

街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life 6

We are Planet Sailors. since 1986

JUNE 2025

vol.498

北摂EAST

高槻・茨木

摂津

5月31日発行 無料

とろける
幸せ

“Buonoな
ピッツリア



おかげさまでシティライフは
40年目を迎えます

食生活♡♡ロピア

元精肉店のノウハウを生かし おいしい肉をお得に

「食のテーマパーク」を目指すロピアは、ファミリーサイズの商品を豊富に取り揃えているのが特徴。「精肉専門店として創業したこともあり、品質の高い国産牛がお得な価格で提供されているのが大きな特徴です」。肉以外にも鮮魚のボリュームも凄く、具の方が多い海鮮巻きや具が大きくはみでた巻き寿司など、インパクト抜群の商品も多数。「冷凍食品もボリューム満点でお買い得価格なので、ストック用の食材を買うときにもおすすめで」。

食生活♡♡ロピア

吹田千里丘店（吹田市千里丘北1-2）
茨木太田店（茨木市東太田1-6-10）

<https://lopia.jp/>

※店舗によっては取り扱いのない商品もあります。
在庫状況については各店に問い合わせください。
※店舗によって価格は異なります。
※表示価格はすべて税別。

本格的など越しの
うどんが1食40円で。
ストック用におすすめ。

本場讃岐うどん 199円

ロピアオリジナルの
焼肉のたれ。
リーズナブルで
本格的な風味。

肉たらし(500g) 299円

品質の高いおいしい肉が
お得に買える♪

みなもと牛ステーキ
盛り合わせ(100g) 499円

店頭のスタッフの
アイデアから生まれた
バラエティ商品。

見た目だけでなく
脂もしっかり
のって肉厚。
贅沢な一品。

はみ出し巻き(サーモン・トロ) 1,069円

ほぼ海鮮巻き(サーモン) 1,290円

欠かせない ケットのあれこれ

暮らしに欠かせない、毎日の食卓を支えてくれるスーパーマーケット。実は一言でスーパーといっても、その特色はさまざま。採れたての野菜がずらりと並ぶ店、忙しい日の味方になってくれる惣菜が自慢の店、家計にやさしい、まとめ買いができる店舗など、それぞれに個性があり、訪れるたびにちよつとした発見があります。

辛いのが
苦手な方にも
食べられる
甘めのキムチ。

黄さんの甘い甘い
カクテキキムチ 399円

お弁当や朝食に
大活躍。

自社製
ポークウィンナー 890円

1kgと大容量だけど
コスパ抜群。
おやつにもぴったり♪

かつおだし味わう
たこ焼き 538円

大容量900g。
もも肉のジューシーな旨みと
濃い味付けでこはんが進む。

からあげの山 899円

香ばしく濃厚な味わいの
本格チーズケーキ。

濃厚焼きチーズケーキ 399円

程よい塩加減で
こだわりの味。

自社製ベーコン
ブロック大(100g) 189円

330gとボリューム
たっぷりのプリンが
3つセット。

ロピアのほっぺプリン 599円

北摂初出店 話題のスーパー

ここ数年で北摂エリアにやってきた
フレッシュな店をピックアップ。
いつもの買い物ルートの候補に
加えてみませんか。

直径約30cmの
ピザが500円代で！
2枚、3枚買くと
さらにお得に。

マルゲリータピザ 529円



お肉がたっぷり入った
欧風ビーフカレー 375円

肉を赤ワインのソースで煮込んだ
上品な味のこだわりレトルトカレー。



大盛りナポリタン 224円

1人前400gの
大盛りサイズ。



サーモンのバター醤油 645円

味付け済みだから
簡単におかず作れる。
使いやすい2人前。



辛さと旨味がくせになる
麻婆豆腐の素 429円

花椒の爽やかさと
シビれも感じる
本格派。

ライフ

忙しい毎日の味方 時短食材が豊富に揃う

食料品から衣料品まで生活必需品が揃うライフ。「サラダやカレー、パスタなど、サッと作れて本格的に仕上がる時短食材に注目です。調理の時間がないとき、疲れたときはもちろん、非常用のストックにも活用できます」。



1/2日分の野菜が摂れる
10品目の洋風サラダ 000円

添えるだけで
華やかになる
10品目のサラダ。



デミグラスハンバーグ &
オムライス 408円

ハンバーグと
オムライスが
セットになった
冷凍の弁当。



だしパック 257円

食塩無添加で
素材そのもののおいしさ。



あまおう苺ジャム 537円
川中島白桃ジャム 494円

国産のフルーツを使った
コンフィチュール。種類も豊富。

ライフ

高槻城西店(高槻市城西町6-28)
正雀店(摂津市正雀本町1-1-39)

<https://www.lifecorp.jp/>

※店舗によっては取り扱いのない商品もあります。
在庫状況については各店に問い合わせください。
※店舗によって価格は異なります。

毎日をお得に 暮らしを彩るスーパー

ストック用にまとめ買いがお得な
スーパーや健康志向の食材が
豊富にそろうスーパーなど、
目的別に使い分けて、
さらにお得な暮らしを。



北海道の小豆を
つけたあんみつ。
上品な味わい。

あんみつ・
抹茶あんみつ 各432円

Pantry〈パントリー〉

体にやさしいこだわりの品は ちょっとしたご褒美や手土産に

「食は愛を」をモットーに添加物をなるべく使わず体にやさしい商品展開を目指すスーパー。洋菓子や和菓子など、ちょっとしたご褒美や手土産にぴったりな商品が豊富に揃う。

Pantry (パントリー)

千里藤白台店(吹田市藤白台5-7-66)
JR高槻駅店(高槻市白梅町1-1)

<https://chefkawakami.co.jp/>

※店舗によっては取り扱いのない商品もあります。
在庫状況については各店に問い合わせください。
※店舗によって価格は異なります。



炭火焙煎珈琲(無糖・加糖) 各627円

来客時にも活躍。
本格的な一杯をサッと出せる。



アイスもなか
(抹茶・あずきミルク) 各335円

手焼き最中を使用した
後味あつりのアイス。

中国福建省の
茶葉を使った
烏龍茶。
ストックにもおすすめ。



福建省茶葉の烏龍茶 79円



醤油ラーメン 5食 199円

1袋約40円と
コスパ抜群。



トライアルブレッド 99円

年間900万食を
売り上げる、
しっとり食感の
食パン。

トライアル

毎日使う生活必需品が お手頃価格で手に入る

IT系を祖業とするトライアル。ディスカウントストアを運営し、食パンや水、ティッシュなど生活必需品がお得に買える。「レジ機能がついたショッピングカートを取り入れており、スマートに買い物ができるのもポイントです」。



箱なし
ティッシュペーパー 389円

食料品と
合わせて
日用品も
揃うのも魅力。

TRIAL (トライアル)

箕面森町店(箕面市森町北1-2-55)
摂津南店(摂津市東別府3-5-13)

<https://www.trial-net.co.jp/>

※店舗によっては取り扱いのない商品もあります。
在庫状況については各店に問い合わせください。
※店舗によって価格は異なります。

毎日の暮らしに スーパー

この方に関心しました



お得情報研究家 まめさん

地域のスーパーマーケットをはじめ、ポイントの貯め方、ネット通販での価格の見極め方など、独自でリサーチしたさまざまなお得情報をWEBやSNSで発信。運営する「ビリオンログ」は1000以上のお得情報を配信する人気ブログ。関西テレビ「ウラマヨ!」をはじめ、メディア出演も多数。

ビリオンログ <https://billion-log.com/>



痩せにくい50代以降の駆け込みサロン
アーユルヴェーダで「痩身&体質改善」

創業27年アーユルヴェーダ 痩身サロン
SAMSARAは天然100%ハーブを使用するオイルアヴィヤンガで全身くまなく本格マッサージを行う。溜まった脂肪をじっくり絞り込み、コリをほぐして血流を改善、自律神経を整えて体の内側からアプローチ!自分では痩せることができない大人世代にも効果的で、さらにリバウンドしない体へと導いてくれる。最強痩身マシン×熟練のアーユルヴェーダハンド技術の合わせ技で痩せながら体質改善も叶えてもらおう。

ゲストの声

なかなか痩せることができず、ここなら私に合っているのかも?と電話してみました。とても気さくなスタッフさんと悩みを言いやすくて安心できます。1回で体重は1kg、お腹も5cmくらいは落ちるので嬉しいのと、何よりマッサージが上手い!首や肩も物足りなさを感じることなく疲れも取れます。
(50代 会社員女性)

アーユルヴェーダ痩身サロン
SAMSARA (サムサラ)
茨木市宮元町1-1
ハイムフロイデ 2F (1Fセブンイレブン)
営/11時~17時
休/日・祝 (不定休)
完全予約制 女性専用
☎072-631-3630



和モダンで落ち着いた雰囲気のサロンで心からリラックスできる。

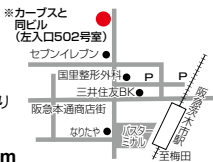
- 特典 「シティライフを見た」で

 - アヴィヤンガ (全身) 150分**体験9,350円**
 - 痩身マシン+アヴィヤンガ (半身) 120分 **体験9,350円**
 - 痩身マシン+アヴィヤンガ 180分**体験10,450円**
 - 通常コースを**40%OFF!**
(初来店の方限定・6月末まで)
※初回はカウンセリング有。時間に余裕を持ってお越し下さい。



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

Eternal Beauty
(エターナル ビューティー)
茨木市宮元町7-22
仲辻ビル502 (左入口)
営/10時~18時 不定休
その他の時間も相談可能 Pあり
☎072-623-5025
http://esthetic-eternal.com



「頭皮のたるみは顔のたるみ」
顔印象変わる圧巻のハンドテクニク

「たるみ、しみ、しわ、くすみ、毛穴の開き」は、リンパの詰まりや表情筋のゆるみからだけでなく、頭皮のコリも大きな原因のひとつだそう。同サロンのリンパケアは「ハンドテクニクが別格!」と人気を集め、遠方から通う方や10年以上通うファンもいるほど。独自のハンドテクニクでデコルテ、首、肩、顔、頭、耳を丁寧にケア、肌質を整えていく。今回はリンパケアと一緒にすることで、年齢を感じさせないハリのある肌を目指すリブセラコースと、毛穴の汚れ・くすみが気になる方にすっきり毛穴洗浄のコースを用意。紫外線による肌ダメージが増えるこの時期に、同サロンのトリートメントで癒しとキレイを手に入れてみては。



一人ひとりの肌状態を見て行う、丁寧で的確な施術が魅力。

- 特典 「シティライフを見た」で

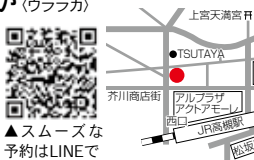
 - オールハンドリンパケア・むくみアプローチコース**3,500円**
 - オールハンドリンパケア+毛穴・エイジングケアコース**5,980円**
 - オールハンドリンパケア+ぐぐっと上へエイジングケア (リブセラ・プラズマ)コース**7,980円**
(7月末まで・新規の方・要予約)



50代エステデビューで5年前より若い自分へ

ふと気が付いた時に「いつの間にこんなに老けてしまったんだろう...」と気を落とす女性をオーナー岸野さんが綺麗にしている。「肌と体の浄化と活力アップ」を目的に、オールハンドでゲストの肌質に合わせて丁寧に施術。その中でも大人世代の老化が進みやすい肌に効果抜群なのがミネラル核酸DNA顔筋トレーニング。5年前の顔より今の方が若い!と実感して。

エステ処 麗らか (ウララカ)
高槻市芥川町1-13-12
グリーンピア芥川 2F
営/10時~L.O19時
(土曜は17時)
日曜・祝日定休
施術中の場合折り返します
☎072-655-3818



Kirei Menu

ミネラル核酸DNA肌再生顔筋トレーニング (100分) 初回18,700円

核酸セル活性で内側からモチモチ肌に。そして世界最小ミネラル酵素で毛穴の奥の汚れを掃除して、栄養補給と引き締めるクレイパックでリフトアップ!さらに顔や頭の筋肉をほぐし、鍛える表情筋トリートメント+首肩背中デコルテのマッサージで老廃物を流し出す。



閉経や更年期、親の介護疲れ、長い闘病生活など、大人女性に立ちはだかる壁に悩んでいる人も心が解れていく場所。その想いが伝わるロコミが多数。

- 特典 「シティライフを見た」で

 - ミネラル核酸DNA肌再生顔筋トレーニング 100分 19,800円→**初回18,700円**
 - 核酸DNA肌再生 16,500円→**初回14,300円**
 - すっきり浄化ボディ全身 16,500円→**初回14,300円**
(6月末まで)

Kirei Menu

オールハンドリンパケア・むくみアプローチコース 初回3,500円

常連ゲストが絶賛する約40分スペシャルリンパケア。「フェイスラインがスッキリした」「肌艶が良くなった!」など、オールハンド技術の虜になるゲスト続出のコース。

頭皮のタルミは顔のタルミ 約40分リンパケア

オールハンドでデコルテ、肩、首、顔、頭、耳までしっかりとケア。老廃物の排出を促し、リンパの詰まりを流してくれる。

ハンドリンパケア付き・ぐぐっと上へエイジングケアコース (リブセラ・プラズマ)初回7,980円

生プラズマの照射で皮脂汚れ、余分な角質を除去。専用美容液を塗布しプラズマを3種類のプローブであてていく。

ハンドリンパケア付き 毛穴・エイジングケアコース 初回5,980円

鎮静パック中にヘッドにも照射することで、頭皮の環境を整える。

or

1 毛穴洗浄

自分では取り除けない肌深部の汚れと古い角質をスクライパーで除去。

2 エレクトロポレーション

イオン導入の約10~20倍の浸透率と言われる導入方法で内部まで有効成分を届ける。



3カ月でウエスト-13.8cm、体重-9.8キロを達成したKさん。6カ月経過の今はウエスト-19.6cmで半年前のパンツがプカプカに!

「痩せて人生が好転した」3ヶ月で-10kgを実現

今年で8年目を迎え、3ヶ月で-10kg成功者が続出のダイエット専門サロン。耳つぼで食欲を抑え、食事指導と補助食品を使い目標体重に導く。オーナー主原さんが寄り添ってくれるので安心。「自信がつき笑顔が増えた」など喜びの声が多数届いている。薄着の季節本番、諦めないで一步踏み出してみては。

le trefle 千里丘 (ルトレフル)
摂津市千里丘東1丁目9-3
池上ビル 501号
営/月~金:10時~19時
土:10時~13時
日・祝定休
☎072-647-6208
https://letrefle2017.com



LINEでの予約はこちら↓

- 特典

シティライフを見た」で

 - ダイエットカウンセリング**無料**
 - カウンセリング無料 +
①耳つぼ施術 ②天然はちみつ

全て込みで5,888円→**1,980円**
(新規予約で7キロ以上痩せた方・6月末まで)



オーナーの主原さん自身も耳つぼダイエット経験者で、もう10年以上リバウンドもないそう。アフターフォローも万全。



大人女性のアップデート 美 Salon

P.4からの続き



今年の夏こそ理想の自分になるために まずは1ヵ月-3kg～-5kgを目指そう

「夏までに急いで痩せたい!」という方に頼ってほしいのが開業43年を迎える同店。数々のダイエットコンテストで優勝し、グランプリ5連覇を遂げた圧巻の手技と、ラジオ波やキャビテーションなどのマシンを贅沢に組み合わせ、3ヵ月で平均10～15kgの減量を実現。代謝が落ちる40代以降のしつこい贅肉や、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。体質改善もメリハリボディも同時に叶うファニービーのプロ技ダイエットで、今年の夏こそ自信を取り戻して。

【30代女性 Aさんの場合】

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



2ヵ月で
体重は-11kg
体脂肪は-8.7%を記録
ウエストは
なんと-15cm!

Facial

毛穴の黒ずみ、メイク崩れ改善 今やるべき「毛穴すっきりコース」



- ①カウンセリングで肌悩み相談②ノンオイルクレンジング③無添加純石鹸による洗顔④ダイヤモンドピールでこびりついた古い角質を除去⑤顔リンパでリフトアップ⑥高濃度肌別パックで潤い浸透。

医療機関提携サロン ファニービー <https://www.funny-bee.jp/>

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



■高槻店
高槻市高槻町13-24
VIVIDビル 2F
営/月曜～金曜11時～20時
土曜・祝日10時～18時
日曜定休 近隣コインPあり
☎072-681-5580



ゲストの喜びの
声はHPに掲載!

特典 【夏までダイエットキャンペーン】

- 高速セルライト撃退コース(90分)
〔6月10日(火)までのご予約 先着5名様 3,980円
6月11日(水)以降のご予約で5,000円〕
- 毛穴すっきりコース(90分) 13,200円→4,400円
(6月末まで・新規の方限定)

今年も受賞!全国ダイエットコンテスト グランプリ5連覇

全国3,000店以上が出場する「全国ダイエットコンテスト2024」で5年連続グランプリという偉業を達成!さらに、全国の中で6店舗しかない認定講師にも選ばれている。



鍼とフォトのW施術で効果抜群 肌のハリ、艶、透明感が見違える

肌本来がもつ「自己治療力」機能を活性化させ、年齢以上に若く見えるアンチエイジング効果も期待できる鍼。肌の表面はもとより組織、細胞、毛細血管及び神経を刺激して内側に働きかけることができるそう。同店では光フォトフェイシャルを組み合わせるメニューが大人気。くすんでざらついていた肌が翌日明るくツルツルに! 落ち着く店内や気さくなオーナーも人気の理由のひとつ。



acuness (アキュネス)
高槻市真上町1丁目1-20
シティコーポ真上1号
営/10時～18時
不定休 店舗前共有Pあり
アキュネス 高槻 で検索



美容鍼プラチナコース (90分) 初回8,000円

①顔の美容鍼 ②頭皮の鍼 ③フットマッサージ ④顔と首の光フェイシャル ⑤顔のEXOSOMEパック ⑥フェイシャルマッサージ ⑦リンパを流す整体 と盛りだくさんの内容! 体の不調がある人はフルコースがオススメ

特典

「シティライフを見た」と新規予約で

- 美容鍼プラチナコース(90分)・・・11,000円→**8,000円**
- 美容鍼フルコース(初回カウンセリング+施術120分) 17,000円→**11,000円**

顔と頭、肩から腰への鍼+光フェイシャル+全身施術(デコルテ、顔、頭、肩、腰、フット)
※次回予約で割引特典あり (6月末まで)

予約はこちら▲

低価格と技術力で大満足のリラク

発酵温浴nifuの姉妹店として2月にオープンし、話題となっている同店。頑張る女性の美と健康をサポートしたいとの想いで地域最安値を掲げている。在籍するのは施術経験平均11年以上のスタッフ達。施術者は全員女性なので安心できる。全面畳敷きの和モダンな空間で心も身体もリフレッシュしてみては。



女性専用もみほぐしマッサージ
整 totonou (トトノウ)
高槻市高槻町16-19 3F
高槻センター街天神の湯隣
Rakutenのビル3F
営/10時～21時 不定休
支払い各種クレジットカード
☎072-669-9332



Menu

- もみほぐしマッサージ..... 60分3,250円
- オイルリンパマッサージ..... 60分5,500円
- 足つぼりフレクソロジー..... 30分2,400円
- ドライヘッドスパ..... 30分2,400円

特典

「シティライフを見た」で

- 初回来店 **5%OFF**
- ペアで初回来店**10%OFF** (6月末まで)



服を着たまま寝たまま筋トレでサイズダウン

美容業界歴40年のオーナーが60歳以降自ら使いたいと思うマシンを厳選。電磁波パルスによる骨盤底筋トレーニングは30分間で数千回の腹筋運動に匹敵するので、服を着たまま座っているだけで骨盤底筋と体幹が鍛えられる。お腹や太もも、二の腕の部分痩せもお任せ!運動が苦手だけど引き締めたい!という人はぜひ試してみてください。

フェイシャル&ボディケア アトリエM's
＜アトリエ エムズ＞
茨木市沢良宜西1-1-6
タウンハイツ3-501
女性専用
完全予約制(当日OK)
不定休 女性専用 駐車場あり
営/10時～19時 不定休
☎072-600-2235



骨盤底筋トレーニング+ お腹or各部分痩せ (30分) 初回2,200円

尿もれ対策だけでなく体幹がしっかりして歩くのが楽になるという。部分痩せも人気で、腕を振ったときにぶるぶる揺れる二の腕も電磁波パルスで引き締まる!

