

街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

# City Life 4

We are Planet Sailors since 1986

APRIL 2026  
vol.276

北摂WEST  
吹田・豊中  
箕面・池田  
3月31日発行 無料

40th ANNIVERSARY



Since 1986

おかげさまでシティライフは  
40年目を迎えました

刺激か



# スパイスカレー

VS

本能か

# カツカレー



表紙/撮影:阪下ケンジ・山元裕人

第13回  
カレーEXPO  
in 万博公園

4/11~開催 詳細はP.28

料理教室主宰の森かおるさんに聞きました

## 日々の食卓を彩ってくれる うつわ使いのポイント



Relish (レリッシュ) 代表  
森かおるさん

大山崎で料理教室やオーガニック食堂、雑貨店「Relish」を営む。

# 料理とうつわの良い関係

暮らしをもっと愉しく

忙しい毎日のなかで、食の時間は大切にしたいもの。今回は、「食卓を整えることで生まれる心のゆとりや、初心者でも失敗しない「うつわ選びと盛り付け」の基本を紐解き、お気に入りの一皿から始まる素敵な暮らしをご紹介します。

### 今ある食器に加えて、新たに揃えたい 3アイテムで、食卓が表情豊かに

テーブルウェアを整える最大のメリツトは、日常に「余白」が生まれること。「忙しくて料理が作れない日でも買って来た惣菜をお気に入りの皿に移し替えるだけで、食卓にゆとりが生まれます。このひと手間が結果として食事をよりおいしく感じることに繋がります。またお気に入りのうつわが一つあるだけで、次は何を盛り付けようかと料理への意欲や想像力も膨らみます」と森さん。

うつわの選び方についても「食器棚の奥にあるものを手前に入れ替えるだけで、まるで新しい食器を迎え入れた気分になります。盛り付けは

お皿の面積に対して料理を7割、余白を3割にするとお店のよう仕上げになります。」

そして新たにテーブルウェアを厳選するなら「万能な一枚」、「表情豊かな皿」、「木製カトラリー」の3点がおすすすと話す。「朝食から夕食まで使える21×24センチ程度のプレートがあれば便利で、横長のオーバル皿も活用度が高い。皿は差し色にもなりまじ、形も色々あるのが表情豊かな演出になります。またスプーンを木製にするだけで温もりを添えてくれます。料理との盛り付けも参考にしてみよう。

## 春の陽気に誘われて、友人を招く日のちらし寿司

今回は、伝統的な和食器をモダンに使いこなし、「春の庭」を切り取ったような食卓を目指します。

### 【色】

春の色彩を主役にする皿はあえて主張の少ない色を選び、ちらし寿司の『赤・黄・緑』を際立たせる背景として考えます。

### 【形】

リズムを生む「余白」の取り方  
大皿に盛り付ける際は、縁(ふち)から3cmの余白を。この「空き」が、家庭料理をプロの仕上がりに変えます。

### 【高さ】

視線を動かす「高低差」  
メインが平面的な場合、小鉢やカップで高低差をつけることで、食卓に立体感を演出します。



#### ランチョンマット等を活用

テーブルに直接、食器やカトラリーを置くと細かい傷や擦れが付きやすくなるので、トレイやランチョンマットを敷くのがおすすめ。料理やうつわをより引き立てます。

#### 使い勝手のよい豆皿

漬物を置いたり、醤油皿としても使える豆皿は、フルーツや菓子をのせれば、デザート皿に。価格も手頃なものが多く、いろいろ揃えてみるのも楽しいです。

#### 遊び心のある小鉢づかい

メイン皿が白い場合、小鉢や豆皿は深めの色を持ってくると締まります。料理にかけるソースを入れる片口のうつわをアレンジして小鉢として使います。

#### 椀もアイデア次第

お吸い物や味噌汁は木の椀の代わりに陶器のうつわを使うのもおすすめ。口縁(こうえん)が花の形になっているものを選べば、より春らしい雰囲気になります。

### こんな使い方も

#### 普段のおやつも「長皿」で贅沢な一皿に

和食で焼魚などを盛り付ける隅(すみ)切りの長皿は、お菓子をのせて使うのもおすすめ。トレイや茶托の代わりにして、小さい湯呑みを添えれば、ちょっぴり贅沢な甘味処の雰囲気になります。



