮北口につながります)

【千里中央】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

英語が好きになる教室・こども英会話  
eCraze  
イークライズ

英会話スクール



詳細は  
こちら



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




### 入学体験会 My First Adventure

eCrazeの三大コンテンツを一度に体験できる春の特別体験会!

開催日程 **2/15** (土)

開講校舎 千里中央校

対象 満3歳～新小2

受講料 **無料**

★★ 3月までのご入学で入学特典あり ★★

初月学費 **無料** (レッスン料金のみ)

 **06-6170-1455**

【千里中央校】豊中市新千里東町 1-1-3 SENRITO よみうり 4F

※特典の金額は通常価格からの割引・お値引額となります

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

保護者に聞く

この英語スクールを選んだ理由

編集部が大調査!

教室の雰囲気、レッスン内容、先生の人柄…何が決め手になったのか?保護者のリアルな声を取材しました。

**I.E.C English Classroom教室の保護者のここが決め手**

**英検®という目標に向けて学ぶ姿勢が身につく**

学年関係なく、子どもたちのレベル別にクラスが分かれているので、一人ひとりをしっかりみてもらえます。夏休みなど朝から夜まで預かって貰え、英語をみっちり学べます。集中力が付いてきたと先生に言っていたので、英検®準2級、3級の合格に向けて、家でも自分から勉強するようになりました。

始めた学年 **2年生・1年生**  
見学に行った教室 **2教室**

**イングリッシュワールド英語学童の保護者のここが決め手**

**好奇心が広がる充実のカリキュラム**

送迎バスがあり、仕事で遅くなっても20時まで預かって貰えて助かります。先生はもちろん、バスのドライバーさんもとにかく優しい人柄。英語文法・そろばん・工作など色々なカリキュラムがあり、娘は数字に興味を持ってきたと感じます。資格試験では、どのレベルを受けたいかアドバイスしてもらえ進捗が分かりやすいです。

始めた学年 **1年生**  
見学に行った教室 **1教室**

**キッズ英会話 Eatbeeの保護者のここが決め手**

**ズバリ「熱量」と「成果への期待」**

最初は「英会話教室なんてどこも一緒」と思って説明を聞きに行きましたが、「熱量」がまったく異なりました。息子の成長ぶりを見て、Eatbeeが掲げる「中学校卒業時点で帰国子女について行くレベル」への期待にワクワクしています。息子は楽しく通っているのですが(笑)一度、話を聞かれることを強くおすすめします!

始めた年齢 **7歳**  
見学に行った教室 **3教室**

**KGC国際外語センターの保護者のここが決め手**

**リアルな英語+速読で理解力アップ**

ネイティブの発音に触れ、社会人になって使える英語力をと思い選びました。学校の英語の授業がよく分かるようで、得意意識ももっているようです。速読では文章を読む力や理解力が上がり、そのお陰もあって成績全体が良くなっています。WEB学習も充実していて進捗状況が確認できるので安心です。私も負けじとKGCで習い始めました。

子どもの始めた学年 **5年生**  
見学に行った教室 **1教室**

**イングリッシュワールドの保護者のここが決め手**

**自然と英語が好きになり、英検®に挑戦**

体験レッスンが楽しかった!と3兄弟で通っています。姉は文法クラスを受講して英検®を受験し、その影響で妹も積極的に英検®Jr.に挑戦しています。どの先生もフレンドリーで楽しく、学校のことも相談するほど信頼できます。子どもたちの発音が驚くほどネイティブで、耳から英語が入ってきていると実感します。

始めた年齢 **2歳**  
見学に行った教室 **1教室**

**CLOVER保育園の保護者のここが決め手**

**10以上見学に行ってやっと出会えた園**

クローバーは園の雰囲気がすごくいいと思ったのと、園長先生の人柄に惚れて決めました。園長先生との距離が近く、私にとってお母さんというよりお姉ちゃんのような存在です。どの先生にもすぐに相談できて安心です。娘は末っ子ですが、縦割り保育で下の子のお世話をするようになったり、人見知りをしなくなりました。

始めた年齢 **2歳**  
見学に行った園 **10園以上**

**英会話スクール 保護者満足度99%と非常に高い合格者多数の英検®講座も人気**



同教室は英語教育プログラムの取り組みと品質が認められ、「オックスフォード・クオリティ・プログラム」認定校に指定された。「英会話コース」はベビー(1歳半~)から大人まであり、講師と生徒のコミュニケーションが密に取れる担任制で、楽しみながら英語が学べる。アクティビティや歌を通して会話力を育み、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。合格実績多数の英検®対策講座や帰国子女クラスも人気。学習習熟度確認テストを実施し、成果を実感できるので生徒のやる気もアップ!月謝制・便利な振替レッスンで無理なく続けられるのも嬉しい。まずは無料体験レッスンへ。

**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)  
※対象地域の詳細については、HPを要確認

- 特典 「シティライフを見た」で**
1. 入会金 → **100%OFF** ※即日入会以外は**50%OFF**
  2. **ペア割引** (2名以上同時入会で) **教材費100%OFF**  
※体験レッスン予約時に申し出のあった方のみ適用
  3. **スクールバッグ** (小学6年生まで) **プレゼント**
  4. **入会セットプレゼント**
  5. **体験レッスン初回無料**  
※各特典利用は、レッスンを3か月以上継続される方に限る (2月未まで)

**イングリッシュワールドを運営する興学社学園の英検®実績**

英検®合格者 .....2,643名  
1級・準1級・2級・準2級合格者 .....642名  
※2023年第2回~2024年第1回の合格者総数 (興学社学園合計)

**イングリッシュワールド**

[姉妹校]高槻、茨木、塚口、天王寺校  
<http://english-w.jp>  
英検®, 英検® Jr. 受験準備会場認定校

●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/10時~21時 (土曜:10時~18時)  
月・日・祝日定休  
☎06-6833-0507

●緑地公園校  
豊中市東寺内町5-38  
緑地東タハンハイム 1F  
受/11時~20時 (土曜10時~18時)  
月・日・祝日定休  
☎06-6338-5554

●豊中校  
豊中市本町3-1-57  
ルミエール豊中4F  
受/12時~20時 (土曜10時~18時)  
月・日・祝日定休  
☎06-6858-5571

**英語学童 放課後が可能性を広げる時間に世界で生きる英語力を伸ばそう**



40年の歴史を持つイングリッシュワールドが開講する人気の英語学童(千里中央校)。小学1年生~6年生を対象に英語を学ぶのではなく、英語で学ぶ貴重な放課後時間が過ごせる。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の多彩なプログラムが揃う。ディスカッションやグループワークを通じ、英語力はもちろん、本物のコミュニケーション能力や挑戦する力などの非認知能力が育まれていく。宿題サポートもあり安心!サタデーコースも新規生を募集中!まずはお問い合わせを。

**イングリッシュワールド英語学童**

[英会話部門]千里中央校、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

●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/11時~20時(土曜:10時~18時)  
日・祝日定休  
☎06-6832-0071  
<https://english-w-gakudo.jp>

**安心のバス送迎**  
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

**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>
- **腹式呼吸・発音・発声 歌唱指導**  
出張・個人指導 石井072-623-6568
- **尺八・琴・三弦教室・西田・菊富沙**  
曜日・時間相談可 ☎072-696-6750
- **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
- **アリス英語個別オンライン指導**  
072-675-1439 無料体験受付中!

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

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

英語の学童保育・プリスクール



アットホームな雰囲気が人気。

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

I.E.C English Classroom

(After School In English)  
吹田市千里丘教室(学童保育)  
摂津市千里丘5-12-3 1F  
日・祝休み

☎06-6170-5578  
contact@english-iec.com  
https://www.english-iec.com



新1年生入会キャンペーン、最大37,000円お得  
高い英検®実績を誇るIECが、2025年度新規生を募集中

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

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

また中学・高校英語教諭第1種免許を持  
つ日本人教師が英検®対策のレッスンを担

**Menu** 【月～金曜日の学童クラス(送迎料込)】  
入会金: 22,000円  
週2回 32,450円 週3回 43,450円  
週4回 51,975円 週5回 59,995円

【中学生英検®コース】  
入会金: 22,000円  
週1回 7,980円、週2回 14,980円  
週3回 20,980円

※料金は1カ月の授業料



詳しい料金・  
クラスはHPにて!

当するので、英検®合格での実績も高い。周  
りの生徒たちの頑張りに刺激されて、自分か  
ら机に向かうようになり、小学6年生で英検  
®2級合格、準2級合格の子も出てきている。

他にも土曜だけ通うサタデースクールも  
あり、ネイティブ教師による4限のレッス  
ンはもちろん、子どもたちの会話のすべてが  
オールイングリッシュで、1日英語漬けにな  
る。2月には無料体験会も実施するので、ぜ  
ひ参加してみよう。また幼児・低学年向けの  
算数教室『パスカルキッズ』もスタート。

大切な幼少期に思考力を高め、可能性を伸ばす  
算数教室『パスカルキッズ』が  
IEC内に今春開校!

「年長なのに4桁の足し算が解ける!？」と話題の今  
までにない幼児・低学年の算数教室。子どもたちの  
認知能力を育成し、数概念を体得させ、数能力や思  
考力を飛躍的に伸ばすという。詳細は問合せを!

英検®合格も実績あり  
小学生で2級合格!!

【2023年 英検®実績】

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

学童サタデークラス体験会

【サタデークラス(10時15分～15時)】

22,110円(1ヵ月)  
英検と会話の両方を4コマでじっくりと学べるクラス。  
2月無料体験会を実施。電話にて予約受付中!  
【体験日】  
2/1(土)、2/8(土)、2/15(土)

**特典** 「シティライフを見た」と体験後、即日入会で  
新1年生の方  
●入会金 **22,000円全額OFF**  
●初回授業料から **15,000円OFF**  
※2月末まで ※平日クラス対象  
※4月スタートの方に限る

無償化対象保育園  
英語幼児園

インターと保育園のいいところ取り  
来年度入園児募集中



異年齢保育で、年上の園児が年下の子の面倒を自然と  
見るようになるアットホームな雰囲気が魅力。

保護者の声

英語だけでなく、子どもの心の成長を感じます。  
ダメなことをダメと、愛情を持って叱ってくれる点  
が今の時代に有難いと感じます。他のインターから  
転園してきたのですが、ここで子どものことを  
考えてくれる先生は今までいなかったです。  
(箕面市のパパさん)

EnglishSchool  
CLOVER保育園  
吹田市上山手町21-28  
メゾンテノ2F  
営/月～土:7時半～19時  
(第3土曜は休園) Pあり  
☎06-6368-3412



「くじけそうになった時、自分で考えても  
う一度立ち上がり、頑張りぬく力を育ててい  
ます」と園長先生。日本人のベテラン保育  
士の細やかな保育は保護者からの信頼が  
厚い。食育・徳育・リトミック…の授業を通し  
て、「相手を思いやる気持ち」「時間を意識  
して行動する」「挑戦する姿勢」を養う。ネ  
イティブの先生との毎日の会話で自然と英  
語力が身に付き、英検® Jrゴールドの取得  
実績多数!来年度入園の予約受付中。現年  
少クラス、1才児の空き枠若干あり。のび  
のびした園の雰囲気をまずは見学しては。



HPはこちら↓



英会話/速読/英検®  
こども英語/TOEIC

開校27年目の本格英会話スクール  
120分の英語 & 速読コースが人気



昨年全面改装し、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英語を習得。



速読・英語速読  
及び英検®の  
回数無制限  
ネット学習も  
充実!

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



**Menu** ●Toddler Box50分  
●幼児60分  
●小学生90分(基本120分)  
●中・高校生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** この記事持参で(2月末まで)  
●入会金**3,000円OFF**

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・高校生基本コースは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。

「くもんの先生」募集説明会受付中

お気軽にご参加ください!

2月～3月実施のくもんの先生説明会に  
ご参加いただいた方全員に  
Amazonギフトカード 1,000円分をプレゼント!

※株式会社公文教育研究会主催キャンペーンです ※Amazon, Amazon.co.jp  
およびそれらのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です

- 応募要項** )), ●5歳迄の方の参加をお待ちしております。
- 仕事内容** )), ●教室は週2回～(午後の5時間程度)  
●教科は算数・数学、英語、国語  
●収入は生徒数により異なります。



説明会は予約制です。開催日の3日前までにお申込みください。詳細はwebサイトをご確認ください。  
★マーク付き説明会では現役の「くもんの先生」のお話を聞くことができます!

地区	日程	時間	会場
茨木市	2/5(水)	10:00～11:30	おにクル
	3/13(木)*	10:00～11:30	公文式 JR茨木駅前教室
豊中市	2/12(水)	10:00～11:30	千里朝日阪急ビル
	2/18(火)*	10:30～12:00	公文式 庄内栄町教室
吹田市	2/17(月)	10:30～12:00	公文式 片山教室
池田市	2/19(水)*	16:00～17:30	公文式 神田教室
箕面市	2/27(木)*	10:30～12:00	公文式 箕面船場駅前教室
高槻市	3/5(水)*	10:00～11:30	クロスバール高槻

web説明会

平日開催  
2/4(火)・13(木)・17(月)・26(水)  
3/4(火)・14(金)・17(月)・27(木)  
※8日程とも 10:00～19:30の枠で選択可

土曜開催  
2/1(土)・3/1(土)  
10:00～11:10・12:00～13:10  
希望日時がございましたら、ご相談ください。

キッズ英会話教室

標準成果は「中学校卒業時点で  
帰国子女について行くレベル」



「最初はみんな初心者!楽しみながら英語を学ぶうちに、ピッ  
クリするような成長を見せてくれます」(笠井さん)

充実の進路相談

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

キッズ英会話 Eatbee  
(イート・ビー)  
吹田市五月が丘東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。

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

City Life NEWSとは?

北摂地域情報紙「City Life」の編集部が発信する地域に根ざすニュースサイトです。子育て、求人、  
話題の観光スポットや面白情報など地域のニッチでタイムリーな情報をいつでも見ることが出来ます。



地域の情報が分かるCity Life NEWSは  
http://citylife-new.com [CityLife NEWS] で検索





# いくつになっても、健康で豊かな暮らしを

「人生100年時代」を迎え、60歳以上の生活に注目が集まっています。若々しく元気な体で過ごすために、美しい姿勢の維持は欠かせません。美しい姿勢作りのポイントとなる運動や食事について、シニア世代のトレーニングをサポートしているWAHHA fitnessの中村友也さんに話を聞きました。



この方に聞きました  
WAHHA 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「WAHHA 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。シ  
ニア世代へのトレーニングや  
食事のサポートにも定評が  
あり多くの会員を抱えている。

## 「いくつになっても筋肉はつく」適切な運動と食事で美しい姿勢になろう

### 筋肉をつけることが姿勢改善の第一歩

60歳以上になり、これからは自分の時間を楽しみたいと考えている人は多いでしょう。しかし、腰や膝などに痛みを抱えていれば、それらの楽しみも半減するかもしれません。痛みの原因の一つに、正しい姿勢を保てていないことが挙げられます。背中や腰が丸くなっていませんか？ 誰しも年齢

を重ねると、骨や肌、臓器など、体は衰えていきますが、筋肉はいくつになっても維持・向上させることができます。正しい方法で筋肉をつけることが姿勢の改善、痛みの改善に繋がります。

どんなトレーニングでも無理のない回数で

「今さら筋肉をつけることができるの？」という声を高年齢の方からよく聞き

ます。負荷の強いトレーニングをイメージされるかもしれませんが、その必要は

なく、無理のない回数で取り組むことが重要です。例えば、スクワット1回で「きついな」と感じるのであれば、1回だけでも大丈夫です。続けていくと、筋力が向上して出来る回数も増えていきます。最初のうちは続けることを目標にしまし

う。筋肉痛を喜べるように痛みとしっかり向き合

間違ったフォームでトレーニングを行ったり、負荷をかけすぎたりすると、関節に痛みが出る場合があります。

その場合は、すぐにトレーニングを中断してほしいのですが、筋肉痛の場合は、筋肉が小さくなるので痛みがひく前兆なので痛みがひけばトレーニングを再開してください。痛み

の種類を見極めることとなるタンパク質で

す。また、交感神経が優位になり眠れなくなるため、就寝前のトレーニングは避けてください。

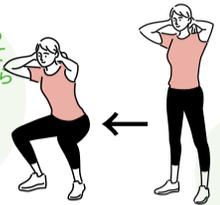
効果的に筋肉をつけるために、運動だけではなく食事の内容も見直しましょう。60歳以上の方の食事で圧倒的に摂取できていないと感じるのは、筋肉のもととなるタンパク質で

度ご相談ください。

### 美しい姿勢づくりの第一歩！

#### 中村さんオススメの自宅トレーニング

どのトレーニングも回数は気にしないで大丈夫！1セットしたら30秒あけて、もう1セット…合計3セットがんばりましょう！

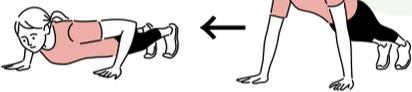


手を胸の前で交差してもOK!