特典

「シティライフを見た」で

- 骨盤底筋トレーニング(30分) 4,400円→ **初回2,200円**
- 1ヵ月集中プラン(8回) (3名限定) **19,800円**
- フォトエステ部分(唇、口周り、目の下など) 1回 **2,200円**
- イボ・ホクロ取り1回 **1,100円**
(新規の方、6月末まで)



座っているだけで体幹が鍛えられる骨盤底筋トレーニング。



Kamon Beauty Salon
(カモンビューティーサロン)
豊中市北桜塚(以降非公開)
※詳しい住所は
予約完了時にお伝えします
営/9時～18時(最終受付16時)
不定休 女性専用 駐車場あり
予約はLINEまたは電話から
※施術中は対応できません
☎080-2412-4623



Menu

- 半身痩身×美容整体(60分)・・・初回 13,000円
- 肌質改善フェイシャル(50分)・・・初回 6,000円
- 肌質改善スペシャル(70分)・・・初回 8,000円

特典

「シティライフを見た」で

- 全身痩身×美容整体(120分)・・・**22,000円**
- 腸もみウエスト痩せ(50分)・・・**11,000円**
※表示価格はすべて税別
(6月末まで・初来店の方のみ)



大人女性のアップデート *Hair Menu*

理想の形を実現してくれるヘアサロンをご紹介。各店イチオシのHair Menuも利用して、ワンランク上の髪型を手に入れませんか。



爆発的人気の美容育毛専門サロン 抜け毛・薄毛を改善に導く

実力派サロン「ギャザー」の姉妹店「サンクレール店」は、美容育毛サロンとして人気。生活習慣や市販のシャンプーが原因である現代の抜け毛・薄毛は年齢に関係がないので、早めの対策が大切。読者限定で「美容育毛コース」7,700円→5,500円に！

美容育毛サロンGather

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



ホームページ



特典 「シティライフを見た」で

- 美容育毛＋ヘナカラー 17,600円～→**14,080円～**
- 美容育毛コース＋カラー 13,750円～→**11,000円～**
- 美容育毛コース＋パーマ 14,300円～→**11,440円～**
(すべてカット・シャンプー・ブロー代込み)
- 美容育毛コース 7,700円→**5,500円**
(シャンプー・ブロー代込み)
(6月末まで・新規限定)



20年以上人気のヘナカラーもオススメ！

美容育毛動画



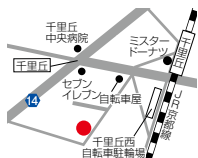
絶妙カット技術で全方位美しいシルエット

髪の毛を傷ませない特殊なカット技法で作上げるシルエットに定評のあるSUCRE。全方位、特に横からのシルエットの美しさに、「写真と同じスタイルで」というゲストが多い。収まりが良くなるため自宅でのスタイリングも簡単になり、忙しい朝の時短に！オーナーによるマンツーマンで施術なので安心できる。

SUCRE (シュクレ)

摂津市千里丘2-10-3
営／10時～20時(日祝～19時)
毎週月曜、第3火曜定休
☎06-6339-6623

シュクレ 千里丘 で検索



特典

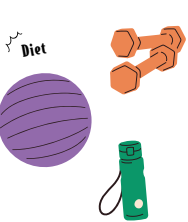
「シティライフを見た」で新規限定特別メニュー

- カット＋トリートメント ……4,500円→**4,000円**
- カット＋カラー＋トリートメント 10,000円～→**9,000円**
- カット＋パーマ＋トリートメント 10,000円～→**9,000円**
- その他単品全メニュー ……**10%OFF**
(6月末まで)



オーナースタイリストの花野さんがゲストの頭の形を見極めて、いかに美しさを引き出せるかを考えてスタイルを創る。

自分にベストな方法で夏までに 夏本番までに 痩せたい！



ジム スワン高槻 ダイエットジム



医療の国家資格を持つ専属トレーナーによる「ダイエット個別トレーニング＋整体」が人気です！しなやかで美しいボディラインを作り出してくれる。

高槻市高槻町11-16
第一領家ビル4F
営／9時半～22時
日曜定休
☎0120-947-068
スワン高槻 で検索



圧倒的な実績とサポート力 夏までにダイエットを成功させよう

痩せたい時期と目標体型に合わせて、的確な指導とアドバイスで結果を出せる同店。初回は45分のパーソナルトレーニングが無料で自分に合った方法やコツを気軽に質問できると好評。「夏に水着を着る予定があって、できるだけ早く痩せたい！」という女性がダイエットコースのレッスンを受けた結果、2ヵ月で－13kg痩せたという。「ダイエットジム高槻で検索1位、Googleの口コミ数も500件を超えていたので安心」といった声も。頼れる同ジムで今すぐダイエットを始めよう。

Menu

- ダイエットコース
月2回4,328円／月5回8,228円／通い放題12,980円
- パーソナルトレーニング 30分4,400円／45分6,600円

特典

- 「シティライフを見た」で
- ダイエットコース通い放題 …… 12,980円→**3,000円**
- 初期費用(入会金・手数料) …… 10,000円→**0円**
(6月末まで・限定20名)



乾かすだけでできる クセうねりをカットで改善

「何をしてもダメ、どうにもならない」と諦めがちなくせ毛をカットのみで改善できるオーナーの宮本さん。その技術の高さに遠方から来店するゲストも多い。また、同店のヘナカラーは葉肉のみの天然100%最高品質のヘナを使っており、市販のヘナでよくある匂いやきしみも少なく、自然な色合いに染め上がる。ハーブカラーと混ぜて染める事で、白髪を明るいブラウンに染めることもできる。白髪染めに悩んだら、一度Luxiaに相談してみよう。

Luxia (ラクシア)

茨木市舟木町2-25
東急スポーツビル1F
※茨木市駅より南へ徒歩3分
営／9時半～17時受付終了
日曜、祝日定休
☎072-635-6921
電話予約のみ。※お支払い現金のみ



特典 「シティライフを見た」で新規予約限定

- カット ……4,950円→**3,850円**
- オーガニックカラー ……8,250円→**20%OFF**
- ヘナカラー ……8,250円→**20%OFF**
- ハーブカラー ……8,250円→**20%OFF**
(天然100%ヘナ、ハーブカラー、ダメージ無し)※ヘナカラー、ハーブカラーのみ希望の場合は別途シャンプー代1,100円が必要



Hair Menu

頭皮の状態が分かる 頭皮診断 …… 無料(3名限定)

皮脂が詰まると、毛穴が正しく呼吸できず、髪が痩せ細り抜けてしまうが、正しいケアを始めれば抜け毛はとまり、新しい髪が作られるそう。まずは頭皮の状態を知ることから始めよう！

本気で薄毛にお悩みの方は今すぐ相談を

「本当はパーマもかけず、ウィッグも使わず、自然な髪型でいたい。そう思っていないですか？頭皮の正しいケアで抜け毛が止まり、髪が増えればウィッグは必要なくなります。頭皮環境を整えれば、今ない髪でも4ヶ月後には育ちます」と話すのはオーナーの髪育専門士®貴野さん。60代、70代でも新しい髪は作られるそうなので、まずは頭皮の状態を知る無料頭皮診断へ！

Lian hair&facial (リアン)

茨木市新庄町1-2白雲ビル202号
営／10時～18時
日曜・月曜定休 駐輪場あり
☎072-697-9333
※施術中は電話に出られないため留守電に名前と電話番号を。



LINEで友達登録
詳細はこちら↓



特典

- 「シティライフを見た」と予約で
●**3名限定無料頭皮診断**
(6月末まで)



髪育専門士®の貴野オーナー

Instagram→



おかげさまで 北おおさか信用金庫は、 今年4月17日で創業100周年を迎えました。



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

＼おにクル初開催／

日々の生活が“もっと”豊かになる

プロから学ぶ

「生活向上セミナー」

参加無料
複数受講
歓迎グルメ券
付き

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、技術や知識を学ぶことができるセミナーを開催します。
資産運用や相続、終活など将来への準備について、プロの知識を取り入れて豊かな生活をおくりませんか。

日時 6.24 火 10:00～16:50

場所 茨木市文化・子育て複合施設
おにクル7階2号会議室（茨木市駅前3-9-45）

※駐車場なし、近隣のコインパーキング等をご利用ください。

主催：シティライフ

JR茨木駅・阪急茨木市駅から徒歩約10分



セミナー参加申し込みはこちら

事前申し込みが
優先です各セミナー
定員24名

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

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

お問合せ・申込

TEL.06-6338-0640

（生活向上セミナー担当係まで）
※平日10時～17時

申し込みはこちら▶

プロから学ぶ生活向上セミナー

検索

事前予約して来場された方にグルメ券をプレゼント

事前にご予約いただき、当日受講された方には右記の店舗で使える
グルメ券（500円分）をプレゼント。

各店舗先着30名までとなります。以降はセミナー受講のみとなります。

- 利用期間は6/25（水）～7/31（木）まで
- 希望の店舗はセミナー事前予約の際にお選びいただけます
（当日の店舗変更等はできかねますのでご了承ください）
- 複数受講された場合でもお一人様一枚限りのお渡しとなります
※グルメ券のお渡しは通算5回までとさせていただきます
- お釣りは発生しませんので予めご了承ください
- グルメ券は受付時にお渡しいたします
- 利用期間内で、店舗都合により休業もしくは営業時間が変更になる場合が
ございます。ご了承ください



● Hungry DUMPTY
diner&cafe
〈ハングリーダンプティ〉
茨木市別院町6-44



● iBASQUE 〈イバスク〉
茨木市元町1-17

6.24 火

1

40～50代から始める、自分に合った貯め方を学ぼう！

「〇からでも間に合う?」「結局、何がいいかわからない」
そんなお悩みを解決します!初心者でもわかる貯蓄法のポイ
ント。新NISAや外貨、保険など情報はあふれど難しいという
声もよくお聞きします。自分に何が合っているのか、投資額
は…など、正しい知識があれば迷わずに効率よく貯めること
ができます。豊かな将来のために一緒に考えましょう。

講師 ファイナンシャルプランナー 大木 由香里さん

1000人以上の相談を受けてきた金融業界25年の大木さん。2人の子育て経験とやわらかい雰
囲気で気軽にマネー相談がしやすいと評判。テレビやラジオ局協賛のセミナーにも多数登壇して
いる人気講師。



3

投資初心者が安定した利益・配当を得る資産運用法

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

講師 ファイナンシャルプランナー、高校教師1種「福祉」 武田 拓也さん

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



5

人生100年時代を賢く生きる。家族の未来を守る相続・終活対策

「相続」や「終活」の正しい知識は、あなたと家族の未来を
守るために重要です。何も準備せずに相続をむかえるのと、し
っかり準備できているのでは残される家族の人生が大きく
変わります。相続に関する基本知識から終活の必要性、よくあ
るお悩みまで、相続専門の税理士が分かりやすく解説しま
す。大切な家族を守るために、今こそ必要な知識を身につけ
ましょう。

講師 税理士 首藤 芳悠さん

相続専門の税理士。相続発生後の申告はもちろん、生前対策や円滑な資産承継の手続きまで
幅広く支援し、最適な解決策を提案してくれる心強い存在。



2

どうすればいいの?今の世界情勢における投資の考え方

2025年に入ってから世界情勢は目まぐるしく変化していま
す。市場も大きく動いている中、どのように資産形成をしてい
くのが良いのか気になる方は多いのではないのでしょうか?
NISAなどが注目されている中、株式・債券の仕組みをきちん
と理解して、今の自分にしっくりくる投資の方法と一緒に探し
ましょう!

講師 株式会社ライフプラザパートナーズ 大阪FA第一営業部
ファイナンシャルアドバイザー 竹下 佑さん

大阪大学卒業後、三井住友銀行にて法人・個人の担当を経験。子育て世代の資産形成から、終
活・相続対策まで幅広いコンサルティングを得意とする。



LPPOS1-25-17
（使用期限2027/5/31）

4

投資は怖い…と思っている人も安心!生活が豊かになる投資術

物価の高騰が続く、「今までと同じように生活をしていて
も、同じようにお金が貯まらない…」こんな状況の方が多い
のではないのでしょうか?投資は不安という方でもすぐに実践
できる投資術や固定費の抑え方をわかりやすくご説明させて
いただきます!

講師 マニュアル・ファイナンシャル・アドバイザーズ株式会社
ファイナンシャルプランナー 高橋 佑樹さん

大学卒業後、大手ハウスメーカーで4年間勤務し、その後金融機関にてFPとして活躍。幅広い
金融商品を取り扱うIFAとして、新聞社やラジオ局主催のマネーセミナーに講師として多数登
壇。年間3000世帯をコンサルティング。



6

知っているかどうかで大違い!貯蓄も保険も出口が9割

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

講師 ライフプランナー ソニー生命保険株式会社 佐伯 忠史さん

豊富な経験をもとにした、的確なアドバイスが好評のファイナンシャルプランナー有資格者。
自治体主催のライフプランセミナー等で講師も務めている。



SL2705-4730-2468

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

Q. パツと見た感じは汚れがあまり見えないのですがエアコンクリーニングした方が良いですか？

A 見た感じは汚れていなくても、中にカビがはえている場合は多いです。近年は猛暑でエアコンをずっと稼働させている場合も多いので、汚れもつきやすいんです。リビングや寝室などの毎日使うエアコンは年1回の掃除がオススメ。掃除することで節電効果もあるんですよ。



教えてくれたのは
エシカルノーマル
倉垣 勝史さん

Q. 新生活の出費が重なってお金を工面したいので、親の遺品を売るか迷っています

A 「終活や生前整理ブームの勢いで売ってしまったけど後悔している」という話はたまにあります。質店では、手放すかどうか迷っている場合、質預かりで一時的にお金を工面する方法もあります。よく相談してみてください。



教えてくれたのは
井上質店 高槻店
井上 篤哉さん

Q. 梅雨時期に気を付けたい靴の管理方法は？

A 濡れた靴を靴箱に入れるとカビが繁殖してしまいます。特に本革の靴はカビが生えやすくダメージも大きいです。靴箱の温度と湿度が高いと他の靴も全滅という事もあります。濡れた靴は陰干しをしてからしまい、晴れた日には靴箱の換気をしましょう。



教えてくれたのは
靴専科 高槻店
釜洞 建さん

PROFESSIONAL



ハウスクリーニングのプロ

「エアコンつけ始めに大量のカビが放出され、季節性肺炎を引き起こす原因にもなるので、クリーニングは今の時期がオススメです」。自力での掃除が難しい洗濯機の汚れもピカピカに！



エシカルノーマルを選ぶと実現する4つの環境貢献

- ① 人やペットへの有害性を**80%**削減
- ② 水生生物への毒性を**99%**削減
- ③ 酸・アルカリの排出負荷量を**79%**削減
- ④ 二酸化炭素 (CO₂) 排出量**32%**削減

"脱ケミカル×ピカピカ"を実現 地球想いで、子ども・ペットも安心 身体に優しいエアコンクリーニング

"きれいごとできれいにしよう"をコンセプトに、脱ケミカルのエシカル清掃で「安く、早く、ピカピカになる」を実現したエシカルノーマル。「一般的なハウスクリーニングは『劇薬・毒物』に分類される薬剤を使うことがほとんど。それだと、お客様や施工者への健康影響、環境への負荷も甚大なので、どうにかしないといけないという一心で事業を立ち上げました」とは代表の本川さん。研究・調査会社などの力も借りながら開発したバイオ洗剤を使用し、ヒートガンや歯科用超音波機を使いながら、頑固な汚れも落としていく。シニアや小さな子ども、ペットがいる家庭、ぜんそくやアレルギー体質、化学物質過敏症などの方も安心。気になる方はお問合せを！

「生まれてきた時よりもきれいな世界にして死にたいんです」と話す代表本川さん。環境やスタッフ、お客様の家族すべてに優しいハウスクリーニングを確立し尽力している。



外壁や窓、ベランダクリーニングなどにも対応。お得な有料会員制度もあるので、詳しくはHPでご確認を。



Menu

- エアコンクリーニング (ノーマルタイプ) 13,200円
- エアコンクリーニング (お掃除機能付き) 20,900円 (税込)
- 洗濯機クリーニング 19,800円～

特典

「シティライフを見た」でハウスクリーニングメニュー.....**全10%OFF**
(7月末まで・新規の方・要予約)

株式会社 エシカルノーマル

大阪市東淀川区東淡路1-5-51
ショッピングタウンエバーレ内
営／9時～18時
☎080-0600-8456

HPはこちら



From
CityLife

地元の人を読んでいる シティライフに、求人情報を 載せませんか？

地域密着型の情報紙CityLifeに求人情報を掲載し、地元で働きたい人へ直接アピールしませんか？採用でお困りの方は、ぜひ一度お問合せください。

〔問合せ方法〕下記メールかQRコードからご連絡ください。

info@citylife-new.com

※後ほど担当からご連絡いたします。



PROFESSIONAL



靴・靴のお手入れのプロ



上) クリーニング後。
下) クリーニング前。



超音波洗浄機が主流だったが、同店では最新のマイクロミストガンを使用。

Menu

- 靴クリーニング (スモース革) ... 4,400円～
- 靴クリーニング (布・スエード) ... 4,840円～
- 財布クリーニング 4,400円～
- バッグクリーニング 6,600円～

特典

「シティライフを見た」で
● クリーニングメニュー
15%OFF
(6月末まで)
※一部対象外あり

靴専科 高槻店

(くつせんか)

高槻市高槻町10-15
営／10時～19時
火曜定休

連携駐車場あり

☎072-668-6026

靴専科 高槻 で検索



詳しい取材
記事はこちら



JR高槻駅と阪急高槻市駅の中間に位置しているので、買い物ついでに寄やすい。



PROFESSIONAL



鑑定のプロ



LINE査定
はこちら

井上質店 高槻店

(いのうえしちてん)