#### 「オーバルプレート」を使えばワンプレートランチも素敵に

長円形、楕円形のオーバルプレートは料理の盛り付けがしやすい形です。ごはんをおにぎりにしておかずと一緒に盛り付ければ、カフェでよく見る「ワンプレートランチ」の完成。小鉢をのせれば立体的に見えてさらにお洒落に仕上がります。

#### 小さくてかわいい「豆皿」を主役にする

さまざまな色や形が楽しい「豆皿」は、うつわづかいのアクセントになり重宝します。そんな豆皿たちを主役にしてみると、華やかな雰囲気になり晩酌の肴の盛り付けにもぴったり。トレイなどにのせて、まとまりをつけるのがおすすめです。



### ■取材協力: Relish食堂&Grocery store

京都府乙訓郡大山崎町大山崎藤井畑16-2  
営/11時~16時(ランチLO14時)  
グロサリーは10時半~17時まで  
月曜定休(祝日の場合は翌日休み)  
※近くに暮らしの雑貨店Relishもあり  
☎075-203-4830  
Instagram@relish.shokudo

JR山崎駅近くにある食堂とグロサリー。古民家を利用した食堂では、オーガニックにこだわったランチが楽しめる。グロサリーでは、食堂で使っている調味料や地元の野菜や果物を販売。



森かおるさんの本  
素材別レンビ&  
定番おかず  
「たのしいエプロン」  
(1,760円)



# シーンごとに使い分けたい。北摂のうつわ店が提案する 7つの器

## utsuwa to kazari いぷりく

トルコ語で「糸」を意味する店名  
作り手と使い手をつなぐ

「日常の何がはじまるきっかけを…」をコンセプトに、作り手の想いが詰まったうつわや暮らしを彩る品々を揃える。銅釉の黒のオーバル皿やおりべの小皿、白い台皿、木の波板皿は質感と色合いが料理を映えさせて、スタイリッシュな雰囲気。オーバル皿にはカプレーゼ、木の波板皿にはピンチョスをのせて、お酒と合わせて楽しみたい。

豊中市上野西3-14-14  
上野西三番館1階  
営/11時~17時※営業日はインスタで確認を  
日曜定休および月5日ほど不定休あり  
問い合わせはインスタのDMで  
Instagram@omoi\_to\_deai



【上段左から】  
喜田 美智子/リバーシブル台皿4,400円  
喜田 美智子/おりべ六角小皿2,530円  
澤田 勇一朗/黒釉角鉢2,970円  
【中央段左から】  
ヤマノネ硝子/アサガオグラス3,300円  
田口 智史/陽刻オーバル皿5,500円  
【下段左から】  
石渡 磨美/桜花足つき小鉢3,080円  
icura工房/長角皿さくら3,850円  
下)洗練された雰囲気のあるうつわは、大人の二人暮らしにもおすすめ。料理を少しづつ盛ってゆったり味わうのにぴったり。ほかに店主のセンスでセレクトされたうつわやかざりが並ぶ。



スタイリッシュな雰囲気になる 7つの器



## 春におすすめ、ナチュラルな印象の 7つの器



【上段左から】寺嶋 綾子/マグカップ  
(水色)3,960円、(白)3,740円  
【中央段左から】  
イワオトナリテ/カケワケマーブル  
フリーカップ2,970円、中皿4,400円  
寺嶋 綾子/小皿(白)2,145円、  
(水色)2,200円  
【下段左から】  
橋村 大作/ガラスボウル4,950円  
相馬 佳織/箸置き各1,320円  
nijiirou/プレート皿(ホーロー)14,300円  
下)常設では約50人ほどの作家の器を  
展示販売しており、月に1~2度、個展や  
テーマを決めた企画展を5日間開催。その  
間は店内の作品が入れ替わる。4月は  
ほぼ企画展となる予定。