#### スクワット

しゃがみこむ動作により下半身の筋肉を鍛えるトレーニング。お尻や太ももだけではなく、腹筋や背筋も鍛えられます。足を肩幅に合わせて開き、反動をつけずにゆっくり腰を下ろしてください。無理して下げなくて良いのでフォームを意識しましょう。

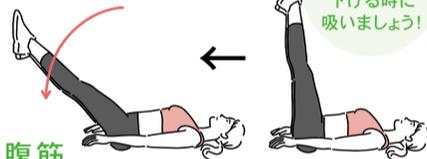
両膝を床につけて負荷を軽くしましょう！



#### 腕立て伏せ

うつ伏せの状態から両腕を使って体を持ち上げるトレーニング。二の腕の筋肉や腹筋などが鍛えられます。両腕を肩幅より広めに広げてゆっくり行ってください。

足を上げる時に息を吐き、下げる時に吸いましょう！



#### 腹筋

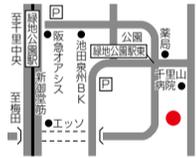
腹筋を使い体を持ち上げることで腹筋に負荷をかけるトレーニング。仰向けの状態から上半身を持ち上げるやり方は、背中や腰を痛める人が多いので、同じ仰向けでも足を伸ばして上下動させる方法をオススメします。

### WAHHA fitness

(ワハハ フィットネス)

豊中市東寺内町5-11  
スペースヤス緑地公園1B  
営/年中無休 5時~21時  
(中村さん勤務日:月木土 8時~21時)  
※完全予約制

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



## 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** 【KOHYO】豊中緑丘店・SENRITO店・阪急曽根店・箕面店・小野原店・江坂店・山田店・南千里店  
【MaxValu】千里南町プラザ店・箕面外院店・吹田千里丘店・千里山店

**時給** 2024年3月1日より時給80円UP!  
店舗・部署によって異なります。QRコードから店舗情報をご確認いただくか、店舗スタッフへお問い合わせください。



株式会社 光洋 <https://www.kohyo.co.jp/>

### 編集後記

北摂弁当のお披露目を取材しました。7市3町の首長がその場で実食し、各地の地産物トクに花を咲かせていました。また、メニューを開発した村川学園と梅花高校の生徒らが、首長にレシピのポイントや地産物の特性をどう工夫したかをプレゼンしていました。頑張っている学生を見てほっこりした、冬うららの正午でした。(P.31参照 コサオ)

巻頭特集はバレンタインに合わせてチョコレート特集です。高校生の頃、クラス中の女子からチョコレートを貰ったことを思い出すなあ(本命チョコ事前試食係に任命されたため)。北摂の美味しいチョコレート、ぜひ楽しんでみてください!(スイヴァ)

#災害関連死  
#口腔衛生環境  
#誤嚥性肺炎

## 災害関連死の予防は口腔ケアが大切

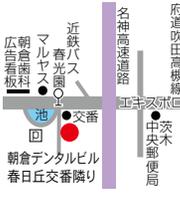
～万が一に備えて口腔機能低下のチェックを受けよう～



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**  
インプラント審美補綴研究所  
大阪大学歯学部臨床研修施設  
小児歯科Happy club  
ホワイトニングサロンBLANCA  
茨木市南春日丘1-1-19  
☎072-625-2001  
☎0120-468-321  
com21adc@gold.ocn.ne.jp

昨年の能登震災時には、直接的な被災による命の危険だけでなく、避難生活で不衛生な環境や口腔ケア不足による「災害関連死」が多く発生しました。特に注目すべきなのが、十分な口腔ケアができない為の健康被害です。避難所では、歯磨きやうがいといった衛生習慣を維持することが困難で、これが誤嚥性肺炎やウイルス感染症などの原因になります。又、口腔の健康が損なわれると、食事がうまく取れなくなり、低栄養となり体力が低下します。口腔機能低下症の高齢者や虚弱の方のリスクは高くなります。日本歯科医師会の支援チームが災害発生後、歯科診療や避難所における口腔ケアなどの公衆衛生指導をしています。又、2025年より国民皆歯科検診推進事業が始まりますので、QOL向上の為、口腔の健康の維持・増進が重要です。定期的な歯科検診により、正しい歯ブラシ方法やセルフケアのポイントを学ぶことで、災害時にも口腔管理が可能です。



歯科セカンドオピニオン外来の相談は朝倉院長がお聞きします  
インプラント・金属アレルギー・入れ歯・咬み合わせ・歯周病・矯正・  
審美歯科・訪問診療などはお気軽にご相談ください。



# 歩くことが楽しくなる!

／とっておきの靴に出会える靴屋／

プロフェッショナルシューフィッティング

# NOSAKA 大阪江坂店

## NEW OPEN!

### 足に合う靴選びをお手伝いします!

私たちは、一人一人のご要望やライフスタイルに合わせて、専門的な知識と技術をもつシューアドバイザーが足に合った靴をご提案する靴屋です。

楽しく快適にお出かけできる靴に出会えます♪

履きやすい靴を世界中からセレクト

自社製品やオリジナル商品も揃えています!

この履き心地体感してみて

足計測します!

カラーオーダーできます

Made in Japan



### 履くだけで体が正しい姿勢に!?

新感覚! ウォーキングシューズ  
ストレッチウォーカー

ストレッチウォーカーは「一本下駄」の構造に由来して設計されています。これにより自然と体が正しい姿勢にしようとし、体のゆがみを整えてバランスの良い筋肉強化を促します。

独自設計のローリングソール 特許第4647322号



正しい姿勢



理想的な体重移動



膝・腰・関節の負担を軽減

気持ちいい履き心地



とんとん歩いて疲れにくい

様々な場面に使える豊富なデザイン



ストレッチウォーカー 42,900円～

1957年創業の石川県金沢市の靴屋

プロフェッショナルシューフィッティング  
NOSAKA

「履き心地にこだわる金沢の靴屋です!」

足の形は皆さん違います!

左右で大きさが違うのも当たり前。のさかで足計測して靴を選びませんか?



靴のお悩みご相談ください!



外反母趾が痛い

足が疲れやすい

足に合う靴がない

足計測をはじめ、足に合わせた靴の調整やインソール作成も承っています。

## NOSAKA大阪江坂店オープン!

オープン記念キャンペーン

靴をご購入のお客様に  
トートバッグプレゼント

※無くなり次第終了

NOSAKA

江坂駅から徒歩5分

【のさか大阪江坂店】

大阪府吹田市江坂町2-1-35ベル江坂プランアージュ1F

TEL 06-6836-7767 営業時間10:30~19:00/火曜定休

※お車でお越しのお客様は近隣の有料パーキングをご利用ください。

のさか靴 公式オンラインショップ



シティライフ編集部推薦

# 私を輝かせてくれる Beauty Salon Point



Body



オーナー(60)もアンマンの施術で痩せてリバウンドなし!  
**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**

**推し Point**  
 「運動は難しい、自力では頑張れない……けど痩せたい!」。そんなわがママを叶えてくれる。マシン×手技の合わせ技で、お腹・脚・二の腕・背中から気になる部位を重点的に施術。痩せるだけでなく、ハリのある体へ導くボディメイキング術が圧巻!

## 即効のシルエット変化に驚愕 “おばさん体型”を“魅せるBODY”へ

「キレイに痩せたい!」あなたにぴったりなのがアンマン。施術中から、体に変化しているのを体感できる。施術後、履いてきたズボンが「ブカブカになってる!」と驚くそう。その秘密はマシン×スタッフの技術力。ポコポコの硬い肉を柔らかくして絶妙な圧で溶かして流す、というボディメイキング術は感動レベル。加齢に伴い下がった身体を、“あか抜け BODY”へ変えてくれる。



- 特典**
- 【Body】
  - ①攻め痩せお腹コース ..... **3,300円**
  - ②冷え太り対策! スラット美脚美尻コース **3,300円**
  - ③背中二の腕美人コース ..... **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

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

- 【Facial】**
- 悩み特化型・光フェイシャル(シミがポロッと落ちる感!) ..... **3,300円**
  - 小顔リフトアップフェイシャル(顔全体のリフトアップで“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**
- (2月末まで・要予約・新規の方のみ)

**推し Point**  
 何もしないと抗えない“加齢”に立ち向かうメニューが多数揃うアンマン。メタジェクトは、細胞レベルのエイジングケアで唇・目の際までの施術が可能に。老化をリセットし続けることで、“通い出してから年をとらない”ゲストが続出している。

## 「どこよりも結果が出て忘れられなかった」同世代に圧倒的な差をつける若返りメソッド

細胞の衰えから来る老化を抑え、壊れた肌を正常に戻すメニューが揃うアンマン。メタジェクトは1秒間に最大2,700個の微空洞を一時的に形成し、自然治癒力でコラーゲン・エラスチンを生成し肌再生。そして、空洞から肌の奥までヒアルロン酸をまるごと1本導入し、ハリ蘇り頬が5mm上がるそう。細胞にアプローチするからこそ叶う結果をぜひ実感して。

**ゲストの声**  
 2年前に来店以来、タイミングが合わず来られてなかったんです。色んな店を試しましたが、アンマンの圧倒的な結果が忘れられなくて。大事なイベントがあるので、アンマンしかない!と久々来店し、変わらない結果に大満足です。(Kさん・40代)



バリ政府認定クリームバス資格取得の鈴木さん。洗浄成分を一切含まない贅沢美容クリームでたっぷり保湿しながらマッサージ。



開放的な店内に1席のみ。贅沢なプライベート時間が過ごせる。  
**ヘッドスパ専門店 PUTICA (プティカ)**  
 箕面市白鳥1-7-25子アミナビル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

**推し Point**  
 ちょうどいい距離感で接客してくれるから「家族や友達にも話さないようなことも気兼ねなく話せる」とお客様の声。家でも職場でもない、日常から離れたサードスペースとしてリフレッシュできる。

## 薄毛・白髪・細毛の悩みに あの頃のツヤ髪へ巻き戻し美容

加齢とともに増える髪悩み…諦める前にプティカへ!再生医療にも使われる「ヒト幹細胞培養液」を頭皮に浸透させ、弱った毛根を活性化。本場バリでは医療の一環として用いられるバリ式ヘッドマッサージでこり固まった頭の筋膜をほぐして血流を良くし、強く美しい髪が育つ頭皮づくりから行う。専門店ならではの効果を実感しては。



- 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か月以内)



(上)インディバでしか届かない深層部まで温め細胞活性化。瘦身、腸活、フェムケアにもおススメ。  
 (左)「まるで別人」。1回でググっと上がる造形美顔マッサージ。オールハンドで表情筋に働きかけ、しわ・たるみに効果抜群!

**UN Beauty**  
 (アンビューティー)  
 大阪市中央区心斎橋筋1丁目5-31  
 ラインビル4階  
 営/10時~20時 不定休  
 御堂筋線心斎橋駅 徒歩3分  
**☎06-4708-3327**

**推し Point**  
 経験豊富なスタッフの施術力には定評が。一人ひとりの悩みに合わせたアプローチで、「同じインディバでも結果が全然違う」など驚きの声が届く。また、完全個室プライベート空間での施術で非日常感を味わえる。

## 「1回でこんなに変わるなんて」最新インディバ×抜群の施術力

エイジングケアのメニューが揃い、ベテランスタッフの確かな施術力にファン多数、大人女性からの支持を集めている。インディバは皮下脂肪はもちろん、なんと内臓脂肪までアプローチし、1回の施術でサイズダウンする方も多数。細胞に直接働きかけ、リバウンドしにくい“真の痩せBODY”へ導いてくれる。リフトアップ効果抜群の造形美顔マッサージは「10年前の顔」を実現。

- 特典** 「シティライフを見た」で
- 造形美顔マッサージ(30分) ..... **3,300円**
  - インディバ ボディorフェイシャル(60分) ..... **5,500円**
- 来店者に**進化系痩身クリームor小顔クリーム**プレゼント (要予約・新規の方・2月末まで)

## わが家のアイドル自慢

ぼくもおせち食べた! (しよくん/高槻市)  
 姉妹が冒険! 不思議な渦の中 (あいらちゃん、あかりちゃん/吹田市)  
 HPB!!一歳になったよ★ (てるさくん/高槻市)  
 お風呂でバリアー気持ち (そつまくん、けんしくん/高槻市)  
 いないない!ばあつ! (こころちゃん/茨木市)

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。

応募はコチラから

【締切】2025年2月9日(日)まで  
 【掲載】CityLife 2025年3月号・CityLife News Web  
 (紙面はEAST版に掲載もごさいす)

※応募多数の場合は抽選となります。なお掲載可否に関する連絡は原則行いませんので予めご了承ください。

## シワ・たるみ取り専門

ほんの少しの勇気を持ってください。

局所麻酔代込み  
**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、頬のこけのボリューム改善  
 下垂した皮膚を深層から引き上げるリフト効果

**切らないクマ・たるみ取り**  
 目の下に適したヒアルロン酸「ホルベラ」注入治療 注射器1本(1cc)11万円

**切らない目のたるみ取り**  
 切らない眼瞼下垂治療 33万円  
 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11万円)

**切らない頬のたるみ取り(ハイフ)**  
 ウルセラ(超音波) 3D照射 143,000円~

**注入した脂肪のしこり除去**  
 豊胸やお顔へ注入した脂肪 1部位11万円~

**豊胸手術とバッグの抜き・入替**  
 シリコンバッグ 両胸200cc 33万円  
 ※モティバのバッグはプラス33万円  
 豊胸バッグ抜き 33万円~  
 ヒアルロン酸豊胸 1cc 3,300円

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



## 戻らなくなったお正月太りを帳消しに 運動なしで叶う痩身サロンの本気ダイエット

「お正月で太ってそのまま戻らなくなってしまった!」なんて方に頼ってほしいのがファニービー。結果を出せる痩身サロンとして知られており、数々のダイエットコンテストで優勝!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賢沢に組み合わせ、3か月で平均10~15kgの減量を実現。代謝が落ちる40代以降のしつこい贅肉や、痩せにくいお腹や太ももや背中がみるみる綺麗にシェイプしていくそう。体質改善も叶うファニービーのプロ技ダイエットで理想の体型を目指そう。



全国ダイエットコンテストグランプリ5連覇

### シティライフ編集部取材レポート

#### 【20代女性 Mさん】

過去に自己流ダイエットで失敗したというMさん。今回も生理前は食欲が増進してくじけそうになったけど、スタッフの献身的なサポートがあったから頑張れたそう。最上級の痩身マシンを使うことでウエストがキレイに引き締まっている。



**Before**  
2024年8月下旬  
体重 73kg  
体脂肪 36.8%  
ウエスト 96cm



**After**  
2024年12月上旬  
体重 58.7kg  
体脂肪 28.0%  
ウエスト 64cm

3か月半で  
体重は-14.3kg  
体脂肪は  
-8.8%を記録  
ウエストは  
なんと-32cm!  
その後キープ中

### 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



### Body

#### 本気で痩せたい人の高速セルライト撃退コース

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



1 セルライト、皮下脂肪、内臓脂肪を超音波で溶かして分解。



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

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 【冬美活応援キャンペーン】

- 高速セルライト撃退コース(90分)  
2月10日(月)までのご予約 .....先着5名様 **3,980円**  
2月12日(水)以降のご予約で ..... **5,000円**
  - 年齢衰え肌改善コース(90分)  
2月10日(月)までのご予約 ..... **5,980円**
- イオン導入で高濃度保湿パックを深部まで浸透する**乾燥対策メニュー**をサービス(2月末まで・新規の方限定)



### 推し Point

アドバンスコースは、顔全体はもちろんヘッドからデコルテまでケアしてくれる。セルフケアでは到達できない仕上がりに、顧客満足度も高い。知識豊富なオーナーさんが的確なアドバイスをくれる、信頼度抜群のサロンだ。

## 「鏡を見るのが楽しみ」な変化 プロの施術体験で感動艶肌へ

乾燥・くすみが気になるこの時期には、デコルテやヘッドケアが充実した施術『アドバンスコース』がオススメ。顔全体はもちろんデコルテまでケアしてくれるので、フェイスラインもスッキリ。毛穴の汚れを吸引し、潤いたっぷりプルプル感動肌へ。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。一人ひとりに合った化粧品や施術を提案してくれる。

### 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)  
.....ピジター価格8,800円  
→初回お試し**3,300円**  
+  
**サンプルセットプレゼント**  
(2月末まで・新規の方・要予約)



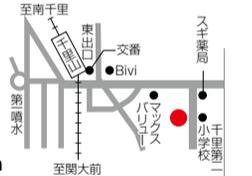
3か月で-8キロ、お腹周り-11.9cmのHさん(48歳)。「運動なしで辛い思いを全くせずに、不思議とどんどん痩せていきました!」



痩身カウンセラー、健康管理士、美腸セラピストの山本さんが二人三脚でサポート!

### Slim & Smile

(スリム アンド スマイル)  
吹田市千里山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>



### 推し Point

身体状態をチェックし目標を設定。耳つぼで食欲を抑え、栄養学に基づく食事指導と補助食品などを使いながら、3か月で-7~10kgを実現。気さくな山本さんが二人三脚でサポートしてくれるので心強安心!