高槻市高槻町6-12

営／9時～19時

日・祝・第3・4土曜定休

☎072-685-7078

井上質店高槻店 で検索



豊富な知識で親身に対応 無料査定の頼れる質店

金の相場が高騰する今、どこに相談するべきか悩む。「重さを測る際に分解された」「言われるがままに売ってしまっって後悔」といった話もあるのできちんと選びたい。井上質店は創業74年の老舗だからこそ、他では出回らない情報や商材によって様々な販路があるため相場に詳しいのだ。貴金属や宝石だけでなく、ブランドバッグやApple製品、ゲーム機など、思いもよらず高い値段がつく商品もあるそう。一度相談してみては。

5/22 (木) 現在の金相場による同店買取金額

※K24 (1g) 16,110円、K18 (1g) 12,200円での計算

- K24の指輪 (5g) 80,500円
 - K18のネックレス (20g) 244,000円
- ※付属品の欠品は減額になる場合有
(いずれも時計・ブランド品買取の場合)
※初めての来店は現住所記載の身分証明証を持参

子どもの教育費って どれだけかかるの？

POINT
1

小学校から高校までの学習費

(円)

	小学校		中学校		高 校	
	公立	私立	公立	私立	公立	私立
学校教育費	約12万	約111万	約19万	約114万	約35万	約77万
学校外学習費	約22万	約72万	約36万	約42万	約25万	約26万
1年間合計	約34万	約183万	約55万	約156万	約60万	約103万

※小・中学校の学校教育費は学校給食費を含む。

文部科学省「令和5年度 子供の学習費調査結果の概要」を元に作成

小学校～高校まで
公立の総額：5,430,919円 私立の総額：18,723,218円
オール公立とオール私立の差
約1329万円

POINT
2

大学費用について

(円)

	大 学				
	国 立	私立文系	私立理系	私立薬学	私立医歯系
初年度納付金	約82万	約119万	約148万	約208万	約482万
2年目以降	約54万	約97万	約125万	約174万	約374万

文部科学省「令和5年度 私立大学入学者に係る初年度学生納付金等 平均額の調査結果について」
「国立大学等の授業料その他の費用に関する省令」を元に作成

POINT
3

児童手当

令和6年10月分より児童手当制度が変更しています。

【令和6年9月まで】

【令和6年10月から】

	最大支給金額
第1子・第2子	約200万円
第3子以降	約250万円

	最大支給金額
第1子・第2子	約230万円
第3子以降	約650万円

※申請をした翌月から高校生年代まで（18歳に到達した年度末まで）の総額

取材協力

FPオフィスClear 池田ひろみ <https://mylifefp.com/fp/ikedai/>

FPオフィスClear
ファイナンシャルプランナー
池田ひろみさん

お金の不安や悩みをクリアにし、ママと
子どもの明るい未来を創造する。保険
や金融商品を販売しない独立系ファイ
ナンシャルプランナー。3児のママ。



この方に
伺いました

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

Kids & Mam

いくらかかるのかを知っておくことから始める
子どもの未来に備える

教育費の貯め方

子育てに役立つ情報をお届けしているキッズ&ママ。今月のテーマは「教育費」。子どもの将来の進学のために、家計費と両立しながら貯めていく方法をファイナンシャルプランナーの池田ひろみさんに教えていただきました。

500万円を目標に

将来、お子さんに大学進学をさせたい場合、1人当たり500万円を目標に貯めることをおすすめしています。その根拠は、私立の文系を賄えるという計算で、国公立の大学ならば、地方での1人暮らしも可能になるからです。貯め方のおすすめは、児童手当をそのまま学資保険や新NISA（投資信託）にまわす方法です。それぞれにメリット・デメリットがありますが、例えばお子さんがまだ1歳〜2歳なら、新NISAのつみたて投資枠や成長投資枠で投資をすると、学資保険と比べて、高校卒業時には投資額に少し大規模な利益が期待できます。投資なので、損失が出る場合も考えられますが、非課税のメリットもあるので、早めから少額をコツコツ貯めていく方法で進めましょう。

貯まる仕組みを作る

また、家計が崩れる（貯金ができない）原因として挙げられるのが「特別支出」です。これ

90%以上の生徒が英検®「2級」に合格 中1、中2の「2級合格者」が急増中

英語個別指導塾
イオンモール茨木前



高くない授業料システム

小学生で入会したら中学生になっても高校生になっても授業料は小学生料金のまま。各級（例：2級→準1級）の間で休会することも可能

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)早稲田大阪（旧摂陵）は3級で65点、準2級で75点、2級で85点、準1級で100点に

現在、高校や大学では「英検」を利用した「外部検定利用入試」がますます拡大中。イープラスは英語を得意にして「英検」にも合格できる英語の専門塾。小学4、5年生から指導を開始して小学生で英検3級、中学1、2年生で準2級から2級に合格させることを指導の基本方針にしている。

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ける最も効率のよい「@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ない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



指導対象学年
小学4年～高校生
◀HPIはこちら

小学6年からの対策で成績が伸びる め塾式「伸ばす力」の育て方

茨木の学習塾「め塾」は、勉強のやり方から教える独自の指導が特長で、転塾生の96.2%が成績アップと驚きの結果を出している。春日丘・茨木高校など進学校への合格実績も多数で、小6向けの「中学校準備クラス」は特に実績十分だという。小6からの勉強のやり方で中学校の成績は大きく変わってきます」と長島先生が話すように、小学生のうちに正しい学び方を身につけることで、その後の成績が一気に伸びていくという。同塾の勉強法は、中学生からでも十分に効果を発揮するというので、中間テストの結果を見て危機感を覚えている子におすすめ。小学校低学年には、思考力と集中力を育むプログラミング講座も好評を得ている。

マイクラで楽しく学ぶ！プログラミングクラブ

マイクラフトを使って楽しみながら小さなステップで仕組みを学べるプログラミングは、大学入試の「共通テスト」の「情報」のテスト対策にも効果的！

月謝：5,280円 対象：小学2年生～小学6年生

一斉+個別指導
学習塾



・現小5対象「茨高準備クラス」

月謝：18,700円

・現小6対象「茨高専門クラス」

月謝：18,700円

クラス生の驚異的な点数アップは
右記QRからHPをチェックしよう。



自分で勉強できるように指導する学習塾
め塾

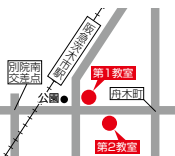
茨木市舟木町3-12

福寿ビル2F

営／14時～22時

☎072-632-7773

め塾 で検索



大阪・関西万博
ジュニアSDGs
キャンプ

サステナブルファッションを 「ロハスフェスタ」で 体験しよう。

ミニレクチャー

ファッションは、大量生産・大量消費、大量廃棄により、環境負荷が大きい産業と言われています。そして衣服の生産から着用、廃棄までの環境負荷を考慮したサステナブルなファッションへの取り組みは、近年広がっています。今回はロハスフェスタの事務局長、森永直花が、サステナブルファッションやロハスフェスタでの取り組みなどをレクチャーします。



ロハスフェスタ事務局長
森永直花



アップサイクルな「ターポリンバッグ」づくり

まちの店舗やイベントなどで使われ、廃棄される布地素材「ターポリン」を再利用して、オリジナルバッグを作るワークショップです。ロハスフェスタでも超人気のコンテンツに今回は無料*で参加可能。この機会にアップサイクルなバッグをゲットしよう。

※別途、大阪・関西万博のチケットが必要です。



4月から始まり、盛り上がりを見せる「大阪・関西万博」。大阪・関西万博の西側、フューチャーライフゾーン「ジュニアSDGs キャンプ」では体験プログラムが楽しめます。第一回OCCプログラムは、7月1日（火）に開催される「サステナブルファッションを『ロハスフェスタ』で体験しよう」です。

ロハスフェスタは6月、Matsuriでの開催に続いて大阪・関西万博に登場。「人と地球にやさしいライフスタイル」を楽しく学ぼう！

学校法人OCCと教育テック大学院大学は、2025年日本国際博覧会協会企画局持続可能性部に協力し、「OCCジュニアSDGsキャンプ」を実施します。

開催日

7/1

参加費

無料

※別途、大阪・関西万博の
チケットが必要です。

左記の「レクチャー」「ターポリンバッグづくり」を
下記時間帯で実施します。（各回約1時間）

①11時～ ②13時～ ③15時～ 各10組20名

お申込締切

6/23（月）

締切後、抽選し結果を
お知らせいたします。

場 所

大阪・関西万博 会場内
フューチャーライフゾーン
「ジュニアSDGsキャンプ」
（西ゲート入って右斜め前方のドーム）

右記QRコードよりお申込みください。▶

要予約



学習塾

「楽しい」だから夢中で学べる

思考力を育むガリレオ教室開校

自ら創り上げた能力は、勉強だけでなく、その後の人生の様々な課題を解決していく力へと発展します」(中野先生)

ガリレオ教室7/23開校!夏期講習・生徒募集中!

対象:小学生

日程: 7/23(水)～8/30(土)

※画像は専用教具を扱う様子

学習塾 きずな

茨木市双葉町9-21コスモビル4階

営/10時～22時

※千里丘校、江坂校、佐井寺校でも募集中!詳しくはQRをチェック!

☎080-3877-0879

kizuna-inq@fsc-kizuna.com

ガリレオ教室で学ぶ問題例。こうした問題は、受験でも出題される。

特典

「シティライフを見た」で

●入会金 22,000円→**無料!**

●6月・7月の授業料→**無料!**

(6月末まで、一人一回限り)

フォトスタジオ

バルーンの七五三 6月撮影+秋にお出かけ写真のみプランも和装4ポーズ9,800円

3歳は可愛く、5歳は凛々しく、7歳は美しく、でもつつい大爆笑させるカメラマンでおなじみのバルーン。お得な七五三前撮りキャンペーン6月がスタートし、お出かけしない写真のみプランもとてもお得な価格で登場。秋にお出かけ6月撮影のプランはさらにビックリの価格!撮影とお出かけ2回の支度が含まれていて、大事なお出かけ当日も、ベテラン美容担当と美容師とで洋風アレンジから日本髪に至るまで要望に応じてくれる。さらにおでかけプランの6月前写し限定でキーホルダー写真の焼き増しなどができる3,000円のグッズ購入券もプレゼント!今撮って、秋におでかけ予約はお早めに。詳細はHPもチェック!

6月撮影限定! 七五三 おでかけバック前写し

6月に撮影 秋におでかけ すべて含むフルバック 衣装・美容・着付けつきのオリジナルデザインアルバム BIGな迫力、31×31cm 2面に画面一杯レイアウト

おでかけシュシュ4ポーズ

3歳女児……………19,800円

3～5歳男児……………19,800円

7歳女児……………21,800円

手札4枚画像データ付き

ご家族兄弟姉妹撮影OK

おでかけオリジナル8ポーズ

3歳女児……………21,800円

5歳男児……………21,800円

7歳女児……………23,800円

30×30cm台紙2面

8ポーズ データ付き **日本一 価格が全て税込**

15×15cm台紙2面

写真のみプラン(おでかけ不可)和装4ポーズプラン

衣装・美容・着付け・データ2画像つき

サブカット手札(12.7×8.9mm)4枚つき

6月限定価格……………**9,800円**(税込)

30×30cm 2面台紙つき

手札写真は台紙なし

おでかけシュシュプラン、おでかけオリジナル8ポーズプラン、その他おでかけプランに**プレゼント!**

3,000円分キーホルダー、写真追加等

おじいちゃん・おばあちゃんへのプレゼントに最適!

グッズ購入券

フォトスタジオ バルーン

高槻市千代田町5-5

営/10時～18時半 木曜定休、水曜不定休

☎072-668-7456 ☎0120-753-317

フォトスタジオバルーン で検索

阪急高槻市

きんのぶた

ローソン

バスター

バス停

ホーム

Instagramは

コチラから

コチラから

発達認知科学ラボ

Developmental Cognitive Science Lab

生後0～6歳の

赤ちゃん・

子ども研究員

大募集

大阪大学・発達認知科学ラボでは、赤ちゃん・子どもの「こころ」を理解するために、2020年より「赤ちゃん・子ども研究員」を募集して発達調査を実施しています。

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

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

場 所

大阪大学 吹田キャンパス・人間科学研究科棟

募集期間

随時

実施日時など

下記サイトからシステムにご登録ください。お子さまの年齢に合う調査が始まりましたら、ご連絡いたします。

所要時間

説明込みで30分～1時間程度(調査内容によって変化します)

謝 礼

記念写真と3,000円の謝礼(Amazonギフトカードなど)

ご応募・お問い合わせはこちらから▶

<https://babylab.hus.osaka-u.ac.jp/participation>

大阪大学大学院人間科学研究科 教授 鹿子木 康弘/講師 萩原 広道

応募してね

「くもんの先生」募集説明会受付中

くもんの先生、はじめませんか?

応募要項 >> ●55歳迄の方の参加をお待ちしております。

●教室は週2回～(午後の5時間程度)

●教科は算数・数学、英語、国語

●収入は生徒数により異なります。

仕事内容 >> ●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。

開催3日前までに要予約。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
豊中市	6/ 2 (月)	10:00～11:30	曽根会館
豊中市	6/19(木)	10:00～11:30	千里朝日阪急ビル
茨木市	6/ 3 (火)	10:00～11:30	おにクル
摂津市	6/16(月)	10:30～12:00	摂津市立第35集会所
高槻市	6/16(月)★	10:00～11:30	クロスバル高槻
吹田市	6/26(木)★	10:00～11:30	千里市民センター

web説明会

平日開催

6/4(水)・16(月)・24(火)

10:00より終日開催(所要時間70分)

土曜開催

5/31(土)・7/5(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。

やってみよう

よいしごと

受付/9:30～17:30(土・日・祝除く)

公文教育研究会 大阪ランチ1チームユニット

KUMON

CROSS WORD

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

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

5月号の答え:アジサイ クチナシ

ノーマルクロス

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

タテのキー

1 冬服しまって夏服出して

2 野球の回はイニング、ボクシングは

3 ⇄後発、スターティング

4 サケの卵、ノリスケさんの子

5 冷たい、かつこいい

9 韓国の首都

11「仮面ライダー」「サイボーグ009」など多くの作品を残した〇〇〇〇〇章太郎

13 Aの欠乏で夜盲症、Cの欠乏で壊血病

14 めりめりが特徴のキノコ

15 現代は宝くじ、昔は

17℃はセ氏、°Fは

18 降っても照っても差す

20 必要は発明の…

ヨコのキー

1 かわいい有袋類、別名コモリグマ

3 これがかわいい学校は受験生に人気

6 片目をつぶって合図

7 英語ではコットン

8 ビーチで広げて日よけに

10 欧州の国

12 伊勢、車、桜、オマール

14 渦巻き模様の練り物、忍者漫画も

16 トウガラシの品種、入れ過ぎると非常に辛い

18 江戸時代の武士の礼装

19 映画「ジュラシック・パーク」で恐竜復活のカギとなった宝石

21 ⇄アルカリ

22 ペルーの首都

23 逃げるは〇〇だが役に立つ

解答

	A	B	C	D	E	F

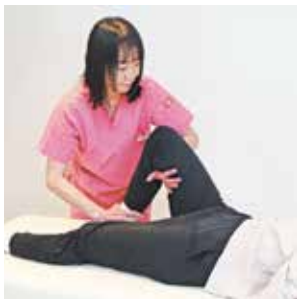
股関節痛・ひざ痛・腰痛・脊柱管狭窄症・自律神経の乱れ

体の不調で将来が不安な人に頼ってほしい
「シルクタッチ整体+筋膜リリース」の技

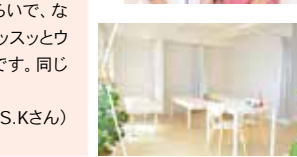
階段を上がる度に痛む膝や腰、歩行時に脚の付け根あたりに感じる違和感や痛み。通院しても効果が出ず、将来が不安になるという人も多いのでは。同院の痛みのないソフトな「シルクタッチ整体」はマッサージやストレッチでは緩まない深部までのアプローチで全身の骨格バランスを整える。そして痛みの出ている箇所や緊張で固くなった筋肉に独自の筋膜リリース（EMS+吸引マシン）で筋肉の間に溜まった老廃物を流し、自分では動かすことのできないインナーマッスル（深層筋）を緩めて痛みを緩和するのだそう。「変形性膝関節症といわれ歩けず眠れず不安だったのが、今では階段も余裕に。気持ちも前向きになり、大好きなハイキングを楽しんでいます」という声も。本気で改善したいと思うなら頼ってみよう。

喜びの声 脊柱管狭窄症で激痛と痺れがあり、整形外科と整骨院や整体院での治療をしていましたが改善しなかったため、医療機器の筋膜リリースがあり口コミの良いこちらを試してみようと思いました。約1ヶ月後には寝起きの激痛が和らいで、なかなか起き上がれなかったのがスッと起き上がれるようになり、杖無しでスリッパとウォーキングが出来るようになりました。amiga整体院に出会えて嬉しく感謝です。同じ痛みを抱える方にも「必ず良くなります!! 治っていきます」と伝えたいです。

(60代女性 S.Kさん)



最新の筋膜リリース(筋膜はがし)機器は気持ちのいい刺激。回数を重ねると可動域が広くなり効果を実感する人が多い。



多量の悩みを改善した実績がある頼れる先生。

amiga整体院
(アミーガ)
茨木市真砂1丁目5-18
営/9時～20時
土曜9時～13時
日・祝日 定休 駐車場あり
☎072-635-6868

HPで詳しい口
コミ掲載あり▼

QRコード

地図

特 典 |

「シティライフを見た」で
●トータル改善整体コース
(シルクタッチ整体+筋膜リリース)
初回90分(カウンセリングと検査・施術)+2回目施術
..... 通常2回20,000円→2回で**2,980円**
(新規予約の方、6月末まで)

関節痛・肩こり・筋力低下など

1回あたり約500円で参加できる
中高年向けの健康運動

「将来のために運動習慣をつけたいけど踏み出せない」「自己流の運動が不安」という人はスワン高槻のシニア向け健康運動がオススメ!初回は医療の国家資格を持つトレーナーによる個別指導とカウンセリング相談が無料!さらに初月は1回あたり500円以下でグループレッスンを受けることができる。運動を習慣化しやすく「肩こりが無くなり、ストレスが減った」「階段の昇り降りが楽になった」など日常生活の変化を感じている生徒が多い。数年先で後悔しないように今から始めよう!

