

街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life 8

We are Planet Sailors. since 1986

AUGUST 2025
vol.500
北摂EAST
高槻・茨木
摂津
7月31日発行 無料

これからも、街を元気に！
～シティライフが500号を迎えました～



北摂の魅力再発見ツアー開催！



WE ARE PLANET SAILORS
40
Since 1986
おかげさまでシティライフは
40年目を迎えました

City Life 500号記念特集

北摂の移り変わりとともに40年
シテイライフが500号を迎えました

北摂で誕生したシテイライフは、おかげ様でこの8月号で500号を迎える事ができました。そこで改めて、この40年の北摂の移り変わりとし、シテイライフの歩みを紹介します。また500号を記念して、読者の皆さまと地元北摂の魅力を満喫できるツアーを企画しました（P4・5参照）。「街を元気に」をモットーに創刊したシテイライフは、これからも北摂がもっと好きになる、そんな楽しい情報を発信してまいります。

創刊は1986年
リサイクル情報が
満載の紙面づくり

情報紙シテイライフは1986年に茨木市で誕生しました。創刊当初の媒体名は「リサイクル」。記事内容は不用品の個人売買情報が中心の紙面でした。その後、紙面内容は不要になったモノを必要と人へ、捨てずに循環させるその仕組みは大きな反響を呼びました。そしてさらにリアルなイベントとして北摂初の「フリーマーケット」を開催しました。中津町にあるジャスコ新茨木店（現イオンスタイル新茨木）の駐輪場で行われたこのイベントは、毎回多くの人で賑わい、恒例のイベントとなりました。その後、エキスポランドや西武高槻（現高槻阪急スクエア）、車ディーラーの駐車場など様々な場所でのフリーマーケットを展開していく事となりました。

その後、紙面内容は地域情報全般に広がり、現在のシテイライフという媒体名となり、吹田、摂津、豊中、箕面へとエリアを展開し、現在は27万部を毎月発行しています。1993年には出版も始め、北摂で初めてのグルメ本「ぐるっば」を発行。印刷した3万部はすぐに完売し、各書店から再注文が殺到しました。その後北摂にこだわった書籍の出版を続けており、来年には「北摂まち本」第2弾の発行を予定しています。

大きな災害時に
情報紙ができる
被災地支援とは？

1995年1月17日

環境イベント
ロハスフェスタが
スタート

2006年からは万博記念公園で環境イベント「ロハスフェスタ」がスタート。第1回は芝生広場の一部で1日のみの開催でしたが、驚くほどの来場があり、規模が徐々に大きくなり、現在は東の広場での開催となりました。2009年からは東京開催、その後は福岡、淡路島、広島と全国での開催に繋がっています。その他、ラーメンEXPOなどのフードイベントも数多く実施しています。

生涯学習の場として
北摂文化大学を開校

2023年からは新たな取り組みとして、北摂文化大学を開校。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、専門の講師を招いて幅広い知識を深めていただくことを目的としています。

北摂の出来事

シテイライフの歩み



感謝を込めて・・・

500号オリジナルトートバッグを
抽選で500名様にプレゼント！

シティライフでの
思い出をお寄せください

「載っていたお店へ行って、家族と
食事をした」、「昔にあった、あの施
設に友人と遊びに行った」など、シ
ティライフを見て、過ごしたエビソ
ードなどをお寄せください。お送りい
ただいた方にオリジナルトートバッグ
を抽選でプレゼントいたします。

お申し込みは
QRから
締切 / 8月31日（日）



2007年発行



2006年発行



2002年発行



2001年発行



2000年発行



1997年発行



1993年発行



2021年発行



2019年発行



2011年発行



2009年発行



2008年発行



2008年発行

Message

シティライフ500号、おめでとうございます！



声楽家
バイマーヤンジンさん

チベット出身。1994年来日。吹
田市在住。2024年には来日30
周年を迎えた。東日本大震災や
熊本地震の際には、被災地支援
として現地でのチャリティコンサ
ートを精力的に行ってきた。

チベットへの教育支援活動を
取材いただきました。

シティライフ紙との出会いは今から26年前の
1999年10月号でのインタビューでした。そこで私
がふるさとのチベットで小学校を建てる活動をして
いることを紹介していただき、それをきっかけ
に北摂の方々にも広く支援していただくことがで
きました。

またチベットのヤンジン第七希望小学校の開校
式も取材いただき、紙面で掲載していただきました。
それから折に触れて私の活動を紙面で紹介して
いただいております。来日30年を超え、チベット
では9つの小学校とひとつの中学校が完成しまし
た。学校建設だけでなく、もう一度大学院で教育
を学び直したいと思い、今は大阪大学の大学院
の博士前期課程で勉強しています。
シティライフ500号、誠にありがとうございます。

ラーメンEXPO（2013年～）
カレーEXPO（2014年～）
チーズEXPO（2016年～）

フードイベントも2013年より開催。
家族や友人と楽しい時間を過ごし
ていただける場を創出しています。



北摂文化大学
（高槻校・豊中校）
堺文化大学

生涯学習の場を提供し、豊かな毎
日を送っていただくために、各界の
著名な講師を迎え開催しています。



ロハスフェスタ

- ・万博記念公園・東京（練馬区・光が丘公園）
- ・淡路島（明石海峡公園）
- ・福岡（海の中道公園）

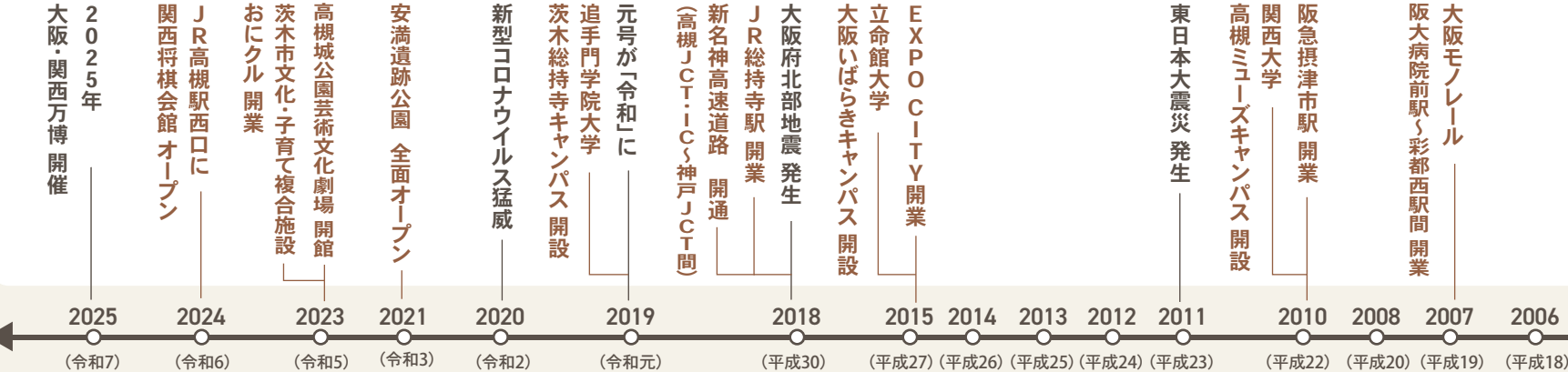
ロハスピクニック

- ・広島 ・尼崎 ・神戸



東京・光が丘公園（練馬区）

ヴィンテージマーケット
万博蚤の市



環境をテーマにしたイベント
「ロハスフェスタ」スタート

万博記念公園からはじまり、その後、東京、広島、淡路島、
福岡での開催につながっていきました。

シティライフ阪神版創刊（2020年休刊）

千里丘に「ロハスカフェ」オープン

体にやさしい旬の素材を中心とした、健康な食事を
提供しています。

被災地の復興支援のために「キッズフェスタ」を開催

予定していた「キッズフェスタ」を開催するかどうか迷いましたが、イベント内容をチャリ
ティとし、復興支援の募金を実施。多くの寄付金を被災地に届けることができました。

大阪府立箕面公園 指定管理業務スタート

箕面公園の自然と環境を維持するための管理業務を、現在も行っています。

初のフードイベント「ラーメンEXPO」開催

万博記念公園の年末のイベントとして定着している「ラーメ
ンEXPO」。初めて開催したのが2013年で、日本全国
各地のラーメンが食べられるとあって、多くの来場者で賑わ
いました。2014年には「カレーEXPO」、2016年
からは「チーズEXPO」や「おいもEXPO」もスタート。

シティライフ神戸版創刊
（2020年休刊）

新型コロナウイルスに伴う、緊急事態宣言による
休刊（5月号・6月号）

2020年4月に緊急事態宣言が出されたことで、
シティライフも取材活動を自粛し、5月号と6月号を
休刊。復刊となった7月号では、医療従事者の方々へ
感謝のメッセージを掲載。またフェイスガード、防護
服などの不足が問題となっていたため、ボランティア
と共に製作し、医療機関に届けました。

北摂文化大学スタート

2023年から生涯学習の場として北摂文化大学をスタート。2024年、北摂文化
大学は高槻校、豊中校の2校になり、同時に堺文化大学も開校。2026年度からは
神戸でも開校を予定しています。

「ロハスフェスタ」が3つのアワードを受賞

SDGsへの取り組みが認められ、「ソトコト・ウェルビーイングアワード2023」、「
2023年度グッドデザイン賞」、環境省が主宰する「第11回グッドライフアワード」
において「実行委員会特別賞」EXPO2025の「動的平衡賞」を受賞。

「ロハスカフェKOBÉ」オープン

神戸の「人と防災未来センター」内のカフェで健康
な食事を提供しています。

EXPO2025 大阪・関西万博で
「ロハスフェスタ」開催

2025年6月2日（月）～4日（水）の3日間、夢
洲で開催されている大阪・関西万博内の「EXPO
アリーナ Matsuri」にて、「ロハスフェスタ
EXPO2025」を開催しました。



2014年12月、第2回開催時の様子



当初、モチーフにしたのはフランスの
蚤の市。おしゃれな空間が人気を呼んだ



高槻・茨木・摂津

全てのツアーが
500円で参加できる

北摂の魅力再発見ツアー



普段見なれた北摂の街にも、まだまだ知らない魅力が。今回CityLife創刊500号を記念して、歴史や文化、食や人との出会いを通じて、北摂の魅力にふれる体験型ツアーを企画しました。「こんな歴史があったんだ」「ずっと住んでるけど知らなかった」など、地元の魅力をあらためて発見するワクワクドキドキの旅を一緒にしましょう。500号にちなんで参加費は全て500円です。

各ツアーは事前予約・抽選制です

〔参加費:500円(各プログラム1名につき)〕

お申込多数の場合は抽選にて参加者を決定いたします。抽選結果につきましては、当選された方へのみメールにてご連絡いたします(落選の方への通知はございませんので、あらかじめご了承ください)。



左記QRからお申込みください

お問い合わせはTEL.06-6338-0640(平日10時~17時)

【お申込締切】

8月31日(日) 23:59まで。期日を過ぎてのお申込みは受付いたしかねますので、あらかじめご了承ください。

01

申し込みは QRコードから

各ツアーは事前予約制です。お申込多数の場合は抽選にて参加者を決定します。



02

当選したら参加費を お支払いください

各ツアーの詳細は、9月中旬を目途に当選された方へメールにてご案内いたします。ご案内のメールには参加費のお支払いフォームもお送りします。お支払いはクレジットカード、銀行振り込みのいずれかとなります。ご入金が確認できましたら申込み完了となります。

03

ツアーに参加

当日は各ツアーの指定された場所にお越しください。注意事項を確認のうえ、各ツアーに適した服装・持ち物をご用意ください。

※天候の悪化等により開催を中止、または延期もしくは内容を変更する場合があります。開催の可否については、メールもしくは電話で直接ご連絡をさせていただきます。



02

千里丘 やきものづくり なにわの名工と 陶芸体験

9月26日[金] 10時半~

大阪府認定「なにわの名工」味舌隆司(ましたたかし)さんの陶房を訪ね、花入れ製作(ひも作り)に挑戦!土の感触や成形の楽しさを体験できる、ものづくりの醍醐味が詰まった特別な陶芸体験。千里丘のロハスカフェ特製弁当つき。一人ひとり、しっかり丁寧に指導してもらえので初心者の方でも安心してご参加を。

【タイムスケジュール】
10時半~陶芸体験→12時頃~お食事
※完成した作品は、焼成を経て約1~2か月後にお渡しとなります。お引き取りは、指定日にあらかじめ味舌陶房までお越しください。



01

高槻の味覚を楽しむ

しいたけ狩り体験 高槻産はちみつ& 焼菓子おみやげ付

10月31日[金] までのお好きな日程

国産の原木を使用し、無農薬・無化学肥料で栽培している高槻しいたけセンターでしいたけ狩りの体験。菌床しいたけとは違う原木しいたけならではの旨味と食感をぜひ味わってみよう。採れたてのしいたけは隣のBBQ施設へ持ち込んで焼いて食べることもできる。おみやげの受け取りはBBQ施設隣のカフェ forêt(フォレ)で。常時10種類以上の焼き菓子を販売。店頭では地元産の新鮮な野菜が並ぶ。
※しいたけ狩り1家族で1袋分(600g相当)とカフェ フォレでおみやげをお渡しします。

開催場所 味舌陶房

(吹田市新芦屋下7-12)

JR千里丘駅より徒歩約15分

※駐車台数に限りがあります

ので、近くのコインP等を利用

ください。

参加費用 500円

定員 30名

集合場所 味舌陶房に直接お越しください

時間 10時半~12時半頃(昼食含む)

所要時間 約2時間

千里丘でヘルシーランチを提供している

「ロハスカフェ」特製弁当つき!

当日は、参加者全員に、ロハ

スカフェのお弁当をご用意。お

子さまには希望があればお子様

当をご用意します。陶芸体験

の後にお召し上がりください。



開催場所 高槻しいたけセンター

(高槻市田能谷2-2)

参加費用 500円(1組)

定員 10組

所要時間 20~30分

※当選された方には、詳細をお伝えします。

高槻産はちみつと焼菓子のおみやげつき!

(2,000円相当)

大阪府はちみつ品評会で優良賞を獲得した井田養

蜂のはちみつ。forêtの店主、畑さんが自家農園の野菜

や果物を使用して作る焼菓子とセットになっている。

※写真は一例。はちみ

つのサイズと焼菓子の

数量は選べません。

forêt(フォレ)

営/10時~17時

月・火定休



04

高槻 歴史探訪 歴史ロマンに 想い馳せる古墳ツアー

10月1日[水] 9時半~

6世紀前半に築造され、約190点の埴輪が並ぶ今城塚古墳を地元ガイドが案内。その後は古代歴史館で貴重な出土品や普段非公開のバックヤードを拝見しながら、学芸員が解説する古墳満喫ツアー。ランチは古墳公園近くの創作串揚げや鯛茶漬けが人気の「ビストロ ライッケンメ」で特別コースを楽しんで。

【タイムスケジュール】
9時半今城塚古代歴史館前集合・出発→9時45分今城塚古墳公園→10時半今城塚古代歴史館→徒歩約5分→12時45分ビストロ ライッケンメ→昼食後、現地解散。

開催場所

今城塚古墳公園・
今城塚古代歴史館・
ビストロ ライッケンメ

参加費用

500円

定員

15名

集合場所

「今城塚古代歴史館」前
※JR摂津富田から市営バス奈佐原
行き「今城塚古墳前」下車すぐ

集合時間

9時半

所要時間

約4時間半

滋味深い前菜と創作

串揚げ、鯛茶漬けの

フルコース

(ソフトドリンク1杯・デ

ザート付き)

※内容は仕入れ次第で異なります



03

高槻 とんたさけを知る

壽酒造での 酒蔵見学

9月29日[月] 12時~

壽(ことぶき)酒造近くにある、カフェsudでのランチを楽しんだ後、酒蔵見学へ。壽酒造は1822年創釀で、日本最古の銘醸地と言われる摂津富田郷で「國乃長」などの日本酒(清酒)を今も造り続ける。「けさたんとめやあやめのとんたさけ」の句(回文)で知られる富田の酒づくりの歴史を、実際に酒蔵で聞ける貴重な機会。お楽しみの試飲もあり(お土産付)。

【タイムスケジュール】
12時「cafe sud」前集合・生パスタランチを楽しむ→13時半「壽酒造」で酒蔵見学および日本酒の試飲→14時半頃現地解散。

開催場所

cafe sud カフェスド
壽酒造(富田町3-26-12)

参加費用

500円

定員

10名

集合場所

「cafe sud」前(富田町3-24-3 2F)
※阪急富田駅から徒歩2分

集合時間

12時

所要時間

約2時間半(14時半頃解散)

cafe sud

生パスタランチ

(ソフトドリンク付)

お洒落な空間が人気のカ

フェで、素材にこだわった

生パスタランチをお楽し

みいただけます。





06
高槻 北摂文化大学 特別招待
舞の海秀平氏講演&
相撲神事ツアー

10月4日[土] 11時～

北摂文化大学 高槻校の「舞の海秀平氏講演会」に特別ご招待!講演会の前には、隣接の野見神社で福本宮司さんによる神事としての相撲の講和や祈禱も実施。地元高槻の四季彩々の弁当とコーヒー1杯、さらに野見神社の御朱印札つき。力士の精神と相撲文化にふれる、貴重な一日を楽しんで。

【タイムスケジュール】
11時～野見神社にて講和と祈禱→12時～昼食→12時半北摂文化大学 高槻校開場→14時～15時半舞の海秀平氏講演会
※北摂文化大学 高槻校に入場の際は、受付(事務局)にて名前と電話番号をお伝えください。

開催場所 高槻城公園芸術文化劇場 南館
トリシマホール (高槻市野見町6-8)
および野見神社 (高槻市野見町6-6)
参加費用 500円
定員 30名
集合場所 野見神社 社務所前
集合時間 11時
所要時間 講和と祈禱: 30～40分
舞の海秀平氏講演: 1時間半

高槻の和食・仕出し店
「四季彩々」の
弁当つき!