## MAX体重の連続更新STOP 人生逆転-20kg健康ダイエット

3か月平均10kg・半年で20kgのダイエット成功者が続々誕生、15年の実績を誇るダイエット専門サロン。お腹周りのサイズダウンも実現し健康に痩せる方が続出、「来て良かった!」の声が溢れている。体重増加・体型崩れ、諦めないで。2025年こそ痩せたい方は、薄着の季節になる前に一步を踏み出してみては。

### 特典

- 「シティライフを見た」で
- ダイエットカウンセリング**無料**
- カウンセリング無料 +  
①耳つぼ施術 ②天然はちみつ  
全て込みで5,888円→**1,980円**  
(新規予約で7キロ以上痩せたい方・2月末まで)

# 大手クリニックにはない 親身な診察と施術が人気

江坂駅徒歩**30秒** 角森院長 施術

## 開院1周年 キャンペーンメニュー

シミ取り放題 **特別価格 19,800円**  
広範囲かつ高出力で、痛みが少なく短時間で済みます

ショッピングリフト  
60本60,000円 → **49,800円**  
気軽にリフトアップ、ハリ肌を実感

糸リフト(テスリフト)6本  
290,000円 → **120,000円**  
リフトアップ・肌質改善・たるみ予防

「痛みの少ない注射」のプロ 院長 角森 雅樹  
今よりも自分に自信を持ち、気分が良くなるお手伝いをさせていただきます。

### Si sui clinic

吹田市江坂町1-23-33  
第7マイナビビル8階  
診察時間/10時~19時  
(土曜のみ10時~17時)  
完全予約制  
tel.06-6155-7272



### 先着30名 シティライフ読者限定

予約時に「シティライフを見た」とお伝えください。  
大人気! **飲む日焼け止め + プロテインの分包をプレゼント**  
※初回来院のみ



# CROSS WORD

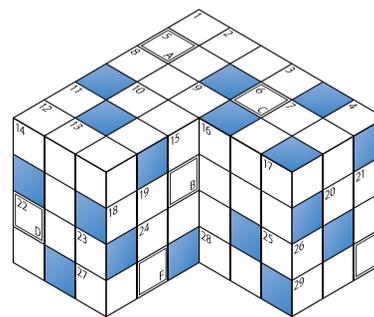
応募方法/はがきもしくはFAXに解答と干・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日頃切)

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

1月号の答え:シリウス

## 立体クロス

立体クロスです。数字の向きに従ってタテ、ヨコのマス埋め、二重枠のA~Fを並べてできる言葉を答えてください。(作・あさみ順子)



解答

### ↓タテのキー

- 1 ショートケーキに欠かせない赤いフルーツ
- 2 保安官、英語で
- 3 8本足のおいしい軟体動物
- 4 3人はトリオ。2人はデュオ、1人だと
- 7 クランベリーはツルコケモモ、リンゴベリーは
- 9 方位や針路を測るコンパス
- 11 料理などで炎を直接当てること
- 13 足が速い神様。2019年のNHK大河ドラマ
- 16 玄宗皇帝が愛した美女
- 17 かもの上の芸術品
- 19 位置の移動、状態の移行。○○キ、○○レバー
- 21 乾酪はチーズ、牛酪は
- 22 花などで作るハワイの伝統的装飾品
- 23 仮病を使って○○休み
- 26 外科医が使う刃物

### →ヨコのキー

- 1 アスベスト、日本語で
- 5 アダムとイブが蛇にそのかされて食べてしまった○○の木の実
- 6 わくわくして待つこと
- 8 大型の類人猿。成熟した雄はシルバーバックになる
- 10 灰の中からよみがえるフェニックス
- 12 ホタテ貝はここが大きくて美味
- 14 今風に言うといくメン
- 15 英語ではエバレスト、チベット語では
- 18 芥川龍之介の短編小説、黒澤明の映画
- 20 房総半島がある関東の県
- 22 凸、凹、ズーム、魚眼など
- 24 社会生活の秩序を保つ規則。○○素乱(びんらん)、○○委員
- 25 枝、空、インゲン
- 27 道筋。○○66、平方根
- 28 魚の赤ちゃんは稚魚、鳥の赤ちゃんは
- 29 夜空や映画スクリーンで輝く「星」



2025年度

# 北摂文化大学豊中校 受講生募集

定員になり次第締め切りとなります。お申し込みはお早めに。

主催 City Life

新たな多様性の時代にもむけ

「北摂文化大学」今年も開講

北摂文化大学は政治、経済、社会、教育、医療、文化、国際関係、多様性社会などに関する、専門の講師をお招きし、皆さまに幅広い知識を深めていただくことを目的として2023年から開校しています。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」として本年度も開講いたします。この講座は一般市民の方を対象にしており、年8回、大学生気分を味わいながら見聞を広めることができず。知識が豊富になれば人

生がより豊かになります。

2025年度も各界でご活躍の講師陣を迎えることができました。この機会にぜひご参加いただき、あなた自身の目や耳で生の声にふれてみてください。

会場 豊中市立文化芸術センター  
大ホール  
豊中市曾根東町3-7-2  
(阪急宝塚線 曾根駅から徒歩約5分)



時間 各日14時～15時半(開場12時半)  
講演前の13時25分頃から地域で活動する方々による演奏や演芸などを披露するオープニングタイムを開催しています。



北摂文化大学豊中校 学長

市瀬 雅之

梅花女子大学 日本文学学科教授

万葉集や古事記・日本書紀を開いて、歌や日本神話、文化や歴史を研究。PCを利用した教育の研究では、Web出版社を作り電子書籍や動画などの作品を公開する取り組みをしている。

年間受講料

講演 8回分 **25,000円** [税込]

上記金額にて豊中校の講演8回分すべて受講できます  
お申し込みは8回分まとめてのみとなります

4.19[土]

小和田 哲男氏

1944年静岡市生まれ。1972年早稲田大学大学院文学研究科博士課程満期退学。1985年文学博士(早稲田大学)。現在、静岡大学名誉教授、(公財)日本城郭協会理事長、岐阜関ヶ原古戦場記念館館長。NHK大河ドラマでは、1996年の「秀吉」から2023年の「どうする家康」まで8作品で時代考証を務める。YouTube「戦国・小和田チャンネル」も配信。

©今井一詞



TETSUO  
OWADA

3.30[日]

林 真理子氏

日本大学芸術学部卒業。処女小説「星影のステラ」が直木賞候補に選出されたことを機に、執筆業に専念。1986年「最終便に間に合えば」「京都まで」で直木賞受賞。95年「白蓮れん」で柴田錬三郎賞受賞。98年「みんなの秘密」で吉川英治文学賞受賞ほか、多数の著書にて各賞受賞。2018年 紫綬褒章受章。20年菊池寛賞受賞。22年、日本大学理事長に就任。

MARIKO  
HAYASHI



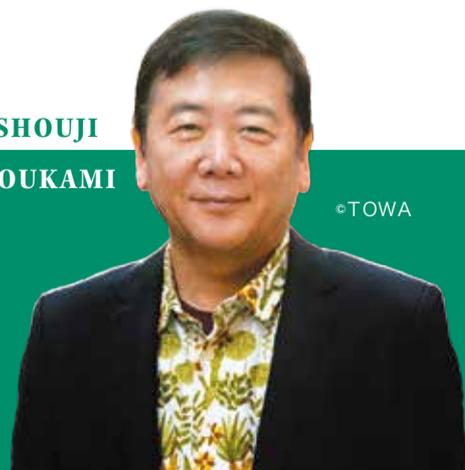
KENJI  
GOTO

9.20[土]

後藤 謙次氏

ジャーナリスト、共同通信社客員論説委員。早稲田大学法学部卒業後、共同通信社入社。本社政治部長、編集局長などを務め、退社。TBS系「NEWS23」キャスター、テレビ朝日系「報道ステーション」など民放各局にコメンテーターなどで出演するほか、新聞、雑誌などで多数連載している。2024年度の日本記者クラブ賞を受賞。白鷗大学名誉教授。

SHOUJI  
KOUKAMI



©TOWA

7.20[日]

鴻上 尚史氏

作家、演出家。早稲田大学法学部卒業。1981年に劇団「第三舞台」を結成。以降、多数の作品の作・演出を手がける。紀伊國屋演劇賞、岸田國士戯曲賞、読売文学賞等を受賞。舞台公演の他、エッセイスト、小説家、テレビ番組司会、ラジオ・パーソナリティ、映画監督等、幅広く活動。桐朋学園芸術短期大学名誉教授、昭和音楽大学客員教授も務めている。

【 受講者の声 】

2024年度の本講演会に参加いただいた方々の感想です。

- 新しいことを知って、学ぶということはとても楽しく、自身の成長にも繋がりました。人生100年、自身のこれからは何が出来るかを考えていきたいし、日本のこれからのことについて、もっと問題意識を持って考えていきたいと思いました。(50代・女性)
- いずれの回も勉強になりました。久しぶりに学生時代に戻った気分になりました。まだまだ知らないことが多く、改めて勉強し直す機会になりました。参加してよかったです。(50代・女性)
- 思い切って受講してみて良かったです。まだまだ自分が知らないだけで、実は興味深いことが沢山あることに気がつきました。それぞれの先生方の目線で語っていただいたことで、一人ひとりの人間性も垣間見ることができ、こんな風に歳を重ねていけたら素敵だなと人生の指針にもなりました。(60代・女性)
- 本人だけでなく、家族もかわりに出席できるということで、主人と交代で出席できるのはありがたいです。本当は二人でいっしょに参加したいのですが、次回は誰がいいかととりあひっこするのも楽しみです。(60代・女性)

受講資格

10歳以上であれば、地域、性別、学歴、職業など一切問いません。

申込・問合せ

北摂文化大学/堺文化大学事務局  
(株式会社 シティライフNEW内) (平日10時~17時)  
TEL.06-6338-0640

北摂文化大学

【 お申し込み方法 】

- 1 ホームページまたは電話でお申し込みください。  
(先着順で受け付けています。定員になり次第締め切りとなります)

ホームページからのお申し込みは500円OFF(24,500円)となります!

<https://hokusetsu-bundai.citylife-new.com/>

※年間受講料の支払いはクレジット決済または指定の口座へお振込みください。

お申し込み・お問い合わせはTEL.06-6338-0640まで

ホームページから  
お申し込み



お振り込み口座番号

● 関西みらい銀行 千里丘駅前支店

【普通口座】 0016146

【口座名】 株式会社シティライフNEW

● ゆうちょ銀行

【振替口座】 00930-5-9542

【口座名】 シティライフ

※申込み者本人の口座以外からの入金の場合、必ず申込み者のお名前を通信欄にご記入ください。

※振込手数料はご負担ください。

- 2 随時会員証(学生証)を発送いたします。

※会員証を紛失・破損等された場合は、再発行手数料(500円)がかかりますので、取り扱いにご注意ください。



- 3 会員証(学生証)をご持参の上、各講演日に会場へお越しください。

確認事項

- ご本人が出席できない場合は、会員証(学生証)をご家族やお友達に貸与しての代理出席も可能です。
- 2025年3月14日までに年間受講の申し込みをキャンセルされる場合は全額返金させていただきます。ご返金は銀行振り込みとなります。振込手数料はご負担いただきます。
- 開講後の欠席や途中解約の場合の払い戻しはしておりません。
- 初回講座を過ぎてからも、定員を超過していない場合はお申し込みいただけます。開講途中から参加される場合も年間受講料は一律となります。
- 座席は全日程、全席自由席となります。ご自身以外の座席確保は禁止となります。なるべく前からお座りいただくようご協力をお願いします。
- 9歳以下の方の申込・入場はお断りさせていただいております。(※同伴等を含む)
- 事務局判断による講座の中止があった場合には、当日1講座分の返金対応をいたします。
- 会員証(学生証)をお持ちの方は、席に余裕がある場合に限り、単発で他地域(高槻校・堺文化大学)の講座を聴講いただける場合もございます(1聴講費4,000円)。ただし受付枠には限りがあり、先着順受付となります。(先着受付開始日はホームページにてお知らせします。)他地域の講座についても北摂文化大学のホームページをご覧ください。
- ※日程・講師はやむを得ない事情により変更になる場合があります。また、災害や公共交通機関の混乱などにより、オンラインでの講座に変更する場合がありますのでご了承ください。

6.8[日]

山口 謠司氏

大東文化大学大学院、フランス国立社会科学高等研究院大学院に学び、英国ケンブリッジ大学東洋学部共同研究員などを経て現職。専門は書誌学、音韻学、文献学。『日本語を作った男 上田万年とその時代』で第29回和辻哲郎文化賞(一般部門)を受賞。新著『30歳からの漢詩 エントリー それは「どう生きるか」を考えること』『豊かな心を育てる』ほか著書多数。



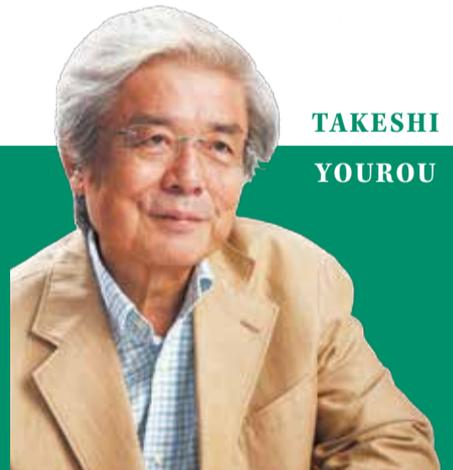
YOUJI

YAMAGUCHI

5.24[土]

養老 孟司氏

東京大学名誉教授。1937年鎌倉市生まれ。東京大学医学部を専攻し67年、医学博士号を取得。81年、東京大学医学部教授に就任。東京大学総合資料館長、東京大学出版会理事長を歴任。95年、東京大学を退官し、同大学名誉教授に。89年『からだの見方』でサントリー学芸賞を受賞。2003年にはベストセラー『バカの壁』で毎日出版文化賞を受賞。



TAKESHI

YOUROU

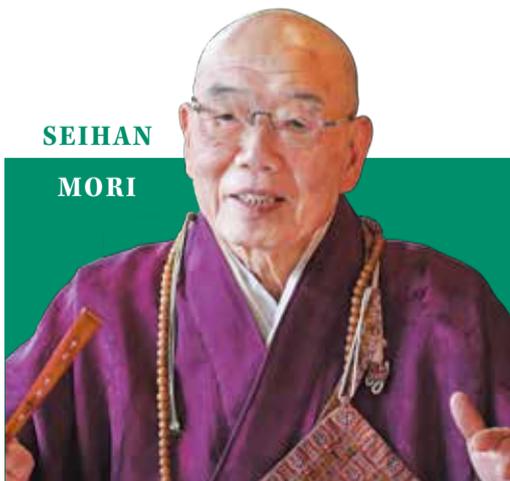
SEIHAN

MORI

11.1[土]

森 清範師

15歳で清水寺貫主・大西良慶和上のもとで度、入寺。その後、花園大学で学び、1963年真福寺住職。1988年、清水寺貫主、北法相宗管長就任。2012年より宝性院住職。全国清水寺ネットワーク会議代表、希望郷いわて文化大使等も務めている。毎年12月『今年の漢字』を清水寺の舞台で揮毫していることでも知られている。2018年、(一社)全国日本学士会アカデミア賞受賞。



KAZUHIRO

NAGAO

10.18[土]

長尾 和宏氏

医学博士、(公財)日本尊厳死協会副理事長。東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。1995年に尼崎市で長尾クリニックを開業、外来診療から在宅医療まで“人を診る、総合診療を目指す。2023年に定年退職。関西国際大学客員教授を務める傍ら執筆、音楽ライブ、映画プロデュース等で幅広く活動中。現在、ニコニコ生放送「長尾チャンネル」やメルマガ「痛くない死に方」などで医療情報を発信している。



### ニフレルの「ふく」をさがそう

山口県など一部地域では、体をふくらます姿や、縁起のいい「福」にちなんで「ふく」を「ふく」と呼びます。ニフレルにも「ふく」がいっぱい!そこで、「ふく」をみつける特別企画を期間限定で開催します。クイズに正解すると、「かわいいふくステッカー」をプレゼント。いいことが起こるかも!?ぜひニフレルで参加しよう!

### エサバケツのサイズがお母さんと同じに

食べる量が順調に増え、エサを入れるバケツが、お母さんの「フルフル」と同じサイズになりました。生まれた時、7.5kgだった体重は、1年5ヵ月で130kgを超えてフルフルの半分ほどになりました。

### 座りのあと「ふせ」の練習中

キュレーターの合図で座れるようにも。今はふせも練習中です。座ったりふせができることで、体重を正確に測れたり、首やおなかの様子を観察できるようになります。どんどん新しいことができるようになっていくネムネム。ぜひ会いに行ってみてね!

### すくすく育つ、ミニカバの子ども「ネムネム」

#### 野生と同じエサの食べ方に

野生では水中、陸上どちらでもエサを食べているミニカバ。ニフレルでも穴をあけた木の板にエサをつけてプールに浮かべたところ、最初は戸惑ったネムネムでしたが、「フルフル」が食べているのを見て、プールに入って食べる事ができました。

# NIFREL にふれる

Vol.102

2023年8月に誕生したミニカバの子ども「ネムネム」。体重も順調に増え、スクスクと育っています。新しいことにも挑戦し、成長を見せているネムネムの今をお伝えします。



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 1/28・1/29は休館日です  
 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  
 ニフレルでも三井ショッピングパークポイントが貯まる・使える!

今までのバックナンバーはCityLife Newsから

### ニフレル年間パスポート \\ 販売中 \\

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

料金	①カードパスポート	②WEBパスポート
	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)	

ニフレル年間パスポート

有効期間  
 カード: ご購入から1年間  
 WEB: 初回来館から1年間  
 詳細はこちらから ▶

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

## LaLaport VALENTINE'S DAY

じぶんらしく、きもちを贈ろう。

2025/1/27(月) - 2/14(金)

詳しくはコチラ

EXPOCITY 吹田市千里万博公園2-1  
 営業時間 ららぽーとEXPOCITY 10:00~20:00  
 問合せ先 06-6170-5590 (代表/10:00~18:00)

## 大阪モノレール お得なモバイルチケット発売中!

	価格(税込)	利用可能日時
休日満喫 1 DAY モバイルチケット	大人 700円 小児 300円	休日ダイヤ運行日
オフピーク モバイルチケット	600円(大人のみ)	平日ダイヤ運行日 10:00~16:00 (出場は16:45まで)

スマホアプリから購入できるモバイルチケットを発売中です。大阪モノレール全線が乗り降り自由です。沿線のおでかけに、お得で便利。利用方法など、詳しくはHPをご確認ください。

大阪モノレール モバイルチケット 検索

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

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

ご相談・申し込みはホームページから

## 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。

ここから OPEN THE NEW STORY!