スワン高槻
パーソナルトレーニング
高槻市高槻町11-16
第一領家ビル4F
営/9時半～22時
休/毎週日曜
☎0120-947-068
「スワン高槻」で検索

LINE登録で
かんたん予約

QRコード

地図

特 典 |

「シティライフを見た」で
●シニア向け健康運動 ①初月2回4,378円→**1,000円**
②初月5回8,228円→**2,000円**
●整体・シニア運動個別レッスン 6,600円→**無料**
●初期費用(入会金・手数料) 11,000円→**無料**
(6月末まで・先着20名)



医療の国家資格を持つトレーナーがコンディショニングを行う。

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫、自律神経 など

全国漢方学会大会第3位の実績店で
子宝・アトピー・自律神経・免疫を改善

同店は「全国漢方学会大会」第3位、「不妊漢方アドバイザー」の資格を有し、アトピー性皮膚炎「中国火神派理論」を修得の実績店。「病院治療(検査・新薬・漢方薬など)をしているのに、なかなか良い結果が出なくて悩んでいる方は少なくありません。東洋医学の高度な理論と経験に基づく正しい漢方処方を選択で免疫力を高め、健康で元気な身体へと導き、多くの方々に大変喜んでいただいています」と戸田先生。子宝、婦人病、アトピー性皮膚炎、自律神経、耳鳴り、めまい、痛み、血圧、冷え症、免疫、健康長寿、寝たきり予防など諦めないで一度相談を。

国際漢方 茨木薬店
茨木市真砂1-11-35(平和堂1F)
無休 相談/10時～18時
☎072-638-9939

地図

高槻薬店
高槻市高槻町11-16
第一領家ビル4F
営/9時半～22時
休/毎週日曜
☎0120-947-068

高槻薬店は女性の漢方アドバイザー戸田先生が優しく親身に相談のってくれる。

高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」に掲載された藤本先生。

高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」に掲載された藤本先生。

漢方瑞雲 高槻薬店
高槻市芥川町1-11-1
(JR高槻駅から徒歩3分)
無休 相談/10時～18時
☎072-686-0090

各店「シティライフを見た」で
●カウンセリング・相談(30分) 2,000円→**無料!**(要予約)
●初回漢方 8,000円以上購入の方に
BOXティッシュ5箱組プレゼント!
(6月末まで)
※各店予約制の為相談前に一度連絡を

特 典 |

「シティライフを見た」で
●カウンセリング・相談(30分) 2,000円→**無料!**(要予約)
●初回漢方 8,000円以上購入の方に
BOXティッシュ5箱組プレゼント!
(6月末まで)
※各店予約制の為相談前に一度連絡を



大津耳鼻咽喉科・ボイスクリニック
高槻市西町65-2 1F
午前診/9時～12時、
午後診/16時～18時半
休診/木曜・日曜・祝日・土曜午後
☎072-693-4888

医院HPは
こちら

QRコード

地図

(上)大阪では数少ないボイスクリニック。「子どもはハキハキと、大人はいつまでも若々しく」と語る大津先生。
(左)院内には最新の医療機器を導入。甲状腺やリンパ節の病変を検出する頸部エコー。腫瘍の早期発見にも役立つ。

「音声障害」とは、「声が正常に発せられない」または、「うまく声が出ない」状態です。声が出にくい、かすれる、震えるなどの症状があり、日常生活や仕事にも大きな影響を与えます。声のトラブルの背景にある原因は、実にさまざま。声帯のポリープや麻痺、癌(喉頭癌や食道癌、甲状腺癌、肺癌など)、大動脈瘤などの血管障害や脳・神経の疾患、さらには心理的要因の場合も。これらの多様な疾患から原因を突き止める、声の健康を回復する治療を行なうのが「音声外来」です。治療は原因や症状にあわせ、服薬治療、リハビリテーション、注射、手術などを組み合わせて進めます。リハビリテーションでは、言語聴覚士が中心となり、正しい発声方法や腹式呼吸のトレーニングなどを指導します。当院では言語聴覚士が常駐し、月1～2回のリハビリで患者さんをサポートしています。また、手術で声帯の動きの回復が見込める場合は外科手術を行なっており、連携している病院で私が執刀いたします。音声障害は原因が分からず、長年我慢をしている方が多くみられます。当院では、専門の医師が多角的に診察しますので、声でお困りの方はぜひ一度お越しください。

「音声障害」とは、「声が正常に発せられない」または、「うまく声が出ない」状態です。声が出にくい、かすれる、震えるなどの症状があり、日常生活や仕事にも大きな影響を与えます。声のトラブルの背景にある原因は、実にさまざま。声帯のポリープや麻痺、癌(喉頭癌や食道癌、甲状腺癌、肺癌など)、大動脈瘤などの血管障害や脳・神経の疾患、さらには心理的要因の場合も。これらの多様な疾患から原因を突き止める、声の健康を回復する治療を行なうのが「音声外来」です。治療は原因や症状にあわせ、服薬治療、リハビリテーション、注射、手術などを組み合わせて進めます。リハビリテーションでは、言語聴覚士が中心となり、正しい発声方法や腹式呼吸のトレーニングなどを指導します。当院では言語聴覚士が常駐し、月1～2回のリハビリで患者さんをサポートしています。また、手術で声帯の動きの回復が見込める場合は外科手術を行なっており、連携している病院で私が執刀いたします。音声障害は原因が分からず、長年我慢をしている方が多くみられます。当院では、専門の医師が多角的に診察しますので、声でお困りの方はぜひ一度お越しください。

最近、声が出にくいですが、病院に行った方がよいですか?

音声障害には、声帯のトラブルのほか、がんや血管、脳・神経の病気が潜んでいることも。耳鼻咽喉科や音声外来を受診しましょう。

「教えて!ドクター Tell me doctor」

日常生活や仕事に影響
声の問題を診る「音声外来」

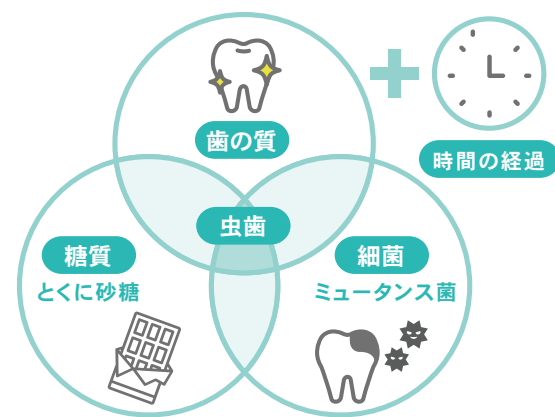
今回のテーマは、「音声障害」。「声が出にくい」「声がかすれる」といった音声障害の原因や治療法について、大津耳鼻咽喉科・ボイスクリニックの大津先生に伺った。

今回教えてくれたのは
大津耳鼻咽喉科・ボイスクリニック
大津 和弥先生

耳鼻咽喉科医。三重大学附属病院、医療法人協仁会小松病院勤務を経て、市立ひらかた病院音声外科センター長就任。2024年同院を開院。

大津 和弥先生

カイスの輪



「歯医者者のくせして虫歯もよう治さんのか！」10年以上前のことです。小学4年生の女兒の歯磨き指導を行ってフッ素を塗り、処置を終えようとした時、母親が大声で叫びました。お子さんの治療を中断し、しばらく母親の説得を試みようとしましたが、叶いませんでした。この女兒はちやうど永久歯に生え変わる時期で、これ

からの成長にとっても大切な時期でしたが、乳歯の虫歯だけでなく生えたての永久歯すら虫歯になっていました。母親に普段の状況をうかがうと「歯磨きはちゃんとしている。でも、虫歯になる」と話されました。歯磨きを毎日しているにも関わらず、虫歯になってしまふことはあります。そこには必ず気づかれています。その原因が改善しなければ虫歯はなくなりません。歯科医院に通院しても虫歯は無くなりません！虫歯だけ

歯科医院では防げない虫歯と歯周病

意外と知らない歯科知識①

歯科医院は歯が痛くなったらいくところではなく、日々のケアでは賄えないケアを行ってもらうことが本来の考え方だと赤木先生は言います。日々のケアの大切さについて話をききました。



赤木歯科 赤木 啓院長
歯学博士。1984年赤木歯科開設。39年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

でなく歯周病も同じです。残念ながら歯医者では虫歯も歯周病も防げないことは事実です。なぜなら、虫歯も歯周病も細菌により引き起こされた感染症だからです。虫歯や歯周病に対する感染対策を行わない限り防ぐことは不可能です。

感染症と口腔内との関係

細菌感染だけでなく、ウイルスによる感染もお口から始まる感染症といえます。例えば、コロナウイルスは口の中の唾液腺に多く存在することが確認されています。実際、海外のニュース映像でコロナの検査が口で実施されているのによく見ました。口の中の方が鼻よりウイルスが多く、検査しやすいからです。虫歯や歯周病の細菌感染症だけでなくウイルスのような全身症状を引き起こす感染症予防にも

医療法人 貴志会
赤木歯科
再生医療認可施設
高槻市高槻町 7-5
☎072-682-0190
<https://www.akagi-implant.com/>



DENTAL CARE

歯医者では虫歯も歯周病も防げない

意外と知らない歯科知識①



赤木歯科 赤木 啓院長
歯学博士。1984年赤木歯科開設。39年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

でなく歯周病も同じです。残念ながら歯医者では虫歯も歯周病も防げないことは事実です。なぜなら、虫歯も歯周病も細菌により引き起こされた感染症だからです。虫歯や歯周病に対する感染対策を行わない限り防ぐことは不可能です。

感染症と口腔内との関係

細菌感染だけでなく、ウイルスによる感染もお口から始まる感染症といえます。例えば、コロナウイルスは口の中の唾液腺に多く存在することが確認されています。実際、海外のニュース映像でコロナの検査が口で実施されているのによく見ました。口の中の方が鼻よりウイルスが多く、検査しやすいからです。虫歯や歯周病の細菌感染症だけでなくウイルスのような全身症状を引き起こす感染症予防にも

医療法人 貴志会
赤木歯科
再生医療認可施設
高槻市高槻町 7-5
☎072-682-0190
<https://www.akagi-implant.com/>



DENTAL CARE

「歯みがきで丈夫な体の基礎づくり」子どもの口腔機能を育てましょう

意外と知らない歯科知識②

6月4日(水)～6月10日(火)は歯と口の健康週間です。この啓蒙活動は歯科疾患の予防処置の徹底を図り、早期発見、早期治療を行う事により歯の寿命を延ばし、健康保持増進に寄与する事を目的として、厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会が1958年から実施しています。

口腔機能発達不全症にさせない為に

平成30年より保険診療に加わった「口腔機能発達不全症」は、嘔む・飲み込む・話すといった口の機能が上手くできない、口呼吸がある状態を指します。小児期は成長発達の大切な時期です。歯の萌出前からの口腔管理や離乳食指導が重要です。実際に、厚労省の調査では0～2歳の保護者の74.1%が離乳食に悩みを抱えています。正しい噛み方や飲み込み方ができるよう、口腔筋機能療法(MFT)、食育に取り組むことで口腔機能の正常な発達を目指します。近年、食生活の変化により嘔まずに飲み込む習慣となっており、口唇閉鎖力や姿勢(猫背)が悪くなっています。また、永久歯をきれいな歯並びに育成するには、乳歯の生え方や顎の成長を定期的にチェックし、必要に応じて早期治療を行い、お子さま

の健やかな成長をサポートしましょう。

0歳児からの咬合育成(おうち矯正)でキレイな歯並びを

将来正しい咬み合わせに誘導するには、お口の健診が大切です。

口腔閉鎖不全(ポカン口)は、無意識に口が開いている状態で、食べ方や舌の突出癖、指しゃぶり、口呼吸などが原因です。ポカン口は口腔閉鎖力を測定し、MFT(筋機能訓練)とおうち矯正で早期に予防をしましょう。

食育・脳育は学びの力を育む

しっかり噛んで食べることは、体の健やかな成長だけでなく、脳の発達にも深く関わっています。特に脳の前頭野と呼ばれる部分は、小学高学年から成人に至るまでに発達し、噛む刺激によって活性化されることが分

かつており、これが集中力や判断力、記憶力といった「学びの力」を育む土台になります。実際に、よく噛んで食べる子どもは、学習面でも良い成果が出ています。食育は単なる栄養摂取にとどまらず、脳を育てる「脳育」にもつながる大切な習慣なのです。柔らかいものばかり食べず、適度に噛みごたえがあり、噛む回数が増えるような食料を使い調理を工夫し、子どもたちの心と脳の健やかな成長を、日々の食卓から応援していきたいでしょう。

ほっこりワールド

徳治昭童画展開催

6月7日(土)～6月15日(日) 童画家イラストレーターで、宝くじイラストや絵本、キャラクターデザインなどで活躍中の徳治昭さんによる、お馴染みのほっこりワールド！童画展を開催します。「シティライフを見た」と来場の方にプレゼントを進呈します。

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・入れ歯・咬み合わせ・歯周病・矯正・審美歯科・ホワイトニングはお気軽に相談ください。

(医)朝倉歯科医院/小児歯科Happy club

ホワイトニングサロンBLANCA

かかりつけ歯科医機能強化型診療所

大阪大学歯学部臨床研修施設

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・入れ歯・咬み合わせ・歯周病・矯正・審美歯科・
ホワイトニングはお気軽に相談ください。

(医)朝倉歯科医院/小児歯科Happy club
ホワイトニングサロンBLANCA
かかりつけ歯科医機能強化型診療所
大阪大学歯学部臨床研修施設
☎072-625-2001 (代表)
茨木市南春日丘1-1-19 朝倉デンタルビル
JR茨木駅から徒歩で5分 春光園 (朝倉歯科医院前)

近鉄バス
マルセス
朝倉歯科
池田
交番
至高槻
至茨木
至大阪

この先生に聞きました！

朝倉歯科医院
歯科医師
食育アドバイザー
出口 裕子

朝倉歯科医院
副院長 歯科医師
大阪大学臨床研修指導医
佐藤 典子

朝倉歯科医院
院長 歯学博士
大阪大学臨床研修指導医
朝倉 勉

徳治昭童画展 (入場無料・プレゼントあり)
6月7日(土)～6月15日(日) 11時～18時
茨木市駅前4-3-26 あさくらメディカルビル1F
※最終日は16時まで

ギャラリーあさくら
☎072-626-2006
徳治昭連絡先
☎090-8386-2447

ギャラリーあさくら情報
徳治昭童画館情報

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。

IBJ 正規加盟店

会員数・成婚数

NO.1

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

最新システムでお相手探し

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

株式会社 シティライフNEW

「シティライフ婚活」事業部

<https://konkatsu.citylife-new.com>

TEL.06-6338-0640 (シティライフ婚活係まで)

〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23

ご相談・申し込みはホームページから



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]
成婚料	50,000円	[税込 55,000円]

※システム利用料を含む



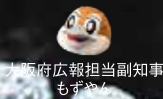
「人と人」をつなぎ
幸せな結婚を

万博記念公園だより 6月号 令和7年5月20日発行 通巻541号

BAMPAKU News

2025
06

1ban Park



梅雨の時季を彩るあじさい。
今年は新たな品種も加わり
約50品種のあじさいの花が彩ります。
生まれ変わりゆくあじさいの森で
梅雨のひとつときをお楽しみください。
※あじさいの森は一部改修中ですが、
ご観賞いただけます。

あじさい祭

6.7(土)~29(日) 9:30~17:00
〔入園は16:30まで〕

〔場所〕自然文化園 あじさいの森 〔料金〕無料 ※別途入園料が必要

あじさい祭関連イベント

あじさいの俳句募集

募集期間 6/7(土)~15(日)

日本の梅雨を代表する花。ピンク、白、青紫と花種も多く、色が変わる品種もあることから、「七変化」と呼ぶこともあります。この万博記念公園に咲く「あじさい」を季語にした俳句を募集します。入選句は6/21(土)~29(日)まで「あじさいの森」にて掲示いたします。



投句方法

投句用紙(あじさいの森・自然文化園中央口・日本庭園前ゲート・西口・東口に設置)に必要事項を記入のうえ、投句箱に投稿してください。※1人3句まで

ローズフェスタ

開催中~6/8(日)



1970年の大阪万博開催時、世界9カ国から平和を願って贈られたバラをはじめ、最新のバラを取り入れた「平和のバラ園」。2019年に大規模リニューアルしたバラ園のバラは、年々ボリュームアップしています。約250品種・約2,400株の華やかなバラの姿はもちろん、豊かな香りもぜひお楽しみください。

○ 平和のバラ園 ▼ 無料

花しょうぶ

5月中旬~6月中旬



5月中旬~6月中旬にかけて、花しょうぶが見ごろを迎えます。日本庭園花しょうぶ田では、100品種、約13,000株の花しょうぶが咲き誇ります。優雅な花姿としっとりとした風情をお楽しみください。

○ 日本庭園 花しょうぶ田 ▼ 無料

早朝観蓮会

6/27(金)、28(土)、29(日)、
7/4(金)、5(土)、6(日) 早朝6:30~



早朝から開花が始まり、午後には閉じてしまうことが多い花ハス。少し早起きして、26品種約1,200株の花ハスと、7品種約1,000株のスイレンの、神秘的で優美な姿をぜひご観覧ください。関連イベントにつきましては別途7月号ならびに公園ホームページにてお知らせいたします。

○ 日本庭園 はす池 ▼ 無料

四季を映す小宇宙 — 盆栽展

6/27(金)、28(土)、29(日) 9:30~17:00



日本の伝統美を凝縮した芸術、盆栽。本展では、季節ごとの風情を宿す名品から、現代感覚を取り入れた作品まで、選りすぐりの盆栽を一堂に展示いたします。静謐な空間で、時を重ねて育まれた自然との対話をぜひお楽しみください。

○ 日本庭園 園芸植物展示場
● 日本盆栽協会 吹田支部 ▼ 無料

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

問合せ | 万博記念公園コールセンター ☎ 0120-1970-89 / ☎ 06-6877-7387 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 📧 メール





Pickup Event

※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。

万博お祭り広場 ガレージセール

6/8(日)、15(日)、29(日) 9:30～16:30



万博お祭り広場ガレージセール開催！古着まつり関西最大級のガレージセールです。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 ※少雨決行
- 👥日本ガレージセール協会 📞06-6362-6322

第3回EXPO'70 万博記念公園トライアスロン大会

6/22(日) 9:30～16:30



トライアスロンは身近な場所で健康づくりの延長として誰でも参加できるスポーツです。この大会は、誰でも気軽に参加できます。スポーツトライアスロンの楽しさをぜひご体感ください。※競技参加の申し込みは締め切っています。



- 📍東の広場、大地の池、場周道路 🎫観覧無料 ※園内に一部規制が敷かれます。
- 👥万博トライアスロン実行委員会
- ※詳細は右上のQRコードからホームページをご確認ください。

日本庭園「銘木クロマツ緑摘み」見学会

5/29(木) 11:00～12:00



日本庭園内の銘木「クロマツ」。毎年新芽の伸びるこの時期には樹形を整えるための「緑摘み」という剪定作業を行います。銘松を担当する職人（講師＝阪神造園建設協同組合員）による、季節の作業風景の公開見学会です。

- 📍日本庭園中央休憩所前 ※雨天中止
- 🎫無料 [募集人数]先着25名 ※要予約 下記のメールにご連絡ください。
- 📧阪神造園建設業協同組合万博日本庭園事務所 hanzokyo@hanshin-zoenkumiai.or.jp

EXPO'70パビリオン企画展 プレイバック1970 大阪万博と昭和レトロ

開催中～8/3(日) 10:00～17:00(入館は16:30まで)

※休園日・別イベントの開催などによる休止日がございます。
詳しくは万博記念公園ホームページをご確認ください。



1970年大阪万博のグッズに加え、1970年代のノスタルジーを感じさせる昭和家電・レトログッズが勢ぞろい。太陽の塔の竣工図・デザイン画や日本画家・福王寺法林の『万博夜景』も公開します。さらに、パビリオンホステス（スタッフ）のユニホーム、ユニホームのコンペ出品原画、閉幕後に各国から寄贈された展示物など、大阪万博の盛り上がり伝える貴重品が一堂に会します。

- 📍EXPO'70パビリオン ホワイエ 🎫800円(中学生以下無料) (当企画展のみの観覧料、EXPO'70パビリオン常設展観覧料は別) ※別途入園料が必要

梅の実の販売

5/27(火)、29(木)、31(土)、6/3(火)、5(木)、7(土)
[予約分引換え] 11:00～12:00、[当日分] 12:00～



自然文化園の梅林で採れた梅の実を販売いたします。午前中は予約分の引換え、午後は当日分の販売を行います。毎年始めは収穫量が少なく、後半になるにつれ増えていきます。お急ぎでない方はぜひ後半までご予約・ご来館をご検討ください。

- 📍自然観察学習館 moricara
- 🎫1袋(700g) 500円

※要予約 ※予約等の詳細はQRコードからご確認ください。



万博産で梅しごと 梅シロップづくり

6/21(土)、7/5(土) ①11:00～ ②13:00～



万博記念公園の梅林で採れた梅の実で、お試しサイズの梅シロップを作りませんか。ひと瓶に約200gの梅の実を詰めます。お子様も一緒に楽しめるプログラムです。

- 📍自然観察学習館 moricara
- 🎫小学生以上 1セット1,800円 📞06-6877-6923

※小学生以下の参加は保護者の同伴が必要
※6/1(日) 10:00から自然観察学習館まで電話もしくは来館にて事前受付(定員になり次第終了)

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。≫



2025年大阪・関西万博も開幕、 1970年大阪万博の熱気をビシビシ感じてください！

万博記念公園には1970年大阪万博の熱気、息吹を感じられるレガシーが多数存在しています。EXPO'70パビリオンは、2025年大阪・関西万博開幕後、国内外のお客様の来館が急増中です。ぜひ、新旧大阪万博をご満喫ください。

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 | 〈小中学生〉通常価格 390円
割引価格 **930円** | 割引価格 **380円**

※太陽の塔公式サイトでの事前前売チケットでのセット料金



太陽の塔
公式サイト
(内部観覧予約)



EXPO'70パビリオン 10:00～17:00(入館は16:30まで)

1970年大阪万博開催時に太陽の塔の頂部に設置されていた直径10.6mの初代「黄金の顔」が目の前で見られ、記念撮影もできます。しかも予約不要です。いつでもお越しください！
(Anytime, please come! No reservation is needed!)