※画像はイメージです



※写真はイメージです

08
千里丘 親子で謎解き
千里丘ことぶき商店街
謎解きツアー

10月11日[土] 11時～

JR千里丘駅からすぐにある「千里丘ことぶき商店街」で、親子で楽しめる謎解きツアーを開催。謎解きキットを手に、レトロな雰囲気漂う商店街を巡りながら、隠された謎を解き明かそう。いつもと違う視点で商店街を探索することで、新しい発見があるかも。みんなで協力して、忘れられない思い出づくりに挑戦。

【タイムスケジュール】
11時千里丘ことぶき商店街集合→11時半謎解きのルール説明後にスタート→12時半～14時イベント終了
※謎解きの所要時間は1時間半～2時間程度。各自ペースが異なるので、すべての謎が解けた方から自由解散。

開催場所 千里丘ことぶき商店街
参加費用 500円
定員 30組 (1組4名まで参加可能)
集合場所 千里丘ことぶき商店街
(摂津市千里丘2)
集合時間 11時
所要時間 1時間半～2時間
※各自のペースでお楽しみください。

千里丘でヘルシーランチを提供している
「ロハスカフェ」特製弁当つき!

当日は、参加者全員に、ロハスカフェのお弁当をご用意。旬の素材をふんだんに使った、からだにやさしい味わいを、謎解きの後にお召し上がりください。



※お子さまには希望があればお子様弁当をご用意します。



10
茨木 史跡探訪
歩いて巡る歴史の道
西国街道ツアー

10月27日[月] 8時半～

古代から京都と西国を結ぶ重要な路として栄え、江戸時代には西国諸国の大名が参勤交代に利用した西国街道。現在もその面影が残る西国街道沿いの史跡や見どころを、観光ガイドによる案内のもと巡るツアー。歴史と今が交差するまち歩きが楽しめる。

【タイムスケジュール】
8時50分JR茨木駅出発→宿川原バス停→郡山宿本陣→郡山宿道標中河原交差点→白井河原古戦場跡→耳原公園→阿爲神社御旅所→十日市町道標→太田不動尊→紫式部腰掛け石→太田神社→13時頃太田公民館にて昼食→太田茶臼山古墳→くすのき公園→土室南バス停→15時頃JR摂津富田駅解散。

開催場所 茨木市内
参加費用 500円
※交通費(バス代)は各自ご負担ください
定員 20名
集合場所 JR茨木駅スカイパレット
集合時間 8時半
※「8時50分発」のバスに乗りします
所要時間 約6時間

手作りのおいしい味わい
「デリカショップ モリガキ」の
特製幕の内弁当つき!



※画像はイメージ



05
古き良き富田での体験
普門寺での写経と
食堂 椿別館でのお食事

10月2日[木] 10時～

平成12年、国の名勝に指定された由緒正しい普門寺で、仏教の経典を書き写す「写経」を体験。仏の教えに触れることで、精神の安定や集中力を高める貴重な時間を。写経の後は、富田ならではの古民家を改装した食堂 椿別館で、無農薬米をつかったおむすびや、野菜の煮物や焼魚が詰められた宝箱御膳をゆったりとお楽しみを。

【タイムスケジュール】
午前9:50普門寺境内に集合→午前10時普門寺でのお話と写経体験→午前11:45徒歩にて食堂 椿別館へ→午後12:00食堂 椿別館で宝箱御膳のランチを楽しむ(終了後、自由解散)

開催場所 普門寺(富田町4-10-10)
食堂 椿別館(富田町4-14-17)
参加費用 500円
定員 8名
集合場所 普門寺(高槻市富田町4-10-10)
※JR摂津富田駅から徒歩12分
集合時間 9時50分
所要時間 約3時間半(13時半頃終了)

食堂 椿別館
宝箱御膳

富田の古民家で、「整う。そして発酵する」をコンセプトに出汁とお米にこだわった、おいしいお料理をお楽しみください。



07
茨木 自然と絶景を満喫
ダムパーク
いばきたツアー

10月10日[金] 11時～※雨天延期

「日本一長い吊り橋がなぜ茨木市に?」観光ガイドによる案内で、安威川ダムの歴史や役割に触れよう。資料館では、建設当時の貴重な記録やダムができあがるまでの映像を専門スタッフの解説つきで見ることができる。雄大な景色を眺めながら、安威川ダムに架かる全長420メートルの吊り橋を実際に歩いて渡る大迫力の体験を楽しんで。

【タイムスケジュール】
11時～安威川ダムツアー→12時半頃～昼食→13時半頃～ブリッジウォーク
※お弁当はお持ち帰りも可能
※安威川ダムツアー以降は、ガイドなしでの自由行動、現地解散。

開催場所 ダムパークいばきた
(茨木市大字生保53-1)
参加費用 500円
※交通費(バス代、駐車場代など)は実費負担いただきます。
定員 20名
集合場所 ダムパークいばきた パークセンター前
集合時間 11時 ※シャトルバスを利用する場合は、JR茨木駅西口11番のりば「10時25分発」に乗りください。
所要時間 約4時間

de愛・ほっこり見山の郷の「郷の弁当」つき!

季節の野菜のかき揚げ、煮物を中心に郷の恵みたっぷりの自然派弁当をお楽しみください。



※画像はイメージ



09
茨木 文学さんぽ
川端康成ゆかりの地を巡る
半日ツアー

10月22日[水] 9時～

日本人初のノーベル文学賞受賞者であり、茨木市の名誉市民である川端康成。旧制茨木中学校での多感な時期を過ごした茨木に残るゆかりの場所を、地元ガイドの案内で巡る半日ツアー。川端康成文学館や作品に描かれた風景と重なる景色をたどりながら、茨木の魅力を再発見できるはず。

【タイムスケジュール】
9時阪急茨木市駅出発→茨木高校「以文会友」碑→堀廣旭堂→臨濟宗本源寺→東本願寺茨木別院→虎谷書店跡地→ほか茨木市旧市街中心部の川端康成ゆかりの地→京阪新報社跡地→川端康成文学館→12時頃おにクル付近で解散。

開催場所 茨木市内
参加費用 500円
定員 20名
集合場所 阪急茨木市駅西口
バスロータリー前
集合時間 8時45分
所要時間 約3時間

地産地消の
健康ランチが人気の
茨木のごはんカフェ
「satono」の
おもてなし弁当つき!

※画像はイメージ





お気に入りを探す

My Favorite

マイフェイバリット

あの店の、あの商品…。
まだ知らない“地元の逸品”が、
実はすぐそばにあるかもしれません。
シティライフ500号企画として、
北摂エリアに根ざした
お店のこだわりアイテムを紹介。
暮らしにちょっといいもの、
長く付き合いたくなるものを
地元で再発見してみませんか？

夏にうれしい、肌も心も整える“涼感ペースト”
大地の恵み「クレイ」を毎日のケアに

ヨーロッパでは古来から、美容や治療、浄化の目的で使われてきた「クレイ（粘土）」。

細かい粒子が汚れや余分な皮脂をやさしく吸着し、ミネラルを肌に届けながら、バランスを整えてくれる天然素材としてフランスでは注目が高まっている。

高槻市のアロマフランスでは、フランス中央部環境保護区で採掘された高品質なクレイを厳選し、天然成分のみを使用したスキンケア製品を製造。その中

でも長年愛され続けているのが、今回紹介する洗顔とパックができるクレイのペースト。

発売以来、リピーターの絶えないロングセラーで、アロマフランスの「顔」とも言える定番スキンケアだ。

天然クレイの吸着カと、ローズマリーの蒸留水がひとつになった、洗顔にもパックにも使える2WAY処方、肌の汚れや毛穴のつまりをやさしくオフしながら潤いはしっかりキープ。とくに汗

や皮脂が気になる夏には、朝の洗顔で使えば一気に肌が整い、夜のパックで使えば日差しや冷房ダメージをリセットしてくれる。

「肌がごわつかない」、「洗いがりがしつとりつるん」、「無理せず自然にケアできる」と評判で、敏感肌の方にもファンが多い。ナチュラルコスメが好きな方はもちろん、市販のスキンケアが合わない人の「最後の砦」としても長年愛され続けている。



多様なラインナップはWEBサイトをチェックしよう！

La Carriere de Aromafrance

〈ラ・カリエール・ドゥ・アロマフランス〉

高槻市古曽部町2-10-30
営／10時～17時 土日祝定休
※スクール開講日等
臨時休業あり
詳細はInstagramにて
☎072-685-8931

クレイ高槻 で検索



オンラインショップはこちら↓



Menu

- クレイ＆ハーブウォーターペースト (60g) 1,375円
- クレイ＆ハーブウォーターペースト (200g) 3,410円
- 3種類のクレイソープ …2,090円～2,420円

特典

「シティライフを見た」と来店購入の方に500号を記念して、
クレイサシェとハーブティのセットを1個プレゼント! (8月末まで)

Q&A

毎日使ってもいい?

A. 毎日使ってください!クレイはお肌を丈夫にしてくれます。

どんな使い方があるの?

A. 朝の洗顔として、クレイパックの場合は厚めに塗って15分置いてから洗い流してください。

洗い流すときに気をつけることは?

A. やさしくぬるま湯で落とすのがコツ。ゴシゴシこすらず、軽くするように。

香りはありますか?

A. 南フランスで収穫された爽やかなローズマリーの香りをお楽しみいただけます。

「1999ブレンド復刻」 初心を貫く一杯をぜひ

1999年の創業から、この8月で26周年を迎える「マウンテン」。毎日豆と向き合い続ける焙煎職人が生み出す自家焙煎コーヒーは、地元で長く愛されてきた逸品だ。天候や豆の状態に応じて火加減を調整する繊細な技術、そして味に妥協しない真摯な姿勢が、多くの常連に支持され続けている理由。8月は、創業当時の味を現代の技術で再構築した「1999ブレンド」が限定登場。地元で息づく味わいを通して、この街の魅力をあらためて感じてほしい。

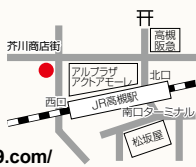


1999ブレンド
1,404円 (200g)
創業月である8月限定で、かつて多くのファンに親しまれたブレンドが、今の技で丁寧に再構築されて登場。あの頃の記憶とともに、今だけの味わいを。



自家焙煎コーヒー マウンテン

高槻市芥川町2-8-21
営／10時～19時
日曜・第2月曜定休
☎072-681-2351
https://mountain1999.com/



オンラインショップ

特典 「シティライフを見た」で店内商品500円以上お買い上げの方に、500号を記念して
王将コーヒーバッグを1つプレゼント! (8月末まで)



My Favorite

**コーディネートプラン
20パーツ**
14,800円～(予約優先)
スタッフの提案付き!マネキンでの着用イメージが見たい方におすすめ。

**セルフセレクト
1パーツ 550円～(予約不要)**
好きな本数で購入可能。少量購入したい方におすすめ。



髪飾りビュッフェ f flower

〈エフフラワー〉

高槻市富田丘町13-17
営／11時～17時
(最終入店16時半)
火・水曜定休 不定休あり
JR摂津富田駅・阪急富田駅より徒歩9分
☎072-691-6550



特典 「シティライフを見た」で1パーツプレゼント (5,000円以上購入の方、8月末まで)

特別な日を彩る 世界でひとつのオリジナル髪飾り

成人式当日はもちろん、前撮りや七五三など、和装に映える髪飾り専門店の「f flower」。ドライフラワーやプリザーブドフラワー、造花、リボン、水引など、500種類以上の手作りパーツが揃う。振袖や髪型に合わせて、自分だけの髪飾りが作れる「髪飾りビュッフェ」は、好きなアイテムを選んで組み合わせていく楽しさが魅力。特別な日をもっと華やかに彩る、あなただけの髪飾りを選ぼう。

bicycle-209 assist 20インチ

数量限定
20台

シマノ製
変速機
搭載



bicycle-211 assist 26インチ

数量限定
20台

シマノ製
変速機
搭載



空気のような身近な存在になりたい
Airbike®
エアーバイク



夏の大量出しセール **新車 57,800円** (税込)

**自転車館
現金購入
キャンペーン**
現金でお支払いの場合、
表示価格より
1,000円OFF
※自転車館だけのキャンペーン

来て、見て、乗って、体験してください!

平日 (月・火・木・金)

高槻市須賀町57-4 営／9:45～13:00
水曜日・日曜定休日
盆休み 8/13～15 ※16日土曜日は営業します

ほぼ毎週土曜日

大試乗会

※営業予定日でもお休みの時があります。右記QRコードより最新営業日をご確認ください。

大型駐車場完備



Santasan 自転車館

日本タイガー電器株式会社
高槻市須賀町57-4
TEL.050-2018-2475



ネット・電話からも
注文可
※アウトレット商品は
店舗販売のみ。

わが家の防犯性を高めるコツ

Point 1

入りにくい家にする

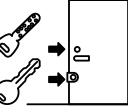
「この家は入りにくそう」と相手に思わせることが、防犯の基本です。死角が多い家は、玄関や裏側の窓のところにセンサーライトをつければ夜間の不審者を驚かせて、追い払うことができます。



Point 2

目立たず守る「ステルス防犯」

これは窓ガラスの内側に防犯フィルムを貼る、ドアは補助錠をつけるといった方法です。実際に侵入しようするとガラスが割りにくい、ピッキングに時間がかかる等で諦めさせることができます。



Point 3

家族でルールを徹底する

家族が複数人いる場合はそれぞれの年齢で生活リズムが違うため、防犯意識に差が出てしまうことも。センサーを勝手にオフにしてしまったり、最後の人が鍵を閉め忘れないようにルールを徹底しましょう。



イマドキの危険。SNSやネット通販の履歴にも気をつける

昔の泥棒は、下見をして郵便受けのチラシが多い留守がちな家を狙っていましたが、昨今ではInstagramやXなどのSNSから情報が漏れることがあります。「今、旅行にきています!」などのリアルタイムでの投稿は避け、ネット通販の段ボールを捨てる時も宛名ラベルは必ず外しましょう。

お得に不用品処分 遺品整理、買取もお任せ

ベテランスタッフの迅速丁寧な仕事ぶりが評判で、お客様同士の紹介多数。引っ越しシーズンが落ち着くこの時期は断捨離する絶好のタイミング!格安で不用品処分してもらえ、さらに買取まで。自社工場で分別するので事前にゴミを仕分ける手間が省けて嬉しい。関西全域を対応。まずは無料見積もりを。

お客様の声

悩みの種だった重たいテレビ台やソファなど、大量でしたが丁寧に素早く運んでくださり、料金もそのまま。駐車も近い場所でなく、ご近所の迷惑にならない位置に停めて作業してくださり、心遣いを感じました。

中岩商事

(ナカイショウジ)

受／8時～20時 年中無休
古物商許可No.大阪府公安委員会
第621120162063号

0120-405-936 (大阪本社)
https://www.fuyouhin1.com/

写真を送るだけ
簡単見積もり↓



LINE

物価高騰で質店のニーズが増加 預かりと買取の相談、査定も無料

買取だけでなく、質預かりの相談が増えている井上質店。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。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、取り扱い商品は幅広いので、手放そうか迷うものがあれば一度相談してみては。



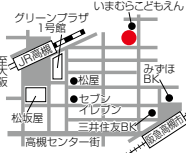
井上質店 高槻店

(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
8/7～8/11休み

072-685-7078

井上質店高槻店



PROFESSIONAL

不用品回収
ならこの店



関西全域 (大阪・兵庫・滋賀・奈良・和歌山・京都)の広範囲を対応してくれる。

MENU

●軽トラック積み放題 (1畳分)..... 13,000円
●2トントラック積み放題 (3畳分)..... 33,000円
(規定量を超えた場合追加料金あり)

特 典
「シティライフを見た」と積み放題メニューをご利用の方、
●エアコン取り外し工事処分費...**何台でも無料**
(2025年12月末まで)



PROFESSIONAL

金・宝石鑑定
ならこの人

井上質店 高槻店 井上 篤哉さん
宝石鑑定士 (GIAG.G)の有資格者。お得に手放す
タイミング等、親身になって相談に乗ってくれる。

7/18 (金) 現在の金相場による同店買取金額
※K24 (1g) 16,790円、K18 (1g) 12,720円での計算

●K24の指輪 (5g) 83,900円
●K18のネックレス (20g) 254,400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

私はこれまで35年以上、警備の仕事に携わり、多くの現場を見てきました。ここ数年は、闇バイト型強盗などの新たな犯罪が増加しています。SNSを使って、見ず知らずの者同士が手を組んで、手当たり次第にターゲットを選び、短時間のうちに現金や貴重品を盗むというものです。必ずしもお金持ちだけではなく、ごく普通の家庭が狙われています。

そして被害に遭った方のほとんどが、「まさか、自分の家が狙われるなんて」とおっしゃいます。ではどうすればいいかというと、自分で自分を守るという意識を持つことと、泥棒や強盗が入りづらいと思う家にするのが大切です。泥棒が入りやすい家の特徴は、①死角が多い家、②鍵の数が少ない家、③夜間の明るさ(玄関や窓が暗い家)です。

これを防ぐためには、玄関や窓に人が近づいたら光るセンサーライトや音が鳴る簡易アラーム、鍵を複数にするだけでも、「この家は入りにくそうだな、面倒だな」と思わせる効果が期待できます。高額な設備は不要で、1万円以内でできるDIY防犯の方法や犯人の心理を逆手にとる方法などを書籍で紹介していますので参考にしてください。

警備のプロが教える 防犯の新常識

著者／倭文浩樹 発行／きずな出版
定価／1,650円(税込)
配本日／2025年5月29日
amazon、Rakutenブックス等で購入可能



ほんの小さな工夫で、わが家を安心な場所に 警備のプロが教える防犯の新常識

暮らしを豊かにしてくれる
プロフェッショナル

困り事は
プロに頼って解決!!