USく未来 OPEN THE NEW STORY!

この街の未来をひらく 北おおさか信用金庫

おかげさまで100周年



サステナブル&健やかな毎日があふれる「住まい」と「暮らし」のテーマパーク「ウェルビーみのお」で、家族いっしょに愉しもう。

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。

2/8(土)9(日) 各日先着150組様

ゴンチャロフ バレンタイン チョコレート抽選会. 1等 5組様 ショコラセッション, 2等 8組様 メッセ神戸プレミアム, 3等 20組様 神戸ビュースポット, 4等 267組様 スイートミー. ※写真はイメージです ※賞品はなくなり次第終了となります ※4等は3種類の中からいずれかひとつ、種類は選べません

必ず当たる!おもちゃ抽選会 2/15(土)

寒い冬にぴったり!おうちで遊べる豪華な賞品が当たるおもちゃ抽選会! 先着100組様. 1等 1組様 マリオ&ルイージRPG ブラザーシップ!, 2等 2組様 おふるDEミニカー, 3等 4組様 スイススイおえかき, 4等 93組様 おもちゃ. ※写真はイメージです ※賞品はなくなり次第終了となります

手づくりお菓子のうち 2/11(火)

組み立てたおうちに絵を描いたりフェルトやボンボンで飾り付け。最後にお菓子をつめて完成! 先着150組様 小学生以下限定. お菓子もプレゼント! ※写真はイメージです

オーガニックコットンのベビーアイテム抽選会 2/16(日)

オーガニックコットンにこだわったHaruulalaの人気ベビーアイテムが当たる! 先着100組様. 1等 1組様 出産祝い3点セット, 2等 2組様 ブランケット(プリズム), 3等 4組様 くまのラトル, 4等 93組様 おもちゃ. ※写真はイメージです ※賞品はなくなり次第終了となります ※4等はHaruulalaの商品ではありません

※イベントについては一部、ABCハウジングのアカウントにご登録いただいた方が対象です。登録後、会場受付にてマイページの二次元コードをご提示ください。※雨天の場合などは内容が変更される場合があります。最新情報はABCハウジングホームページでご確認ください。また、会場受付までお問い合わせください。※イベントへの参加・先着プレゼントの受け取りは、1世帯1名様限り(一部イベントを除く)。また、期間中1回限りとし、参加組数には制限があります。※掲載写真はいずれもイメージです。

〒562-0033 箕面市今宮1丁目1番1号 TEL 072-737-6901 受付時間 10:00~18:00. 水曜日定休日(祝日は除く). 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

アクセスMAP. 白鳥2丁目, 今宮, 西宮, 箕面, 吹田, 豊中, 東淀川, 東成, 東淀川, 東成, 東淀川, 東成. ※車でのアクセスは、こちらを参考にお越しください。

会場の最新情報やイベント情報は「ウェルビーみのお」で検索! ご来場プレゼント 2/1(土)28(金) ※水曜日を除く. 珪藻土ソフトバスマット. サラサラでやわらかい踏み心地。珪藻土パウダーを使用した、吸水の良いバスマットをプレゼント!

北摂・北河内 小中高生応援デー開催!!

小中高生無料 大人10%OFF. 北摂・北河内 小中高生応援デー. 2.22 (SAT) 3.8 (SAT). パナソニックスタジアム吹田 15:00 KICK OFF

北摂・北河内地域在住の皆様へ、「北摂・北河内小中高生応援デー」を2試合で開催いたします。対象席種では小中高生は無料、大人は10%OFFでお得に観戦できます!

【対象試合】2/22(土) 明治安田J1リーグ 第2節 ガンバ大阪 vs アビスパ福岡 (15:00 キックオフ) 【販売期間】1/26(日) 10:00~2/21(金) 23:59

【対象試合】3/8(土) 明治安田J1リーグ 第5節 ガンバ大阪 vs 清水エスパルス (15:00 キックオフ) 【販売期間】2/1(土) 10:00~3/7(金) 23:59

【会場】パナソニックスタジアム吹田 【対象】北摂・北河内に在住の皆様 ※販売期間内でもチケットが無くなり次第、販売は終了となります 【席種・価格】 カテゴリー4:小中高無料/大人3,600円(10%OFF) カテゴリー5:小中高無料/大人3,060円(10%OFF) カテゴリー6(下層・指定席):小中高無料/大人2,520円(10%OFF) カテゴリー6(上層・自由席):小中高無料/大人2,340円(10%OFF) ※福岡戦のみ対象 【ご注意】※チケットの購入にはJリーグIDの登録が必要となります。

ホームゲーム日程 (at) パナソニックスタジアム吹田 J1リーグ 第1節 2/14(金) 19:00 vs セレッソ大阪 第2節 2/22(土) 15:00 vs アビスパ福岡 第5節 3/8(土) 15:00 vs 清水エスパルス

最新情報はガンバ大阪公式サイトでチェック! https://www.gamba-osaka.net/



写真左から荒木琉偉選手、名和田我空選手、南野遥海選手、奥抜侃志選手、佐々木翔悟選手。



- GK18 荒木琉偉 ARAKI RUI 2007.10.14 生まれ 194cm / 85kg 三重県出身 ガンバ大阪ユース所属
MF38 名和田我空 NAWATA GAKU 2006.7.29 生まれ 169cm / 63kg 宮崎県出身 前所属: 神村学園高等学校
FW42 南野遥海 MINAMINO HARUMI 2004.5.13 生まれ 176cm / 71kg 兵庫県出身 前所属: 栃木 SC (期限付き移籍)
MF44 奥抜侃志 OKUNUKI KANJI 1999.8.11 生まれ 171cm / 61kg 栃木県出身 前所属: 1.FC ニュルンベルク (ドイツ)
DF67 佐々木翔悟 SASAKI SHOGO 2000.7.25 生まれ 183cm / 75kg 茨城県出身 前所属: ジェフユナイテッド千葉

※荒木選手は2025シーズンもガンバ大阪ユースに所属し、Jリーグの公式戦に出場可能な2種登録選手としてプロチームのトレーニングに参加。

GAMBA NEWS 北摂のJリーグクラブ ガンバ大阪を応援しよう! ガンバ通信 取材協力/ガンバ大阪

新加入選手も加わり2025シーズンが開始. ガンバ大阪は1月7日、新体制で始動した。今季もダニエル・ポヤトス監督が指揮を執る。チームは伊射奈岐神社(吹田市)で必勝祈願を行った後、初練習で汗を流した。同日、新加入選手の見も行われ、5名の選手が登場。日本代表経験があり、1.FC ニュルンベルク(ドイツ)から加入したMF奥抜侃志選手は、「1年目から二桁得点を狙っていきたい。ファン・サポーターの期待に応えたい」と意気込んだ。ガンバ大阪は、1月17日から2月1日の期間、沖縄キャンプを実施。ホーム開幕戦は、2月14日、セレッソ大阪との対戦が決定。2025明治安田J1リーグは大阪ダービーで開幕する。

万博記念公園だより 2月号 令和7年1月20日発行 通巻537号

# BAMPAKU News

2025 02



# 梅まつり

Ume Festival

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

2.8(土) — 3.9(日)

9:30~17:00(入園は16:30まで)  
水曜定休

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



## 梅のイベントを満喫しよう

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

### 大阪 梅の陣 CHOYA利き梅酒5種セット & 梅酒販売



梅を愛でながら、5種の本格梅酒を飲み比べ。正解者には高級梅酒が当たるチャンスも。この他、海外でしか手に入らないプレミアムな梅酒や梅製品販売など、今年も盛りだくさんでお待ちしております！

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

🕒 2/22(土)、23(日・祝)、24(月・振休)、3/1(土)、2(日)  
10:00~16:00 ※雨天中止

📍 自然文化園 水車茶屋前 🍷 利き梅酒15ml×5種セット500円他

### 大阪 梅の陣 CHOYA×大阪農業園芸・食テクノロジー 専門学校梅スイーツ&梅パン販売



CHOYAとのコラボレーション事業から開発された、梅製品を使った梅スイーツ販売。今年は梅パンも登場！どちらも梅まつりだけでしか手に入らない期間限定スペシャル企画です！

🕒 2/22(土)、23(日・祝)、24(月・振休)  
※雨天中止[スイーツ]10:00~、[パン]13:00~(予定)  
※どちらも完売次第終了 ※商品により購入制限がございます

📍 自然文化園 茶つみの里東側

### 大阪 梅の陣 JA紀州・JA紀南 梅干し食べ比べ&販売



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

🕒 3/1(土)、2(日) 10:00~16:00 ※雨天中止  
📍 自然文化園 茶つみの里 東側・梅林内特設テント  
🍷 梅干し食べ比べ3種セット500円他

### 伝統芸能「早春落語」

2/22(土)、2/23(日・祝)  
🕒 13:00~13:30 ②15:00~15:30

出演 2/22(土) 笑福亭笑利  
2/23(日・祝) 月亭遊真



1日目は、昨年第10回上方落語若手噺家グランプリで見事優勝した笑福亭笑利。2日目は、今年噺家生活10周年を迎える気鋭の若手、月亭遊真が登場します。

📍 日本庭園 茶室 千里庵  
🎫 観覧無料 ※満席の場合は入場制限の可能性あり

### 日本庭園茶室「千里庵」呈茶

期間中の土・日・祝 ※2/22(土)、23(日・祝)を除く  
🕒 10:00~16:00(受付は15:30まで)

枯山水の庭越しの梅を眺めながら、おいしい和菓子とお抹茶をお楽しみください。

📍 日本庭園 茶室 千里庵  
🍷 季節の和菓子と抹茶セット700円  
※割引入園券付抹茶券も入園ゲートにて販売(大人890円、小中学生760円)(呈茶開催日のみ15時まで販売)



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

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

問合せ | 万博記念公園コールセンター ☎ 0120-1970-89 / ☎ 06-6877-7387 E-mail: info@expo70-park.jp

H | P | https://www.expo70-park.jp

制作 | 万博記念公園マネジメント・パートナーズ ※掲載内容は事前の予告なく変更・中止になる場合があります。

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



# 梅のイベントを満喫しよう

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

## 梅干しすっぱ顔選手権



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

- 3/2(日) ※雨天中止  
当日スケジュールはHPでご確認ください。
- 平和のバラ園特設ステージ
- 参加費無料 [対象]中学生以下のみ (定員21名) ※当日受付、先着順

## 梅干し種飛ばし選手権

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

- 3/2(日) ※雨天中止 当日スケジュールはHPでご確認ください。
- 平和のバラ園特設ステージ
- 参加費無料、[定員]小学生以下15名、中学生以上15名 ※当日受付、先着順

## 梅フード



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

- 期間中の土・日・祝 10:00~16:00 ※雨天中止
- 自然文化園 水車茶屋前
- 商品により異なります

## 梅マルシェ

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

- 期間中の土・日・祝 10:00~16:00 ※雨天中止
- 自然文化園 平和のバラ園前
- 商品により異なります

## ミニ盆梅販売



長浜の新春の風物詩「長浜盆梅展」を運営する長浜観光協会によるミニ盆梅販売。

- 2/15(土)、16(日)、22(土)、23(日・祝)、24(月・振休) 10:00~16:00 ※雨天中止
- 自然文化園 梅林内特設テント
- 商品により異なります

## 各種ワークショップ

梅まつり期間中は、梅にまつわるさまざまなワークショップを開催。くわしい日程や詳細はHPでご確認ください。

- 自然文化園 水車茶屋
- ワークショップにより異なります

## NPOセンター梅ガイド

- 2/11(火・祝)、18(火)、25(火)、3/4(火) 10:00~12:00(最終受付)
- 自然文化園 梅林

## 日本庭園八景巡りスタンプラリー

日本庭園内の主要な見どころ8か所にオリジナルスタンプを設置。詳細は3月号またはHPをご覧ください。

- 3/8(土)、9(日) 10:00~14:00

他にもイベント盛りだくさん

詳しくは下のQRコードから



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

## つばき祭

2/8(土)~3/9(日) 9:30~17:00(入園は16:30まで)



「出雲安寿」「桃割れ」など約100品種・約260本が次々に咲き始めるツバキ。サザンカやスイセンとの共演もお楽しみください。

- つばきの森
- 無料

## 万博お祭り広場 ガレージセール

2/2(日)、23(日・祝)、24(月・振休) ※少雨決行



万博お祭り広場ガレージセールを開催!古着まつり関西最大級のガレージセール。ヴィンテージの衣類や雑貨など、多数販売しています。

- お祭り広場
- 大人500円、小中学生200円
- 06-6362-6322 受付は10:30~15:30、土日祝除く

## テレビ大阪EXPO

(CYCLE MODE RIDE OSAKA/アウトドアフェス/サイクル∞キッチン)

3/1(土)、2(日) 9:30~17:00

- 東の広場、お祭り広場、下の広場
- 無料※サイクルモードライドのみ 前売900円、当日1,200円(中学生以下無料)
- テレビ大阪株式会社 06-6947-1912 受付は10:00~18:00、土日祝除く
- https://www.tv-osaka.co.jp/expo/



イベントの詳細は左のQRコードから



# 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。 >>



## 1970年日本万国博覧会(大阪万博)のレガシーを体験しよう!

万博記念公園には1970年日本万国博覧会(大阪万博)当時のレガシーが今も多数存在しています。なかでも、太陽の塔とEXPO'70パビリオンは公園を代表する当時を知ることでできる貴重な施設です。万博記念公園にお越しの際はぜひ体験してください。

### 太陽の塔

内部には原生生物から人類に至るまでの生命の進化の過程を表現した「生命の樹」(高さ約41メートル)があり、博覧会以降原則非公開だったものを復元・再生し、2018年(平成30年)3月より一般公開しています。

### 自然文化園と太陽の塔内部観覧セット券

〈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**

※太陽の塔オフィシャルサイトでの事前前売チケットでのセット料金



太陽の塔オフィシャルサイト(内部観覧予約)



### EXPO'70パビリオン

10:00~17:00(入館は16:30まで)



2023年8月に別館を増設し、これまでの常設展示に加え、大阪万博開催時に太陽の塔の頂部に設置されていた「黄金の顔」の展示や、映像で当時を体感できるゾーン等を新たに設置し、一般公開しています。

【常設展示入館料】高校生以上 500円、中学生以下無料

※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。

## トライ・トレイン キャンペーン

2/1(土)~28(金) 9:30~17:00(受付16:40まで)  
※プレゼントがなくなり次第終了



自分で運転ができるトライ・トレインで高得点をめざそう!期間限定!60点以上獲得でオリジナル缶バッジプレゼント!

- 夢の池サイクルポート乗り場西側
- 1周1人500円(3歳以上) ※0歳から2歳は無料 ※小学生未満の方は保護者同伴(有料)で利用可 ※定員は車両1台につき4人まで(0歳は1人と数える)
- 自転車センター万博事業所 サイクルポート事務所 06-6875-6643

## 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

- お得に万博記念公園エンジョイパス
- 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

- 自然文化園・日本庭園共通前売りチケット
- 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▶



## 「万博記念公園に咲く花の写真コンテスト」入賞作品展示

開催中~3/11(火) 9:30~17:00(入園は16:30まで)

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

### 自然文化園 水車茶屋

※開催会場変更につきまして 当初、応募要項(チラシ・ホームページ)において、開催会場を日本庭園中央休憩所としておりましたが、事情により「自然文化園 水車茶屋」に変更させていただきます。ご了承のほどお願いいたします。

- 無料
- 万博記念公園自然文化園・日本庭園に準じる



令和6年度推薦作品「花の丘にて」

## 万博記念公園Instagram(インスタグラム)フォトコンテスト

テーマ:「大好きBAMPAKU」[応募(投稿)期間] 1/20(月)~2/19(水)

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

応募(投稿)方法抜粋 詳細は万博記念公園公式ホームページか公式Instagramをチェック!

アカウントは expo 70park



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

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

↑ 万博記念公園へは公共交通機関で!