〔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。



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



1970年大阪万博開催55周年記念 『万博記念公園へGOGO(55)！』キャンペーン



万博記念公園では「万博記念公園へGOGO!」と題して1970年に開催された日本万国博覧会(大阪万博)の開催から55周年を記念したキャンペーンを展開します。3つの世代をモデルとしたヴィジュアルでポスター等広報物を展開、近隣鉄道駅などでこれらのポスターをぜひ見つけてください！また、自然文化園・日本庭園共通入園券の絵柄にも当ヴィジュアルを使用した入園券を発行します。ぜひ、1970年大阪万博当時の賑わいに想いを馳せながら、万博記念公園の魅力を満喫してください。2025年大阪・関西万博開催で注目を浴びる「万博」。こっちの万博へGO GO(ゴーゴー)！



5/1(木)からポスター同様3種類のデザインの入園券をランダムで発券しています。どのデザインが出るかはお楽しみ！
※自然文化園中央ロケートの券売機のみ。(期間限定。予定枚数を終了次第、通常入園券に戻る予定)

コールセンター電話番号変更のお知らせ(予告)

平素より万博記念公園をご利用いただき誠にありがとうございます。このたび、お客様対応サービスのさらなる向上ならびに業務の効率化を目的として、当公園のコールセンターの電話番号を、本年6月下旬に変更させていただく運びとなりました。新しい電話番号、変更日程等の詳細につきましては、決まり次第、改めてご案内申し上げます。お客様にはご不便をおかけすることのないよう、周知に努めてまいりますので、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

万博記念公園マネジメント・パートナーズ

 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。





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。



没入感のある大迫力の映像体験ができる
イマージブスタジオが誕生！

IMMERSIVE
STUDIO

イマージブ
スタジオA

新エリア
OPEN!

くわしくはここから
Let's go!



※画像はイメージです

雨の日も楽しくなる♪
星座傘をつくろう

6/7土 100組様
小学生以下限定

星座早見盤としても使える“星座傘”☆
世界で1つだけのオリジナル星座傘
をつくってみよう！



KUMON TOYが当たる キッズ抽選会

6/8日 おうちで遊べる「KUMON TOY」のおもちゃが当たる
抽選会を実施します。

100組様 小学生以下限定



A賞 4組様
ロジカルロードメーカー



B賞 4組様
サイコロたしざんかけざんランド

KUMON TOY

C賞 42組様



参加賞 50組様
ミニおもちゃまたは
ミニ文具

※写真はイメージです

スイートボール
プールで宝探し

6/8日

ボールが入った
ふわふわの中で
宝探しをしよう！

当たりの
ボールを見つけた
先着150名様には
ミニおもちゃまたは
ミニお菓子を
プレゼント！



★ 2025

キッズフェスタ

～ウェルビーみのお～

**かえっこ
パズル 無料**

遊ばなくなった
おもちゃや
絵本を持って
きてね！

かえっこオークション

人気のおもちゃをゲットできるかも？

①13:00～ ②15:00～

※カエルポイントが
必要です

親子で学ぶ！はじめての株式投資！ 有料

①11:00～ ②13:30～（各回20名様）

※くわしい内容はHPでご確認ください

※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いただくか、または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）
○メーカーにより定休日異なります。
水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーに直接お尋ねください。

主催：朝日放送グループホールディングス ABC開発 朝日新聞社
https://abc-housing.asahi.co.jp/kinki/wellbe/minoh

【電車・路線バスでのアクセス】

- 北大阪急行「箕面萱野」駅から徒歩8分
- 阪急「箕面」駅から阪急バス「箕面萱野駅」停留所下車
- JRF「茨木」駅・阪急「石橋阪大前」駅から阪急バス「今宮」「西宿」停留所下車

駐車台数には限りがございます。公共の交通機関をご利用の上、ご来場ください。



詳細は
こちら！

アクセス
MAP



※車でのご来場は、こちらを参考にしてください。

ご来場プレゼント

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

6/1日～30月
※水曜日を除く

晴雨兼用
折り畳み傘

遮光率
99.9%以上
UPF 50+



※写真はイメージです ※いずれかひとつ、色は選べません ※賞品は予告なく変更される場合があります ※他の広告の賞品と重複して受け取ることはできません（一部除く）

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



イベント開催 / 11:00～17:00 ※一部イベントを除く

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



6/30月まで
※水曜日を除く

おきたくん
オリジナルサンバイザー
プレゼント！



し、売上の一部はマダ



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：ホームページでご確認下さい
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!

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

生物多様性の宝庫マ
ダガスカルに暮らすワ
オキツネザルをはじめ、雄大な自然や食べ
物を紹介する特別企
画。館内の「マダガスカル
にふれる6つのスポ
ット」をまわって満喫
しよう!ニフレルのカ
フェで販売している、
濃厚で深い味わいの
マダガスカルバナラの
アイスクリーム(税込
580円)は、マダガスカル
の大自然で育った貴
重な「アグロフォレス
トリバナラ」を使用
し、売上の一部はマダ

万博公園で1日お得に遊べる「万博公園エリアパス」\販売中\

ニフレルと観覧車と万博記念公園(自然文化園・日本庭園)の3施設をお得にまわれる1日券を販売中!
EXPOCITYで3,000円以上のお会計時に使える500円分のお買い物券のプレゼントも!さらに、パス券面提
示により万博記念公園内のEXPO'70パビリオンの一般料金500円が、100円引きの400円に。

販売期間 販売中～2026年3月31日(火) 価 格 3,050円(1日券・大人券のみ)

有効期間 2026年4月30日(木)まで ※期間中の1日限り有効

910円もお得!

購入先は
こちら▶



6月のニフレルは
期間限定の展示や
楽しいイベントが開催されます。
催しを通して、いつもと違う角度から生き
ものにふれてみませんか。

今までの
バックナンバーは
CityLife Newsから



6/22(日)FC東京戦でサッカー×音楽のイベント GAMBA SONIC 2025開催!



6/22(日)明治安田J1リーグ第21節FC東京戦ではサッ
カーと音楽をコラボレーションしたイベント「GAMBA
SONIC 2025」を開催。今シーズンの GAMBA SONIC
では国民的人気を誇る HIP HOP アーティスト「KREVA」
の LIVE パフォーマンスが決定!また、チケットは SONIC
シャツ付きチケットとして販売!

SONIC シャツを着て、サッカーと音楽の
コラボレーションを楽しみましょう!

チケット購入はこちら▶



City Life読者限定

抽選で5組10名をGAMBA SONIC 2025にご招待!

【対象試合】明治安田J1リーグ第21節ガンバ大阪vsFC東京
【日程】6/22(日)18:30キックオフ
【場所】パナソニックスタジアム吹田(大阪府吹田市千里万博公園3-3)
【応募締切日時】6/10(火)23:59まで
【当選メール送付】6/13(金)
【席種】当選メールにて当選者のみにご連絡
◆ご注意◆
※お申込みにはJリーグIDの登録が必要となります。
※当選メールは【auto-mail@sp.gamba-osaka.net】より
お送りします。受信設定をされている方は
【auto-mail@sp.gamba-osaka.net】からの受信可設定を
お願いいたします。



6月のホームゲーム日程 (at) パナソニックスタジアム吹田

天皇杯 2回戦 6/18(水)19:00 vs (三重県代表vs山梨県代表の勝者)

J1リーグ 第21節 6/22(日) 18:30 vs FC東京

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/



2012年から2016年
までガンバ大阪に所属
し、3冠達成にも貢献
した阿部浩之氏(写真
左)。2024シーズンを
もって現役を引退。今
年5/1、ガンバ大阪の
クラブ・リレーション
ズ・オフィサー(CRO)
に就任。

2012年から2016年
までガンバ大阪に所属
し、3冠達成にも貢献
した阿部浩之氏(写真
左)。2024シーズンを
もって現役を引退。今
年5/1、ガンバ大阪の
クラブ・リレーション
ズ・オフィサー(CRO)
に就任。

顔を
見せた。

本号をもちまして「ガンバ通信」の連載
を終了いたします。2003年に連載を開始
してから22年になります。長い間、ご
愛読いただき、誠にありがとうございました。
また、取材にご協力いただきましたガン
バ大阪の皆さまにも厚く御礼申し上げます。
地元メディアとしてシティライフは引き
続き、ガンバ大阪を応援してまいります。

5/16、オフィシャルパ
ートナーである大阪モノ
レール株式会社の協力のもと、
大阪モノレール千里中央駅
でチラシ配布を実施。大阪
モノレールキャラクターの
「モノゾウ」も参加し、記
念撮影などにも応じた。



取材協力ノガンバ大阪

「モフレムデー」来場3万人を目指してPR活動

「モフレムデー」来場3万人を目指してPR活動

「モフレムデー」来場3万人を目指してPR活動

「モフレムデー」来場3万人を目指してPR活動

チケット情報は
こちら



EXPOCITY press |

東京渋谷で行列のできるフレンチトースト専門店
「Ivorish」のギフトスイーツ販売が
期間限定出店!

夏季限定販売の新商品「フレンチトース
トフィナンシェソルト&レモン」や
POPUP限定商品「メープル&バターシ
ョコラサンドクッキー」がらばーと
EXPOCITY初登場!

期間 6/10(火)～6/20(金)

場所 ららばーとEXPOCITY 1F 光の広場



EXPOCITY 吹田市千里万博公園2-1

営業時間 ららばーとEXPOCITY 10:00～20:00 (EXPO KITCHENは11:00～21:00、Egg's'nThings、マクドナルドは10:00～)

※土日祝・特定日は営業時間が異なります。※一部営業時間が異なる店舗がございます。

※エンターテインメント施設については各施設ホームページをご確認ください。

問合せ先 06-6170-5590 (代表/10:00～18:00)

「忙しい毎日に!まるごと お助けレシピ」公開中



旬な食材を使ったレシピや簡単レ
シピなど、5日分を想定したレシピ
を館内ポスターにて公開中です!

場所

ららばーとEXPOCITY 1F
デイリーカーナートイズミヤ前通路

お得なチケットの購入方法が変わりました! 大阪モノレール



青色の改札機よりご利用ください。

【設置場所及び台数】

大阪モノレール全18駅
各改札口に専用リーダーを1台設置
(大日駅2階改札口を含む)

詳しくは
こちら▶



発売中の
お得なチケットは
こちら▶



自分と家族のために考える

相続カフェ

シティライフ
読者限定
参加費無料
(通常2,000円)

こんな方にオススメ

☑ 認知症や介護のサポートが心配だ

☑ 一人暮らしの将来が不安だ

☑ 実家の相続をどうしたら良いか分からない

☑ 子どもに迷惑をかけたくない

参加者の声

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

2025

第55回

6/11水・15日

①13:00～13:55 ②14:00～14:55

第56回

7/9水・13日

①13:00～13:55 ②14:00～14:55

※毎月、第2水曜・日曜に開催中(他の日程で開催する場合もあります)

【会場】 ぶくおか洋一法律事務所

茨木市永代町5
阪急駅前茨木ビル
(ソシオ1)3階311

市営駐車場
市民会館
市役所

市営駐車場
阪急本通商店街
市営駐車場
茨木別院
茨木駅前

丁寧に対応したいので各回1組限定

【申込み・問合せ】

TEL.072-634-3331

日程が合わない場合は個別に調整できます。
ご相談お待ちしております。

詳細はこちらから

相続相談の専門家
ぶく相続サロン
TSUNABU SOUZOKU SALON

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

アイポス

で検索

第6回

ロハスフェスタ

LOHAS PICNIC

「ピクニック気分で楽しむ
小さなロハスフェスタ」

マイバックと
食器を持って
きてください

キッチンカー
フェスティバルもあるよ

ペット同伴
※リードでつないでね
OK!

入場
無料

ハンドメイド雑貨や
体に優しいグルメが大集合!!

2025 6/21 sat.-6/22 sun
10時～16時
小雨決行・
雨天中止

@ 尼崎の森中央緑地 大芝生広場

主催

ロハスフェスタ実行委員会

共催

尼崎の森中央緑地パークセンター

後援

環境省・兵庫県・尼崎市・尼崎市教育委員会・阪神南県民センター・
芦屋市・芦屋市教育委員会・公益社団法人国土緑化推進機構・
公益社団法人ゴルフ緑化促進会・一般社団法人日本ホビー協会

協力

熊本県・サラヤ・シティライフNEW 企画・運営 エムズプランニングオフィス

問合せ

0797-21-0868(森永) ※予告なくイベント内容を変更する場合がございます。

兵庫県立尼崎の森中央緑地

尼崎市扇町33-4 06-6412-1900

(尼崎の森中央緑地パークセンター)

【収容台数】1000台程度

【利用料金】無料 ※湾岸線高架下駐車場

【利用時間】9時～17時

無料シャトルバスあり

運行時刻表は後日ホームページで公開します。

ブランド品・貴金属・宝石・時計の専門店

高価買取実施中!

ただいま
相場高騰中

時計

ブランド品

宝石

貴金属

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、第2・4水曜

06-6330-5011

ボスフル

検索

ココ

山田第二小

スーパー
マルヤス

千里丘

開発エリア

産業道路

JR千里丘駅

エアバックバッグ
(Sサイズ・Lサイズ)
各1名

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。

8x4MENミドル
3点詰め合わせ
(凹凸シート・
ボディウォッシュ【医薬部外品】・
リキッド【医薬部外品】)
5名

109シネマズ
招待券
(一部店舗を除く)
5名

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:6/17(火)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

【提供:フットマーク株式会社】

【提供:ニベア花王株式会社】

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP

国宝
6月6日(金)公開
©吉田修一/朝日新聞出版
©2025映画「国宝」製作委員会

F1/エフワン
6月27日(金)公開
©2025 Warner Bros. Ent.
All Rights Reserved.