毎日の暮らしを安心して、快適にするためには、時にはプロの力を借りることも必要です。この時期ならではのエアコンクリーニングや家をスッキリさせるための不用品買取、防犯の知識など、毎日の暮らしに役立つ情報をお届けします。

しとり ひろき
倭文浩樹さん
株式会社JSS代表取締役会長。約800名の警備スタッフを束ねる警備の専門家。機械警備が主流の中で「人的警備」を武器にした警備保障会社で、急成長を遂げている。

高級ブランドも安心してお任せ 8月はルイ・ヴィトン修理フェア

靴やかばんだけでなく、財布やスニーカーまで、確かな技術で修理・クリーニングをしてくれると評判の靴専科高槻店。大切に使い続けてきた品を美しく甦らせて、これから先も長く使えるようにしてくれる同店だが、半数近くの手入れがヴィトンの商品だという。正規店販売価格がどんどん高騰している事からリペアの需要も増えているそう。そこで8月9日から「ヴィトン修理・クリーニングフェア」を開催!日焼けや乾燥でひび割れた部分だけ、他の部分と馴染むように革の色を選んでパーツ交換することもできる。ブランドの特性や修理に詳しい店主がデメリットまでしっかりと説明してくれるので安心して任せることができる。傷んで使用できず放置したままのかばんがあるのなら、一度靴専科高槻店に相談してみよう。

一つひとつ手作業

預かった商品は、自社工房で職人が手作業で取り掛かる。作業をする職人に直接預けられるのは安心ポイントだ。

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 8/5～8/8休み
連携駐車場あり

072-668-6026

靴専科 高槻





過去の取材記事はこちら

PROFESSIONAL

靴・靴の修理
ならこのお店







【根革の修理例】上左) Before: 根革部分がちぎれてしまっても縫っている。上右) After: バイピング部分に色を合わせて新たに縫い付けている。左)白ヌメ革だけでなく、使用具合や焼け具合に合わせて革の色を選ぶ。

MENU

●持ち手.....12,100円～
●革縫ぎ.....6,600円～
●バイピング1カ所 5,500円～
●ファスナー.....8,800円～
●内袋交換.....14,300円～

特 典
「シティライフを見た」で
8/9～8/末の期間は
ルイヴィトンの修理・クリーニングが定価から
15%OFF

8月は栃木県の日本酒列車を運行! 大阪モノレール

大阪モノレールでは、ご好評を頂いております「大阪モノレールの日本酒列車」を毎月運行しています。次回、8月23日(土) には「大阪モノレールの日本酒列車 酒どころ 栃木」を運行いたします。モノレールの車内で栃木県の地酒や栃木県産品の魅力が詰まったお弁当をお楽しみいただけます。

[運行日] 2025年8月23日(土) [発着] 万博記念公園駅
[料金] 6,000円(税込)
[同時開催イベント] 万博記念公園駅で、栃木県の特産品を集めた「栃木県観光物産展@万博記念公園駅」を同時開催します。
※内容は変更となる場合があります。

詳しくは
こちら



シティライフの「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による講演会を開催しています。登壇された講師の方々へのインタビュー企画の3回目は作家の林 真理子さんです。

北摂/堺文化大学
INTERVIEW

数々のベストセラーを世に送り出した
大人気作家でありながら、2022年からは日本大学理事長という重責も担う
林真理子さん。1982年のデビューから、今なお現状に満足することなく走り続けています。常に「自己」を更新し続ける、その原動力に迫ります。

大学運営に尽力しつつ
「世に残るもの」を

林さんは現在、日大理事長として多忙な日々を送っている。「おもしろそうだと思って引き受けたんですが」と振り返りつつも、実際の忙しさは想像以上。「週3回くらい大学に行けばいいのかなと思っていたら、平日は朝から晩まで働き通し」だそうで、その多忙ぶりは本業の作家活動を休業状態に迫りやるほどだった。

それでも創作活動をあきらめない林さんの脳裏には、プライベートでも交流のあった瀬戸内寂聴さんの言葉が深く刻まれている。「作家なんて、死んだら1年で本棚から消えるのよ」。この言葉に影響を受けた林さんは、「世に残るものを書きたい」との思いを一層強くする。たとえ多忙を極めても長年続けるエッセイの連載は絶やすことなく書き、新たな小説を執筆するための取材も休日を割いて行っている。

「私は直木賞の選考委員として、若い作家たちを審査する立場でもあります。自分が小説を書いていなければ、恥ずかしいじゃありませんか」と語る姿勢からは、プロフェッショナルの誇りがうかがえる。

尽きることのない
執筆活動への情熱

山梨県で生まれ育った林さんは、大学進学を機に上京。その後、自身で「三流だった」と振り返るコピーライター時代を経て、1982年にエッセイ『ルンルンを買ってうちに帰る



作家
林
真理子氏



作家・学校法人日本大学理事長。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。18年 紫綬褒章受章。20年 日本文藝家協会理事長に就任、菊池寛賞受賞。22年、日本大学理事長に就任。同年、野間出版文学賞を受賞。

筆を置かない理由
創作の核心にある
ゆるぎない情熱

う』を出版。数々の運命的な出会いをしながら、84年に『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。そして86年には、前年に発表した『最終便に間に合えば』と『京都まで』で直木賞を受賞するまでに登り詰めた。しかしその偉業は、林さんにとって「また新たな賞レースの始まり」でもあったという。

その後、若い女性の恋愛を題材にした作品にとどまらず、歴史小説の執筆にも挑戦。そのとき抱いた興味は現在も失われておらず、特に皇室を題材とした作品に取り組み続けている。2024年12月に発表した『皇后は闘うことにした』も、その一つだ。日々の職務に忙殺されながらも書き上げられた背景には、長年にわたる地道な調査と知識の蓄積、そして衰えることのない探究心があった。

作家の資質は
「自分の世界に没頭できるか」

「大阪に来る仕事は日帰りがほとんど」と、ゆっくりする間もない林さん。ただ大阪とは意外な縁もある。本紙のコラム「吾、翔ける」でもおなじみだった今村翔吾さんがオーナーを務める「きのしたブックセンター（箕面市）」を訪れたことがあり、二人して講演会を開いたことがあった。そのときを振り返りつつ、「今村さんの活動は本当にすごいなと思います。出版界全体を考えて活動しながら自分の仕事もされていて、驚くほどパワフルですよ」と、そのバイタリティを称賛した。

「作家の仕事は、体力と集中力が物を言う」。小説を書くために必要な資質を問うと、「密室の中で十数時間没頭できるかどうか」と語る。ときには徹夜を繰り返したり、ホテル

や旅館の一室にカンヅメになったり、またあるときは移動中の新幹線で原稿を書いたり。倒れるまで原稿を書き続けたこともあったという。「作家になるまで、自分にこれほど根性があるとは思わなかった」と語る林さんのエピソードは、どんな状況でも妥協せずに挑み続ける大切さを教えてくれる。



「自分の幸せは自分で決める」

デビュー作『ルンルン〜』が大ヒットした後、「SNSがあった時代ならとても生きていけなかった」と語るほどのひどいバッシングを受け、その後も苦難を何度も乗り越えながら子育てと作家業を両立させてきた林さん。「子どもはあつという間に大きくなる。つらく、しんどいと思うときもあったが、周りの力を借りてなんとかなった。振り返ればいい思い出」。また同時に、「子どもを持たない幸せもある。幸せは自分が決めるもの」とも言う。「人から『こういうのが幸せだ』と押し付けられる時代じゃない」という言葉には、型にはまらず独自の道を切り拓いてきた林さんの歩みがうかがえる。

「人間、好きなことなら辛くても続けていける。私は幸運にもそれを見つけられました」。天職を見つけ、多岐にわたる分野で活躍続ける林さん。自分にとっての「好き」を見つけること、そしてその「好き」を原動力に変えて進み続けることの大切さを教えてくれた。

林 真理子氏の近著



皇后は闘うことにした
1,870円(文藝春秋)

「好きでもない女と結婚するのは絶対に嫌だ」「自分たちは宮家に生まれて、あれこれ苦労した」「あの女王さまでは、子どもをお産みになることは出来ないでしょう」。さまざまな立場に葛藤する皇族を描いた5つの短編には、読む者を圧倒する“心の内”が綴られる。これまで描かれたことのない、衝撃の短編集。

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年度を開講中。11月頃から来年度の受付予定。

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



次号は
映画字幕翻訳者
戸田 奈津子氏
インタビューです

夏トラブルをリセット

とおまの美レスキューサロン教えます

紫外線による肌や髪ダメージ、ゆるみが気になるボディライン…。そんな夏特有の美容トラブルをケアしてくれる“レスキューケア”をご紹介。プロの技術で夏のトラブルをリセットしましょう。

1回で体重1.8kg減、ウエストー6cmの実力アーユルヴェーダで夏太りをなかった事に

痩せたい、肩こりやむくみがひどい、疲れが抜けず不調だらけ。そんな方は本格アーユルヴェーダで内側から巡り改善を。創業27年アーユルヴェーダ痩身サロンSAMSARAはインド政府公認の天然100%ハーブオイルを贅沢に使用。全身の溜まった脂肪をじっくり絞り出し、コリをほぐして血流から改善、自律神経を整えて体の内側から本来の美しさを引き出す。最強痩身マシン×アーユルヴェーダ圧巻ハンドの合わせ技で、1ヶ月後にー4.5kgや、2ヶ月後にー10kgという人も！

痩身マシン+アヴィヤングのここがすごいPOINT

結果重視の圧巻ハンドで脂肪とコリを揉みほぐし全身くまなくマッサージ
全身のリンパとツボを刺激、セルライトを揉み出し、老廃物を排出する。更にスリムバンテージで、大量の汗と共にむくみも改善。スッキリしたボディラインは、1回でウエスト-6cmと結果絶大！

脂肪分解する最強痩身マシン

「脂肪細胞を分解・減少するキャビ×代謝を上げ老廃物を排出するラジオ波×中性脂肪を溶かすLD×タルミを引き締めるLED」脂肪の深部に直接アタック！

アヴィヤングと岩盤浴で美肌効果も高める

天然100%ハーブオイルをたっぷり浸透させ、肌に擦り込み吸収させる。冷え固まった脂肪を絞り出し、大量の汗と共に老廃物を体外に排出する！

首や肩のコリも筋肉の流れに沿って改善

ゴリゴリの肩甲骨や凝り固まった背中の贅肉も、徹底的にほぐして流し痛みの原因から改善！「こんなに満足するマッサージは今までなかった！」と言われるほどの実力。

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

特典 「シティライフを見た」で

- アヴィヤング(全身)150分 ……**体験9,350円**
- 痩身マシン+アヴィヤング(半身)120分 **体験9,350円**
- 痩身マシン+アヴィヤング180分 ……**体験10,450円**
- 通常コースを**40%OFF!**
(初来店の方限定・8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。

夏が終わるまでに少しでも痩せたいあなた まずは1ヵ月ー3kg～ー5kgを目指してみよう

「この夏中にどうにかして痩せたい!」という方に頼ってほしいのが開業43年を迎えた同店。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。メリハリボディだけでなく体質改善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そう。



ファニービーだから ダイエットを成功できました!

途中でこれ以上何をしても無理かも…というダイエットの壁にぶち当たったときにスタッフさんの献身的なサポートで乗り越えることが出来ました。何故痩せないかを探究してあらゆる方法を実践してくれたところがまさにプロでした!
(Aさん・茨木市・30代)

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!**

医療機関提携サロン ファニービー

https://www.funny-bee.jp/ ※8/12～8/15休み

■茨木本店

茨木市西中条町1-1
ハタセViビル3F
営／10時～19時
(土曜・祝日)～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／10時～19時
(土曜・祝日)～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!

Body

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

Facial

肌専門家によるカウンセリング+AI肌診断測定
その後、最適なメニューを施術

「どのメニューを選べばいいかわからない」という方に!
たるみ、しみ、ニキビ、毛穴、皮脂、くすみのあらゆる悩みに一番効果を発揮してくれるメニューを選んで施術してくれる。

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。

顧客満足度の高い低価格リラク

発酵温浴nifuの姉妹店としてオープンして半年が経過、リピーターから満足度が高いという声が上がリ話題になっている同店。低価格設定の秘密は「頑張る女性の美と健康をサポートしたい」との想いから地域最安値を掲げているそう。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 (ととノウ)

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** (8月末まで)

ブランド品・貴金属・宝石・時計の専門店

高価買取実施中!

時計

ブランド品

宝石

貴金属

おかげさまで**14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、お盆休みあり
☎06-6330-5011

ただいま
相場高騰中

ボスフル 検索



東福寺

本堂と開山堂を結ぶ木造橋と真っ赤に色づいた鎔紅葉(たにもみじ)が生み出すコントラストは、息をのむほどの美しさ。



南禅寺

重厚な堂宇が並び、春の桜、初夏の青もみじ、秋の紅葉はもちろん、境内を流れる琵琶湖疏水の水音も爽やかで、夏の“涼スポット”としても人気。

宗旨宗派不問

永代供養志納金

合祀 10万円
ご家族用(ファミリータイプ) 80万円~
樹木葬(お二人様) 70万円

東福寺塔頭善慧院
結縁之塔・永代供養墓
受付センター
☎0120-696-000

南禅寺塔頭・帰雲院
永代供養塔
「ともし碑」受付センター
☎0120-153-594

京都五山に名を連ね、700年以上の歴史を誇る臨済宗大本山東福寺。京都屈指の眺望を誇り、秋には紅葉が映える場所として有名な観光地にもなっている。その東福寺善慧院に四季折々の自然を感じることが出来る納骨堂が好評のようだ。

東福寺と同じく700年以上の歴史を持つ南禅寺は京都東山のふもとにあり、臨済宗の大本山の名利。「新棟のファミリータイプが注目を集め、問い合わせが増えているそう。」「どちらも由緒あるお寺ですが、檀

家になる必要がなく、宗旨・宗派不問で、跡継ぎが途絶えても永代にわたって供養いたします。子どもに負担をかけたくないというたお悩みや、将来が不安なおひとり様(ご夫婦)の終活相談もお受けします。ご自身の看取りから、住職の手配・葬儀・納骨・永代供養まで、一連の流れを全てお任せ下さい」と川上さん。アクセスがよいことから北摂エリアからの見学者も増えているそう。無料の個別相談会を実施しているのでもまずは問い合わせを。

資料請求・見学予約は、
お電話またはこちらから



お盆・お彼岸前の無料仏事相談会
「シティライフを見た」と予約で
●最寄駅からのタクシー代全額負担
●プレート作成費および彫刻料サービス
(8月未まで)

この方に聞きました

案内係
川上 勲さん

永代供養や墓じまい、葬儀など、終活全般のサポートをするプロフェッショナル。



現代社会においてお墓にまつわる事情は様々に変化しています。先祖代々のお墓を見直したいという声やこれからの理想のお墓について、歴史ある京都のお寺に詳しい川上さんに話を聞きました。

七百年の歴史を誇る
大本山寺の永代供養

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP

大長編 タローマン
万博大爆発
8月22日(金)公開
©2025『大長編 タローマン 万博大爆発』製作委員会

バレリーナ:The World of John Wick
8月22日(金)公開
©, TM & © 2025 Lions Gate Entertainment Inc. All Rights Reserved.