🚫 動植物の採取は禁止です

🗺️ 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。

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。





不妊治療の基礎知識

なぜ妊娠しない？

不妊の原因と治療の進め方

女性の社会進出に伴い、晩婚化が進んでいます。35歳以上になると男女ともに妊孕率が低下するため、不妊治療に取り組むご夫婦が増えています。今回は年齢別の不妊治療の目安と、治療の進め方をご紹介します。

不妊の原因は男女どちらにもある  
早めの検査で、治療計画を立てよう

不妊は、男性因子35%、女性因子21%、原因不明9%（WHO調査）と、男女どちらにも原因があります。

女性には年齢により卵子の質が低下することが大きな要因となつていますが、他にも子宮筋腫や卵胞発育不全、卵管通過障害など様々な因子が考えられます。

男性も年齢によって、精子運動率や精子正常形態率などの精液所見が低下します。また昨今では、性機能障害（ED）や射精障害が増加しているのが特徴です。

女性は、タイミング法↓人工授精↓体外受精とステップアップしますが、2022年4月から保険適用になったことを契機に、ステップアップは早まっています。体外受精の認



【監修】  
・園田桃代ARTクリニック 園田桃代先生  
・うめだファミリークリニック 山下能毅先生

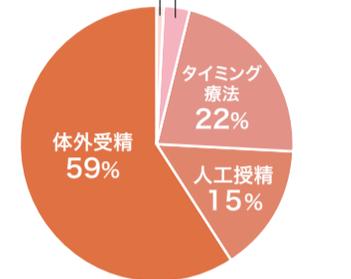
■女性不妊治療について

年代別採卵数の平均値

年代	平均採卵個数(個)
～29歳	10.3
30歳～34歳	8.7
35歳～39歳	6.2
40歳～	4.4

（園田桃代ARTクリニック）  
※2023年1月～12月に行った採卵が対象

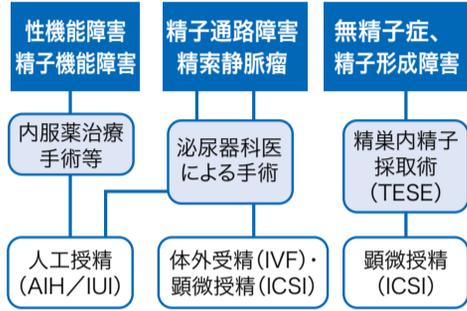
妊娠例の  
治療別内訳



（園田桃代ARTクリニック）  
※2010年10月～2023年12月に行った治療が対象

■男性不妊の場合

精液検査を行い、治療プランを相談します。



（うめだファミリークリニック）

不妊治療は正しい情報収集が大切  
治療内容、クリニック選びの基本知識

保険適用となり、増えている「体外受精」という選択。だからこそ、治療内容の把握と医院選びは、より重要になってきています。園田院長に話を聞きました。

園田桃代ARTクリニック 生殖医療専門医・指導医 院長 園田 桃代さん

不妊治療が保険適用となり、費用面でのハードルが低くなったことから体外受精を選択する方が増えてきております。当院では、正しい治療内容を知っていただくために、体外受精セミナーを開催し、治療の説明や疑問にお答えしています。特にスケジュールは普段の生活や仕事との調整が必要ですので、分かりやすい説明を心がけています。体外受精の治療には準備も含めて約1ヵ月必要で、月経周期に合わせてスケジュールを決定します。体外受精の準備として前周期には採卵に向けて、卵巣、ホルモン状態を整えるためにホルモン剤を投与しま

す。内服後に月経が開始すれば、約10日間の排卵誘発期間に3～5回の診察を行い、卵胞径とホルモン値で採卵の時期が決まります。採卵後、受卵卵は一旦凍結保存し、状態をみて胚移植の準備に入ります。

不妊治療で大事なことは、一人ひとりに必要な治療を的確に見極め、スムーズに治療を進めていくことです。体外受精も必要と判断したうえで提案しています。的確な治療を進めるためには、クリニック選びがとても大切です。生殖医療専門医が在籍していること、治療実績があること、これは重要な判断材料といえます。

少人数セミナー開催 [場所] 当クリニックにて

妊活応援セミナー 2/1(土)・3/1(土) 14時～(約30分)

体外受精セミナー 2/15(土)・3/15(土) 14時～15時15分

- 【漢方外来】 初診：月曜・水曜・金曜 11時半  
再診：月～土（火曜以外）の午前診  
月曜・水曜・金曜の16時
- 【男性外来】 男性泌尿器科医師による診察を実施しています。  
診察日：第2・第4土曜日
- 【プレコンセプションケア】  
・管理栄養士による栄養カウンセリング  
・公認心理師による心理カウンセリング  
・プレコンセプション検査  
※申込・詳細は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  
☎06-6155-1511  
http://www.sonoda-art.com  
【不妊治療の指定医療機関】



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



男性不妊外来で保険適用の不妊治療が可能  
先進医療にも対応した生殖医療専門クリニック

うめだファミリークリニック 山下 能毅 院長

大阪医科大学医学部卒業（医学博士）。日本産婦人科学会認定医、生殖医療専門医。大阪医科大学産婦人科学講師を経て、宮崎レディースクリニック副院長に就任。平成29年4月にうめだファミリークリニック院長就任。

昨今、男性不妊症の方が増えています。原因はいろいろありますが、EDと射精障害といった性機能障害が増加傾向にあります（表A参照）。これは治療しなければ自然妊娠が難しいので、早めに生殖医療専門医に相談しましょう。当クリニックでは「男性不妊外来」も併設しており、不妊専門の3名の泌尿器科医が在籍しています。造精機能障害のひとつである精索静脈瘤の手術も関連病院で主治医が担当し、良好な治療結果を残しています。

また、現代人は男女共にプレコンセプションケアが重要になってきます。女性の場合、

卵巣年齢が妊娠のカギとなるため、卵子の質を保つための生活習慣・食事・サプリメント・運動など改善しておいたほうが良いことをアドバイスしています。卵子凍結にも力を入れていますので、当院へご相談ください。

体外受精をする場合、日本生殖医学会が認定した、生殖医療専門のクリニックである必要があります。当院ではさらに臨床遺伝専門医、抗加齢医学会専門医、管理栄養士、不妊治療コーディネーターを配置し、子宮内膜受容能検査（ERA）やタイムラプスなどの先進医療にも対応しています。医師・スタッフが全力でサポートする体制を整えています。

男性不妊症の原因(表A)

	平成9年度	平成27年度
造精機能障害	83.0%	82.4%
原因不明	46.6%	42.1%
精索静脈瘤	29.8%	30.2%
染色体・遺伝子異常など	6.6%	10.1%
閉塞性精路障害	13.7%	3.9%
性機能障害	3.3%	13.5%

※出典：厚生労働省資料

患者様の声

タイミング法・人工授精・体外受精と一通り経験し、こちらのクリニックのおかげで妊娠に至りました。先生はもちろん、受付の方もわからないことを質問したらいつも丁寧に回答してくれました。主人も男性不妊専門の先生に何回か診てもらいましたが、親切に色んな情報を教えてくれるのが良かったそうです。

卵子凍結は  
うめだファミリークリニックへ



不妊予防になる  
プレコンセプションケアの指導も

肥満や痩せすぎは不妊症の一因となります。当院では、梅田のボディフィットネス「リズムックボックス®」と提携。妊娠しやすい理想のBMI21、体脂肪率20～23%をめざしています。（体験チケット進呈）



不妊治療専門クリニック 医療法人聖誕会  
うめだファミリークリニック

大阪市北区豊崎3-17-6  
診療時間／9時～12時、13時～15時半、17時半～19時半  
休診日：日曜、祝日、土曜の夜診  
地下鉄中津駅下車 4番出口より徒歩約1分  
阪急梅田駅茶屋町下車 徒歩約5分  
☎06-6371-0363 https://umeda-fc.org/



※当クリニックは、先進医療が行える、要件を満たした不妊治療の「指定医療機関」であり、PGT-A認証施設です。

# From CityLife まちの“気になる”を募集 CityLife編集部が調べます

CityLifeでは、読者の皆さんのギモンに思うまちのネタを編集部が調査する新コーナーを立ち上げます。そこで毎日の暮らしのなかで、なんとなく気になっているコト、ウワサになっているコトを大募集!人やお店、スポットなど、あなたの気になる情報をお送りください。

- こんな“気になる”ありませんか!
- ・醤油だしの自動販売機があるって本当?
  - ・毎日見かける個性的な人、一体何をしてるんだろう
  - ・ずっと工事中。あの道路はいつ開通するの
  - ・●●のお店に高さ1m以上の巨大パフェがある
  - ・●●の開かずの踏切、1時間のうち何分しまっているの?
  - ・●●で見かける謎の置き物が気になる ……など

採用された方には5,000円分のギフト券をプレゼント!

[応募方法]  
右記QRコードから  
ご応募ください



※ご応募いただいた情報については編集部で確認のうえ採用の場合のみご連絡いたします。予めご了承ください。



### 喜びの声

●病院で1年間タイミング療法を行いました。妊娠せず、「高プロラクチン血症と多嚢胞性卵巣症候群のため妊娠しにくい状態」と言われ相談へ。他に、冷え性、胃痛、便秘、月経痛、腰痛などの症状があり、血と気を補って巡りを良くする漢方薬と、胃腸と腎の働きを補う漢方薬を飲むことに。1ヵ月後には、胃痛と便秘が改善し、2ヵ月後には月経痛もだいぶ軽くなり、月経周期も安定してきました。そして3ヵ月後に妊娠陽性となり、今は無事に安定期に入りました。漢方を始めてみて本当に良かったです。(30代女性)

### 春風漢方薬局 (ハルカゼカンボウヤクキョク)

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 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



## 漢方で妊娠への準備を整える 多嚢胞や子宮腺筋症でも妊娠へ

漢方では本来備わっている“妊娠力”を整えていく。女性ホルモンのバランスを整えたり、卵の質を良くするなど、乱れがちな現代人の身体の内側へのアプローチ。「当薬局でも多くの方がお子さんを授かっておられますが、生理不順や頭痛など、さまざまな不調をかかえておられる方が多いです。少しの不調でも侮れません。改善することで、妊娠への身体の準備が進み、良い結果につながりやすくなります」と西口さん。先生自身も、漢方に助けられた経験からこの道へ進んだこともあり、患者目線に立った対応も評判。

この写真の雰囲気通り、やさしく相談しやすい人柄。国際中医専門員の資格を持ち、これまでの経験や豊富な知識から的確に体質改善へ導いてくれる。不妊症、アトピー、自律神経失調症など不調を感じたら相談してみてください。



# COOP コープこうべだよ!

「より良い暮らし」の実現のために、組合員や地域の人たちとのつながりを大切にするコープこうべ。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ご紹介します。

### コープ新光風台

豊能郡豊能町新光風台2-18-5  
072-738-5901  
営業/10時~20時  
店休日なし(1/1~3を除く)

三栗 直也さん (店長)

### この街と共に34年 なくてはならない存在に

当店は北摂のベッタタウンとして知られている新光風台で34年前にオープン。私自身もこの街で育ち、学生の頃、こちらのお店でアルバイトを経験しました。現在は地域行事に協力したり学校給食の食材提供を担うなど、地域との連携を大切にしながら店舗を運営しています。



### フードプラン

大いけす育ちぶり

※価格は時期により変動

通常の50倍ある「大いけす」で育った活きの良いぶり。臭みがほとんどないので、塩焼きでその旨さ確かめてください。



### おすすめアイテム



### ドリンクゼリーシリーズ

(180g/各116.64円)

エネルギー補給型、マルチビタミン補給型など目的別のフルーツゼリー。色々な場面で手軽に栄養をチャージできます。

お子さまのおやつにも 風邪でつらい時も重宝!



### めっちゃ長い トイレトペーパー

(シングル250m×4/602円)

1ロール250mと、備蓄しても場所を取らないのがおすすめポイント。使用後にゴミとなる紙芯がないのも嬉しいです。



2月のツキ推し!

2/7(金)からスタート

あごだし細粒タイプ 20本



あご本来がもっている上品な旨みを生かした、だしの素。あご煮干し粉末と酵母エキスを使用し、コクや香りが強く感じられるように仕上げました。使いやすい3gずつの個包装です。

(震災30年特設サイト) 「共に備える 未来へつなぐ」 ぜひご覧ください

共に備える 未来へつなぐ



### 箕面商工会議所

~お店の人が教えてくれる~

【第25回 箕面まちゼミ】開催中!!

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

●開催期間:  
2月20日(木)まで

●要予約:申込は各店舗へ  
※チラシ設置:箕面商工会議所、市役所関連施設、池田泉州銀行

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



### 吹田商工会議所

令和7年度新入社員教育講座

吹田商工会議所にて、新入社員教育講座を実施いたします。

【日時】4月8日(火)・9日(水)  
10:00~16:30

【会場】吹田商工会議所  
大会議室(吹田市泉町2丁目17-4)

【講師】株式会社キャリアソフィア  
代表取締役 木山 美佳 氏

【参加費】会員…18,000円/人【テキスト込み】  
未会員…28,000円/人【テキスト込み】  
※昼食は各自でご持参ください。

【問合せ】詳細や申し込みについては右記QRコードをご確認ください。

吹田商工会議所  
TEL 06-6330-8001



### 豊中商工会議所

障がい者雇用 基本のキ

【録画配信】

高齢者や障がい者の雇用支援等を行う、独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構のご担当者より、障がい者雇用の基礎知識や関係する助成金について、ご説明いただいたセミナーの録画配信を行います。  
お申込みはQRコードよりお願いします。

【カリキュラム】  
・障がい者雇用の基礎知識  
・企業における障がい者雇用の事例紹介  
・障害者雇用納付金関係助成金について

【公開期限】2月28日(金)まで  
【受講料】無料

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



## 商工会 商工会議所 通信

SYOUKOKUAI SYOUKOKU KAIGISYO  
TSUSHIN

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

From CityLife



## CityLife公式LINE 配信中!

グルメやセミナー、イベント情報など、北摂のさまざまな情報を配信しています。  
さらに、お得なクーポン情報も!友だち登録をお願いします!

登録はこちら





配信画像をタップして情報ゲット!

週に1度、北摂の情報を配信。

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。



外壁塗装のプロ

## 職人の直受けだから、高技術で低価格 北摂の外壁防水塗装工事ならおまかせ

外壁塗装にたずさわりの道30年の原元さん。外壁塗装はただ高品質な塗料を塗れば良いというものではなく、熟練の技術と豊富な知識が求められる難しい工事。「塗装工事が難しい最大の要因は、"最適な塗装工事"が現場によって異なることです。たとえば、屋根や外壁の素材や劣化の状態、気温や湿度などによって塗装職人が現場で臨機応変に対応を変える必要があります」と原元さん。そんな難しい工事だからこそ、自社社員での施工が同社の強み。安心の3回塗り、状況に応じてバイオ洗浄や高圧洗浄でカビや苔を根こそぎ排除する。この洗浄の工程を丁寧にしなないとすぐに塗装が剥がれてしまうという。中間業者をいれず、職人が直接施工することで、一般住宅・ウレタン塗装の場合、200㎡(延建坪35坪)以内なら59.8万円(税込)と低価格を実現している。

## 地元密着で10年保証があるのも安心

施工エリア内では同社だけでなく「バイオ洗浄」も選ぶことができる。塗装は下地が命。長持ちするようにしっかりと汚れを落とすという。もちろん、仕上がりにこだわり、足場を組んだ状態で、一度チェックし足場に隠れて見えにくかった所を確認するために足場を外してから、もう一度検査を実施する。工事完了報告書のお渡しや10年保証もあり。



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」

**特典** 「シティライフを見た」で6帖洋室1室の壁クロス張り替え無料!  
(外壁塗装された方、2月末まで)

## 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  
進和リフォーム で検索

## 無金利ローン実施中

※100万円、36回払いまで

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



## 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?



ハウスクリーニングのプロ

## 家族想い、地球想い 脱ケミカルで身体と環境に優しいハウスクリーニング

「きれいごとできれいにしよう」をコンセプトに、脱ケミカルに徹底したSDGs時代のハウスクリーニングを実践するエシカルノーマル。その考え方に共感した根岸さんが吹田店を昨年12月にOPENした。「一般的なハウスクリーニングは『劇物・毒物』に分類される洗剤・薬剤を使うことがほとんどです。当社はそういったものを使わずに、自社開発のエシカルな洗剤のみを使ってピカピカにします」とは根岸さん。シニア・小さな子ども、ペットのいる家庭、アレルギー体質の方も安心。気になる方はお問合せを!

### エシカルノーマルの4つの約束

- ①環境や人、動物にダメージのある洗剤・薬剤を使わない
- ②移動する際には極力、化石燃料を使わない
- ③ユニフォームは全てサステナブルなメーカーで
- ④ビフォーアフターを数値でも報告



店長の根岸さんは元々製薬メーカーで研究職として勤務していた経歴の持ち主。「私自身成分に関して熟知している分、当店の使用するものは身体に安心で信用できるんです」

- Menu**
- 洗濯機クリーニング……20,000円~
  - エアコンクリーニング……12,000円~
  - 水回り3点セット (レンジフード、キッチン、お風呂)
  - 水回り5点セット (上記3点+トイレ、洗面台)

**特典** 「シティライフを見た」で  
●特別割引キャンペーン  
※割引率などはお問合せを  
(要予約・新規の方・2月末まで)



## エシカルノーマル吹田店

吹田市江坂町 5-16-7-4  
受/9時~18時  
不定休  
☎070-4011-3308

After→



Before→

家の中で一番汚れている場所は、洗濯機の中だそう。ホコリや洗濯カスを分解洗浄でピカピカ!