摂津市商工会

物価高騰・人手不足に立ち向かう
IT・DX推進セミナー

～経営を前向きに変える3ステップ～
業務改善・人手不足対策・売り上げ拡大を目指したい初心者向けDXセミナーです。
※1回から参加可
第1回 6月24日(火) 14:00～15:00
「もう待たない!小さな経営のためのIT・DX超入門」 中小企業が取り組むべきポイントと事例、制度活用のヒントを分かりやすく解説。
第2回 7月8日(火) 14:00～15:00
「人材を内製化する「生成AI」体感セミナー」
生成AIを活用して売上30%UPを目指す、AI活用人材の内製化に向けた体感型セミナー。
第3回 7月22日(火) 14:00～15:00
中小企業のための売上拡大実践セミナー
今ある人材とツールで売上UPを実現する、即実践型の営業改革セミナー。
場所:摂津市商工会 摂津市南千里丘4-35-3F
(有料P有) WEB配信・録画配信あり

茨木商工会議所

マッチング交流会 参加者募集

6月27日(金) 14時00分～17時00分第5回
マッチング交流会参加者募集中!
【クリエイター×事業所】・【クリエイター×クリエイター】・【事業所×事業所】
三者三様・持続可能な連携を目指す交流会です。「ランチを一緒に食べようの会」・「グループディスカッション」・「事例紹介」・「フリー交流」など充実した企画内容を大好評です。
【開催場所】茨木商工会議所 会議室
【対象】:企業・お店・個人事業主・従業員など経済活動に携わっている方
【参加費】無料
【申込み】右のQRコードまたは、茨木商工会議所HP イベント情報から申込み
【主催】茨木商工会議所
茨木市岩倉町2-150 立命館
いばらきフューチャープラザ
TEL 072-622-6631

高槻商工会議所

創業スタートアップセミナー
受講生募集

主婦、学生、会社員など創業に関心のある方なら、どなたでも参加可能です。
【日時】6月29日(日) 14:00～16:00
【会場】高槻商工会議所 4階大ホール
【カリキュラム】
■講義(14:00～15:40)
・創業することとは 創業に向けての心構え
・自己の棚卸し・創業者の適性診断
・創業に成功する人、失敗する人・創業までのスケジュール・ビジネスチャンスの発掘
■支援施策の紹介(15:40～16:00)
【定員】40名(申込み順)
【受講料】無料
【問合せ・申込み】
高槻商工会議所中小企業相談所
TEL 072-675-0484
http://www.takatsukicci.or.jp

商工会
商工会議所
通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO
TSUSHIN

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

在宅介護サービスの種類

自宅

- ・訪問介護
- ・訪問看護
- ・訪問リハビリ
- ・訪問入浴
- ・居宅療養管理指導



自宅と施設

- ・小規模多機能型居宅介護
- ・デイサービス
- ・デイケア
- ・認知症対応型
デイサービス



自宅と短期宿泊

- ・ショートステイ
- ・療養ショートステイ

高齢者向け施設（施設介護）の種類

高齢者向け施設の種類（通称）		運営
特別養護老人ホーム（特養）		地方公共団体、 社会福祉法人
介護老人保険施設（老健）		地方公共団体、 医療法人、 社会福祉法人
介護医療院		地方公共団体、 医療法人、 社会福祉法人
軽費老人ホーム （ケアハウス）	一般型	主に 社会福祉法人
	介護型	
グループホーム （認知症対応型共同生活介護）		社会福祉法人、 民間企業
有料老人ホーム	介護付	主に民間企業
	住宅型	
サービス付き高齢者向け住宅		主に民間企業

一親の介護にはいろいろな選択肢がある それぞれに合ったサービスを利用しよう

親や家族が日常生活を送るのが難しくなったときに頼る介護保険制度ですが、介護保険制度を利用するためには要介護認定を受ける必要があります。認定を受けるためには、まず最寄りの役所や地域包括支援センターで申請を行います。その後、訪問調査↓主治医の意見書（提出）↓コンピュータ判定↓介護認定審査会の順に審査が行われ、約1ヵ月ほどで結果の通知が来ます。

介護認定は大きく分けて要支援、要介護、非該当の3種類、合計8段階に分かれています。要支援が1〜2、要介護が1〜5というレベルに分けられます。その後はケアマネジャーを決めて、段階に応じた利用限度額内で作成されたケアプランをベースに、公的介護保険を利用します。

重度認知症や要介護4・5になると、特養や老健、有料老人ホームなどの施設介護を利用する人が多くなりますが、要介護1〜3ならば、住み慣れた自宅で、在宅介護サービスを利用しながら過ごす人もいます（要

親の老後を考える

新たなライフステージに備えて

さらなる高齢社会が進むなか、親の介護は避けて通れない状況になっています。介護には、在宅介護と施設介護があり、家庭の事情や本人の希望、要介護のレベル、認知症等の疾病の有無でいろいろな選択肢があります。



介護4・5でも在宅介護を利用されている方もいます。

北摂エリアを中心に保険外看護サービスを行う「うたたねの松の木」。自宅で看護を受けたい方や家族だけの医療行為に不安を抱えている方に向け、自宅や外出先に看護師が訪問。病

うたたねでできる安心感をお届け
24時間・365日対応の訪問看護

Menu
●基本料金…1時間 5,000円～
※1時間から利用可能。
※1時間経過後は15分ごとに1,250円加算。
※その他、オプションあり。詳しくはQRから。
特典
「シティライフを見た」で2時間以上のご利用で**1時間分無料!**
(6月末まで・新規の方・2時間以上ご利用の方のみ)



代表の松澤圭介さんは緩和ケア病棟などで15年の経験を持つ看護師。「私たちを活用いただけることで、ご家族の負担も軽減したい」と話す。

主なサポート内容
・病院同行
・外出&旅行の同行
※24時間の付き添いも可能。
※時間により要増員。
・自宅訪問
・入浴介助

保険外看護サービス
うたたねの松の木
(うたたねのまつのき)

箕面市半町3-14-16
受／9時～18時 無休
☎080-7137-0053



「個人の成長が人を幸せにする」という信念のもと、スタッフそれぞれが人間力を磨くことも大切にしている。

介護が必要な方や病後などで療養している方の自宅へ、看護師やリハビリ専門職のスタッフが訪問し療養介護のサポートを行うリガレッセ。暮らしの相談まで持ちかけてもらえる信頼関係の構築を心がけている。

利用者が家族が「家でいい時間が過ごせた」と感じてもらうために、一人ひとりの尊厳を大切しながら看護ケアを行うことが重要だと説き、「自宅で療養生活を送りたい人にとっての、地域の受け皿になりたい」と日々邁進している。

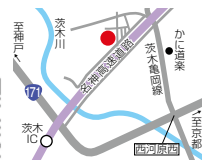
リガレッセの看護

一人ひとりの人生を、大切な物語として考えるケアをお届けしています

リガレッセ
訪問看護ステーション茨木

茨木市耳原1-6-29
エトワール202
☎072-657-9513
https://rigaresse.or.jp

詳しい
取材内容
はこちら



自宅の療養生活をより豊かな時間に 寄り添う姿勢で家族を支援

COOP コープこうべだより

「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。

コープ茨木白川

茨木市白川2-2-10
072-630-0110
営業/9時～20時50分
店休日なし(1/1～3を除く)

奥井 孝志さん
(店長)



4月から「くつろぎ広場」を開放!
にぎわいのある店舗に

2025年に「営業終了候補店」となったため、できる限り多くの方にご来店いただけるよう取り組んでいます。まず店舗の一角を、電子レンジや血圧計を備えたイートインスペース「くつろぎ広場」に変更しました。またコープこうべアプリ内の「ルーム」にて、楽しい話題やお得な情報を発信中!是非チェックしてみてください。ご来店の際は「お知らせハガキ」をお忘れなく。500円以上のご利用で、コピーポイントを進呈中です!

冷製スープとしても
楽しめるって
知ってますか?



co-op
沖縄県産もずくスープ
(5食入/429円)

沖縄県産もずくの食感が魅力のスープ。実は冷水でも戻せるので、防災食としても。暑くなるこれからの季節にピッタリ!

おすすめアイテム



co-op
たこ焼き(40個入・800g/645円)
わかめスープ(10食入/246円)
たっぷり40個入のお得な冷凍たこ焼き。レンチンして、わかめスープに付けて食べれば明石焼きのように楽しめます!



※「営業終了候補店」について、詳しくはこちらをご覧ください。

6月のツキ推し!
6/6(金)からスタート

鹿児島黒酢入り
たまねぎドレッシング
190ml



国産たまねぎを使用したドレッシングです。たまねぎのざく切りたっぷり、旨味と甘味と食感が楽しめます。鹿児島黒酢でほどよい酸味と深いコクを味わえます。お肉やお魚等、様々な食材にも良く合います。

コープこうべアプリで
情報発信中!



アプリ内の「コープ茨木白川 地域をつなGO!」ルームをタップ



✧ 編集部がエスコート ✧



もりお
万博ならではの
グルメをとにかく
食べたい!

まえで
世界の文化に
興味津々!



大阪・関西万博ってこんなところ! Vol.2

パビリオン予約せずに行ってみました

開幕から1ヶ月以上が経ち、盛り上がりを見せる大阪・関西万博。パビリオンの予約は競争率が高く取れないという噂を聞いたので、今回は編集部が予約をせずに突撃レポートしてきました。これから万博に行く際の参考にしてみてください。

持ち物

- チケット
- 帽子や日焼け止め
- ウェットティッシュ
- マイボトル
- モバイルバッテリー

エコバッグ

● 地図
一般の参加者が作った
非公式MAPがSNSで話題。
こちらはパビリオンの入場方法が一目でわかる
「つじさんの非公式MAP」。インターネットで検索してみよう。
参考：X(旧Twitter)@t_tsuji 5/15時点



海外パビリオン

予約なしで周れたのは3つのパビリオンと複数の国や地域が共同出展するコモンズ館。7カ国をめぐることができました。

フランス



ファッション文化を楽しむ 非日常空間

館内にはルイ・ヴィトンやクリスチャンディオールなど、フランスを代表するハイブランドの歴史や文化を楽しめる展示がズラリ。1階ではクロワッサンをはじめとした焼きたてパンの販売もあるので、食べ歩きも楽しもう。

ヴィトンの象徴・
トラंकを
積み上げた展示



ディオールの真髓・
モトーンを表現

インド



「ナマステ」 から始まる インドを巡る旅



現地スタッフと陽気な挨拶を交わしたあとは、2023年に月面着陸に成功した「チャンドラヤーン3号」のレプリカやインドの最新技術を活かして発掘された鉱物資源の展示などを拝見。明るく陽気な雰囲気のパビリオンを楽しもう。

アラブ首長国連邦



高さ約16mの柱が 迫力満点の空間

パビリオン内はナツメヤシの柱が90本並ぶ壮観な景色が広がる。外観はガラス張りになっており、太陽が降りそそぐ空間はまるでオアシスのよう。暖かい色味が特徴の雑貨販売もあり、お土産にもぴったり。

日本語がペラペラの
現地スタッフさん。
幼い頃から
日本のアニメや歌が好きで、
自然と話せるようになったそう。
ちなみに好きなアニメは銀魂、
好きな歌手は優里さん。



コモンズ館



世界をめぐるプチ海外ツアー

様々な国と地域が共同出展しているコモンズ館。館内ではジュエリーや楽器など様々な雑貨の販売や文化を発信する展示が並ぶ。現地スタッフさんも多いので、異文化交流を楽しむ場として訪れてみよう。

スーダン (北アフリカ)



多様な民族が共存するスーダン。ブースでは変わった音色を奏でる打楽器や革製品を販売。

ジャマイカ (カリブ海)



陽気な音楽が鳴るブースでは様々なカルチャーについての展示や、著名人の等身大レプリカが並ぶフォトスポットも。

アンティグア・バーブーダ (カリブ海)



面積は種子島とほぼ同じ大きさの島国。独特なお面の展示やカーニバルで使う衣装を使った記念撮影ができる。

移動中に発見

ポップアップステージ



ポップアップステージでは気軽に参加できるイベントを開催。この日はインドスタッフによる瞑想体験。

各国のパフォーマンス



「ナショナルデー」と題して、各国が日替わりでパフォーマンスを披露。この日はチリの楽団とダンサーが大屋根リングの下をパレード。

海外グルメ

多くのパビリオンがレストランやキッチンカーを併設。食材や味付けなど個性あふれる世界の味を楽しもう。

◀ マルタ伝統のタコシチューの スパゲッティ……2,500円 (マルタ館)

地中海の島国・マルタのレストランではパスタやスイーツを提供。タコやオリーブなどが入るトマトパスタ(写真)のほかに、郷土料理として親しまれているウサギ肉のパスタがラインナップ。



鴨のローストを詰めたクネドリーキ ……2,200円(チェコ館)

チェコ館はレストランとテイクアウト窓口の2カ所を併設。クネドリーキとはチェコで伝統的な茹でパン。生地の中にホロホロの鴨のローストが詰まっている。



▲ シナモンロール ……960円(北欧館)

バターとシナモンの香り豊かなシナモンロールは食後にぜひ♪



▲ カイザーシュマーレン……1,600円 (オーストリア館)

オーストリアの皇帝が愛したと言われる、甘くてモチモチ食感のパンケーキ



55年ぶりに大阪で開かれる万博の地で、ロハスフェスタを開催！

ロハスフェスタ[®] EXPO 2025開催
日時2025.6.2_{mon.}・3_{tue.}・4_{wed.} 11:00-18:00開催
場所大阪・関西万博会場内
EXPOアリーナ「Matsuri」

入場無料

※別途、大阪・関西万博
入場チケット要雨天実施
荒天中止みんなの
小さなエコを
大きなエコに

「EXPO'70 大阪万博」の跡地、万博記念公園で2006年にはじまり、20年目を迎えるロハスフェスタ。
55年ぶりに大阪で開かれる万国博覧会「大阪・関西万博」にて、6月2日（月）・3日（火）・4日（水）に開催いたします！
想いとアイデアから作られたハンドメイドやクラフト作品、価値の高いフェアトレード商品、
持続可能なモノづくりを体験できるコーナーなど、人と地球にやさしいモノとコトを体験できる3日間です。
世界と未来に開かれた大阪・関西万博会場で、LOHASな時と空間をお楽しみください。

総出展者数

150
店舗

サステナブルなハンドメイド・クラフト作品が大集合！



engrace



parabum



hachiko



nuts



REGENEST.lab



soramomo



wa~ka



yucanna*



ハーブとガレット



ユニークマーケット



ベジブルキッチン



KITCHEN TRAILERcoloré



植猫



森の薬草店イロカ



日々 dtd.cafe



絹糸工房ゆきうさぎ

こだわりのLOHASなグルメも楽しめる！



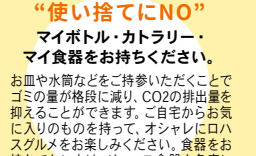
ベジブルキッチン



KITCHEN TRAILERcoloré



マルトマル



“使い捨てにNO”
マイボトル・カトラリー・
マイ食器をお持ちください。

お皿や水筒などをご持参いただくことで
ゴミの量が格段に減り、CO2の排出量を
抑えることができます。ご自宅からお気
に入りのものを持って、オシャレにロハ
スグルメをお楽しみください。食器をお
持ちでない方は、リユース食器を各店に
てお買い求めいただく必要があります。

ステージでは、ジャズ演奏やフラダンスも。

LOHAS STAGE

Pick up!

6/2 mon.

11:30 - 12:10 Patrick's
12:45 - 13:25 Zα SAVAGE×Ruchika
14:00 - 14:40 THE HOWL
15:15 - 15:55 Patrick's
16:30 - 17:10 Zα SAVAGE×Ruchika



Clap Stomp Swingin'



かとうかなこトリオ

6/3 tue.

11:30 - 12:10 Clap Stomp Swingin'
12:45 - 13:25 かとうかなこトリオ
14:00 - 14:40 Clap Stomp Swingin'
15:15 - 15:55 かとうかなこトリオ
16:30 - 17:10 Ribet Towns



Ribet Towns

同志社大学
メアフラ ノヘアラニ

6/4 wed.

11:30 - 12:10 川上桜 and Bluegrass Phenomena
12:30 - 13:10 LOHAS Festa Award 授賞式
14:00 - 15:40 関西学生フラサークル連盟
(同志社大学・関西学院大学)
16:30 - 17:10 川上桜 and Bluegrass Phenomena

サステナブルな受賞作品決定！
LOHAS Festa Awardの授賞式も
お見逃しなく！

グランプリ作品：nuts/ノアの方舟

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALSGOOD
DESIGN11th
GOOD
LIFE AWARDソトコト
Well-being
Award
2023ロハスフェスタは
左記のアワードを
受賞しました。

- グッドデザイン賞
- 環境省 第11回 グッドライフアワード・実行委員会特別賞 EXPO2025 いのち動的平衡賞
- ソトコト・ウェルビーイングアワード2023

開催日時：2025年6月2日（月）・3日（火）・4日（水）
11時～18時場 所：大阪・関西万博会場内
EXPOアリーナ「Matsuri」

入 場 料：無料 ※別途、大阪・関西万博の入場料要

主 催：ロハスフェスタ実行委員会

問合せ先：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

【公式WEB】



出展者情報・企画などは
公式WEB・Instagram
にてご確認ください。

【Instagram】

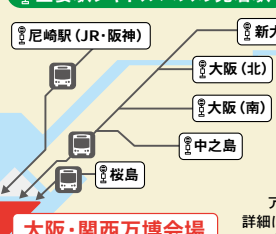


f LOHASFESTA i LOHAS_FESTA

※イベントの内容は予告なく変更になる場合がございます。 ※その他、イベントの詳細や注意点はホームページにてご確認ください。

会場となる『Matsuri』は西ゲートが近くなって
おります。西ゲートへのアクセスはシャトルバス
が便利です。

主要駅シャトルバスの発着駅



大阪・関西万博会場

アクセス全般的
詳細は上記QRから
ご確認ください。

シティライフが主催している「北摂文化大学/堺文化大学」では、政治・経済・社会・医療など各界を代表する著名人を招いた講演会を行っています。今号から、講師の方々の特別インタビューが始まります。

堺/北摂文化大学 INTERVIEW

病苦を越え、建築を通じ 社会とつながり続ける

この十数年の間に、がんの大手術を2回受け、すい臓など5つの臓器がない状態だという。周りからも引退を勧められた安藤さんだったが、「私にとっては、仕事をするところこそが生きること」と譲らなかった。「建築を通じて社会とつながる、その緊張感が人生の醍醐味です。病気くらいで、生きることをあきらめたくはない」。



2020年に建てられた「こども本の森 中之島」

近年は、次の社会に何を残すべきか考え、「こども本の森」のような建築を通じた社会貢献型プロジェクトにも取り組む。「建築が社会問題を解決できるわけでもないし、人の魂を救えるわけでもない。年を重ねるごとに、無力さを痛感しています」と語る安藤さん。それでも、「文化をよりどころにして、子どもたちが『夢を見つけるきっかけ』くらいはつくれる」と信じ、活動を続けている。

大阪を皮切りに、遠野、神戸、熊本と広がり、今後は松山、北海道、さらにはバングラデシュや韓国、台湾にも展開予定だという。「設計も建設費用もすべて自分持ち。正直、事務所としては負担でしかありません（笑）。でも、子どものためだと思えば、やっぱりやりがいがある」と笑顔を見せる。

「何よりおもしろいのは、このプロジェクトが思いもよらず広がっていくこと。今では、『こども本の森』が、私自身の活力にもなっている」。そう語る安藤さんの言葉には、80代を過ぎた今なお「青春」時代の中で挑戦し続けるエネルギーが宿っていた。

安藤忠雄氏の展覧会



安藤忠雄展「青春」

場 所: VS.(グラングリーン大阪内)
開催期間: ~7月21日(月祝) 10時~18時
(金土祝前日は20時まで)
休 館 日: 毎週月曜(月祝の場合は営業)
入 場 料: 一般 1,800円、大学生 1,500円
高校生 1,000円など

建築家 安藤忠雄氏



独学で建築を学び、1969年安藤忠雄建築研究所設立。イエール、コロンビア、ハーバード大学の客員教授歴任。1997年から東京大学教授、現在、名誉教授。1979年「住吉の長屋」で日本建築学会賞、1995年プリツカー賞、2005年国際建築家連合ゴールドメダル、2010年文化勲章、2021年フランスレジオン・ドヌール勲章コマンドゥールなど受賞多数。

80代の今も「青春」を生きる 建築家・安藤忠雄が伝える、 夢や目標が生み出す推進力

自分を受け入れてくれた 大阪に元気を

元プロボクサーで、建築は独学で身につけたという異色の経歴で知られる安藤さん。「私のような規格外の人間が建築家として立つことができたのは、大阪のまちと人が持つ度量の深さのおかげ」と故郷への感謝を口にする。しかしその大阪も、東京一極集中の流れの中で、33年前に初めて個展を開いた頃よりも元気がないと感じているという。

「今回の展覧会は、大阪を少しでも盛り上げ、元気づける機会」と捉えつつ、同時に、会場であるグラングリーン大阪をもっとアピールしたいとも語る。「次代の大阪のコミュニティの核になれる公園ですから。たくさんの人に来てもらって、大阪・関西万博の呼び水にもなれば」。

挑戦の積み重ねで 築き上げた今の自分

展覧会のテーマ「青春」にちなみ、建築家として歩み始めた頃を振り返る安藤さん。学校にも通わず数年間旅をし続けた後、20代のおわりに建築設計の仕事始めたという。「社会のルールを外れた所から、いきなり飛びこんだのですから、仕事などあるわけがない。あっても小規模で予算も少なく厳しい条件ばかり。苦労の連続でした」。

頼まれてもいないのに自ら考えたプロジェクトを提案して、「余計なことを」と迷惑がられることも。それでも安藤さんはあきらめなかった。「挑戦心を燃やし続け、積み重ねてきたことが後の仕事につながった。言い古された話ですが、若い時の苦労、悪いことばかりじゃありません」と笑う。