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:8/19(火)まで
「服部緑地ウォーターランド ペア招待券」のみ8/5(火)応募締切
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

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。

ミyakumiyakuグッズ
チューリップハット
(2個セット)
1名

ミyakumiyakuグッズ
カチューシャセット
(マイメロディ・クロミ)
1名

服部緑地
ウォーターランド
ペア招待券
10組20名

【提供: 服部緑地スマイルパートナーズ】

109シネマズ
招待券
(一部店舗を除く)
5名

【提供: 株式会社ユーケーケー】

子育て
サポートブック
『子どもたちの未来は、
関わる大人で変わる』
3名

The 4th

万博夜空が
アートになる日

ART NIGHT IN THE SKY AT EXPO '70 PARK

忘れられない夜は、
空から降ってくる。

2025
11/22 SAT
OPEN 12:00 START 19:00
@万博記念公園

本イベントは吹田市の万博記念公園で実施されます。
会場は夢洲ではございませんのでご注意ください。

お問合せ

公式WEB お問合せフォームよりお気軽にお問合せください。内容の確認後、改めてご連絡をさせていただきます。

詳細は公式WEBからチェック！

Q

万博夜空

主催 | 万博花火プロジェクト実行委員会
共催 | 万博記念公園マネジメント・パートナーズ

股関節痛・ひざ痛・腰痛・脊柱管狭窄症・自律神経の乱れ
膝や股関節、体の痛みで将来が不安なら
シルクタッチ整体＋筋膜リリースを試して

「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。階段を上る度に膝や腰が痛む、歩行時に脚の付け根あたりに違和感や痛みがある、通院しても効果が出ず将来が不安になる、という人は同院に相談してみてもいい。「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悩んでいるなら、経験豊富な頼れる先生に相談してみよう。

推薦者の声 両足変形性股関節症で、右足人工関節の手術を2回受けました。その時の大変さから、左足は痛くても手術をしたくないと考えていた時にこちらの整体院を知り、施術を受けるようになって半年になります。体のバランスを整えて痛みを取り、痛みの出ない体作りを教えてくださいたいです。施術もとても気持ち良く、寝てしまいうです（笑）。お陰様で痛みも体の不調もだいぶ良くなり、少しずつ長い距離を歩けるようになってきました。先生を信じてお願いして良かったです。これからもよろしく願っています。（60代女性 Fさん）

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

HPで詳しい口
コミ掲載あり▼

QRコード

HPで詳しい口
コミ掲載あり▼



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。



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、8月末まで）

健康な暮らしを送ろう
カラダの調子を整える

今月のテーマは「妊娠」について。
国際漢方 茨木薬店の戸田先生にお話を伺いました。

最近よく耳にする
「プレコンセプションケア」とは何ですか？

A 女性やカップルを対象として、
将来の妊娠のための
健康管理を促す取組と
定義されています。

コンセプションは受精、つまりおなかの中に新しい命を授かることをいいます。プレコンセプションケアとは、将来の妊娠を考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うことです。妊娠・出産には健康であることが大切です。自分のライフスタイルに適した健康管理を意識することで、将来の健康を増進するとともに望む人には妊娠・出産への適切な準備ができるようになります。早いうちから妊娠も含めた健康に関する正しい知識を持ちましょう。

身体に優しい漢方で、
体調を整えることを
おすすめしています。



国際漢方 茨木薬店
戸田 貴美恵先生

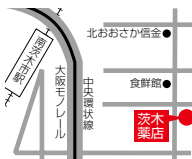
クラシエ薬品認定の漢方アドバイザー。その場しのぎの対処法ではなく、体質と症状に合った漢方の処方や生活習慣を見直すなど、体質改善を重視したアドバイスをしてくれる。

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫、自律神経 など

赤ちゃんが欲しい方、1人目も2人目も
妊娠・授かる・育む体質に漢方で改善

不妊漢方アドバイザーの資格を持つ同店は、一人ひとりの体質と症状に合ったオーダーメイドの漢方処方で体内環境を整え、ピュアな女性ホルモンの分泌を促し、卵の質を高め妊娠率を高めるといいます。「病院の治療も大切ですが、合成ホルモンでなかなか良い結果が出ない方や体調を崩している方、また年齢や婦人病などで諦めかけていた方が、漢方で元気な赤ちゃんに恵まれ大変喜ばれています」と戸田先生。赤ちゃんが欲しい方、子宝漢方はもちろん、アトピー性皮膚炎、メンタル疾患、耳鳴り、生理不順、めまい、身体痛、免疫力アップ、寝たきり予防、健康長寿など諦めないで一度相談をしてみてください。

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



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



茨木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「あなたの町の国際漢方」に掲載された藤本先生。

特典
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→
無料に!（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!
（8月末まで）
※各店予約制の為相談前に一度連絡を

高槻城公園芸術文化劇場で2開催!

8月21日木・8月24日日 時間 10:30～12:30

その他梅田・なんば・天王寺で開催中

梅田	8月2日土	時間 13:30～15:30 場所 大阪梅田ツイン Towers ナース会議室
豊中	8月5日火	時間 13:30～15:30 場所 豊中市立文化 芸術センター
天王寺	8月9日土	時間 13:30～15:30 場所 あべのハルカス 貸会議室
梅田	8月17日木	時間 10:30～12:30 場所 ハービス ENT 貸会議室
大阪本町	8月30日土	時間 13:30～15:30 場所 アットビジネス センター大阪本町 （大阪国際ビル）

参加者の声

自分で勉強しようとするも、情報がありすぎてどれがよいのか分からない状況でしたが、グライブのセミナーに参加して大正解。すぐわかりやすく目的や目標がクリアに。40代会社員

身近な例を用いての説明で分かりやすく楽しくお金のことを学びました! 40代パート

8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）

大阪オフィス 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。お子様連れで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。

コロッケ・トンカツ
洋食のいろは
木屋 野菜店
塩千・乾物
くだもの
ひらい果実店

榎本鮮魚店
肉 づ み 屋
お 茶 園
北 岡 園

たこ焼き・回転寿司・お好み焼き
お た ふ く
宝 石
ジュエリー・アンリ
新 鮮 野 菜
新 鮮 野 菜
鍛 冶 青 果 店

安さ・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

Food Net Mart
毎日 フードネットマート 安い!

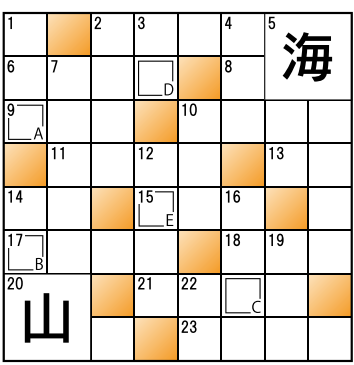
高槻店 高槻市大蔵司3-14-4 ☎072-698-4130
茨木店 茨木市元町8-1 ☎072-665-4567
蛍池店 豊中市蛍池町2-4-17 ☎06-6843-0589
石橋店 池田市豊島北2-4-6 ☎072-761-7777
片山町サンゼリア店 吹田市片山町3-32-3 ☎06-6380-6405

CROSS WORD
漢字入りノーマルクロス

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

7月号の答え: ホシマツリ



解答

A	B	C	D	E

- ↓タテのキー
- キューバの首都
 - 現在放送中のNHK朝ドラ
 - 森の小動物。漢字では「栗鼠」
 - 見晴らしのいいところで楽しむもの
 - カリブの…
 - 坂本龍馬、武田鉄矢
 - 人気の講師
 - 10「赤毛のアン」の養母になった○○○カスパート
 - カリブ海の国、首都はサントドミンゴ
 - 夏目漱石「坊っちゃん」の舞台
 - ホトトギスが鳴くまで待っている
 - 傷病人運搬用の道具
 - 22ドライ・○○○、パンチン・○○○
- ヨコのキー
- 干潟、ムツゴロウといえ九州の…
 - 長期の休暇。英語では「バケーション」
 - 中東の塩湖
 - 9⇒便派
 - 自分がやったのではないのにとばかりを受けた
 - 事前にちゃんとしていないと物事はスムーズに運ばない
 - 漢字の読み方は音と…
 - 14ギャガが描いた「着衣」と「裸」の…
 - まだ来ていない時。○○○永劫（えいごう）
 - 甘辛く濃い味で煮た保存食品。江戸の佃島がルーツと言われている
 - 正体、本性。○○○が知らない不気味な人物
 - 長政、耕伴、涼介
 - 20世紀を代表する指揮者、ヘルベルト・フォン・○○○○
 - 23まつ毛に塗るコスメ

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。

ここから
OPEN THE NEW STORY!
100周年を記念して、創業100周年記念事業の一環として、
 地域を元気にするために、全道各地に「ここから」をテーマにした100周年
 記念事業の一環として、全道各地に「ここから」をテーマにした100周年
 記念事業の一環として、全道各地に「ここから」をテーマにした100周年

ひらく未来
OPEN THE NEW STORY!
100周年を記念して、創業100周年記念事業の一環として、
 地域を元気にするために、全道各地に「ここから」をテーマにした100周年
 記念事業の一環として、全道各地に「ここから」をテーマにした100周年
 記念事業の一環として、全道各地に「ここから」をテーマにした100周年

この街の未来をひらく
北おおさか信用金庫

100th ANNIVERSARY
 おかげさまで100周年

Vol. 101
エキスポシティプレス

EXPOCITY *press*

8
2025 August



LEGO ONE PIECE
A NETFLIX SERIES
レゴ®ワンピース

さあ、大海原へくりだそう!
レゴ®ワンピース イベント
in ららぽーと・ラゾーナ
全国のららぽーと・ラゾーナ
21施設で開催!
7/25(金)~8/17(日)

レゴ®ワンピースの楽しいイベントや、
うれしいプレゼントキャンペーンが盛りだくさん!

LEGO, the LEGO logo and the Minifigure are trademarks of the LEGO Group. ©2025 The LEGO Group.
©Eiichiro Oda/SHUEISHA ©Netflix/Tomorrow



名探偵コナンランド
DETECTIVE
CONAN LAND

2025. **7.14(日) ▶ 10.5(日)** 三井ショッピングパーク ららぽーとEXPOCITY

EXPOCITY
エキスポシティ

©青山剛昌 / 小学館・読売テレビ・TMS 1996



オリジナル・グリーズド®
ソフトクリーム
583円 (take out 572円)
クリスマスビー・クリーム・
ドーナツ
エンタメゾーン 1F

トロピカルな果実
Mサイズ 720円
THE ALLEY (ジャレイ)
エンタメゾーン 1F

cool & yummy
EXPOCITYで楽しむ
ひんやりグルメ

2025 **7/18[Fri] - 8/31[Sun]**

かき氷
いちご 1,120円
台湾甜商店
(タイワンテンショウテン)
ららぽーとEXPOCITY 3F
フードコート

詳しくはコチラ

※価格は全て税込価格です。※掲載内容は予告なく変更となる場合がございます。ご了承ください。
※商品は数に限りがあります。売り切れの際はご容赦ください。※写真はすべてイメージです。

EVENT

プレスバターサンド 催事
「まっすぐつくる、まっすぐ伝わる。」2017年に東京駅で誕生したバター
サンド専門店。
期間 8/2(土)~8/11(月・祝) 場所 ららぽーとEXPOCITY 1F Loft前

ガトーフェスタ ハラダ 催事
1901年創業の洋菓子ブランド。上質なバターなどを使用して丁寧に
仕上げた定番商品ガトラスク「グーテ・デ・ロワ」をはじめ、季節に応
じたこだわりの洋菓子をご用意しております。
期間 8/13(水)~8/24(日) 場所 ららぽーとEXPOCITY 1F Loft前

アーバンリサーチグループ 催事
アーバンリサーチ、ドアーズ、ロッソ、K B F、センス オブ プレイス、等
アーバンリサーチグループのブランドを一同に集めたスペシャルフェア!
期間限定で毎回大人気のサンプル品、B品も随時入荷予定。
期間 8/22(金)~9/1(月) 場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

UR
URBAN RESEARCH

EXPOCITY 吹田市千里万博公園2-1

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

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



ご来館前に最新情報をご確認のうえ、
ご来館いただくようお願いいたします。



エキスポシティの
Instagram公式アカウント

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

@expocity_official

https://www.instagram.com/expocity_official/

「マヌ〜ルのゆうべ」とニフレルが初コラボ！
謎解きイベント開催 (7/19〜9/30)

NHK『ダーウィンが来た!』のエンディングでおなじみのアニメ「マヌ〜ルのゆうべ」のキャラクターたちと一緒に、ニフレルで謎解きにチャレンジ!すべてクリアすると、うれしい特典がもらえます。(1キット1,100円)
謎解き初心者の方から、謎解き好きの大人の方まで難易度の高い選択制の謎もあるので楽しめますよ!制限時間はありません。カフェではオリジナルナポリタンを、ショップではキャラクターガチャを期間限定発売!



7.19.0・9.30.0



Present

「夜にふれる」開催中は、入館者全員にオリジナルリストバンドをプレゼント!暗い場所であふわりと光るので、夜のニフレルをより楽しく演出してくれます。
※画像はイメージです

開催期間 7月26日(土)〜8月8日(金)、
8月18日(月)〜24日(日)
開催時間 18:30〜20:00
(19:00最終入館)

QRコード

閉館後のニフレルは、音や照明を落とした静寂の中で、昼間とは異なる生きものたちの気配に心が動かされます。光が差し込み浮かび上がる水槽や、夜に活発に動く生きものたちの姿にドキドキ。巨大アート空間「ワンダーモーターメンツ」も音のない演出とシントラスミントの香りで、昼とは違う印象に。

夜限定の「なぞなぞBOX」では、生きものの「何か」に触れて確かめる体験が楽しめます。2Fカフェでは、濃厚パニアイスやビールなどの特別メニューでくつろぎの時間を。チケットは事前に入館券での購入が便利です。▼

QRコード

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▶

QRコード

今までのバックナンバーは CityLife Newsから

QRコード

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
こども(小・中学生)1,100円 幼児(3歳以上)650円
駐車場/約4,100台(200円/30分)
平日は終日無料(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)
f x i g y 三フレル 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



わが家のアイドル自慢

WEB版はこちら▶

QRコード

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

QRコード

なぎちゃん / 高槻市

大好きなジャチと♪

Love

つむぎちゃん / 高槻市

スタイしているのに風格満点!

お風呂上がり、バスタオルに包まれてニコニコ

Smile

まひろくん / 高槻市

みらちゃん / 吹田市

お誕生日にヘッドフォンデビュー!