ペット預かり、しつけのプロ

## テレビでもお馴染み 小型犬も大型犬も仲良しな 犬の幼稚園

元警察犬訓練士で、ドッグトレーナーの専門学校講師を務める園長と、専門学校卒業生の女性スタッフが愛情たっぷりに預かってくれる。毎日河川敷でお散歩し、雨の日は橋の下の濡れないコースを歩くので、運動不足の心配いらず。さらに毎月の遠足週間では、朝から夕方まで広い公園で遠足を行う。季節によって場所が変わるため、ワンちゃんたちも大喜び!引っ張りや噛み癖・吠え癖のトレーニングはもちろん、フリスビーを使用したドッグスポーツ「ディスクドッグ」も行っている。まずは1日体験へ。

**特典** 「シティライフを見た」で  
●1日体験5,000円→3,000円  
(2月末まで・初回限定)

## 犬の幼稚園 ワンツウクラブ

摂津市鳥飼中1-3-11-202  
営/9時~17時  
送迎は7時~9時、15時~18時半  
☎080-6423-4950 (古谷)  
☎070-5047-5566 (永田)  
yosh3594@gmail.com  
訓練(大阪府登録第3043-4号)  
有効期限の末日:2026年4月11日

公式Instagram↓



テレビ取材の様子はこちら→



## リノベーションの進め方を実際に体験してみよう!

住まいの  
**業界初!**  
リノベーション体験

リノベーション体験

そもそも予算が合うか気になる

何もわからないからと業者任せにして大丈夫かな?

失敗が怖くてふみだせない

リノベーションをお考えの方、こんなお悩みはありませんか?

必要な知識を身につけ理想を叶えるため、プロと一緒に事前にリノベーション体験をしてみませんか?

- プロが自宅をモデルに実際のリノベーションを想定して本気で提案!
- 情報や知識、リノベーションの流れまで事前知ることが出来る!
- もちろん工事はしないため、安心して「失敗」ができる!

今なら説明動画をプレゼント!

ご希望の方は、LINEに友だち登録をしていただき、メッセージをお送りください!

## 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)  
定休/毎週木曜日、第2・4水曜  
☎06-6330-5011

山田第二小  
P  
スーパーマルヤス  
千里丘  
開発エリア  
産業道路  
京千里線

ボスフル 検索

**+Comfort** プラスコンフォート

箕面市萱野6-5-2-202 TEL.072-746-8542

この人に  
FOCUS

Vol.13

『いつかは廃れ、  
消えていく。それでも、  
惜しまれる存在に』

[取材協力] B.B.CURRY

TEL : 06-6710-9775

営/月水木:11時~14時半

金土日:11時~14時半・17時~20時

火・第3水曜・祝日定休

Instagram



HP



## 「スパイス飯店」との運命の 出会い

1977年、吹田に生まれた馬場さんは「自然が多くて遊ぶ場所には困りませんでした」と少年時代を振り返る。店がある竹見台も含め、千里ニュータウンの周辺で遊ぶことが多かったという。そして高校に進み美大への進学を志すようになった馬場さんが出会ったのが、中津の美術予備校の向かいにあったカレー屋「スパイス飯店」だった。「店内にはジャズやブルースが流れ、まさに“大人のカフェ”でした。初めて食べたときは率直に『辛いな』と。でもなぜか『また食べたい』という気持ちが湧いてくる味でした」と馬場さん。次第に予備校より店に通うことが目的となり、マスターの玉田賢司さんとも親密に。「年の差は10歳ほどありましたが、通い詰めるうち友人のような関係になりました」。

その後、仕事では当時熱中していた古着の世界へ進みつつ、プライベートではマスターのもとに足を運び続けた。自身の古着店を構える際もスパイス飯店の近くを選んだほどだった。



19歳頃の馬場さん(右)とスパイス飯店マスターの玉田さん



古着店で店長時代の馬場さん

## 受け継がれた記憶の味を再び

しかし2010年にマスターのがんが発覚。同年にスパイス飯店は閉店を余儀なくされ、翌年39歳の若さでこの世を去った。すると葬儀の場で馬場さんは、マスターの母から一冊のノートを託された。それはマスター手書きのカレーのレシピ帳。実は馬場さんは一時期飲食業に携わった際にマスターからカレー作りのアドバイスを受けており、お母さんいわく当時の2人のやり取りが印象深く残っていたという。「レシピをもらった時は驚きました。マスターのお母さんから聞くと、そんな手ほどきを受けていたのは周りに僕ぐらいだったそうです」。

いつかはカレー屋を——。馬場さんはそう思いつつも、本職のアパレル業で多忙な日々を過ごすことに。海外から買い付けたヴィンテージファッションのネット販売を手がけたほか、ブランド生地をリメイクした手帳カバーやバッグの製作も展開。全国の百貨

—— 桃山台駅から5分ほど歩いた先にある「竹見台マーケット」。千里ニュータウンの暮らしを支えてきたこの市場は、かつての活気を思わせつつも、周りを歩けばシャッターが降りた店舗も目立つ。そんな昭和の面影を残す街並みで2023年9月にオープンした「B.B.CURRY」。オーナーシェフの馬場さんが提供するの、青春時代の思い出の味を復活させたスパイスカレーだ。



自身で百貨店の催事場にも立っていた馬場さん。

店で年間50件もの催事を手がけるまでになった。

精力的に働く馬場さんにある情報が舞い込んだのが2018年のこと。阪急百貨店でカレーに関する催事が開催されるとの情報を得た。馬場さんはかねてからの思いを形にすべく、スパイス飯店の味を再現したカレー店として出展することに。受け継いだレシピ帳には、細かいスパイスの配合や調理法までは記されていないが、マスターの家族や当時の常連客たちと共に半年かけて試行錯誤を重ね、記憶の中の味を蘇らせた。そしてイベント本番。マスターの病気により残念ながら食べ納めができていなかった人たちが噂を聞きつけ、6日間の催事で3,600食を売り上げた。イベントが大成功を収めたことで馬場さんは「役目は果たせた」と感じていたという。

## 雑貨屋ではなくカレー屋を

再びアパレル業界で活動していた馬場さんだったが、2020年のコロナ禍で仕事は激減。同じころフライフィッシングに没頭し、全国の自然豊かな場所を巡るうちに地方から若者が減っている現実気づく。そして「まずは足元から変えられないか」と千里ニュータウンの再生に目を向け、数あるニュータウンの中から立地が良く商店も残る竹見台マーケットに店を構えることを決めた。

ただ当初は雑貨のセレクトショップを妻の美紀さんと営む計画だった。しかし、店舗の工事前日、旧知の仲である職人が現地を訪れるなり「ここでやるのは雑貨屋とは違う気がする」と意外な言葉を発した。「その言葉を聞いた瞬間に直感で『カレー屋をやる』と言いました。すごく不思議な感覚でしたね」と馬場さん。隣で聞いていた美紀さんは驚きつつも、「そうしよう。私もそう思った。」と賛同した。こうして紆余曲折ありながら、スパイス飯店の味は、再び竹見台で蘇ることになった。

オープンから1年以上経過し、人気店となったB.B.CURRYは、今も馬場さんと美紀さんの2人で

切り盛り。「喧嘩も絶えませんが、彼女がいなければ成り立ちません」と馬場さんが言えば、厨房を任される美紀さんも「お互いぶつかる時もありますが、これから挑戦したいことはたくさんあります」と生き生きと応える。

「このカレーは、自分だけではつくれなかった『みんなのもの』。一人でも多くの人においしいと言ってもらえるように頑張っていきたい」。そう語る馬場さんの言葉には、マスターやその家族、これまで関わってきた人々への深い感謝が込められていた。



馬場さんと妻の美紀さん

## カレーから始まる、新しい街づくり

「街のにぎわいづくりなんて大げさなことは考えていません。でも、この店をきっかけに地域が盛り上がりれば」。そう語る馬場さんは、これまでの経験を地域に還元する取り組みにも力を入れている。その一つが隔月で開催中の「竹見台ワンダフルマルシェ」。マルシェには百貨店の催事などこれまでの経験を通じてつながった魅力的な店舗を招き、多くの近隣住民でにぎわいを見せている。人と人の対面でのコミュニケーションの場を作ることは馬場さんが大切にしていることだ。もちろん馬場さんだけでなく、竹見台マーケットやここに関わる仲間たちも地域を盛り上げたいという気持ちは強く、そうした人々とのつながりが、この地を活気づける大きな力となっている。

しばらく先、再開発の話も出てきているという竹見台マーケット。「このまま廃れてなくなれば何も残らない。でもせめて、この街が『惜しまれる存在』になれば」そう願う馬場さんは、マスターから受け継いだカレーの味とともに、これからの街の物語を描き始めている。



思い出の味を再現したタイカレー



## 塾を上手に利用して 自立型学習を目指そう

受験シーズン真っ只中、4月から受験生になるお子さんはもちろん、中学進学を機に塾通いを検討し始める方も多いかと思えます。今回は「塾を上手に利用しよう！」著者の三田村さんに、学力向上のポイントについて教えてもらいました。

### 塾に通うメリットを 最大限に活用しよう

成績がふるわないお子さんは学習習慣が身につけていないことが多いです。保護者の皆さんは塾に通わせることでなんとかこの状況を打開したいと考えていらっしゃるのではないでしょうか。

塾に通うメリットは、学習指導のプロがわかりやすく教えてくれる、勉強や受験の相談ができる、プリントがもらえる、自習室を利用できるなど、たくさんあります。そういった勉強に集中できる環境が整っていることで、先生の存在を上手に利用することが重要になってきます。

先生を上手に利用するということは、教えてもらうという受け身な姿勢ではなく、先生にどんな質問する、どんな疑問があるのか、という能動的な意識づけが必要になってきます。私が指導している塾でも、わからない問

題が出た時に、解答をあきらめて白紙で出す生徒がいます。そういった場合、邪道ではありませんが、解説を本人に渡すようにしていきま。すぐ教えるのではなく、まずは自分で読んで考えてもらって、それでもわからない場合は質問してもらいます。こうすることで、どこでわからなくなっているのかが見えてくるので、本人の理解も深まります。

### 学力向上のためには 繰り返し学習が重要

志望校合格をめざすには、学力アップが必ず不可欠です。塾に通うだけではなく、自分で目標設定や学習計画を立てて、自宅での学習習慣を身につけることが何より大切です。その中で私がおすすめ

するものは、集中力を高める訓練として、時間を測って勉強することをおすすめします。まずは20分を目標に始めてみましょう。休憩は5分くらいが理想で、その際は単語帳を見たりすることなく、しっかりと休憩



しませう。メリハリをつけることで、集中して学習に取り組む習慣が身につきます。

また受験生である1年間は、学習面だけでなく人間的にも大きく成長できるチャンスです。私の塾でも受験生にはあえて負荷をかけて厳しくしています。「辛いこともあったけど、1年間とにかく勉強を頑張った」と実感できたなら、将来に役立つ力が身につけているはずですよ。

塾を上手に活用して、自ら学ぶ「自立型学習」を身につけることで、受験はもちろん、人生を豊かにしていくことができるでしょう。

自宅での学習時は、集中力を高める訓練として、時間を測って勉強することをおすすめします。まずは20分を目標に始めてみましょう。休憩は5分くらいが理想で、その際は単語帳を見たりすることなく、しっかりと休憩

### おすすめの一冊

著 / 三田村 泰希  
定価 / 1,320円  
発行 / 2019年9月  
出版 / Book Trip  
Amazon、honto、楽天ブックスで購入可



### interview

株式会社泰成パートナーズ 代表  
三田村 泰希さん

大学在学中に家庭教師や塾講師をしながら子どもの教育について考え始める。システムエンジニアとして活躍後、データ分析・管理と教育指導や精神的ケアを融合した独自の「個別対応」指導を実践する泰成セミナー(徳島県)を開講。



### 英語個別指導塾 イオンモール茨木前



**英検で絶対に有利! 大阪府の高校入試**  
(例1) 大阪府の公立高校はC問題(北野、茨木、豊中、春日丘、千里、池田など)でも2級で80%、準1級で100%の得点が保証  
(例2) 関西大倉は2級で80点、準1級で100点に  
(例3) 追手門学院は準2級で70点、2級で85点、準1級で100点に  
(例4) 早稲田摂陵は3級で65点、準2級で75点、2級で85点、準1級で100点に

**イープラスは無学年「飛び級」塾**  
学年(小学4年~高校生)に関係なく同じカリキュラムを行うので、なるべく早く入会するのが絶対におすすめ。

### 90%以上の生徒が英検®「2級」に合格 中1、中2の「2級の合格者」が急増中

英検は令和入試の最強スキル。特に大阪府の高校入試は英検で驚くほど有利に(左下参照)。さらに2級A(2級を82%以上の得点率で合格)や準1級を取得すれば、AO入試(専願)で関関同立、公募推薦(併願)で産近甲龍など多くの有名大学に「優遇措置」で合格することができる。

- こうすれば「英検」に合格できる!**
- ①英検のエキスパートが本物の個別指導(最も学習効果が高く早く進める教材を厳選)
  - ②英単語をスピード蓄積(単語、熟語をドンドン積み上げていく最も効率の良い「@暗記法」を伝授)
  - ③合格できる英作文がスラスラ書ける、唯一無二のライティング指導(合格者の平均点はほぼ満点)
  - ④プロの専門講師にしかできないスピーキング対策(カードを見ただけで話さなければならぬ要点がすぐにわかる)

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

### 英語専門塾 豊中駅チカ



**圧倒的復習量で取りこぼさない**  
中3の6月で中学文法をすべて終え、その後は復習、読解・英語作文を繰り返す。高1で高校文法をすべて終え、2・3年生で読解と英語作文を徹底的に鍛えるから合格に繋がる。

**新中学1年生は2月にプレ開校**  
編入生は随時受付  
問い合わせはメールまたはHPのお問合せフォームから →

- Menu**
- 入塾金+教材費...23,000円
  - 月額...20,000円
  - 中学生/週2回2時間
  - 高校生/週1回3.5時間

### 英語が「強み」になる専門塾が3月3日開校 新中学1年生募集、TOEIC®対策講座も

七十年の歴史に幕を閉じる津田英語塾で教えていた講師陣が、豊中駅前にて新規開校する英語専門塾。単なる試験対策ではなく、社会人になっても生かせる英語力の土台を鍛え上げてくれる。大手予備校と違い、毎授業必ず全生徒に発言する機会があり、一人ひとりの学習状況を把握してくれるのは専門塾ならではの。毎回の小テストでは合格点に達するまで再テストを繰り返すなど、生徒にとことん向き合ってくれる。オンライン授業の完備、大学内定者向けTOEIC®講座を新設! 詳細は問い合わせを。

**英語専門塾  
Seed English Academy**  
(シードイングリッシュアカデミー)  
豊中市本町1-8-2  
日住豊中本町ビルディング1F  
営/平日15時~21時半  
土曜15時~21時半  
Email: seed.english.academy@seedenglish.jp



## 大阪・関西万博で ロハスフェスタを開催します

## LOHAS Festa EXPO 2025

いよいよ始まる「EXPO 2025 大阪・関西万博」の会場で、6月2日(月)~4日(水)の3日間、「ロハスフェスタ EXPO 2025」を開催します!

アジアで初めて開催された国際博覧会「EXPO'70 大阪万博」の跡地、万博記念公園で、ロハスフェスタは2006年に始まりました。EXPO'70から55年を経て開催される大阪・関西万博の会場で、ロハスフェスタはサステナブルなモノとコト、ライフスタイルを提案してまいります。ロハスフェスタの大阪・関西万博スペシャルバージョンをぜひ、お楽しみに!

ロハスフェスタ  
開催日時 **2025.6.2 [月] - 4 [水]** 11:00-18:00 **3日間開催**  
[雨天実施・荒天中止]

場所 **EXPOアリーナ「Matsuri」** **出展者募集中**  
詳しくはコチラ

入場料 **無料** ※別途、大阪・関西万博の入場チケット要  
主催 **ロハスフェスタ実行委員会**

端材を使ったアップサイクルな手作り作品、フェアトレード商品、時代を越えても輝くアンティーク品など、こだわりのつまったアイテムが出品予定!



提供: 2025年日本国際博覧会協会

世界各国から珠玉の逸品が集結。  
アンティーク・ヴィンテージ・古道具／古家具・古着の祭典。

# VINTAGE MARKET

万博 蚤の市

2025.4.11 fri 12 sat 13 sun

9:30～16:30 (当日券販売は16:00まで) 雨天実施・荒天中止

@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 (別途公園入園料が必要)

主催：City Life

心おどる宝物探し、時代を越えた逸品と一期一会の出会いを。  
全国から約150店舗が緑豊かな万博記念公園に軒を連ねる、壮大な蚤の市。

## 出展者一部紹介



Sunadish



Country KAJI



i wish



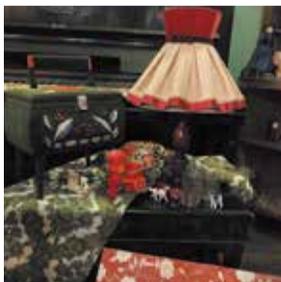
NO, 15



Linx Land



CASPITAntique



Sutekki



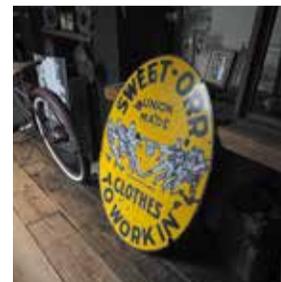
25ris



theBONDDay



FUNFUN



RUST ACORN ANTIQUES



Maggoo Vintage

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

※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。 ※その他会場でのご協力・ご注意いただきたい点は公式WEBにてご確認ください。



web

出展者情報、前売り券など詳細は  
公式WEB・instagramで  
随時お知らせいたします。



Instagram



# 今食べたい 北摂 グルメ Guide



まずはそのまま食べて、続いて薬味や温泉卵をあわせて、最後は出汁をかけて、様々な食べ方で楽しめるひつまぶし定食



左:サクサクと揚げたての天ぷらが楽しめる天ぷらうどん定食  
右:ベーコンのパンニエ(378円)・もちふわ食パン(498円)・塩パン(172円)

**ぱんとごはん やどり樹**

眞面目な眞面6丁目4-28  
サンクスのお2番館1階  
営/平日:8時半~16時  
17時半~21時  
土日祝:11時~16時・17時半~21時  
月曜定休(祝日の場合翌火曜休み)  
不定休あり・全席禁煙

インスタ

**NEW OPEN**

## 和食やパン、うどんが揃う 注文に迷う時間も楽しんで

昨年12月にオープン。和食店や焼肉店で約35年料理人を務めたご主人とパン店で経験を積んだ娘さんが親子で営む。ひつまぶし定食はサッと炙った山形牛A5ランクのサーロインが贅沢に乗り、柔らかい肉質としつこくない脂はご飯が進むこと間違いなし。パンは北海道産小麦にこだわり、バターが口に広がる食パンや塩パンが人気。パン好き、お米好き、誰もが満足できるメニューが揃っている。

**Menu**

- 和牛特上炙りひつまぶし定食 3,080円
- 天ぷらうどん定食 1,375円
- カツカレー 1,045円
- 親子丼 825円

**特典** 「シティライフを見た」と店内飲食で  
**お会計から100円引き** (2月末まで)



イタリアン鍋が主役のCランチ

## cafe とまり木

茨木市泉原1212  
営/11時~17時  
木曜定休 P10台有り  
禁煙

☎072-697-8089



## 魚介と野菜のイタリアン鍋で満足

ランチが人気のとまり木に、冬季限定のランチセットが登場。トマトベースのイタリアン鍋は魚介と野菜がふんだんに入っており、寒い季節にほっこり温まる。子連れママ会から団体予約まで可能なので様々なシーンで利用できそう!