2009年と14年、5つの臓器を摘出する大手術を受けながらも、今なお現役として活躍し続ける建築家の安藤忠雄さん。周囲から引退を勧められても「仕事こそが生きること」と語る。夢を持ち続け、挑戦しつづける大切さと、故郷・大阪への深い思いを聞いた。

いつまでも青いまま 挑戦心に満ちていたい

現在、梅田のグラングリーン大阪で、「安藤忠雄展「青春」」が開催されている。この展覧会では、80歳を超えた今なお第一線で活躍し続ける安藤さんの過去から現在までの軌跡、そして未来へのビジョンを一望することができる。「変化の激しい時代にあって、社会全体が先の見えない閉塞感に包まれている気がします。そんな状況を打破できるのは、失敗を恐れず、前進をあきらめない『青春』のスピリット」だという安藤さん。『『青春』とは心のありよう。夢や目標がある限り、80代でも『青春』の時を過ごせる。それを証明するような展覧会を目標としています」。場外の芝生広場に設置した、直径2.5mの青りんごのオブジェが、この展覧会のアイコン。「人間も建築もいつまでも未熟で挑戦心に満ちて、青いままがいい——」そんなメッセージが青春の青りんごに込められている。



青りんごのオブジェ

建築家の展覧会には、本来の作品である建物は展示されない。代わりにあるのは、建物が生まれる過程を記録したスケッチやドローイング、模型などだ。もちろんそれらにも価値はあるものの、建築に馴染みのない人には難しく思えるかもしれない。そこで、北海道に建てた「水の教会」の空間を会場内に原寸大で再現した。「やるからには、可能な限り現実に近い近づけたかった」。会場内に張った水の中に十字架を浮かべ、背景には映像を使って北の大地の季節の変化を感じられるようにしている。



原寸大で再現された「水の教会」

北摂文化大学／堺文化大学とは



政治、経済、社会、医療など様々なテーマを扱った講演会。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ます。2023年からはじまり、2025年度は高槻市・豊中市・堺市の3会場で開催中。

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



次号は
脳科学者 中野信子氏
インタビューです



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



シェフのおすすめ豪華セットを堪能
非日常空間でランチやカフェが愉しめると人気の同店。「シェフのおすすめランチ」は前菜3種、サラダ、スープ、メイン(陶板焼)、リゾット、ミニデザート、コーヒーor紅茶の豪華7点のランチセットとなっている。子連れママ会から団体予約まで可能。



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
- シェフのおすすめランチ……………2,600円

特典

「シティライフを見た」でランチ利用の方
●お誕生月の方**デザートサービス** ※要事前連絡 (6月末まで)



※写真はイメージ

ミートモリタ屋
※各店舗の情報はホームページへ
<http://www.moritaya.com/>



**大塚店で「50周年イベント」、
全店で「鳥取県フェア」を開催**

6月10日から24日までミートモリタ屋大塚店では50周年を記念し「ふるまいうどん」「本マグロの解体」「ステーキカットライブ販売」など、さまざまなイベントを予定している。協賛セールも合わせて開催!また、ミートモリタ屋全店で6月23日から27日まで「鳥取県フェア」を開催!鳥取産スイカの試食販売やワイン試飲販売、プレゼント企画などを予定。どちらのイベントも詳細は店頭告知にて確認を。

親子で楽しめるハンバーガーイベント

**高槻ファミリー
バーガーランド
2025**

6.28土.29日

安河渡運動公園

入場料 無料

全国から集結した7店舗のハンバーガーの食べ比べを楽しむのはもちろん、今回は親子で楽しめる企画が盛りだくさん!栄養を楽しく学べる食育ワークショップ「バガ育」や、ハンバーガー&スーパーボールすくい、ハンバーガーめりえなどの「ハンバーガー遊び」がいっぱい!ぜひお越しください。

**7店舗の
極上ハンバーガーが
高槻に大集結!**

大人だけでも大歓迎です。

各日、各店先着100名様に投票用シールを配布。お客様の投票でNo.1ハンバーガー店が決定します!投票してくれた方には、くじ引きで“最大500円分”の会場内限定金券が当たるチャンスも♪お腹をすかせて、家族みんなで遊びに来てね。

主催／一般社団法人 西日本ハンバーガー協会、シティライフ

コロッケ・トンカツ
洋食のいろは
新鮮野菜
木屋青果店
塩干・乾物
八百伊食品
くだもの
ひらい果実店

榎本鮮魚店
肉づみ屋
お茶の園
北岡園

たこ焼き・回転寿司・お好み焼き
おたふく
宝ジュエリーアンリ
新・鮮野菜
新・鮮野菜
鍛冶青果店

安心・新鮮・便利 センター街中央
☎072-685-1755
営/あさ10時～よる7時まで 毎水曜は定休

タカヅキ ICHIBA
高槻市高槻町18-1

Food Net Mart
毎日 フードネットマート 安い!

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

編集後記

先日、Googleの元CEO、エリック・シュミット氏がTEDで「AI革命は過小評価されている」と講演。人間以外の知能の到来は非常に大きな出来事とし、AIが「計画、戦略、実行」を自律的にこなし、そしてAIがもたらす可能性、深刻な課題などに取り組むべきということでした。編集の仕事もAIに取られるのでしょうか。(怖いです。コサオ)

3年ぶりのスーパーマーケット特集。北摂初出店のスーパーが相次ぎ、勢力圏も大きく変わろうとしています。そこで、新進気鋭のスーパーから、地元根付く人気店まで、スーパーの専門家の視点を交えてお得に解説!時短商品や健康を意識した食品なども盛りだくさん。毎日の暮らしの参考にしてみてください。(まえて)

6月のビューティー特集で、女性誌でも活躍中の美容家・岡本静香さんにスキンケアの方法を教えてくださいました。面倒くさがりゆえに、かなり大切なことを省き過ぎていた自分を反省。基本に忠実に、1日に10分くらいはゆったりとケアする時間を作ろうと思います。(まっつー)

今食べたい

北摂グルメGuide

ママ友や親子で楽しめるランチ店をご紹介。
お得な特典も利用して楽しいひとときを過ごしませんか。



(上)パイナップルをまるごと使った「はじめパイナップルかき氷」。暑くなってきた今の時期にピッタリ!
(左)カフェでは軽食も用意。もっちり食感がたまらない「ピザトースト」(770円)。

- Menu**

 - はじめパイナップルかき氷…1,980円
 - はじめメロンかき氷……………2,420円
 - ピザトースト……………770円
 - ハニートースト……………770円
 - 猫柄扇子……………1,980円
 - 花柄日傘……………5,500円
- 特典**

「シティライフを見た」で注文で
お好きなドリンクを1杯サービス!
※一部対象外

 - 雑貨商品全品(クッキー除く)
 - 20%OFF (6月末まで)

**おしゃれなアンティークが楽しめるカフェ
夏限定の果物まるごと使ったかき氷**

オーナーが集めたオリジナル雑貨が目を引くアンティークショップ。カフェメニューで注目は、夏限定メニュー「かき氷」。フルーツを使った「かき氷」は、フルーツをまるごと使った贅沢な仕上がりになっている。雑貨購入または喫茶利用で夏物雑貨を1グループ1つプレゼントするイベントも予定!



夏物雑貨・小物をはじめ、個性的なインテリアや家具などラインナップ!20%オフの読者特典を利用してお気に入りを手に入れよう。

雑貨&カフェ はじめあゆむ

ホームページ インスタグラム

☎072-667-9739

茨木市上郡2-13-14
ゴウダC&Eビル 1階
営/10時～19時 (LO18時半)
土曜不定期21時 (LO20時半)
日・第2月定休
P有り 禁煙

夏物雑貨・小物をはじめ、個性的なインテリアや家具などラインナップ!20%オフの読者特典を利用してお気に入りを手に入れよう。



ふぐ義オリジナルの「冷やしひれ酒」。芳醇な香りが口いっぱいに広がる。

**高槻活ふぐ料理専門店
二代目 ふく義**
高槻市高槻町11-21
営/昼12時～14時(前日迄に要予約)
夜17時～23時(入店21時まで)
月曜定休 禁煙
☎072-681-9515



**父の日や食事は旬の天然釣り鰻を
全7品の豪華鰻なベコースを堪能**

6月から始まる「鰻なベコース」は、徳島県産の天然釣り鰻を使用。丁寧に骨切りされた鰻を秘伝のダシで味わう鰻鍋や、鰻の唐揚げ、鰻おとしなど、余すところなく味わえる豪華なコースとなっている。事前予約で贅沢ランチ会にも最適!また、厳選した日本酒にふぐのひれを漬け込んだ「冷やしひれ酒」は暑い季節にオススメ。初物をいただく縁起がいいといわれているので、今季初の鰻を堪能してみては。

特典

- 「シティライフを見た」で
- 天然鰻なベコース(1人前)……………7,500円→**6,000円**
(鰻なベ、鰻の唐揚げ、鰻おとし、鰻の酢の物、鰻子のゼリー寄せ、冷麦、デザート)
 - 活てっちりコース……………6,000円→**5,000円**
(てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、雑炊)
 - 人気!二代目ふく義コース……………7,500円→**6,000円**
(てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、唐揚げ、雑炊)
 - 厚切りふぐしゃぶコース……………9,500円→**8,000円**
(てっちり、てっさ、湯引き、煮こごり、唐揚げ、ふぐしゃぶ、皮しゃぶ、雑炊、デザート)
- ※価格は1名様で税込※特典併用不可 (6月末まで)



ワクワクするワンプレート「大人のお子様ランチ」(1,958円)。
※内容と価格は季節により変更。※画像は6/15から始まる内容。



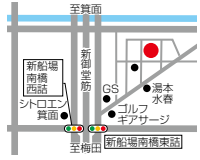
(左)読者特典で「エンゼルフードキャラメルケーキ」が半額に!
(右)ナチュラルモダンをテーマにした居心地の良いカフェ。

- 特典**

「シティライフを見た」で
・大人のお子様ランチ 1,958円→1,500円!
または、一人ワンオーダーすると
・エンゼルフードキャラメルケーキ 715円→300円!
※ワンオーダーはサイドメニュー、クッキー、パニラ&クッキー除く。※ケーキの特典は14時～L.O.まで。
(6月末まで、注文時、他券併用不可、1会計につき4名まで)
- Instagramはこちら→

Mother Moon Café 千里店
〈マザームーンカフェ〉
箕面市船場東1-9-32
営/ランチ 11時～15時
カフェ 11時～21時 (L.O.20時)
ディナー 17時～21時 (L.O.20時)
※土日は22時 (L.O.21時)まで
不定休 禁煙 P10台

☎072-727-5939



高槻産の有機野菜を
たっぷり使った
彩りあざやかなサラダピザ

本場イタリアの料理学校に通い、現地での修業も積んだオーナーシェフのイタリアンが楽しめる。トマトソース、パプリカ、モッツアレラ&パルミジャーノをのせて焼いた生地に、ブッラータチーズ、高槻産有機野菜のフリルレタスやミニトマト、生ハム（ハモン・セラノー）をトッピングしたサラダピザは、さわやかなおいしさで、ランチタイムでも単品で注文できる。パスタかピザをメインに選べるランチは1280円。

Trattoria Agattarina

(アガタリーナ)

高槻市北園町10-10 永井マンション1F
営/11時～15時(LO.14時)
17時～22時(LO.21時)
水曜定休(月1～2回不定休あり)
禁煙

☎080-9837-0141

Instagram@trattoria_agattarina



トマトの甘みと
シャキシャキ
レタスが生地と
相性バツグン!

ブッラータチーズと
生ハムのサラダピザ
1,780円

とろける幸せ

Bouno な ピッツァ

ピッツァの本場・イタリアの味を感じられるお店が北摂に増えてきました。そこで今回は、薪窯で焼く本格ナポリピッツァから、オリジナリティあふれる個性豊かな一枚まで、各店のイチオシメニューをご紹介します。

マルゲリータ
ピッツァ
1,400円

特典

「シティライフを見た」で、
マルゲリータピッツァを
200円OFF
(6月末まで)



窯焼きピッツァと野菜のバル La・SARA

(ラ・サーラ)

高槻市高槻町15-18 辻中ビルB1
(高槻センター街)
営/17時～翌1時
日曜定休 喫煙可

☎072-682-8864

<https://www.lasara-eat.com/>

生地は180gと
少し軽めなので
他のメニューと
合わせやすい。

ピザ大好き編集部が紹介します

ナポリ、ミラノなど
地域によってピ
ッツァの特徴が違
うことにびっくり!

主にイタリアではピ
ッツァ、アメリカでは
ピザって呼ぶらしいです

1964年の東京五輪
の頃にピッツァが流
行り始めたそう



もりお



まえで



まっつー

窯で焼くアイデア満載の
各国のPIZZAと
ワインを楽しもう

常時14種のグラスワインが
時間無制限で飲み放題
(2980円)できるこちら
は、薪窯で焼き上げるピザも
人気。7月末まではシェフが
遊び心で生み出した各国の
ピッツァ(5種)が楽しめる。
イチオシは「アメリカ」で、ト
マトソースとモッツアレラで
焼いた生地にたっぷりのポテ
トフライと自家製ロースト
ビーフをのせて、BBQソー
スでいただく。ウオーキン
のワインセラーがあり、こ
だわりのボトルワインと合
わせる人も多い。

特典

「シティライフを見た」で
アメリカピザをご注文の方、
ミニアイスクリーム2人までサービス
(6月末まで)

薪窯ピザとワイン SUONARE

(スオナレ)

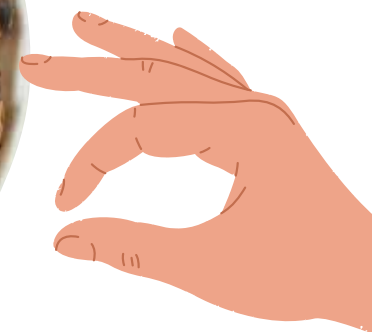
高槻市芥川町1-14-27 ミドリビル1F
営/11時半～14時半(LO.14時)
月～金18時～22時(LO.21時半)
土日祝17時半～22時(LO.21時半)
火曜&第1・3水曜定休 禁煙

☎072-669-9350

Instagram@suonare_takatsuki



ワインに合う
やわらか〜い
ローストビーフが
ピザで楽しめる
新発見!



各国のピッツァ
アメリカ
2,400円
(ディナータイムのみ)



FORNISTA PIZZERIA E BOTTEGA

〈フォルニスタ〉

大阪府三島郡島本町広瀬4-23-2
 営／11時～15時(LO.14時)、
 17時半～21時(最終入店20時)
 ※上記2メニューは必ずご予約をお願いします
 水曜定休(不定休あり) 禁煙
 ※営業はインスタ等で確認を。

☎075-555-8752
<https://fornista.com>



徳島レンコン のピッツア

2,310円

石窯で高温で
焼き上げた
ピザは最後まで
ウマイ!



石窯の高温で 焼き上げる ふわふわピッツア

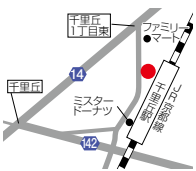
大阪や徳島を中心に「信頼
できる生産者・農家」から仕
入れた厳選食材を使用した
石窯料理の店。生地は吹田で
人気のベーカリー「ミルヴィ
ラージュ」と共同で開発した
歯切れ良くふわふわの食感が
特長で、シャキシャキのレンコ
ン、トマトソースの相性が抜
群の仕上がりになっている。
ランチではピザランチセット
(1485円)のほか、パスタ
やグラタンのセットもあり。

石窯料理 Cotton 千里丘店

〈コットン〉

摂津市千里丘1-4-6 102
 営／11時半～14時半
 17時～22時
 不定休 禁煙

☎06-6155-4066
[instagram@cotton_senrioka](https://instagram.com/cotton_senrioka)



JAZZ (ジャズ)

2,420円 (喫)

Mare Verde (マーレ ベルデ)

2,530円 (手前)

マルゲリータ

1,100円

シェフのアイデアが
詰まった2つの
ピッツァは
6月のみの提供。
(要予約)



シテイライフ 読者限定メニューの ナポリピッツアを楽しもう

本場ナポリから取り寄せた
薪窯で焼き上げるピッツェリ
ア。6月に読者限定で登場す
る「マーレベルデ」はバジル
ソースに帆立や赤海老、アス
パラ、モッツアレラがトリコに
なるおいしさ。「ジャズ」はゴ
ルゴンゾーラソースにマスカ
ルポーネ、イタリア産カマン
ベール、モッツアレラに生ハム
、ロースト胡桃、プルーンがの
った一品でワインとの相性抜群。
生地は国産小麦をシェフ自身
がブレンドし、発酵も最小限
でフレッシュな味わいだ。

cafe cactus

〈カフェ カクタス〉

茨本市春日1-9-18
 寿マンション1F(春日商店街)
 営／平日11時半～15時(LO.14時半)
 18時～23時(LO.22時)
 土日祝11時半～22時(LO.21時)
 水曜定休(月1回不定休あり) 禁煙

☎072-665-9981
<https://cafe-cactus.com/>



グリルチキンの ターメリック風味ピッツア

1,925円(ディナータイム)
 ※お得なランチセットB
 (1,590円/サラダ付)でも注文可能
 ※グラスワイン539円～

ランチならさら
にお得に味わ
えて、グリル
チキンとソー
スにハマる。



シェフのアイデアと 薪窯が織りなす ナポリピッツアを ランチで気軽に

イタリア産の小麦粉を使
い、1次発酵に半日かけた生
地を薪窯で一気に焼き上げる
本格ナポリピッツア。チーズも
イタリア産のモッツアレラを中
心に、メニューに合わせてゴル
ゴンゾーラなどをセレクト。
今月のおすすめは、スパイス
に漬け込んだ鶏も肉を丸ごと
とグリルしたスライスと、生
クリームにターメリックやガ
ラムマサラを混ぜたソースで
焼き上げた一品。マリネした紫
玉ねぎが良いアクセントに。

特典 「シテイライフ」を見たで、
 ランチセット(1,590円)またはピッツアご注文の方
ドルチェセット(550円)を50円OFF
 (6月末まで)



Pizza&Dolce Premo

〈ピッツァ&ドルチェ プレモ〉

茨本市見付山1-5-15
 営／ランチ11時半～14時(LO.)
 カフェ14時～15時(ピッツァ提供無し)
 ディナー17時半～21時(LO.20時)
 ※予約優先制(来店前にお電話ください)
 月・火曜定休(インスタで確認を) 禁煙

☎072-609-5009
[Instagram@premo_pizza.dolce](https://instagram.com/premo_pizza.dolce)



CULTURE

大阪代表商品50品が決定
万博で発信「今まで知らなかった大阪」

2025年大阪・関西万博に向け、大阪府が展開する土産物創出事業「OSAKA PRIDE PRODUCTS 2025～これから大阪みやげをともに創るプロジェクト～」において、このたび「大阪代表商品」として50品が選定された。これは、府内8地域から選ばれた500品以上の「地域代表商品」の中から、厳正な審査を経て決定されたものである。