Joy

ぐっすりずやすず

Look

かすみちゃん / 吹田市

応募方法

【締切】2025年8月11日(月)まで
【掲載】CityLife 2025年9月号・CityLife News Web(紙面はWEST版に載る場合もございます) ※応募多数の場合は抽選となります。なお掲載可否に関する連絡は原則行いませんので予めご了承ください。 応募はこちら▶

QRコード



第4回 万博 蚤の市 VINTAGE MARKET

万博記念公園・東の広場に、「古き良き」を愛する人々が集う壮大な蚤の市「Vintage Market―万博蚤の市―」を2025年秋も開催。
国内外から集められた味わい深い逸品が、ずらりと150店舗並ぶさまは圧巻です。
経年によって深まる美しさや、モノに宿る物語を感じながら、一期一会の出会いを楽しめる特別なひとときをお過ごしください。

2025.10.24 fri 25 sat 26 sun 9:30〜16:30 (当日券販売は16:00まで)
@万博記念公園 東の広場
前売り券 ¥700 / 当日券 ¥1,000 (小学生以下無料) 別途公園入園料が必要
小雨実施 ※悪天候により中止になる場合があります。

アンティーク
ヴィンテージ
古道具／古家具
古着が大集結

City Life



主催: シティライフNEW
問い合わせ先: 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

※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。

QRコード

web

QRコード

Instagram

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。

子どもの成長を支える20の体験

出典:国立青少年教育振興機構

体験活動

自然体験・集団活動・地域行事・社会貢献
職業体験・文化芸術体験・科学体験・国際交流体験

キャンプや登山、虫捕り等の自然体験はもちろん、演劇鑑賞や展覧会に行ったり、地域のボランティア活動に参加するのもおすすめです。



生活・文化体験活動

規則正しい生活・遊び・お手伝い・家族行事
運動/スポーツ・読書・動植物とのふれあい・探究学習

早寝・早起きを習慣化し、一緒に料理を作ってみるのもおすすめです。ベランダや庭で植物を育ててみると色々な発見があるでしょう。



人とのかかわり

家族とのかかわり・友達とのかかわり
先生とのかかわり・地域の人とのかかわり

様々な人とのかかわりも子どもの成長にとって重要です。夏休みの帰省で、おじいちゃん、おばあちゃんとふれあうのもいいですね。



取材協力
NPO法人 いきはぐ <https://ikihug.com/>

NPO法人いきはぐ
『生きる力』をはぐくむ教育研究家
征矢 里沙 さん
慶應義塾大学総合政策学部にて、シュタイナー、サドベリー等のオルタナティブ教育を研究。2012年に「NPO法人いきはぐ」を起業。2人の男児の母。子育て・教育雑誌「FQ Kids」編集長。



この方に聞きました

自然の中の体験活動
夏休みは子どもにとって様々な体験活動ができる絶好の機会です。山や森で虫捕りをしたり、海水浴なら貝を探したり、どろんこ遊びも気軽にできます。家の中とは違って自然の中なら、子どもたちは思いっきり自由に遊ぶことができるので、「非認知能力」といわれる、自己肯定感やコミュニケーション能力が育ちます。たとえば虫を見つけて観察することで、なぜこんな色や形をしているのだろう?と驚いた

対応力も育つ
暑かったり、雨が降ったりと、自然の中は室内より変化が多く、対応力を問われることも木陰に行くと少し涼しいと感じるのも経験の一つで、なにか問題が起こった時の対応力にもつながります。

体験は家の中でも
自然体験以外にも、親子で一緒にお菓子づくりをしたり、ベランダや庭で植物を栽培するのも良い実体験になります。失敗も経験のひとつで、次はどうすればいい?と考えるきっかけにもなります。親がいろいろと準備して、詰め込み気味に体験させるよりも、できれば子どもがやりたいことに挑戦させてあげるのがおすすめです。自立的に行動できるよう、親子で楽しい体験を積み重ねてみてください。

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



夏休みこそ、子どもたちに様々な実体験を 子どもの成長を支える

体験の重要性

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「体験」。子どもの健やかな成長のために、幼少期から様々な活動に挑戦し、多様な経験を積み重ねていくことが推奨されています。『生きる力』をはぐくむ教育研究家の征矢里沙さんに普段から取り組める体験についてお話を聞きました。

自然の中の体験活動

夏休みは子どもにとって様々な体験活動ができる絶好の機会です。山や森で虫捕りをしたり、海水浴なら貝を探したり、どろんこ遊びも気軽にできます。家の中とは違って自然の中なら、子どもたちは思いっきり自由に遊ぶことができるので、「非認知能力」といわれる、自己肯定感やコミュニケーション能力が育ちます。たとえば虫を見つけて観察することで、なぜこんな色や形をしているのだろう?と驚いた

体験は家の中でも

自然体験以外にも、親子で一緒にお菓子づくりをしたり、ベランダや庭で植物を栽培するのも良い実体験になります。失敗も経験のひとつで、次はどうすればいい?と考えるきっかけにもなります。親がいろいろと準備して、詰め込み気味に体験させるよりも、できれば子どもがやりたいことに挑戦させてあげるのがおすすめです。自立的に行動できるよう、親子で楽しい体験を積み重ねてみてください。

英会話スクール



月謝制で便利な振替制度があるので無理なく続けられるのが嬉しい!



Instagram→

イングリッシュワールド

英検®・英検®Jr. 受験準備会場認定校
[姉妹校]
千里中央校、緑地公園校、豊中校、塚口校、天王寺校
<https://english-w.jp>

●茨木校
茨木市末広町1-1
井原興産ビル5F
受付/11時~20時
(土曜日10時~18時)
月・日・祝定休
☎072-632-5578



自然と身に付く発音の良さに驚き 世界でいかせる本物の英語力

小学生で英検®準2級合格者を輩出する実力派スクール。質の高い英語教育が評価され、「オックスフォード・クオリティ・プログラム」認定校に選ばれた。1歳半から通える人気のベビーコースをはじめ、3歳以上は英語4技能をバランスよく伸ばすカリキュラム。文法クラスは日本人講師が担当し、しっかりサポート。まずは無料体験へ!

特典 「シティライフを見た」で(8月末まで)

- 入会金→50%OFF
- ペア割引→教材費100%OFF (2名以上同時入会)
- スクールバッグプレゼント (小学6年生まで)
- 入会セットプレゼント
- 体験レッスン初回無料

※各特典利用は、レッスンを3か月以上継続される方に限る



●高槻校
高槻市紺屋町6-5 イマホビル2F
(駅前郵便局前)
受付/10時~21時
(土曜日10時~18時) 月・日・祝定休
☎072-685-7212



「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?

8・9月の説明会参加者全員に
Amazonギフトカード1,000円分を進呈!

※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

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。
★マークの説明会は現役の「くもんの先生」の体験談付きです。

地区	日程	時間	会場
豊中市	8/25(月)	10:00~11:30	公文式 千里中央駅前教室★
	8/28(木)	10:00~11:30	菅根会館
摂津市	8/28(木)	10:30~12:00	摂津市立第35集会所
	9/18(木)	10:00~11:30	公文式 千里丘西教室★
高槻市	8/26(火)	10:00~11:30	クロスバル高槻
吹田市	8/29(金)	10:30~12:00	ゆいびあ★
茨木市	9/5(金)	10:00~11:30	おにくる★
	9/11(木)	10:00~11:30	公文式 JR茨木駅前教室★
三島郡	9/11(木)	14:00~15:30	公文式 青葉教室

0120-834-414
公文教育研究会 大阪プランチ1チームユニット



KUMON

web説明会は
8/2(土)・8/4(月)・8/6(水)など、
9月まで多数実施!
詳しくはHPをご確認ください!

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)
●仕事内容 >>> ●教材は算数・数学・英語、国語
●収入は生徒数により異なります。

バルーンの七五三 夏休み前撮り 8月31日までの撮影 お得が一杯 キャンペーン

衣装・美容・着付け・アルバム 8月撮影+秋のお出かけすべて込み 8月撮影秋のお出かけ2度のお仕度付き

おでかけ
8ポーズプラン
ご家族ご兄弟撮影OK!
ご兄弟も撮影時、衣装無料
(洋装1着)

2ポーズ2面台紙(29cmx29cm)
18cmx13cm
8データ
画像付

ハーフキャビネ6ポーズ6面台紙(15cmx15cm6面)
11月の撮影は別日の
お出かけでも下記価格
8月前写し 神社にお参りは
特別価格 11月または別日

3歳女児被布	32,800円(税込)	21,800円(税込)
5・3歳男児	32,800円(税込)	21,800円(税込)
7歳女児帯付	34,800円(税込)	23,800円(税込)

※ 価格には前撮りは勿論お参り日の支度も含めます

スタッフイチオシ!
おでかけ お着替えOK!
シュシュ 和装洋装
4ポーズプラン

15x15cm
11月の撮影は別日の
お出かけでも下記価格
8月前写し 神社にお参りは
特別価格 11月または別日

3歳女児被布	31,800円(税込)	19,800円(税込)
5・3歳男児	31,800円(税込)	19,800円(税込)
7歳女児帯付	33,800円(税込)	21,800円(税込)

※ 価格には前撮りは勿論お参り日の支度も含めます

ご家族写真に
お母様も着物

8月限定価格 2,750円
訪問着はお選び頂けます
着付け・髪・毛セット付
詳しくはホームページで

9x12cm手札サイズ4枚プレゼント
2画像
CDR

和装2ポーズ
高級台紙付き2面
衣装美容着付
9,800円
すべて込みの税込価格

30cmx30cm台紙入り6切りサイズ

ご兄弟姉妹ご家族も写真にお入り頂けますが主役のお子様以外、お着替えはできません
豪華6ページデザインアルバムセット、兄弟姉妹着替えできます

美容・着付け・衣装 付き
巻き表紙も写真入り
すべてを含んだ
税込価格 21,780円

7五三セットA
B5・6ページ
デザインアルバム
30cmx30cm2面台紙
15cmx15cm6面台紙
画像(CDデータ8画像)

兄弟OK! 着替え出来ず
B5・デザインアルバム
30cmx30cm2面台紙
15cmx15cm6面台紙
画像(CDデータ8画像)

七五三セットAに限り七五三 どの年齢でも一人+5000円でお出かけできます

フォトスタジオバルーン 検索
高槻市千代田町5-5 毎週木曜日定休 夏季休暇
フリーダイヤル 0120-753-317 8月5日
高槻スタジオ 072-668-7456 8月6日
8月7日
以上3日間いただきます ※バルーンの価格はプラン価格のみ撮影料等はありませ



教育特集

子どもの学びナビ

Kodomo no Manabi Navi



英語個別指導塾
イオンモール茨木前

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



通常コースは週1・2回の指導で3級→準2級→2級

「2級合格10回講座」・・・88,000円(税込)
下記の時間割の中から10回を選択 ※各70分間
[月～金] ①17時40分～②19時～③20時20分～
[土] ①13時～②14時10分～③15時20分～

- ①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
- ②カードを見ただけで話さなければならない
要点がすぐにわかる「目からウロコ」の
スピーキング指導
- ③英単語をスピード蓄積できる「@暗記法」を
伝授してリーディング対策
- ④リスニング対策は特別編集で取り組みやすい
過去問CDを各自に貸し出し

特典 「シティライフを見た」で8月末まで
2級合格10回講座・・・88,000円→**66,000円**

イープラスでは通常コースとは別に「一直線で2級に合格する」短期集中コースを特設。英検®は今年4月から準2級と2級の間に新しい級(準2級プラス)を導入。しかし多くの受験生にとって「そんな時間はかけていけない」というのが正直なところ。イープラスは90%以上の生徒を2級に合格させる英語の専門塾。すでに準2級に合格している生徒を対象に10回の個別指導で2級に合格できる特別なカリキュラムを完成。イープラスの「2級合格10回講座」は次の検定で合格をめざす「忙しい生徒」に最適な短期集中コース。また、何度か不合格が続いている生徒には、まさに起死回生の大逆転コースになるだろう。

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

指導対象学年
小学4年～高校生



HPIはこちら



個別指導
茨木

オリジナル教材の威力がすごいと評判
化学専門「花塾」茨木校が新規開校



「できる」を追及したオリジナル教材

「これをやったら難関大の入試が定期テストみたいに思える!」「すべてはこの中から出る」と生徒が言う秘伝のオリジナル教材を使用



化学専門塾 **花塾**

House of Bricks茨木校

茨木市舟木町3-12

福寿ビル2F

営/14時～22時

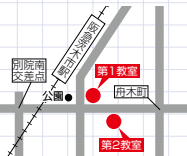
☎072-866-0119

化学 花塾

で検索



詳細はこちら



難関大・医学部志望の高校生に圧倒的支持を集める化学専門「花塾」が、茨木に初進出。大阪大学の入試本番で満点を叩き出す完成度、学年1位常連の成績、さらには「入試で花塾の内容が9割出た」との声もある実力派塾だ。東京ではすでに東大・京大・医学部合格者を多数輩出し、信頼と実績を積み上げてきた花塾。学びの本質を突いた授業は、化学を「覚える科目」から「考える武器」へと変えていく。映像授業や参考書では得られない、「脳が動く」学びを体験しよう。高2の夏は、受験に向けた重要な分岐点。わかっていても動けない生徒が多い中、保護者の声かけが行動のきっかけになることも少なくないので後押しは効果的なはず。早期満席が予想されるため、面談予約はお早めに。



イチオシ **menu**

オーナー宮本さんのカット

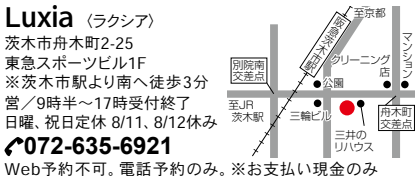
私がクセ毛で悩んだ経験から、本場ロンドン・ササンのカット技法を基本に腕を磨き続け、毛流れを計算するカットでクセやうねりを抑え、乾かすだけでまとまりやすいヘアスタイルを実現できるようになりました。自分の髪質が好きになる様な、クセを味方にする提案をいたします。
スタイリスト 宮本さん

クセ毛改善カット希望の方は予約時にオーナー宮本さん指名

乾かすだけでできるクセ毛や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の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 8/11、8/12休み
☎072-635-6921
Web予約不可。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(平日のみ)

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

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



／スタイリストイチオシ／

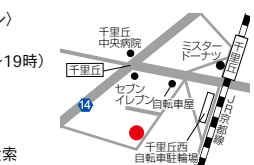
キレイになりたいを叶える hair menu



オーナー花野さんが美しさを引き出すスタイルを創る。

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
8/18～8/21休み
☎06-6339-6623

シュクレ 千里丘



どこから見られても美シルエットカット

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」という来店が多い。収まりが良いので自宅でのスタイリングも簡単になり、忙しい朝の時短に!髪のを傷めない特殊なカット技法の腕をもつオーナーによるマンツーマンで施術なので安心できる。



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**
(8月末まで)

摂津市商工会

kids&摂津親子まちゼミ

「こんなこと知りたかった」「体験したかった」など、子ども・親子で体験いただける夏休みの宿題にも適したイベントです。お店からの無理な販売等がないので安心してご参加いただけます。
【実施】7月21日(月・祝)～8月25日(月)
【場所】市内各店舗等

おしごと体験

こんなお仕事をやってみたいなど、お気軽に「おしごと体験」できます。
求人票をご覧ください。

共に摂津市外からのご参加也大歓迎!詳しくはホームページにて。



まちゼミ



おしごと体験

茨木商工会議所

1 on 1 いばらき異業種交流会
参加者募集

異業種交流会としては珍しいスタイルである、1対1トークを実施する異業種交流会です。一方通行の売込みからは、ビジネスも人間関係も発展はありません。お互いを知り、人と人としてきちんと向き合うことから、きちんとした繋がり構築していく。そんな交流会です!

【開催日時】8月29日(金)14時～17時
【開催場所】茨木商工会議所 会議室
【対象】経営者、事業主、創業者、創業希望者・社員&従業員
【参加費】無料
【申込み】右のQRコードまたは、茨木商工会議所ホームページからエントリー
【主催】茨木商工会議所
茨木市若倉町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

新入社員フォローアップセミナー

【日時】9月5日(金)13時半～16時半
【会場】高槻商工会議所 4階大ホール
【内容】①入社してから今までの振り返り
②ビジネスマナーの再確認
③基本ビジネススキルを身につける
④効果的な時間の使い方と仕事の進め方を習得

【受講料】無料
【定員】先着30名(1事業所2名まで)
【対象】入社1年目の新入社員等
【講師】EMIコンサルティング
代表 福井 充雄 氏
【主催】高槻商工会議所 中小企業相談所
高槻市大手町3-46
TEL 072-675-0484
【協力】大阪府(OSAKA)しごとフィールド)
【申込み】右記QRコードよりお申込みください。



商工会 商工会議所 通信

SHOUKOUKAI SHOUKOUKAIGISYO
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!

ABC HOUSING

WELLBe

みのお

涼しく快適なスタジオで、ナビゲーター「ミーノ」と未来を探検してみませんか？
全身で体感できる映像アトラクションをぜひ親子でお楽しみください！

ミーノ

Let's go!