**Menu**

- Aランチ(前菜9種+パスタorピザ) 1,780円
- Bランチ(前菜9種+パスタ(ハーフ)+ピザ(ハーフ)) 1,980円
- Cランチ(前菜3種+サラダ+本日の1品+鍋+リゾット) 2,500円

**特典** 「シティライフを見た」でランチ利用の方  
●お誕生日の方**デザートサービス** ※要事前連絡(2月末まで)

**「家の近所で働ける」  
「何歳からでも活躍できる」**

**家事のスキルが活かせる  
ダスキンの  
お仕事**

パート募集

交通費規定内  
支給あり  
自転車・バイク通勤可  
制服貸与  
昇給あり

ダスキンプランチャイズチェーン加盟店  
ダスキン 垂水支店

TEL.06-6369-1132(求人担当)  
8000331RM@mail.duskin.co.jp  
吹田市垂水町3-31-5 受/平日9時~17時

**メリーメイド(家事代行またはお掃除)**

すきま時間を有効活用でき、子育て中の方も活躍しています。

[内容] 家事代行(掃除、洗濯、買い物などの代行)  
[時間] 9時~16時・週1回2時間~OK  
[時給] 1,400円

[内容] 掃除スタッフ  
[時間] 9時~16時・週2回~半日OK  
[時給] 1,170円

**レンタル配送スタッフ**

一般家庭にモップやダスキン商品を交換・お届け。  
[時間] 9時~16時・週2~3回  
[時給] 時給1,150円

**サービスマスター(事業所などの清掃員)**

社内ライセンス取得で1万円の手当あり!プロのスキルが身に付きます。  
[時間] 8時半~17時・週2回~半日OK  
[時給] 時給1,170円

**事務スタッフ**

電話対応、データ入力など簡単な事務作業全般。  
[時間] 9時~17時・週3回~  
[時給] 時給1,150円

1月29日からスタート  
**厳選黒毛和牛**  
新メニューの

しゃぶしゃぶ 眞瀬プレミアム  
しゃぶしゃぶ

すき焼き 眞瀬プレミアム  
すき焼き

10,000円 (付きだし、五種盛り、最高級太田牛牛ロース肉、野菜、うどん、デザート)

【事前予約のみ・2名様からの予約】  
※写真はイメージ

黒毛和牛専門 炭火焼肉 & 鉄板焼き  
**眞瀬別邸**  
豊中市西緑丘3-26-23  
営/昼 11時~15時(L.O.14時)  
夜 17時~23時(L.O.22時半)  
不定休 駐車場14台あり  
TEL.06-4866-6640

**メニュー**

- 眞瀬極上すき焼き 8,000円
- 眞瀬特選すき焼き 7,000円
- 眞瀬極上しゃぶしゃぶ 8,000円
- 眞瀬もも赤身しゃぶしゃぶ 7,000円

**特典** 「シティライフを見た」で  
**ソフトドリンクサービス**  
2月末まで  
眞瀬別邸限定

【店舗スタッフ募集中】詳細はお問い合わせを

**スタッフ大募集**

<種別>パート・アルバイト  
<作業>惣菜・鮮魚・ペーカリー  
<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》はその名のとおり、組合員同士の助け合いの気持が形になった共済です。生協だからこその、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4丁目3番13号 ☎06-6848-2561

**Food Net Mart**  
毎日 フードネットマート 安い!

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

From CityLife **CityLifeはココに設置しています**

設置場所の情報はwebからご覧いただけます。右記QRコードが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

From CityLife **ライター・カメラマン・イラストレーター  
フリーランススタッフ募集**

CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。

[応募方法] 右記QRコードよりエントリーください。

限定販売 2月2日(日) 予約受付中

**恵方巻**

豪華海鮮巻 1本 3,200円(税込)  
まいもん恵方巻 1本 1,600円(税込)

半サイズ 1,600円(税込) 半サイズ 800円(税込)

大葉、はまち、ねぎとろ、かにほろし、サーモン、いくら、まぐろ、穴子、数の子

ひな祭りちらし寿司  
まぐろ、蒸しえび、サーモン、いくら、玉子、きゅうり、蓮根、桜でんぶ

通常1,200円 ▶ **1,000円** (税込)

直径12cm

※ご予約は2月28日まで  
※店内・お持ち帰りどちらでも可能  
※3月3日限定  
※小学生以下対象

**兼六園セット** クーポン利用で 3,465円 ▶ **3,000円** (税込)

大とろ、のど黒・能登ふく、北陸産あおりいか・国産うなぎ、いくら車籠、かに身・白身・玉子・小鉢2種・ミニデザート・お味噌汁

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。

**鼓門セット** 平日ディナー限定 4,500円 ▶ **4,300円** (税込)

北陸産あおりいか・大とろ・のど黒・本鮭赤身・能登ふく・はまち・おすずめ白身・甘えび・こんどび雲丹巻き・白えびいくらカクテル・ミニ天ぷら・茶碗蒸し・お味噌汁

**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。  
※2025年2月末まで※他券併用不可  
※1会計6名様まで使用可  
※吹田グリーンプレイス店のみ

**スペシャルクーポン②** この記事持参で **鼓門セット** 4,500円 ▶ **4,300円** (税込)  
※鼓門セットは平日ディナーのみの提供です。  
※2025年2月末まで※他券併用不可  
※1会計6名様まで使用可  
※吹田グリーンプレイス店のみ

**金沢おとん寿司** 吹田グリーンプレイス店  
吹田市片山町2-3-9  
吹田グリーンプレイス  
月~金:11時~15時(L.O.14時半)  
17時~21時半(L.O.21時)  
土日祝:11時~21時半(L.O.21時)

TEL 06-6386-1144  
http://www.maimon-susi.com



みんなの小さなエコを大きなエコに

# LOHAS FESTA

ロハスフェスタ 万博  
2025 春

総出展者数  
約700店舗

1st 4.25 [FRI]・26 [SAT]・27 [SUN]・28 [MON]・29 [TUE] 2nd 5.2 [FRI]・3 [SAT]・4 [SUN]・5 [MON]・6 [TUE]

万博記念公園 東の広場 入場料:500円[小学生以下無料] 9:30~16:30(入場券販売は16:00まで) [雨天実施 ※荒天中止]

自然の花を使ったアクセサリ、海外織物と日本作家のコラボ作品、伝統と新しい感性が同居したオリジナル陶器、子育てママの経験から作られた子ども服、香ばしくヘルシーな焼き菓子…。2006年から万博記念公園で始まったロハスフェスタには、これまで数多くの作家たちが感性豊かな作品を出品してくれました。今春もここでしか出会えない珠玉の作品が会場いっぱいになり広がります。今年もLOHASなモノ、コト、人との素敵な出会いをぜひお楽しみください。



**GOOD DESIGN**

環境省 第11回 GOOD LIFE AWARD  
グッドライフアワード・実行委員会特別賞 EXPO2025 いのちの動的平衡賞

ロハスフェスタは上記のアワードを受賞しました。

**SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS**

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。

**11th GOOD LIFE AWARD**

**ソコト Well-being Award 2023**

● リサイクル資源をお持ちください  
○牛乳パック ●使用済み天ぷら油 ○古本 ○紙袋 ○Tシャツ(新品)

● マイ食器・マイコトラリ・マイボトル・マイバックをお持ちください  
● 使わなくなった衣服・食器をエクスチェンジャーにお持ちください

場 所 万博記念公園・東の広場 [大阪府吹田市千里万博公園1-1]

入場料 500円 [小学生以下無料] 雨天実施・荒天中止  
9:30~16:30 入場券販売は16:00まで

※別途公園入園料(大人260円・小中学生80円)が必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名様は半額 ※入場料について、割引の併用はできません。

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

ロハスフェスタ 公式 web  
f LOHASFESTA  
LOHAS\_FESTA  
ロハスフェスタ 検索

QRコードはデンソーウェブの登録商標です

**デコ活**  
暮らしの中のエコロガ

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入出庫に数時間かかる場合があります。

## 箕面公園いいね!プロジェクト <イベント案内>

### ① 自然観察会「冬越しする生き物観察」

秋に巻いた「こも巻き」、そのなかではどんな虫たちが冬を越しているかな? 観察してみよう。

日 時▶ 2月11日(火・祝) 10:00~12:00 雨天中止  
集 合▶ 箕面公園昆虫館まえ  
対 象▶ 未就学児~小学生とその保護者  
定 員▶ 15名 ※要事前申込み(先着順)  
参加費▶ 100円/ひとり

### ② Minohネイチャーノルディックウォーキング

インストラクターによるポールをつかった身体に効果的なストレッチやウォーキングをレクチャー。寒さにかたまった身体を動かしましょう。ポールの貸し出しあり。初心者の方もお気軽にどうぞ!

講 師▶ 中川 弘佳(ボディケアインストラクター)  
日 時▶ 2月24日(月・祝) 10:00~12:00 少雨決行  
集 合▶ 箕面公園昆虫館まえ  
対 象▶ 高校生以上  
定 員▶ 10名(要事前申込み・先着順)  
参加費▶ 500円(ポール貸出し・おやつ付き) ※ポール持参の方は300円

①、② 申込み・問い合わせ:  
072-721-3014(箕面公園管理事務所 9:00~17:00)

### ③ 山岳ライター根岸真理さんと行く、近くの低山、箕面ふかばりトレッキング

その4「五月山から六個山へ」  
(池田市から箕面市へ縦走)

池田から箕面へ山を縦走します。毎年8月に行われる「がんがら火祭り」の出発点でもある愛宕神社にも立ち寄り、眺めを楽しみながら早春の森をトレッキング。

ガイド: 根岸真理氏(山岳ライター。六甲山を活動拠点とし、六甲山・摩耶山に関する著書多数。山歩き達人)

阪急池田駅—五月山(日の丸展望台)—池田カントリー横—六個山—(教学の森)—桜谷—瀧安寺前(解散)  
約14km 健脚向き ※途中のコースは変更の場合もあります

対 象▶ 高校生以上(中級~健脚向き)  
日 時▶ 2月15日(土) 10:00~15:00 少雨決行  
集 合▶ 阪急宝塚線 池田駅、改札前 9:50  
参加費▶ 1,500円  
定 員▶ 15名(要事前申込み・先着順)

③ 申込み: 箕面公園公式サイト内イベントページのメールフォームより

## 参加者募集

~きらめく滝と新たな箕面に出逢う冬~  
「箕面の森Winterプロムナード2025」2月8日(土)~3月9日(日)

期間中は箕面大滝などがフルカラーLEDでライトアップされるほか2月8日(土)はオープニングイベントとして初開催の「大滝チャレンジ」がおこなわれます。またチャレンジに合わせ、瀧安寺前広場ではにぎわい広場としてドリンクやフード、物販のキッチンカーやテントブースが出店。ランナーの応援だけでもお越しください!

### 第1回 滝道駆け上がり 役行者杯 ~大滝チャレンジ~

日 時▶ 2月8日(土) 10:00~16:00 少雨決行  
コース▶ 瀧安寺前広場 → 箕面大滝前 約1.6km

募 集▶ 大人(中学生以上) 100名 参加費▶ 大人(中学生以上) 2,000円  
小学校高学年 30名  
小学校低学年 20名 小学生 500円

● 詳しい募集要項や申し込みは、箕面市観光協会HP「ぶらっと箕面さんぽ」をごらんください。

### ◎箕面大滝・公園ライトアップ

期間▶ 2月8日(土)~3月9日(日)  
時間▶ 日没~21:30 ※警報発令時や箕面川が激しく増水した時は中止

# 読者プレゼント

CityLifeに関するアンケートにお答えいただいた方に抽選で下記の賞品が当たります。

大阪市立美術館  
リニューアルオープン  
記念特別展「What's New! 大阪市立美術館  
名品珍品大公開!!」  
ご招待券  
ペア 2組

【提供: 大阪市立美術館】 勝部如春斎「小袖屏風虫干図巻」(部分)江戸時代・18世紀 大阪市立美術館蔵

箕面市出身  
土屋うさぎさんデビュー作  
『謎の香りは  
パン屋から』  
3名

【提供: 宝島社】

2月14日(金)公開  
マーベル・スタジオ最新作  
『キャプテン・アメリカ:  
ブレイブ・ニュー・ワールド』  
オリジナルノート  
3名

©2025 MARVEL.

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP

劇場版『トリリオンゲーム』  
2月14日(金)公開  
©2025劇場版「トリリオンゲーム」製作委員会  
©福垣理一郎・池上遼一/小学館

109シネマズ  
招待券  
(一部店舗を除く)  
5名

ファーストキス  
1ST KISS  
2月7日(金)  
©2025「1ST KISS」製作委員会

応募方法・賞品詳細は右記QRコードをチェック  
応募締め切り: 2/17(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

## SOCIAL アーバンリサーチが箕面のNPO法人と協業 アップサイクルを通して雇用とやりがいの創出へ

2018年、業界に先駆けて廃棄衣料品のアップサイクルブランド「compost(コンポスト)」を立ち上げた株式会社アーバンリサーチ。製作しているのは、箕面市のコミュニティセンター「らいとびあ21(箕面市立萱野中央人権文化センター)」に通う就労支援を必要としている人たちだ。異業種協業のきっかけと現状、今後の展望を聞いた。



株式会社アーバンリサーチ 執行役員 萩原直樹さん  
株式会社URテラス マネージャー 中西清佳さん



ブランド名は共有、共同、常識、良識を意味する「common (sense)」と郵便・提示する・標柱を意味する「post」を組み合わせた造語。MULTIPURPOSE BAGはサイズ展開が豊富で、収納ボックス、植栽の鉢カバー、ゴミ箱など、用途は自由。

### アップサイクルが難しい廃棄衣料を色分けすることで商品化に

近年、問題視されているアパレル業界の廃棄衣料。2017年当時、株式会社アーバンリサーチも少なからずこの問題を抱えていた。アーバンリサーチの執行役員萩原直樹さんは、廃棄繊維を色で分けてアップサイクルする技術を生み出した京都の研究者グループColour Recycle Networkに依頼。衣料は異なる素材が混合し分別が容易ではないため、アップサイクルがむずかしいとされてきたが、この技術で新素材を作り、商品化する方向となった。

### 異業種協働により就労困難者の雇用創出へ

アーバンリサーチにとって廃棄衣料のほかに課題だったのが、店舗拡大にともなう増員したスタッフに対し、障がい者法定雇用率(常時雇用する労働者数と雇用しなければならない障がい者数の割合)が追いつかないことだった。「そこで紹介してもらった

のが、箕面市にある暮らしづくりネットワーク北芝(以下北芝)でした」と萩原さん。北芝は、箕面市萱野にあるNPO法人で、「らいとびあ21(箕面市立萱野中央人権文化センター)」の運営を行っている。障がいを抱える方や職につくことが難しい方の就労支援をしており、「雇用を生み出したい」という両者の思いがつながり、協働で商品を作ることとなった。

### 在庫切れが続いても他業者に頼まず現状維持

北芝に製作を依頼するにあたり、意識したのは作りやすさ。compostの第一弾であるMULTIPURPOSE BAGは生地を直線縫いし、端を折り返すだけのシンプルなデザインだ。ミシンがかけやすい生地の厚さにもこだわった。「バッグは自立した方がいい、口は開いていた方がいいなど、いろんな提案をいただきました。製造をお願いしたのではなく、いっしょに作り上げたと思っています」と萩原さん。

販売がスタートすると予想以上の売れ

行きですぐに一部完売したそう。生産数を増やすにも、現状の体制では増産がむずかしい状況。半年間、在庫切れが続いたが、売上を優先するより、取り組む価値を重視した。その際、自社の障がい者スタッフにも生産を手伝ってもらい、法定雇用率の改善につながった。