このプロジェクトは、府内の中小企業・小規模事業者を対象に、新たな大阪みやげを創出することを目的として始動した。大阪を8つの地域に分け、「大阪の人」も知らなかった大阪」をテーマに、食品、雑貨、工芸品などの多彩な商品を募り、

地域の魅力を再発見・発信しようとする試みである。

応募総数は500品以上に達し、地域選考会により各地の代表商品が選出された。その後、選ばれた事業者には、商品のブラッシュアップを目的とした講習会やワークショップが実施され、商品力の向上が図られた。最終的にはその中から50点が「大阪代表商品」として決定された。選定においては、「パクリではなくオリジナル」「大阪らしさや地域性を備える」「中途半端なものをつくらない」といった、こだわりのある選考基準が設けられていた。商品の背後にある作り手の志や物語性も重視された。



これらの「大阪代表商品」は、2025年4月から10月にかけての万博開催期間中、阪急うめだ本店や阪神梅田本店、関西国際空港、大阪国際空港など、国内外の人々が集う主要拠点で販売・PRされる。直近では選ばれた16品が6/4（水）～17（火）の期間、阪神百貨店の地下一階で販売される（全商品ではないため、事前に「大阪代表商品」のホームページで確認を）

三島エリアから大阪代表商品に選定された2品



木下らんま店（摂津市鳥飼野々1-27-24）。大阪欄間の伝統技術を活かした名刺入れは、職人の技が光る透かし彫りと、古来より日本で縁起物として好まれる松竹梅や富士山、鶴、瓢箪などのデザインが魅力。



株式会社電子技販（吹田市豊津町62-8）「FLASH 基板アート iPhoneケース」。電池無しでLEDが光るギミックを搭載し、iPhone本体が発する電波を電源に。基板裏面のアンテナ回路で電波をキャッチし、LEDを光らせている。

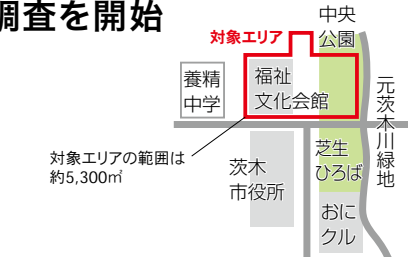
SOCIAL

茨木市中央公園でPark-PFI導入へ
第二期整備に向け調査を開始

茨木市は、中央公園において、Park-PFI制度の導入に向け、情報収集（サウンディング）を目的とする調査を開始した。Park-PFIは、都市公園法に基づき、飲食施設や売店などの収益施設の整備・運営を民間事業者に担わせることで、その収益を活用して園路や広場などの公園施設を整備・維持管理する仕組みである。市の財政負担を抑えつつ、公園の質を向上させる制度として全国的に導入が進んでおり、茨木市もこれを積極的に活用する方針である。

対象エリアは、同公園の北側エリア約5,300㎡で、「第二期整備」として位置付けられている。2023年秋には「第一期整備」として芝生広場や複合施設「おにクル」が開業しており、今回の調査はその延長線上にある。この調査結果の公表は7月中旬を予定している。

茨木市では、中央公園をJR茨木駅と阪急茨木市駅の間にある「1パーク」と捉え、両駅周辺を「2コア」と位置づける「2コア1パーク」構想のもと、都市構造全体の連携と相乗効果を図ったまちづくりを進めている。



今回の整備のコンセプトは「share to link（シェアとリンク）」としており、「多様な使い方を許容する共存性」「回遊性を促すデザイン性」「活動の拡張を受け入れる可変性」「複合利用の可能性」などが掲げられている。

また、市が想定する事業内容では、飲食店の提案が必須とされており、使用料の下限は1㎡あたり年額1,000円と設定されている。特定公園施設も整備要件として含まれ、その他任意提案も可能である。事業スケジュールとしては、2026年度末に事業者決定、2029年4月の供用開始を目指す。

この調査では、建築面積や店舗形態、営業時間、整備費用、管理体制などについて、オンラインフォームおよび自由形式の提案資料をもとに対話を行之、その内容は今後の「公募設置等指針」等の策定に活用される予定である。

読者の皆さんから寄せられた気になる情報を調査

「ここが万博の会場？」訪問者続出
吹田・万博記念公園に“万博間違い”多発
今はどうなった？

Oさんからの投稿



写真提供：大阪府

大阪・関西万博の開催直後、実際の会場である夢洲（大阪市此花区）ではなく、吹田市にある万博記念公園を間違って訪れる人が多かったようです。間違う理由は「EXPO'70パビリオン」や「万博」の名称を冠していることなどと、土地勘のない関西圏外からの来園者やインバウンド観光客が「ここが大阪・関西万博の会場」と誤って訪れていたようです。1日あたり10名程度が間違って訪れ、電話での問い合わせは「入場券の買い方」や「パビリオンの予約方法」などを尋ねる人が1日20件ほどもありました。誤来園者の中には大阪・関西万博の東ゲートと間違え、万博記念公園の東口ゲートに来る人もいたようです。

読者の皆様の“気になる”を募集中

毎日の暮らしのなかで気になっているコト、ウワサを大募集！
採用された方には5,000円分のギフト券をプレゼント！

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します。予めご了承ください。



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』『疎』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
株式会社シテイライフNEW 俳句係まで
FAX 06-6368-3505

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



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

「佳作」

ヒヤシンス集団下校とは無口
方眼を線のびやかに花の雲
雲梯に藤の花房のびにけり
雷紋どんぶり購ひぬ花蘇芳
パティシエの高き帽子や春の虹
4月25日締切りでご投稿いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

「入選」

もつれあふつもる話や糸柳
久しぶりに出会った友。話を始めます。糸柳のように隙間がありません。
清明の獅子のあくびの長いこと
暖かくなった四月ごろ。動物園のライオンものんびりと気持ちよさそうです。
宿帳にけふだけの名や夕桜
この句のドラマは読み手が想像すればよいこと。季語が語ってくれています。
清明や月の海にも名のありて
月の暗い模様には名前があります。この時期、それがくっきりと見えます。
海棠や髪を濡らさぬほどの雨
海棠の花には雨が似合う。その雨も、ほんの少しが好ましいように思います。

「優秀賞」

ちり紙にくるむ春日の乳歯かな
季語「春日」が動きません。抜けた乳歯を大切にくるんでしばらく置いておくのでしょう。子供の成長の証のような春の日差しがくっきりと注いでる。元気に大きくなつてほしいという願いが伝わってきます。

「つぶやき評」

家を出れば、新緑が広がっています。様々な花が咲き、虫たちも活発に。田や畑では人が動き、吟行に最適の季節がやってきました。俳句のはじめは、見ることに触れることから。躊躇なく五七五の固まりにすることです。

俳句 / HAIKU

和泉市 押見げばげば

茨木市 角島 健二

大阪市 平川 直子

豊中市 山上 秋葵

日野市 平井 都々

和泉市 押見げばげば

千歳市 村瀬ふみや

枚方市 菅井 香永

京都市 草夕 感じ

横浜市 沼野大統領

高槻市 葉月庵 郁斗

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

茨木の現代美術を牽引してきた 展覧会が今年もおにクルで開催

6月30日(月)～7月6日(日)に、茨木市文化・子育て複合施設 おにクルで開催される「第52回 現代美術―茨木2025展」。1968年(昭和43年)から始まった歴史ある現代美術の展覧会は、毎年、様々な取り組みを通じて、市の文化芸術振興に貢献している。



2024年 特集作家部門 展示の様子(1階オープンギャラリー)



茨木市文化振興課 児玉さん。「入場無料ですので、どなたでも気軽にお越しください」。

無審査・自由出品による現代美術展

1968年に茨木市美術展の一部門として、スタートした「現代美術―茨木」。始まった経緯としては、既成の価値観や形式にとらわれない前衛的な作品を対象とした部門を設けてはどうか?という意見からだった。「そこから試行錯誤を経て、無審査・自由出品によるアンデパンダン形式での公募展が誕生しました」と話すのは現在、同展を担当する茨木市文化振興課の児玉さん。

1981年開催の第8回からは、特集作家による展示も始まった。初回のこの年は、スタジオジブリ映画の「耳をすませば」の背景美術を担当し、おにクル2階の「おはなしのいえ」のデザイン監修も担当した井上直久さんをはじめ、今井梅男さん、中島一平さん、野村正則さんら、茨木市ゆかりの4名の作家の作品が展示された。その

後も、ヤノベケンジさんなど、市内外の作家の作品を展示するようになっていった。

特集作家によるトークショーやワークショップも開催

第52回を迎える今回も、アンデパンダン形式(無審査)による「公募部門」と、過去の出品者や活躍中の作家の中から選定される招待作家による「特集作家部門」の2部構成の展覧会として開催される。

「今回の特集作家部門は、茨木市出身の岩澤武司さんと、高槻市在住のナカムラチエさんの作品が展示されます。お二人の作品に共通するものが『日々積み重なる時間』であることから、サブタイトルが『時間のなかで存在すること』となっています」と児玉さん。

出品作品についての規定はあるが、市が定める日時に会場に直接搬入し、展示することができる方は(搬出も同様)、誰でも

も気軽に作品を発表できる場として注目を集めている。出品は事前申込みが必要で、締切りは6月4日(水)となっている。展覧会の概要は下記のとおり。

◎会期(日時)

6月30日(月)～7月6日(日)

10時～19時 ※最終日は17時まで

◎場所

茨木市文化・子育て複合施設 おにクル
大阪府茨木市駅前3丁目9-45

▶公募部門 … 1階きたしんホール

▶特集作家 … 1階オープンギャラリー

◎関連イベント

【ワークショップ「ならべてあそぼう」】

6月29日(日) 10時～12時

定員:10名(先着・HPより事前申込制)

【特集作家によるトークイベント】

7月6日(日) 15時～16時30分

参加無料、参加自由

また会期中、おにクルから歩いてすぐの



2024年 アンデパンダン部門 展示の様子(きたしんホール)



トークイベントは今年も開催される(昨年の様子)。

茨木市福祉文化会館で、「現代美術―茨木特別展」を含む、茨木の現代アートに関する事業が集結した展覧会も開催される。

公募部門の申し込みや
イベントの詳細は
右のQRより



SOCIAL 北摂各地でアライグマの目撃情報 適切な対策と注意を

近年、北摂地域においてアライグマの目撃が相次いでいる。アライグマは北アメリカ原産の中型哺乳類で、かつてはペットや動物園展示を目的に日本へ持ち込まれた。しかし、力が強く気性も荒いため、飼育が困難となり野外に放たれた個体が野生化し、各地で定着しているのが現状だ。

餌を与えたり近づくことは危険で、屋根裏などへの侵入例もあることから、隙間の

封鎖や枝の剪定などの防止策が求められる。また、大阪府は、家庭ゴミの適切な管理やペットの餌・樹木の果実の放置を避けるなど、餌場を作らないことも呼びかけている。また、木酢液やハッカ、唐辛子などの刺激臭の活用や、超音波装置による追い出しも一定の効果があるとしている。大阪府ではアライグマ防除実施計画を策定し、各市も連携して防除を行っている。

SOCIAL 高槻市在住の池上こうさんが フライングディスク競技の世界大会出場

高槻市在住の池上こうさん(22歳)が6月にスペインで開催されるフライングディスク競技「アルティメット」の世界大会「WFDF2025 世界U24アルティメット選手権大会」に日本代表として出場することが決まった。

アルティメットは、7人制のチームスポーツ。縦100メートル、横37メートルのフィールドでフライングディスクを落とさずにパスを

して運び、コート両端に設けられたエンドゾーン内でディスクをキャッチすれば得点になり、決められた得点を先に先取したチームが勝利するスポーツ。

池上さんは、2024年12月に、全国から選手約100人が集まる日本代表選考会に参加し、日本代表26人の一人に選ばれた。



高槻市を訪れたときの様子(提供:高槻市)

FM COCOLO × CITYLIFE / 音楽のCOCOLO Vol.69

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!



小さな発奮を繰り返すための潤滑剤



ALBUM
SWING
FEVER

ARTIST
Rod Stewart
with
Jools Holland

WPCR-18658 WARNER MUSIC JAPAN

仕事をしている上で「小さな発奮を繰り返すこと」が必要になる時に引っ張り出すのがこの一枚。これがどういう訳か「心のピストンの潤滑剤」になってくれるから不思議。黄金時代のスタンダード・スイング・ジャズを洒落なビッグ・バンドアレンジで現代に甦らせた名匠ふたりによる作品の数々は、とにかく心が躍り出したくなるほど愉快で爽快。映像に例えるならば、半世紀～1世紀前の白黒の作品を、カラフルにデジタルリマスターしたような鮮やかさを帯びている。そうして時を超えた曲の数々が、驚くほど自然に心の中に入り込んで、実に滑らかに漂ってゆくのだ。まさに「小さな発奮を繰り返すための潤滑剤」。錆びついた節々がみるみるすべるように動き出すような気持ち良さ、あなたにもぜひ体感していただきたい。

Rod Stewart／英国音楽界が誇るレジェンド、昨年3月には13年ぶりとなる来日公演も果たした伝説のロック・ヴォーカリスト、サー・ロッド・スチュワート。アルバム・シングルの売上が合計2億5千万枚以上、全米No.1アルバム4作品、全英No.1アルバム10作品、No.1シングルも多数記録しており、1994年にはロックの殿堂入り、2016年には英国政府からナイト爵位が授与された。今作「SWING FEVER」はバンドリーダー、ピアニスト、作曲家など多面的に才能を発揮している英国音楽界のマエストロ、ジュールズ・ホランドとのコラボレーション・アルバムである。

光永 亮太

MITSUNAGA RYOTA



東京都出身、幼少期はシカゴで育つ。ラジオDJ、シンガーソングライター、作詞作曲家。アーティストとして2002年4月「Changes」でインディーズデビュー。各地FM局や出演したイベント等で高い評価を得る。2003年「Always」でメジャーデビュー。日本ゴールドディスク大賞「ニューアーティスト・オブ・ザ・イヤー」を獲得するなどアーティストとして活躍。現在は、ラジオDJとの2刀流で活動中。スポーツも堪能で学生時代に陸上、サッカー、現在はサーフィン、ゴルフを趣味として楽しんでいる。【現在の担当番組】「FRIDAY SOUND JUNCTION」(金)16:00～18:00 / 「MOVE ON SATURDAY」(土)11:00～16:30 ※4月から放送時間に変更になりました

50代・60代からでも間に合う!
親の“相続・認知症”参加費
無料

“自分の老後”に備えるお金の話

相続、介護、老後資金…50代・60代の女性がいま直面しやすい“お金の悩み”を
わかりやすくお話しします。最新のNISA・iDeCo制度や、認知症と
相続にまつわる注意点もやさしく解説!開催日時 6/23月・26木
10時～11時半
場所 高槻生涯学習センター
[高槻市桃園町2-1]
参加定員 各回5名限定6/28土
10時～11時半
クロスバル高槻
[高槻市紺屋町1-2]
5名限定カカオティエ
ゴカンのお菓子
プレゼント

講師

マニユライフファイナンシャルアドバイザー(株)
ファイナンシャルプランナー

長谷川 奈央

メガバンクにて約10年勤務。資産運用や不動産などを
担当後、お客様に寄り添った幅広い金融のサポート
をしたいと現在は独立型のFPとして活動。

お申し込み方法

二次元コードまたは
お電話で申し込みを ▶

TEL.090-6768-7050[事務局 前川]



庭木1本から承ります!



お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

1本からのお庭サービス
ガーデンエクスプレス
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ
072-665-8371
大阪支店 茨木市桑田町4-1 9:00～17:00シティライフ
をご覧の方へ生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常2,200円を (税込)
初回限定 先着10名様 1,100円!
※その他諸条件あり。詳細はお問合せください。経験豊かな
庭師
全国展開!
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します「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

説明会参加
お申込みは
こちら

急募

引き続き後継者募集!

千里丘エリア・高槻芥川エリア

アシスタント指導者募集!

豊中緑丘エリア・北千里エリア

このような希望をお持ちの方、大歓迎です!

- ☒
- 教員免許を活かすことができる仕事をしたい
-
- ☒
- 講師経験を活かして中学生だけを指導したい
-
- ☒
- 英語が得意なので英語だけを指導したい
-
- ☒
- 副業を探している
-
- ☒
- 自宅できる仕事を探している

直営教室講師・アシスタント講師 登録会

直営教室で随時講師と
アシスタントの登録をしております6月20日[金]10:00～
学研教室大阪北事務局[江坂駅①出口すぐ]前日の
17時まで
ご予約
ください

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

関心・考え・一歩も一歩も

お申し込み
お問合せは

0120-889-100

学研教室

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 [会場提供も募集中!]

24時間のホームページより
お申込みいただけます

[学研先生] [検索]



幼児教室の先生も同時募集!

新NISA・iDeCo など
資産形成セミナー新NISA、iDeCoの解説、お金の貯め方・増やし方、
保険の賢い選び方をはじめ、教育資金・老後資金のつくり方や
資金運用のノウハウなど、初心者に分かりやすくお伝えします。参加
無料6/19(木) 10:00-12:00
6/22(日) 10:00-12:00
6/28(土) 10:00-12:00高槻市立生涯学習センター
高槻市桃園町2-1(高槻市役所 3F)〈主催〉
ユニバーサルライフ(株)
菅野 啓之

参加者特典

「パティスリーラヴィリエ」が
当セミナーのためだけに制作した
ここでしか味わえないスイーツ百貨店催事で
オープン8分で
完売するほど大人気
先着
20名

右記QRコード、または電話からお気軽にお申込みください ▶ TEL.070-2219-4330

From
CityLife

公式LINEでおトクな情報を配信中

友だち追加は「シティライフNEWS」で検索
もしくは右のQRコードから!!

Gakken

無料体験学習受付中

対象

幼児(年少・年中・年長)・
小学生・中学生

教科

算数(数学)・国語・英語
※中学生については教室
へお問合せください。

内容

学力診断テストと、
2回の教室学習&
家庭学習

幼児・小学生

●算国 週2コース

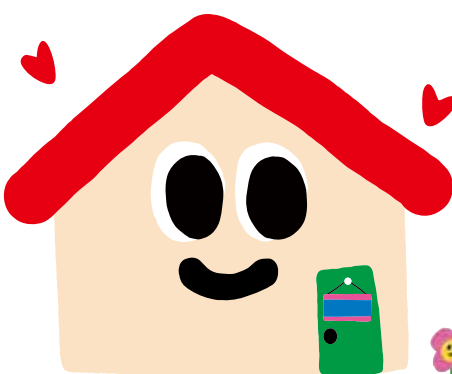
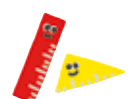
9,680円

●算国英 週2コース

14,520円

※幼児週1回コースもあります。

(税込み表記)



©学研教室



入会金 0円

通常5,500円→0円に!

キャンペーン
実施中6/1～8/16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

関心・考え・一歩も一歩も

お申し込み
お問合せは

0120-114-154

学研教室

受付時間/月曜～金曜日 9:00～17:00(祝休日を除く)

学研教室 大阪北事務局/吹田市江坂町1-23-101 大同生命江坂ビル11F

24時間ホームページよりお申込みいただけます

学研教室

検索