くわしくはここから

IMMERSIVE STUDIO

イマーシブスタジオA

※画像はイメージです

ご来場プレゼント

8/1金～31日

※水曜日を除く(8/13は営業)

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。

マンゴープリン&フルーツゼリー

ギフト

4種類10個入り

喉ごしのよいなめらかなマンゴープリンとみずみずしい食感のフルーツゼリーのセットをプレゼント！

※写真はイメージです ※賞品は予告なく変更される場合があります ※他の広告の賞品と重複して受け取ることはできません(一部除く) ※賞品のお渡しは期間中1世帯につき1回限り

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。

8/2土

14:00～20:00

キッチンカー/11:00～20:00

緑日あそびや盆踊り、うちわづくり体験、お祭り気分を盛り上げるキッチンカーなど、夏を満喫できる1日をお届けします！

緑日あそび

光るおもちゃすくいやスマートボール、射的など、定番の緑日が大集合！手裏剣投げなどの珍しいコーナーもあります！

盆踊り

初めて盆踊りをする方でも楽しく参加できます！みんなで一緒に踊って夏の思い出をつくろう！

うちわづくり体験

自分だけのオリジナルうちわをつくろう！

豊中えびすコラガ企画

エレクトーンコンサート

※各コーナー1回300円

※参加費1回300円(浴衣の方は無料)

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

無料

※カエルポイントが必要です

ワークショップ

有料

■射的

■おもちゃすくい

11:00～

13:00～

14:00～

15:00～

紙芝居

無料

14:00～

ドローン体験ゲーム

無料

緑日

無料

達 淳一

気象予報士と学ぶ！

キッズお天気教室

8/10日

各回15組様

小学生以下限定

①11:00～

②14:00～

テレビでおなじみの現役キャスターと一緒に学べる参加型のお天気教室を開催！実験やクイズなどで楽しみながら学べます。

夏休みの自由研究に！

夏到来！Kids SUMMER抽選会

水遊びグッズを抽選でプレゼント！ハズレてもミニおもちゃがもらえるよ。

200組様

小学生以下限定

A賞

1組様

レインボープレイセンター

B賞

1組様

シャワープレイングプール(スイカ)

C賞

3組様

ジュニアポート(マリンカラー)

※写真はイメージです

キッズデジタルアトラクション

BUGS PARTY

(バグズパーティー)

自分で描いた昆虫めりえが3Dになって大画面に飛び出してバトル！参加者には昆虫缶バッジのプレゼントもあるよ。

8/11月祝

150組300名様

小学生以下限定

※1組2名様まで参加できます

家族で一緒にあそぼう

ニッポンの夏、花火抽選会

200組様

小学生以下限定

特賞

2組様

すごい噴出ギッシリ

1等

5組様

100カラース

2等

13組様

増量大作戦S

※写真はイメージです

親子Smile 科学あそび体験

カラフル水玉づくり

8/11月祝

200組様

小学生以下限定

ロート製薬発！親子と一緒に“変化の魔法”を楽しもう！水がつかめる！？色んな形がつくれる？科学あそび体験で、ワクワクしながら学ぼう。

しまじろうとわくわくさつえいかい

8/16土

各回30組様

小学生以下限定

①11:00～

②13:00～

③15:00～

しまじろうがウェルビーみのおにやってくる！夏の思い出にぴったりな、笑顔いっぱい写真を撮りましょう！

※写真はイメージです ※カメラはご持参ください

©Benesse Corporation 1988-2025 / しまじろう

※「しまじろう」は(株)ベネッセコーポレーションの登録商標です。

ABCハウジング ウェルビーみのお

〒562-0033 箕面市今宮1丁目1番1号

☎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

■JR「茨木」駅・阪急「石橋阪大前」駅から阪急バス「今宮」「西宿」停留所下車

駐車台数には限りがございます。公共の交通機関をご利用の上、ご来場ください。

アクセスMAP

※車でのアクセスはこちらを参考にお越しください。

【OBAKEなつまつり】

8/17日

小学生以下限定

光るモンスター工作

※いづれかひとつ

200組様

光るモンスターズ

ゾンビアタックゲーム

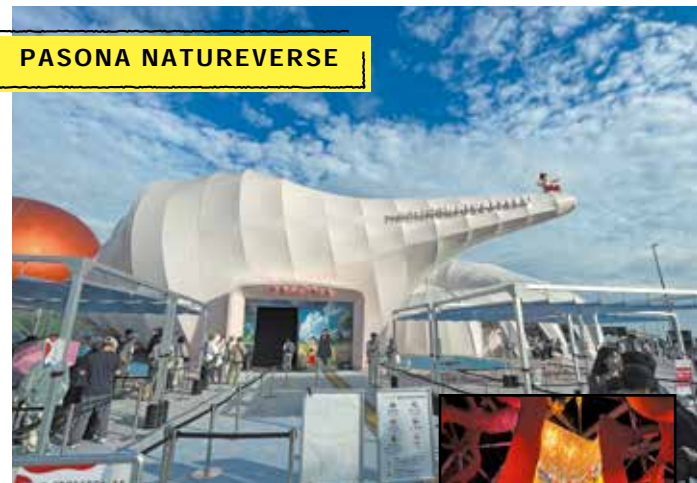
先着200組様には景品をプレゼント！

※イベントについては一部、ABCハウジングのアカウントにご登録いただいた方が対象です。登録後、会場受付にてマイページの二次元コードをご提示ください。※雨天の場合などは内容が変更される場合もあります。最新情報はABCハウジングホームページでご確認ください。また、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)です。また、期間中1回限りとし、参加組数には制限があります。※掲載写真はイメージです。

大阪・関西万博ってこんなところ! Vol.4

親子でワクワク! 未来探検ツアー

日に日に盛り上がりを見せる大阪・関西万博。編集部もこの一大イベントを盛り上げようと、さまざまな楽しみ方を毎月特集しています。今月は「親子で楽しむ」がテーマ。最新技術や環境、宇宙など、子どもたちの好奇心を刺激するパビリオンを紹介します。学びと感動に満ちた、未来体験の夏休みを楽しみませんか。



いのちの不思議に感動 未来医療を親子で体験

鉄腕アトム進化系キャラ・ネオアトムとブラック・ジャックが未来の医療や社会を紹介。「いのち、ありがとう」のテーマを元に、iPS細胞で作られた心臓の展示や未来の眠りを体験できる空間、迫力ある映像ショーが用意されている。この機会に、生命の尊さや未来の可能性を親子で考えてみよう。



吹田にある万博記念公園・太陽の塔の内部をオマージュした「生命進化の樹」。



(上) iPS細胞やiPS心筋シートの技術を活用した、約3.5cmのiPS心臓。培養液の中で鼓動する様子は必見。
(下) 上下水平に形を変える、LEDキューブからなるスクリーンは圧巻の映像美。



パナソニックグループパビリオン ノモの国



+ 五感で感じる「循環」探検



館内はキラキラした幻想的な空間なので、歩くだけでも癒される!

「循環」をテーマに、結晶型デバイスを手に巡る探検型パビリオン。森を模したエリアでは、木や岩にデバイスをかざすと音や光が反応し、五感を刺激する演出が楽しめる。自由な音・光・風に包まれた空間は、子どもから大人まで夢中になれるワクワクが満載だ。



三菱未来館

深海から火星までを巡るいのちの旅

「生命」をテーマに、深海から火星までをめぐる旅を体験できる没入型映像パビリオン。床から天井を覆う約9メートルの大型スクリーンが、来場者を圧倒的なスケールで包み込む。前方の座席では臨場感あふれる迫力を、後方の座席では映像美をじっくりと楽しむことができる。



火星の映像はNASAのデータを元に、かなりリアルに再現されてるんだとか!



ガスパビリオン おばけワンダーランド



案内役のおばけ・ミッチー(左)がワンダーランドの案内役。

おばけ体験で知るエネルギーの未来

XRゴーグルを着装して「おばけ」になりきる、没入型のテーマパーク体験。欲しいモノが何でも、手に入る夢のような世界で自由に遊んでいると、突如現れる巨大なおばけ…!?驚きとワクワクの展開の中で、最新のガス技術や未来のエネルギーについて学べるパビリオンとなっている。



/ ゴーグルを着装するとおばけの世界に一変!



手からビームを出して敵と戦うシーンは興奮するよ〜!

耳よりトピックス

北摂からのアクセスはエキスポライナー&バスでスムーズに

北摂から夢洲会場(西ゲート)へは、新大阪から直通(大阪駅経由)のJRエキスポライナーが便利。新大阪から桜島まで約20分、桜島からはシャトルバスで約20分でアクセスできる。



取材を通じてわかった、ちょっと得する耳より情報や雑学をお届けします。大阪・関西万博に行く前に、ぜひチェックして参考にしてください!

話題の伸縮椅子で並び時間をラクに過ごそう

待ち時間も座ってラクに過ごせる伸縮椅子(約1,000円〜3,000円)が人気。持ち運びも簡単で、必要な時にサッと広げて使えるのが魅力。家ではステップとしても活用できる。



万博グッズの読者プレゼントあり! 詳しくはP.11へ!



ブルーインパルスの操縦士には吹田出身のパイロットが搭乗

7月12・13日に行われたブルーインパルスの展示飛行で3番機に搭乗していたのは吹田出身の松浦翔矢1等空尉。ブルーインパルスの任期は3年で、万博に合わせて配属を志願したそう。



万博記念公園だより 8月号 令和7年7月22日発行 通巻543号

BAMPAKU News

2025
08

1ban Park

大阪府広報担当副知事
もずやん万博記念公園
Expo'70 Commemorative Park万博
夏
まつり

記憶に残る夏

イルミネーションで
幻想的に彩られた
万博記念公園で
屋台、縁日、盆おどりから
DJや様々な
ステージコンテンツまで楽しめる
今年3年目を迎える
関西最大級の夏まつり。7/26(土)は「万博夜市withピアガーデン(お祭り広場)」はお休みとなり、「マンゲキ夏祭り2025(お祭り広場)※入場料が5,500円」を開催します
詳しくは万博記念公園の公式ホームページをご確認ください。※イルミナイト万博と花火広場は開催しています。

万博夏まつり

BAMPAKU SUMMER FESTIVAL

各日 17:00-22:00(入園は21:30まで) [場所] 太陽の塔周辺・お祭り広場・東大路ほか

7/25(金)・27(日) ★7/26(土)はマンゲキ夏祭り2025

8/1(金)～3(日)・8(金)～12(火)・22(金)～24(日)・29(金)～31(日)

9/5(金)～7(日)・13(土)～15(月・祝) 計23日間

イルミナイト万博



ライトアップされた太陽の塔が幻想的に灯る夜の万博記念公園で光と音で来場者を出迎える特別演出は必見! ライトアップされた約50mの風鈴、風車、吹き流しの風の小径も登場! 手持ち花火ができる花火広場も設置。

● 太陽の塔周辺・東大路/[花火広場] 東の広場西側園路

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

万博夜市withピアガーデン

ピアガーデン、屋台メニュー、お酒好きの居酒屋メニュー、スイーツ等の充実したフードエリアを中心に家族で楽しめる縁日コーナー、ステージでは盆おどり、阿波おどり、うたうまカラオケ選手権や和モノDJ、ハワイアンフラ、地元大学の吹奏楽部等の演出で連夜夏の夜を盛り上げます。事前予約で安心して座席を確保出来るリザーブシートもご準備しています。● お祭り広場 ① 入場は21:30まで
20歳未満の飲酒は法律で禁止されています。

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

[場所] お祭り広場、東大路 ほか [入園ゲート] 中央口ゲート、日本庭園前ゲートのみ(入園は21:30まで) ※東口、西口ゲートからの入園は16:30まで ※雨天決行、荒天中止 [駐車場] 中央駐車場、日本庭園前駐車場のみ最終入場21:30、閉場22:30 [主催] イルミナイト万博:万博記念公園マネジメント・パートナーズ/万博夜市:万博夏まつり実行委員会

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) 万博夏まつり開催時は22:00(入園は21:30まで)

問合せ | 万博記念公園コールセンター ナビダイヤル0570-01-1970 / ☎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



いばきたエリアの新たなランドマーク

日本最長の吊り橋
「GRAVITATE OSAKA」

2025年3月にオープンした「GRAVITATE OSAKA」。日本最長となる全長420mの歩行者専用吊り橋「GODA BRIDGE」をランドマークに、スリル満点のアクティビティや地元食材を生かしたグルメ、そして家族で楽しめる公園施設が一体となった新たなレジャースポット。梅花女子大学の日本文化学科観光ビジネス演習の学生と一緒に取材をしました。



圧巻の景色とスリル

シンボルである「GODA BRIDGE」は、全長420mを誇る日本最長、世界でも3番目の長さの吊り橋。幅は約1.5m、湖面からの高さは約55mあり、最大1,800人が同時に渡ることができる。橋の中央部からは大阪市内や四季折々の自然を一望できるほか、適度な揺れを感じる構造のため、歩くたびに吊り橋ならではのスリルも。子どもや高齢者をはじめ、車いす利用者も通行できるようユニバーサルデザインを取り入れているのも特徴だ。

食とくつろぎも充実

アクティビティだけでなく、食事や休憩スポットも整備されている。レストラン「420CAFE」では、安威川ダム湖をイメージした「ダムカレー」や茨木市産のイチゴを使ったスイーツなど、地元食材を生かしたメニューを提供。大きな窓から吊り橋を眺めながら、ゆったりと食事を楽しめる。屋外のコンテナショップには、抹茶スイーツや近江牛ハンバーガーなどが揃い、テイクアウトメニューも充実。また、芝生広場や子ども向け遊具なども完備。親子やペット連れにも訪れやすい環境だ。



地元の魅力を食で表現

安威川ダム湖をイメージした「ダムカレー」をはじめ、茨木市産のイチゴを使ったスイーツも楽しめる。



ブリッジウォーク

吊り橋を歩いて渡る体験で、年齢制限はなく、車いすでの参加も可能。
料金: 大人1,100円 / 小学生550円 / 未就学児無料 + 入園料
対象: 全年齢



ブリッジクライム

世界初。高さ60mの主塔に設置された420段の階段を登るアクティビティ。
事前予約料金: 4,500円 (入園料サービス・橋通行料別)
対象年齢: 15歳以上、体重40kg～120kg
※18歳未満は保護者の同意書が必要です



ブリッジバンジー

約50mの高さから湖面にダイブ。時速60km以上のフリーフォールを味わえるスリリングなアトラクション。
事前予約料金: 16,000円 (入園料・橋通行料サービス)
対象年齢: 15歳以上、体重40kg～120kg
※18歳未満は保護者の同意書が必要

空中アクティビティが充実

ブリッジスイング

吊り橋の下でブランコのように大きく揺れる。最高時速は50kmに達し、1人乗りと2人乗りが選べる。
事前予約料金: 15,000円 (1名様あたり / 入園料・橋通行料サービス)
対象年齢: 15歳以上、体重40kg～120kg
※18歳未満は保護者の同意書が必要です
1人乗り、2人乗りが選べる



自然と人がつながる新しい空間

「ダムパークいばきた」内に位置するGRAVITATE OSAKA。芝生広場や子ども向け遊具、ドッグラン、屋根付きのパークセンターなども。



地域活性につなげていく

梅花女子大学の学生に、観光による地域活性化について講義するデビッド・スコットさん (Gravity Park Holdings株式会社 代表取締役)。スコットさんは「日本最長の吊り橋や、関西唯一の空中アクティビティといった話題性のある観光資源により、府内外からの来訪者を増加させることができる。これにより周辺の商業施設、飲食店、宿泊施設などへの波及効果が期待され、地域経済の活性化に繋がる」と話す。



GRAVITATE OSAKA (グラビテート オオサカ)

茨木市生保53-1
営 / 9時～18時 (季節により変動あり)
入園受付: 9時～17時、アクティビティ受付: 10時～16時半

予約・詳細はホームページをご覧ください



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紹介します。

コープミニルミナス箕面

箕面市如意谷4-6-19
072-724-8761
営業 / 10時～20時
店休日なし(1/1～3を除く)

いつでも新鮮に感じてもらえる売り場づくりを

見晴らしのいい高台に建つ「ルミナス箕面の森」の敷地内にある当店は、近隣の組合員の皆さまにご利用いただいています。入口付近には、目新しいカップ麺や話題のお菓子を集めた特設コーナーを設置。常連の方にも新鮮な気持ちで楽しんでいただけるよう工夫しています。ご来店の際は、ぜひ一度のぞいてみてください。

店長(右)、スタッフの皆さん



もずくのスープを活用して絶品酢の物に



コープ KOBÉ

ちりめん

やわらか仕上げ

(15g×2/289円)

食べ応えのある太もずくは、ちりめんじゃこや茹で蛸のスライス等を加えるだけで、おいしい酢の物に早変わり!

おすすめアイテム

お米の代わりにお餅を上手に活用!



コープ KOBÉ

もちり切り餅・もちりまる餅

(各500g/516円)

店頭にお米がない時によく売れたお餅。砂糖水と一緒にレンジで温めて、仕上げにきなこをかけるのがお気に入りレシピです。

8月のツキ推し! 8/8(金)からスタート

マンゴー&アップルスムージー 125ml



りんご果汁をしぼった後に残る繊維分(パルプ)を加工して無駄なく使用しています。3種類の果実と20種類の野菜をミックス。マンゴー&アップル風味でおいしく飲みごたえのあるスムージーです。

コープこうべアプリで便利&お得にお買い物



ダウンロードはこちらから





ハンガー・ダンブティバーガー 1,320円
※ランチ時のみ、お値段そのままでサラダ付き



テイクアウトもOK!
メニューの詳細はInstagramをチェック!