### 店頭にも並ぶ商品は作り手にとっての“誇り”

リリース翌年に北芝の紹介でMULTIPURPOSE BAGが箕面市のふるさと納税返礼品に。2020年にはcompostをきっかけに、アーバンリサーチが障害者の社会参加を推進する国際的な活動The Valuable 500に加盟した。2021年はグッドデザイン賞受賞。大阪・関西万博への出店も決定し、compostも店頭にも並ぶ予定。萩原さんは「今後はサーキュラー

エコミー、つまり資源の効率的な利用と循環を図り、廃棄物の発生を最小限に抑える取り組みを強化したい」と語る。

立ち上げから6年、「北芝のあるスタッフさんが、自分で手がけた商品を見て、今まで一度も行ったことのないアーバンリサーチの店舗に足を運んでくれたそうです。うちの店舗スタッフはcompostがどれだけ素晴らしい商品なのか熱弁したそうで、その方は『それを作ったのは私だと思うと、すごく誇らしい』ってキラキラした目で話してくれたんです。売上を伸ばすより、こういった部分にこの協働の価値があると再確認できました」。



アップサイクルで生まれたのは撥水性のある樹脂素材。ボックスが自立しつつも、折り返ししやすい固さになるよう試作を繰り返した。

## SOCIAL 豊中市 プレミアム率40%の プレミアム付デジタル商品券発行

豊中市は、物価高騰による家計負担の軽減を図るとともに、キャッシュレス決済と市内消費喚起を促進するため、プレミアム付デジタル商品券事業を実施する。利用期間は3月3日～5月31日までで、デジタル商品券7,000円分を5,000円で購入でき、一人につき3口の購入が可能だ。さらに、18歳以下の子どもの同一世帯の商品券購入者に対し、子ども1人につき、マチカネ

ポイントを3,000円分付与するとした。申し込み期間は2月10日～21日。いずれもマチカネポイントアプリをダウンロードした本市に住民登録のある人が対象。申込方法などは市のホームページで確認できる。



豊中市のマチカネポイントアプリのTOP画面(イメージ)

### 「豊中市プレミアム付デジタル商品券」概要

- 申込期間:2月10日(月)から21日(金)
  - 結果通知:3月3日(月)
  - 購入期間:3月3日(月)から10日(月)
  - 販売内容:7,000円/1口
  - 購入額:5,000円/1口
  - 購入上限:1人あたり3口
- ※申込数が発行数を超えた場合は抽選。

## CULTURE 吹田市出身の伊与原新さん 「藍を継ぐ海」で直木賞受賞

第172回芥川賞と直木賞の選考会が1月15日に東京で開かれ、直木賞に伊与原新さんの「藍を継ぐ海」が選ばれた。伊与原さんは2回目の候補での受賞となった。伊与原新さんは吹田市生まれの52歳。東京大学大学院で地球惑星科学を専攻し、その後、富山大学で助教を務めていたときに小説を書き始めた。

受賞作の「藍を継ぐ海」は、日本各地を舞台にその土地特有の歴史や自然などをモチーフとした短編集。なんとかウミガメの卵を孵化させ、自力で育てようとする徳島の中学生の女の子や、長崎の町役場への面倒なクレーム電話をきっかけに、謎めいた空き家にたどり着いた公務員などのストーリー全五篇。新潮社によると「これまで



伊与原新 著  
『藍を継ぐ海』(新潮社刊)  
直木賞受賞作  
祝  
伊与原新 著  
『藍を継ぐ海』(新潮社刊)  
直木賞受賞作  
祝  
©新潮社

も科学が人に与える驚きと希望を描き続けてきた著者が紡ぎ出す短篇集。日常にまぎれ、つい忘れがちなことを思い出させてくれる、心が整う小説」と紹介されている。

## FM COCOLO × CITYLIFE / 音楽のCOCOLO Vol.65

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

### 恋するドキドキとキラキラな気持ちが蘇る?!



ALBUM  
The Goldmine  
ARTIST  
GLIM SPANKY

2023年11月15日 発売  
TYCT-60219 発売元:ユニバーサルミュージック

Valentine's Dayがある2月。恋する気持ちを隠しきれないラブリーな曲が入ったアルバムをご紹介します。2023年リリースのこのアルバムは、コロナ禍を超えて2人が好きな音や表現したかった音が詰まっています。過去の作品に比べると優しさや可愛らしさを感じる曲も多いアルバム。中でもこの時期にイチ推しの1曲が「ラストシーン」。歌詞の端々にキュンとなる、恋する女の子の気持ちを代弁する曲。『借りた本はもうちょっとそばに置いてたくて…』『私、隠しきれないわ 何度も髪直してる』『知って欲しくてたまらない』などなど。ハスキーで直球ロックな松尾レミの声で可愛い女ゴコロ、柔らかなメロディを歌い上げているのもGLIM SPANKYらしい魅力に溢れている。今恋をしている人、昔素敵な恋をした人、お子さんが恋する世代になった人…この曲のどこかにフックするのでは?隠しきれない熱い気持ちをチョコレートに託すバレンタインデー、愛と笑顔に溢れる日となりますように!

ボーカル、ギター、ソングライティング、アート&デザインを担当する松尾レミと、ギター、アレンジメント、シンセサイザー、プログラミングを担当する亀本寛貴のふたりからなるロックユニット。ハスキーでオンリーワンの松尾の歌声と、ブルージーで情深く鳴らす亀本のギターが特徴。昨年11月27日にはメジャーデビュー10周年を記念した自身初のベストアルバム『All the Greatest Dudes』を発表した。

### SELECT DJ

池田 なみ子  
IKEDA NAMIKO



大阪生まれ、B型。FM802、Fm yokohamaなど全国のミュージック・ステーションで活躍した経歴を持ち、2010年からFM COCOLOでDJを務め、週末の朝の顔として活躍。現在は、FM COCOLOでウィークデイ午後のワイド・プログラムを担当。好きなものは、ライブ、舞台芸術全般と、着物、歌舞伎、茶道、器、しきたりなど日本の美しいもの。担当番組は『Wonder Garden』(月～木曜14:00～17:00)

# 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

### 「木のお金」がつなぐ 子どもと地域の新しい姿



株式会社midicaの西川聡志さん

イベント会場の店舗で働き、木のコインを報酬として受け取る。そのコインを使って好きなものを買う。子ども通貨「mocca(モッカ)」は、子どもたちと地域の交流を促進させる新しい取り組みだ。2023年5月の開始以来、4,500人以上の子どもたちが参加し、延べ12,300回以上の仕事体験を生み出している。また、大阪・関西万博の機運醸成と、地域の魅力向上を図ることを目的とした吹田市との共同事業である。

#### 誰にでもやさしい「働いて稼ぐ」体験

moccaの仕組みはシンプル。例えば地域のお祭りなどのイベントにおいて、運営側は3つのブースを設ける。参加する子どもたちは「受付」ブースで説明を受け、「求人」ブースで働きたい店舗を選ぶ。仕事は5分程度の短時間で、呼び込みやチラシ配りなど、無理なくできる内容だ。仕事を終わると店舗から小切手をもらい、最後に「銀行」ブースで、木製コインのmoccaと交換する。1枚で100円に相当し、会場内の店舗で買い物ができる仕組みだ。

#### 地域をつなぎ、循環させる「通貨」

「通貨とは誰かのために使い、地域の循環をつくる道具でもあります」と語るのは、株式会社midicaの西川聡志さんだ。幼少期から自然が大好きだった西川さんは、「自然の魅力を発信できる仕事を自分でつくりたい」と早くから起業を模索しはじめ、会社員や調理専門学校での学びを経て独立。当初は自然体験イベントの企画運営からスタートした。

転機は2023年。イベントの企画運営に携わっていた、堺市の開口(あぐち)神

社で毎年5月に行う祭りの実行委員に任命されたことだったと振り返る。「子どもの成長を祈念する」神事の本質を踏まえ、「大人と子どもの接点をいかに作るか」を考えた末、moccaの構想が生まれたそう。

moccaのコインには、万博記念公園の間伐材など、地域にゆかりのある木材が使われている。一枚ずつ職人が切り出し、連携する就労支援施設で協力企業のロゴなどをレーザーで刻印する。「お年玉でさえキャッシュレス決済の時代です。でも本来、お金のやりとりの中には人と人との温かみがあるはず。木の温もりを通じて、それを伝えたかったんです」。

#### 子どもも大人もmoccaを通じて交流を

moccaの運営を資金面で支えるのは、理念に賛同する地域の企業だ。子どもたちが受け取る1枚100円相当の原

資や運営費などは、企業の協賛金から捻出されている。この仕組みがあるため、イベントの出店者は金銭的な負担なく、仕事に来る子どもたちを受け入れることができる。

店舗での仕事を終えた子どもたちには、小切手の裏に「ありがとう」「頑張ったね」といったメッセージが添えられ、地域の大人との貴重な交流の機会となっている。また、子どもたちが積極的に呼び込みを行うことで、普段は通り過ぎるブースに立ち寄る人が増えるのだとか。

2025年度は3月9日(日)「吹田日和×mocca(吹田市・Dew阪急山田)」、4月6日(日)「TAMARIBA(箕面市・森町中央公園)」に参加予定だ。



## SOCIAL 北摂の魅力を一箱に詰めて 地産物を使った北摂弁当



1月21日(火)に行われた「お披露目会」。村川学園からメニューの紹介を受け、北摂7市3町の市町長が実食。美味しいという声飛び交った。



北摂の自治体7市3町(豊中市、池田市、吹田市、高槻市、茨木市、箕面市、摂津市、島本町、豊能町、能勢町)と学校法人村川学園は共同で、北摂の魅力を一箱に詰め込んだ「北摂弁当」を制作した。

この北摂弁当は、2025年大阪・関西万博のテーマである「いのち輝く未来社会デザイン」にあわせ、「食」による北摂エ

リアの魅力PRを目的に制作。各市町に在住または在学している高校生・大学生らからレシピを募集し、審査を通過した9品で構成されている。今後、北摂各市町への訪問のきっかけとなるよう、大阪・関西万博会期中に北摂エリアのイベント等でこの弁当を活用する予定だ。

#### 北摂弁当の内容

- ガランティーヌ (ゴボウ=豊能町、ジャガイモ=豊中市、はちみつと地酒(呉春)=池田市)
- たけのこミニグラタン風 (タケノコ=島本町、玉ねぎとバター=豊中市、はちみつ=池田市)
- ヴィテロトナート (ニンジン=豊能町、玉ねぎ=豊中市、白瓜の奈良漬(け=高槻市)
- コネクトチャーシュー (きのこ玉ねぎ=豊中市、吹田くわいコネクトコーラ=吹田市、プロッコリー=豊能町)
- 茄子と魚の挟み揚げ オーロラ味噌添え (龍王味噌=茨木市、鳥飼なす=摂津市、地酒(呉春)=池田市)
- 鯖のゼリー寄せ (柚子=箕面市、ニンジン=豊能町、玉ねぎ=豊中市)
- 黒豆をまとったさつまいもコロック (栗=能勢町、プロッコリー=豊能町、シイタケ=高槻市)
- 柚蒸し寿司 (柚子=箕面市、米=豊能町、シイタケ=高槻市)
- 白菜巻き五目炒飯 (白菜=豊能町、米=能勢町、タケノコ=吹田市、玉ねぎ=豊中市)

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」「隙」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NEWS 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。

12月25日締切りでご投句いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

一佳作  
座布団に陽の溜まりたる冬至かな  
節樽の手に似合いたる冬田かな  
手まりつくってん跳ねてたちつと  
我が下を水の流れる風邪心地  
淑気満つ無人のメリーゴーランド

豊中市 物部 知達  
吹田市 白坂 悠人  
高槻市 黒田 豊子  
茨木市 山崎登代子  
日野市 平井 都々  
横浜市 沼野大統領  
和菓子屋のかるき引き戸や実千両  
老舗の和菓子屋の佇まいが見えてきます。引戸の軽さに実千両は似合います。

「入選」  
かまくらへはいつてこんせ火の神も  
雪で作られているかまくらへ火の神を招く。方言がじんわりと響きます。  
年送る重い扉にかけける指  
この一年のことを思い出しながら仕事場の重い扉を閉めます。さあ、新年。  
ブランコは揺れたままです白鳥来  
今年もいつもの池に白鳥。使われていたブランコもその到来を喜んでいきます。  
湯冷めせぬままに貧乏揺すりかな  
岩倉市 石川 順一  
貧乏揺すりにはもう癖になっています。湯がぬぐいぬぐいように気遣いながらも。

俳句 / HAIKU

「優秀賞」  
くさめして平和の国に戻りけり  
作者の願望が伝わってきます。くさめすることで風邪だと心配することは多いですが、平和が戻ってくるというのは、俳句でしか言えないことです。下五の「けり」には強い思いも感じられ、平和への希求が込められています。

「つぶやき評」  
俳句は五七五の十七音字の詩です。日常的にはこの型で会話をすることはありません。そのため日常の会話で意識している説明というものを短い俳句に持ち込んでしまいがちです。詩には説明は不要。定型に馴染むことです。

劉谷市 山本とりこ



お金のプロと楽しく学ぶ
相続教室

理想の相続を叶えるために、ぜひ一緒に学びましょう!

開催日時 2/12(水)・19(水)・27(木)・3/6(木)
10時～11時15分

場所 The LOAF cafe
豊中市清風荘2-4-23(石橋阪大前駅徒歩7分)

主催 前川総合研究所
TEL.090-6768-7050 [代表 前川]

参加定員 各5組限定

参加料 1,000円

お申し込み方法 二次元コードからお申し込みを▶

講師

マニュアルファイナンシャルアドバイザーズ(株)
ファイナンシャルプランナー
前川 貴之
マネーセミナーを開催し、受講生は1,000人以上。
2024年度MDRT成績資格会員。
「お金の小学校」専任講師。



- 親が亡くなったら何から手をつけたらいいの?
家族と相続の話をしたことがない
だれに相談したらいいかわからない

これらにあてはまる方に役立つ内容です。相続税の仕組み、預貯金や不動産の相続など、基礎知識が身につきます。損をしないためにも、早めに対策をしましょう。

Pick up!
不動産売買

理想の住まいをカタチに
豊かな暮らし、ここから始まる



箕面市にある不動産物件の仲介をする同社。一級建築士、宅地建物取引士が在籍しているのので、建築のプロに相談できるのが他にない強み。新築住宅、中古住宅、マンションなど、予算や暮らしをイメージしながら進めていくことができる。まずは、問い合わせしてみてください。

PLUGLOW REALTY
(プラグロウリアルティ)
株式会社プラグロウ
箕面市坊島1-2-3
営/10時～19時、火曜・水曜定休
☎072-735-7933



Pick up!

絨毯・インテリア

絨毯・無垢材家具の専門店
ギャッベやペルシャ絨毯が卸値で



独自の仕入れで高品質な絨毯や無垢材家具をリーズナブルな価格で販売する「TRIO STYLE」。直輸入のペルシャ絨毯やギャッベは店内に常時500枚以上揃う。国産家具や北欧家具、オーダー家具の取り扱いもあり。

WINTER SALE 開催中! 2月未まで
ギャッベやペルシャ絨毯、展示家具の現品処分セールなど、たくさんのアイテムがお買い得な価格に。

- 特典
「シティライフを見た」でSALE価格からさらに、
ペルシャ絨毯/ギャッベ...10%OFF (2月未まで)

TRIO STYLE
(トリオスタイル)
豊中市東豊中5-30-28
営/11時～18時
(土日祝10時～19時)
火曜・第3木曜定休
☎06-4867-4169
TRIO STYLE で検索



「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

- 説明会のご案内
2月6日[木] 10:00～
2月12日[水] 10:00～
2月26日[水] 10:00～
直営教室講師・アシスタント 講師登録会
2月3日[月] Gakkenスクエア
2月4日[火] 吹田SST教室
2月21日[金] 学研教室大阪北事務局

特別イベント「お子様のいいところ☆発見ワーク」
2月14日[金] 12:00～16:00の間
随時受付中(所要時間15分程度)
【会場】茨木市文化・子育て複合施設
おにクル1階イベント広場
参加無料 予約不要

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
【資格】保育士・教員免許保持者、経験者歓迎
【勤務地】豊中市、池田市など(大阪府内)

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い合わせ下さい。
学研教室
お申し込みお問合せは ☎0120-889-100
受付時間/月曜～金曜日 9:00～17:00(祝休日を除く)

ペルシャ絨毯ギャッベフェア
2月未まで開催中!!
新入荷超特価!!
じゅうたん売場GaNzY
(キャンジー)
箕面市船場西1-5-12
バッグリベアサービスビル2F
営/10時～17時
P有り
☎072-749-3201
掲載の写真のサイズと価格
●約40cm×40cm .....5,980円
●約60cm×90cm .....19,800円
●約80cm×120cm .....34,600円
●約100cm×150cm .....55,000円
※他サイズも色々ございます。

学研 春の無料体験学習受付中

費用 無料
対象 幼児(年少・年中・年長)、小学生、中学生
教科 [幼児・小学生] 算数・国語・英語 3教科
内容 学力診断テストと2回の教室学習&家庭学習



入会金 0円
通常5,500円→0円に!
キャンペーン実施中
2/1～4/1付まで入会の方が
全員対象です。

お近くの
教室は
こちらから
QRコード

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

学研教室 お申し込みお問合せは ☎0120-889-100 学研教室 検索
受付時間/月曜～金曜日 9:00～17:00(祝休日を除く)
学研教室 大阪北事務局/吹田市江坂町1-23-101 大同生命江坂ビル11F
24時間のホームページよりお申込みいただけます