Hungry DUMPTY diner&cafe
(ハンガー・ダンブティ)
茨木市別院町6-44
営/11時半～21時 (LO20時半)
不定休
阪急茨木市駅徒歩3分
☎072-697-8000



Menu
●クラシックバーガー…………… 990円
●ハラミステーキ&ポテト 1,210円(150g)
●タコライス…………… 1,210円
●キッズバーガープレート…………… 880円
●バナナスプリット…………… 990円
特典 「シティライフを見た」と注文でお会計から**10%OFF** (8月末まで)

ハンバーガー、ステーキなど豊富なメニューが楽しめるポップで可愛いアメリカンダイナー

4月のオープン以来、人気のアメリカンダイナー「Hungry DUMPTY」。ハンバーガーやステーキ、タコライス、チキンオーバーライスなど豊富なメイン料理に、可愛いデザートやドリンクが楽しめる。ボリューム満点、牛100%の分厚いジューシーなパティの「ハンガー・ダンブティバーガー」は、一口食べると肉汁が溢れ出る!同店の看板メニューをぜひ味わってみて!

お子様連れもゆっくり過ごせる、広々とした2階席もあり。貸切もOKなので、ママ友でのランチや女子会にも!



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。

新メニュー「焼きふぐコース」が登場! 豪快な焼きふぐをメインとした、とらふぐ尽くしの大満足コース。詳しくはHPで。

高槻活ふぐ料理専門店 二代目 ふぐ義

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



猛暑を乗り切る旬のスタミナ美食 ふぐ義の全9品の豪華鰻なベコース

旬の鰻ならふぐ義へ。天然鰻なベコースは徳島県産の天然釣り鰻を使用しており、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9品のコースとなっている。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。旬の食材を食べて免疫力を高め、抵抗力をつけて猛暑を元気に過ごそう。

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**
(鰻なべ、鰻の唐揚げ、鰻おとし、鰻の焼き霜造り、鰻の酢の物、鰻子のゼリー寄せ、鰻寿司、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!二代目ふぐ義コース…………… 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 (8月末まで)



【夏のシェフのおすすめランチ】
・前菜・サラダ・スープ (日替り)
・冷製パスタ (日替り) ・メイン (日替り)
・コーヒー・ミニデザート

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



夏季限定シェフお勧めランチが登場

繁華街から離れ、自然を感じることができる非日常空間でランチやカフェが愉しめると人気の同店。夏限定「シェフのおすすめランチ」は夏に嬉しい豪華メニューが揃うセットとなっている。マダムランチや子連れママ会、団体予約まで可能。

Menu

●Aランチ (前菜9種+パスタorピザ)…………… 1,980円
●Bランチ (前菜9種+パスタ(ハーフ)+ピザ(ハーフ)…………… 2,180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 (8月末まで)



※写真は一例

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/>



お盆のごちそうはモリタ屋で厳選した特選和牛を楽しむ

お盆のごちそうはモリタ屋におまかせ。ミートモリタ屋では、京都食肉市場にて厳選した特選和牛を、要望に応じてカットしている。焼肉、ステーキ、すき焼きなど、大切な人が集まるひとときには、選び抜かれた食材で食卓を華やかに彩ってみては。そのほかにも、産地直送のフルーツや鮮度抜群の刺身、寿司なども取り揃えており、まとめて予約することも可能だ。申し込みは、各店のサービスカウンターにて。

今食べたい 北摂グルメGuide

夏限定のかき氷や新鮮な海鮮料理など、今食べたいメニューが揃うお店をご紹介します。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)新鮮さが自慢!ボリューム満点の「特選お造り定食」をはじめ、おトクな海鮮メニューが盛りだくさん!
(左)銀蔵JIR高槻駅前店の篠田 高人オーナー。

銀蔵 JIR高槻駅前店

高槻市芥川町1-14-9 禁煙
営/10時半～20時 (LO19時半)
8月休み:5 (火)、12 (火)、19 (火)、20 (水)、26 (火)
※営業時間・休業日の変更などはInstagramにて。
☎070-9171-7399



JIR高槻駅北口から歩いてすぐ。



Menu

●はじめめるんかき氷…2,420円
●はじめパイナップルかき氷…………… 1,980円
●はじめスイカかき氷…2,200円
●氷のう…………… 2,750円～
●アンティーク雑貨各種…………… 2,200円～

特典

「シティライフを見た」とオリジナルかき氷をご注文で
●**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**20%OFF** (8月末まで)

おしゃれなアンティークが楽しめるカフェ 茨木辯天花火当日はテラス席を拡大

オーナーが集めたオリジナル雑貨が目玉を引くアンティークショップ。夏期限定のフルーツを丸ごと使った「かき氷」が大人気!今年も8/8 (金)「茨木辯天花火」当日は、花火がよく見えるテラス席を拡大して用意する。昨年も大好評ですぐに埋まった席なので、早めの予約がオススメ!花火を見ながら喫茶、食事をしよう!



写真の「氷のう」をはじめ、夏物も豊富に用意。

雑貨&カフェ はじめあゆむ

茨木市上郡2-13-14
ゴウダC&Eビル 1階
営/10時～19時 (LO18時半)
※花火大会当日は21時まで
日・第2定休 ※夏季休業あり
P有り 禁煙
☎072-667-9739



Tamba Dainagon Azuki

丹波大納言小豆

Sweets Fair

スイーツフェア

7.19sat. ▶ 9.15mon.

至福のひととき

丹波大納言小豆で

夏の涼、和の贅沢。

丹波市23店舗で、丹波大納言小豆を使った多彩なスイーツが楽しめるフェア

対象商品購入でアンケートに答えると抽選で賞品が当たります。/

A賞

たんば共通商品券 5,000円分 10名様

B賞

たんば共通商品券 1,000円分 30名様

詳細はコチラ

主催：丹波大納言小豆ブランド戦略会議 丹波市／丹波ひかみ農業協同組合／丹波市商工会／丹波市観光協会／丹波大納言小豆生産振興会／兵庫県丹波県民局

事務局・お問合せ：株式会社シティライフNEW TEL:06-6338-0640 Mail:info@tamba-sweets.com



ローカル感が心地いい リピート必至の立ち呑み店

山本さん夫妻が「若い世代の集える場を」とはじめた立ち呑み店。市場で仕入れる新鮮な魚介や、旅先で出会った味を再現した料理など、工夫を凝らした一皿が日替わりで2〜3品入れ替わり、毎日訪れても新たな味を楽しめる。ご夫妻の温かな人柄もあって、若者から年配客までが集う、地域に愛される存在となっている。

立ち呑み店ならではの
お客さん同士の距離感
も料理やお酒と共に
楽しんでほしいですね。



CAMP TO TENT (キャンプト テント)

茨木市中津町1-2 ギルド茨木1F
営/16時〜22時00分(土日祝15時〜)
不定休 全面禁煙
Instagram@camp_to_tent



おいしい 酒場

至福の一杯

夏本番を迎え、ひんやり冷えたお酒がおいしい季節になりました。ビールには鉄板のつまみ、ワインには肉料理や創作料理、日本酒にはこだわりの一品。お酒と料理の相性はもちろん、お店の雰囲気や店主との会話も楽しめるのが酒場の魅力です。今夜はちよつと寄り道して、おいしい時間を過ごしませんか？



生ダコ
塩レモン 550円

生ダコに塩、レモン、
オリーブオイルとシン
ブルな味付けで、素
材の旨みが際立つ。

台湾風具なし
焼きそば 600円

上海で食べた屋台
の味を再現。自家
製ブレンドの牡蠣
油が味の決め手。



OTSU VODKALEMONの
ソーダ割り500円
焼酎にレモンを漬け込み、間
接蒸留器で蒸留した天然レモ
ンウオッカは、爽やかな一杯。

タイ風海老
だけ春巻 400円

プリプリのエビを春巻
きの皮で包みパリッ
と揚げた一品はス
イートチリソースで。



半熟玉子といぶりがっこの
ポテサラ 550円

いぶりがっこの燻製風味がお酒と
相性抜群。とびっこ&オニオンチ
ップスの食感も楽しい。

海老パン
300円

海老にホタテを少し加え
た具を、ご近所のパン店
「バンドウジュ」の特
注バゲットにオン。



仔羊ヘレ肉の
炭火焼 1,100円

炭火で30分かけて焼
き上げることで、外
はこんがり香ばしく
中はしっとり柔らか。



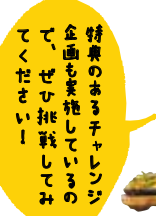
BEER

キンと冷えたビールと
アテで、夏の疲れも
シュワっとリセット！



たいマロ
780円
(台湾マロニー)

ピリ辛醤油ダレが
マロニーと野菜に
絶妙に絡む名物メ
ニュー。辛さも6
段階から選択可。



青菜炒め
630円

吹田すき焼き
SOBA 900円

すき焼きの割り下
に麵を組み合わせた吹
田発のB級グルメ。

選りすぐりの酒に合う 旬素材を使ったアテが絶品

世界中からセレクトしたクラフトビールや、本格焼酎を使ったオリジナル酎ハイなど豊富なお酒が楽しめる。居酒屋の定番であるポテサラにも燻製の風味や食感にアクセントをつけるなど、ひとひねり加えた料理はお酒を呼ぶおいしさ。季節の食材を使った旬菜も豊富にそろっているので、いつ行っても新たな魅力に出会える。

ベリー酎ハイ 660円

麦焼酎をベースに、ピターな
風味のアペロールリキュ
ールとミックスベリーを合わせ
た定番人気。

オリジナルクラフトビール
Mサイズ 935円

「沼津クラフト」とコラボしたオリ
ジナルビールを、11月の周年に
合わせて毎年作成。

特典 会計時にLINEのクーポン画面提示で
10%OFF (最大1,000円OFF)
(8月末まで)

nein 9 Kitchen & Bottle Shop

(ナインナインキッチンアンドボトルショップ)

茨木市末広町2-29
バインハイツ東信101
営/13時〜23時半
(フードは17時〜、
L.Oフード22時、L.Oドリンク23時)
月曜定休(祝日の場合翌平日)

☎072-665-9925
Instagram@nein9.kitchen.bottleshop



地元愛を感じる鉄板料理と おもろい店主が待つ酒場

「安くて、多くて、エモくて、おもろい」をコンセプトに、吹田出身の樋野さんが切り盛りする地元民の憩いの場。看板メニューは、ジュウジュウと音を立てながら運ばれてくる鉄皿料理の数々。元洋食店を活かしたレトロな内装も相まって、どこか懐かしくて落ち着く空間だ。

特典 注文時にLINEのクーポン画面提示と
1,000円以上の利用で
会計から10%OFF (8月末まで)



鉄板焼きグリル をかし

吹田市元町4-10
営/17時〜23時半
不定休 全席禁煙

☎06-6382-1352
Instagram@teppanguriruwokashi





**スペイン豚肩ロースの
バルサミコ煮込み 1,200円**

マッシュポテトがほろっとくずれる肉の旨さを引き立ててくれる一品。



**秘密基地のような静かな空間で
ゆるりとラフにワインを楽しむ**

マンション奥の路地裏に佇むワインバー。イタリア産をメインにバラエティ豊かに取りそろえたボトルをグラスワインとして順次抜栓するため、訪れるたびに違う銘柄が楽しめる。イタリアでは食後酒として親しまれているグラッパを17種も取りそろえているのも魅力。イタリアン出身の店主が腕を振るうフードも評判で、食事メインに訪れる常連も多いとか。

**バスク
チーズケーキ 700円**

生クリームを加えたどっしりと食べ応えのある味わい。濃厚な風味がワインとマッチ。



**フルーツマトと
バルサミコ 400円**



**自家製
オイルサーディン
350円～**



オープンで20時間じっくり火を通すことで骨までほろほろに。



日本酒 1合 880円～
旅行先では必ず酒蔵に立ち寄って気に入った日本酒を仕入れるそう。純米酒のみを厳選。

特典

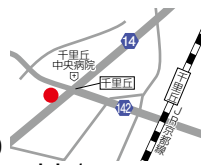
注文時にLINEのクーポン画面提示で本日の前菜盛り合わせ(980円)を**200円引き**(8月末まで)

ひの家
(ヒノヤ)

摂津市千里丘2-14-2
営／18時～24時
木曜定休 全席禁煙

☎070-9034-8160

Instagram@hinoya.senrioka/



**ローストビーフ
800円**

低温でじっくり火入れたローストビーフに、自家製玉ネギソースがマッチ。



**カゼーロ
ボックス 800円**

自家製麹を使った週替わりの総菜4種を盛り合わせた看板メニュー。



**赤ワインに合う
チョコレートケーキ 600円**

ブラックチョコレートと卵のシンプルな素材で焼き上げたケーキは赤ワインとともに。



Wine

ペアリングで味わう、
ワインの新しい魅力が
見つかるかも



**ご夫婦による温かい接客と
多彩なワインで口福な時間を**

ワインに詳しくない方でも気軽に楽しんでほしいと、果実味のあるイタリア産を中心に取り揃え。発酵料理を学んだ奥様による手料理は、自家製の麺がポイントで、ニンニク麺をトマトのマリネに合わせたり、野菜麺をチンゲン菜のソテーに使ったりと、さまざまな料理に活用。レコードでジャズが流れる落ち着いた空間で、ゆったりワインを楽しもう。

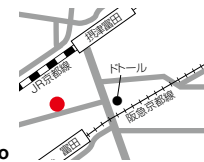
apericena Caseiro

(アペリチーナ カゼーロ)

高槻市富田町1-14-8-101
営／18時～23時(L.O22時半)
日曜月曜定休 全席禁煙

☎090-5529-7900

Instagram@apericena_caseiro



**お一人呑みも大歓迎
季節に応じた日本酒を**

阪急高槻市駅の西側、通好みな店が並ぶエリアで20年にわたって愛されている立ち呑み店。「ベタにこだわった」という言葉通り、メニューには王道の一品が並ぶが、約4割は仕入れ状況に応じての日替わりとなる。日本酒へのこだわりが強く、厳選された銘柄は定期的に入れ替えられる。



楽笑

(ラクショウ)

高槻市高槻町13-24
営／15時～22時
(L.O 21時半)

日曜定休 全席喫煙可

☎090-4647-1874

国産食材にこだわっては入れた旬の野菜を使った料理も、ぜひ召し上がってください!



SAKE

日本各地の日本酒と
相性抜群のアテを
楽しもう



**皮つきヤングコーンの
オープン焼き 450円**

皮ごとグリルしたヤングコーンにバター風味が絶妙な初夏の人気メニュー。



**本日の前菜
盛り合わせ
980円(1人前)**

黒毛和牛のローストビーフや豚肉のリエット、カルパッチョなど7種がのる必食メニュー。

**日本酒と正統派フレンチの
新たなマリアージュを堪能**

ホテルのフレンチをはじめ数々の店でキャリアを積んだオーナーシェフが、接客上手な奥さまとともに営むビストロ酒場。日本酒好きのご夫婦が提案するのは、フランス料理と日本酒の融合。「1人で来てもしいろいろ楽しめるように」と、ポーションの少ない小皿料理なのも酒好きの心をしっかりとつかんでいる理由のひとつ。

長陽福娘 西都の雫 直汲み 夏純米
グラス 650円
夏季の人気銘柄。まろやかさや果実感の後にすっきりとした酸味がアクセントを加える。



**ポテトサラダ
300円**

じゃがいもとタルタルによる味わいが繊細かつまろやかな味わい。

いぶりがっこはスモークの香ばしさとしゃっきりした食感が絶品。

**自家製いぶりがっこ
クリームチーズ 390円**

**肉豆腐
360円**

ダシをたっぷり吸った豆腐が絶品。肉の旨みも溶け込み、酒が進む一品。



CULTURE

「たかつき観光大使」に世界的ヒューマン ビートボクサーSO-SOさんが就任

7月14日(月)、公益社団法人高槻市観光協会の「たかつき観光大使」に、高槻市出身でDJ・音楽プロデューサー・ヒューマンビートボクサーとして世界的な活躍をしているSO-SO(ソーソー)さんが就任。大使の活動第一弾として、50年以上続く高槻まつりとともに親しまれている「高槻音頭」を現代風にアレンジしたリミックスバージョンの楽曲を高槻まつり初日の8月2日(土)にデジタル

リリースする。
任命後、SO-SOさんは、濱田剛史市長に
観光大使就任を報告。濱田市長は「ヒューマンビートボックスを通じて、高槻市の素晴らしさをPRしていただければうれしい」と話し、観光大使への就任を歓迎した。



濱田剛史市長とSO-SOさん

SOCIAL

深刻化する農作物被害の改善へ 高槻市が有害鳥獣対策を強化

山林が多い高槻市北部では、近年シカやイノシシ、アライグマなどの有害鳥獣による農作物被害が深刻化しており、農家からは被害に悩む相談が次々と寄せられている。
そこで市は7月4日に「有害鳥獣等特別対策本部」を発足。有害鳥獣被害対策を強化することで、被害に苦しむ農業者の安心感の担保と、営農意欲低下の防止を目指して、これまで以上に市と農協、猟友会



写真提供:
高槻市

等の関係機関の連携を深めて対応するとしている。同日、北部の原公民館で開催された対策本部の発足式では、大阪府猟友会高槻支部や民間事業者による有害鳥獣対策のデモンストレーションも行われた。

CULTURE

立命館大学の学生が考案 建設現場をアートに変える

阪急南茨木駅近くに建設中(2026年3月竣工予定)の分譲マンション「イニシア南茨木」。マンションを手掛ける株式会社コスモスイニシアは、殺風景になりがちな建設現場の仮囲いをアートで彩るプロジェクトを展開中だ。この取り組みは、単なる建設現場の目隠しに留まらず、都市空間に芸術的な要素をもたらし、まちの景観に新たな価値を付与している。本プロジェクトは、地元である立命館大学の学生との共創で行われ、仮囲いに施すアートのアイデアを募集した。地元の学生だからこそ見える角度や、個性溢れる視点・切り口で多数のアイデアが集まり、最優秀作品に2回生石橋春香さんの作品「The pieces」が選ばれた。

石橋さんの作品は、南茨木の「過去と現在」「人と生活」「自分自身と南茨木」といったさまざまな要素をパズルのピースのように組み立て、まちの魅力を表現。仮囲いには石橋さんの作品を元に、ドイツ人の壁画アーティストであるジャック ラックさんが手掛けた。
竣工後には、イニシア南茨木と隣接する学生マンション(コスモスイニシアが手掛ける)が連携し、共同でコミュニティ形成を促進する計画もあり、アートを起点とした地域の活性化にもつなげていく。コスモスイニシアの担当者は「ダイナミックで刺激的なミューラルアート(壁画)で、地元の人にも南茨木をはじめて訪れた人にもワクワクするようなまちの魅力を感じてい

SOCIAL

ダムパークいばきた周辺の道路愛称募集 「大岩本線」と「安威川ダム左岸線」

茨木市では、このたび新たに誕生した「ダムパークいばきた」の周辺道路である「大岩本線」と「安威川ダム左岸線」の、道路愛称を募集している。選考基準は、当該道路を象徴している、記憶に残る覚えやすい、なじみやすく親しみが持てる、他に類似の名称がないことが挙げられている。応募資格は茨木市在住または茨木市に通勤・通学している方で、締切は8月24日。詳細はHPにて。



SOCIAL

摂津市が新施策導入でリユース促進

摂津市では、過去に回収自転車の修理・配布を行なうなど、リユース推進に取り組んできたが、廃棄された不要品の中にはリユース可能なものが多く、ごみ処理費用が増加しているという。そこで、株式会社マーケットエンタープライズが運営するリユースプラットフォーム「おいくら」を用いて、リユースを推進して



いく。利用方法は、市のホームページから、査定に出したい商品を選び、型番などの情報と写真を添付すると、買い取り店舗から査定額が届くというシステム。



イニシア南茨木工事現場仮囲いアート「The pieces」

ただけることを目指していきたい」と話す。
なお、仮囲いにデザインされたアートは2025年12月頃まで見ることができる。



石橋さんのプレゼンの様子



ジャック ラックさんによるライブペインティングの風景

SELECT

選者
山口 昭男
やまぐち あきお

1955年 神戸市生まれ。1980年「青」に入会。波多野爽波に師事。2000年「ゆう」入会。田中裕明に師事。編集担当。2010年俳誌「秋草」を創刊し主宰する。毎月発行。句集に『書信』『讀本』『木簡』『磔』がある。2018年句集『木簡』で読売文学賞受賞。日本文藝家協会会員。

【俳句の応募方法】
氏名・住所・年齢・明記のうえ、ハガキ、封書、FAX、下記の応募フォームのいずれかからご応募ください。
【宛先】
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23
株式会社シティライフNEW 俳句係まで
FAX 06-6368-3505
【応募フォーム】
<https://pro.form-mailer.jp/fms/f413b102177160>
※締め切りは毎月25日必着 ※いずれも一人5句まで
※掲載は次々号となります ※優秀賞、入選、佳作は掲載をもって発表とさせていただきます
※お名前と作品を掲載します。



「佳作」
アイスティー擬態語多きひととゐる
耳裏は森の匂ひの昼寝かな
おぼろげに胸の痛みや袋角
まだ舌にのこる一錠栗の花
蚯蚓這う時折体を振りつつ
6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。

千歳市	村瀬ふみや
刈谷市	山本とりこ
茨木市	にしの泊瀬
和泉市	押見げげば
熊本市	貴田 雄介

日野市 平井 都々
水馬の足の先が窪んで水の光を集めています。よく見ることも俳句です。

「入選」
牛井の肉の甘きや夏の雲
牛井を食べて、さあ炎天の夏空へ。肉の甘さが力づけてくれます。
煩惱は歩けば忘る梅雨晴間
じつと家に閉じこもって生まれる煩惱。歩けば忘れるのもまた煩惱。
喋りたき内緒の話氷水
氷水を食べながら内緒話を喋りたくなっています。我慢できたでしょうか。
青嵐や又三郎の駆け抜ける
青嵐に風の又三郎を見ました。俳句ではこのようなことも詠えるのです。
つまさきに光沈めてあめんぼう
日野市 平井 都々
水馬の足の先が窪んで水の光を集めています。よく見ることも俳句です。

俳句 / HAIKU
「優秀賞」
冷房を入れて我が家となりにつけり
暑い日は、家にもいつもと違う家にいるように感じます。そこで、クーラーをつけ涼しくすると、とたんにいつもの自分の家らしくなる。涼しさによって、家が「我が家」となったということ。よくわかります。
「つぶやき評」
動きのある小動物をよく見ることも俳句では大切になってきます。ほとんどはいつも見ている動きや姿なのですが、時折おやっと思ふことが見えてきます。そこをすかさず五七五で射止めてください。

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

町工場×謎解きイベント
異色の組み合わせで地域活性を目指す

板金や製缶、機械加工などを手掛ける有限会社ワコーメタル。長年、製造業を主軸としてきた同社が、2023年10月から地域の子どもたちを対象に、参加費無料の謎解きイベントをスタートさせた。なぜ、製造業とは異なる事業を立ち上げたのか、イベント企画を担当する日野南欧輝（ひのなおき）さんに話を聞いた。

自身の強みを生かし
会社に新しい風を

元々は、イベント企画の仕事に携わっており「考えることの楽しさ」を追求していた日野さん。しかし、将来への懸念から、祖父の代から続く家業のワコーメタルへ転職を決める。入社後は営業担当として働くなかで、職場環境に疑問をもつようになる。「特定の人や企業と関わることがほとんどなので、意見交換も少なく、新しいアイデアが生まれにくい環境だと感じました」。

そこで、社内外で新たな交流を生み出すことを目的に、前職の経験を生かしてイベントを社内で行う「カマンベールチーム」を立ち上げた。初開催から8か月後には、新鳥飼公民館で「魔法学校の卒業試験」をテーマに謎解きイベントを企画。現在も2カ

月伝ってもらいながら、2023年10月に自社の工場イベントを実施。ハロウィンをテーマに仮装や輪投げなどのゲームをして菓子を集めるという内容で、参加費は無料。近隣に住む親子を中心に約70人が参加した。「多くの人に楽しんでもらえて、手ごたえを感じました」と日野さん。社内のスタッフからも「社内のコミュニケーションが活発になった」、「地域の人と関わりがもてた」など、好評だったそう。

イベント企画部
「カマンベールチーム」を発足

初回のイベントが好評だったことから、和好さんもその価値を認め、日野さんはイベント企画を行う「カマンベールチーム」を立ち上げた。初開催から8か月後には、新鳥飼公民館で「魔法学校の卒業試験」をテーマに謎解きイベントを企画。現在も2カ

有限会社ワコーメタル
営業部長
日野 南欧輝（ひのなおき）さん

過去のイベントの様子

月に一度のペースで開催しており、「1年後の12月には別府コミュニティセンターにて追手門学院大学とコラボしてクリスマスのイベントを。さらに2ヶ月後の2月に摂津市立コミュニティプラザで実施しました。この2つがイベント拡大のターニングポイントになりました」と日野さんは話す。

イベントをきっかけに広がる輪

イベントの評判は広まり、摂津市内の小学校のPTAや、企業などからもオファーが舞い込むように。さらに、追手門学院大学と産学連携で製造業の魅力を発信する取り組みが始まったり、TV取材の依頼がきたり、広がりをみせている。

イベントの注目度は回を重ねるごとに高まり、参加者の期待も大きくなっていく。しかし、日野さんは無料で開催にこだわりをみせる。「謎解きイベントを通して地元

貢献したいという思いがあります。だから無料でこだわって、子ども中心の企画にしています」と話す。イベントが会社の売り上げに直結する訳ではないとしながらも、「会社の雰囲気もよくなったし、刺激になっていると思います。地元の魅力を再発見する機会、親子の思い出づくりに役立ってくれたら嬉しいです」。

10月26日（日）には、別府コミュニティセンターでお化け屋敷と謎解きを合わせたイベントを計画中。「新しい展開を見せられたら」と意気込む日野さん。詳細はワコーメタルのWEBやSNSで公開予定。

SOCIAL

学校樹木の危険木診断など
高槻市立小学校敷地内で安全点検を実施

高槻市教育委員会は、平成30年6月18日に発生した大阪府北部地震を契機に、セーフティプロモーションスクール（SPS）の認証取得を始めとした、学校安全の取り組みを推進している。震災発災から7年を前にした令和7年6月4日（水）、学校安全の取り組みの一つとして、市立阿武野小学校では、教職員36人と樹木医2人による学校施設・設備の安全点検が実施された。同市の全ての

小中学校は設置されてから数十年以上が経過し、樹木についても樹齢を重ねていることから、自然災害時などに倒木する危険性がないかなどを専門的な視点で確認するため、令和7年度中に専門家（樹木医）による危険木診断を実施する。



SOCIAL

おにクルの次は中央公園が変わる
第二期整備に「つなげる」社会実験を実施

茨木市は市民会館跡地エリアの第一期整備で令和5年秋、文化・子育て複合施設「おにクル」をオープンさせた。

続く第二期整備では、元市民会館や福祉文化会館（解体予定）の敷地を舞台に、中央公園のポテンシャルを最大限に発揮できるよう、令和11年のリニューアルを目指して取り組んでいる。現在、中央公園の色々な使い方を試す中で、出てきた声を第

※上記のゾーニングは
現時点のイメージ

二期整備につなげる社会実験を実施中。整備のコンセプトは『share to link（シェアとリンク）』で、様々な人・過ごし方が、緩やかに空間・時間を共有（シェア）でき、つなげていく（リンク）ようなエリアとなることを目指す。

FM COCOLO × CITYLIFE / 音楽のCOCOLO Vol.71

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
Lifetime Music Station

永“遠”を感じる“縁”“円”“宴”“演”...

ALBUM
ENARTIST
PETER GALLWAY
&
佐橋佳幸

VSCD3245 VIVID SOUND

ピーター・ゴールウェイさんを中心に結成されたザ・フィフス・アヴェニュー・バンドの音楽に出会ってから20年以上、ずっと心の支えであり、憧れの音楽であり、節目となるような大事なタイミングには必ずラジオからかけていました。そのピーターさんと、日本を代表するスーパーギタリストである佐橋佳幸さん、おふたりの親交から生まれた奇跡のコラボレーション！学生時代にシュガーベイブがザ・フィフス・アヴェニュー・バンドをお手本にしているという噂を耳にしたことからピーターさんの大ファンになったと熱を込め語る佐橋さん。お会いした瞬間からすぐに友達になれると思ったと佐橋さんの印象を穏やかな瞳で語るピーターさん。1987年の初共“演”以来のご“縁”が、日本音楽界の伝説的アーティストの皆さん、さらにはファンを繋ぐ“円”となり、ハートフルな“宴”ともなりました。“EN”JOY！

シュガー・ベイブを代表に日本のシティ・ポップ界隈に大きな影響を与えたN.Y.のバンド、ザ・フィフス・アヴェニュー・バンドの中心人物ピーター・ゴールウェイと、日本を代表するギタリスト、シンガー・ソングライターの佐橋佳幸との親交から生まれた奇跡のコラボレーション。

| SELECT DJ |

尾上 さとこ
ONOE SATOKO

大学在学中よりキャンパスDJとして活動。2004年FM802DJオーディションに合格。古き良き時代への興味や思い入れを、一人でも多くの方に伝えられたらと日々邁進中。50'S～70'Sのソウル、ソフトロック、ジャズなどレコード好きでも知られる。
※現在の担当番組「Hitsville 765」(土)7:00～11:00



1時間で740kcal消費!

65歳からの健康運動教室

今から始めよう
大人の習い事

入会
初期費用
0円!

BODYCOMBAT
ボディーコンバット

太極拳・太極剣・太極扇

大人のバレエ教室

8月・9月の2か月間のお得なキャンペーン

月額 1,980円(税込)で
すべてのレッスンが通い放題!

LINEで
簡単予約

スワン高槻フィットネスジム TEL.0120-947-068

NISA&iDeCoも学べる!

30代~60代の
はじめてのマネーセミナー

8月7日木・13日水・18日月

時間 10時~12時

場所 クロスパル高槻(高槻市紺屋町1-2)

無料

物価の高騰が続き、「今までと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? NISAやiDeCoはもちろん、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!

来場者
プレゼント

りくろー
おじさん
薪パイ

【講師】マニライフ・ファイナンシャル・アドバイザーズ株式会社
ファイナンシャルプランナー
吉田 広樹

葬祭業に勤め相続(争族)を身近に経験したことで、お金の大切さを学び、金融業界に身を投じることを決意。お金の増やし方から、争わない相続の専門家として8年間、年間約200世帯をコンサルティング。

QRコードが
電話から
お申込みを

TEL.080-5346-6559
(担当/吉田)

Gakken

夏の無料体験学習受付中

対象 幼児(年少・年中・年長)・小学生・中学生

教科 [幼児・小学生]
算数・国語・英語
※中学生については教室へお問い合わせください

内容 学力診断テストと、2回の教室学習&家庭学習

入会金 0円
通常5,500円→0円に!
キャンペーン
実施中
~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

お申し込み
お問合せは 0120-114-154

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

「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

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

急募

この様な希望をお持ちの方、大歓迎です!

- ☑ 教員免許を活かすことができる仕事がしたい
- ☑ 講師経験を活かして中学生だけを指導したい
- ☑ 英語が得意なので英語だけを指導したい
- ☑ 副業を探している
- ☑ 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
8月20日[水] 10:00~
学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

前日
の17時までに
ご予約
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。

お申し込み
お問合せは 0120-889-100

受付時間/月曜~金曜日 9:00~17:00(祝休日を除く)
学研教室/大阪北事務局 吹田市江坂町1-23-101 大同生命江坂ビル11F [会場提供も募集中!]

説明会のご案内
前日の17時までにご予約下さい。

8月4日[月] 10:00~
学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

8月5日[火] 10:00~
千里丘市民センター [JR千里丘駅近く]

8月6日[水] 10:00~
おにクル 会議室4
[JR茨木駅・阪急茨木市駅徒歩10分]

8月8日[金] 10:00~
Gakkenスクエア 千里中央駅前校
[各線千里中央駅すぐ]

8月25日[月] 10:00~
Gakkenスクエア 千里中央駅前校
[各線千里中央駅すぐ]

8月28日[木] 10:00~
学研教室大阪北事務局 [江坂駅①出口すぐ]

From CityLife

CityLife公式LINE 配信中!

登録は
こちら

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。今月から友だちクーポン配信!チェックしてみてください。

銀行や保険会社では教えてくれない!? 女性のためのマネープランセミナー

知りたい、お金のふやし方・まもり方!

今から始める10年後の資産形成

8月29日金・30日土

各日 10:00 - 11:30

クロスパル高槻 3F 会議室302
(高槻市紺屋町1-2) JR「高槻駅」すぐ

各回 15人 [申込多数の場合は抽選]

講師 兼崎 卓也

岡山県出身(双子)。大阪大学卒業後、銀行にて個人・法人向け資産運用の提案を行う。その後大手保険代理店を経て、現在は独立系ファイナンシャルプランナーとして活動。これまで1,000件以上の相談実績を持ち、若年層からファミリー層、経営者に至るまで幅広い世代から支持を受けている。

[資格] 証券外務員一種 / DC プランナー

参加無料
※ご夫婦での参加もOK

お土産
付き
※一世帯1個

初心者にも
おススメ!

参加者全員に
WALL NUTS
FUNKY
(ウォールナッツファンキー)の
お土産付き[10個入り] ※一世帯につき1つ

申込
方法

こちらの二次元コードまたはお電話にて

TEL.070-2272-4456(カネザキ)

[主催] FPアライズ株式会社
[共催] メットライフ生命保険株式会社