## utsuwa 11

うつわそのものの佇まいを愛する  
店主がセレクトする日々の食器

陶磁器をはじめ、ガラス、木工、金工のセレクトショップ。各地の工房に出かけて、作り手の想いとともに器を受け取っている。春のおすすめは、スモーキーカラーのうつわたち。ブルーは彩りのある春食材を鮮やかに見せる効果があり、ガラスの器でアサイーボウル、カケワケマーブルのカップ&中皿はヨーグルトとフルーツで軽めの朝食の完成。

豊中市旭丘1-108 2F  
営/11時~17時  
※営業日は必ずインスタで確認を  
☎06-6152-8887  
Instagram@utsuwa11



## ホームパーティで活躍! 和テイストの 7つの器



## co so a do. zakka

店内装飾のプロがセレクトした  
使いやすく絵になる食器が並ぶ

店舗の設計(空間デザイン)に携わっていた店主ゆえに、うつわを道具としてだけでなく、「空間やインテリアの一部」と捉えている。大皿も種類豊富に揃っていて、青の釉薬が印象的な皿は少し深さもあるので、麻婆豆腐や酢豚を盛るのにぴったり。オーバル皿は前菜を並べたり、パスタをのせたりと使い勝手がいいので1枚あると重宝する。

吹田市長野東13-8 ブルースカイ千里105  
営/11時~18時  
水曜・日曜・祝日定休  
☎06-6877-3500  
Instagram@cosoado.zakka



【上段左から】  
北側 雄一/平向付(桜花3弁)4,400円  
竹之内 太郎/5寸皿1,870円  
吉田 欣司/ドラ鉢16,500円  
【中央段左から】  
水谷 ちえみ/フリル皿(大)4,950円  
SUIYO/陽刻 フレーム(S)5,500円  
松岡 賢司/大皿プレート(24cm)5,500円  
【下段】  
山本 直毅/オーバル皿(M)5,500円  
下)約50名の作家の作品が並ぶ。シンプルでコーディネートしやすいものが揃っている。どのうつわを組み合わせてもうまくまとまる。中央のテーブルには季節ごとのおすすめがディスプレイされる。



### お悩み解決

#### 収納場所が足りない時は

食器棚に「入らない」「取り出しにくい」という悩みには、シーズンごとによく使う食器だけを選んで並べる『模様替え』がおすすめ。使っていない食器は思い切って手放しましょう。



## テーブルウェアを「もっと使いやすく」「おしゃれに見せる」方法

#### おしゃれに見せるコツは

うつわだけではなく、「ランチョンマット」や「箸置き」の活用を。テーブルとうつわの間を仕切れば一皿一皿が額縁に入った絵ようになります。色や素材で季節感も表せます。



#### 割れにくい食器はある?

幼い子どもには「割れるから大事に扱う」ということを教えつつ、割れにくい強化磁器や強化ガラスを選ぶ方法も。木や竹のうつわなど、本物の質感で「食育」を進めましょう。



応援企画

# しを にする 知識

や身の回りを整える絶好のチャン  
役立つ豆知識を教えてください  
ためのヒントにしてください。

## 補聴器活用の豆知識

教えてくれたのは



千里山補聴器  
中本 明男さん

### 聞こえにくさを放置しないで 補聴器の活用が認知症予防に

難聴をそのままにしておくと、認知機能の低下やうつ発症のリスクが高まります。補聴器を使って音を耳に入れることで、聴神経が働き、脳が動くので、認知症予防に繋がります。補聴器の活用で、家族とのコミュニケーションも円滑になり笑顔が増える方が多いんですよ。

## 買取査定額アップの豆知識

教えてくれたのは



かうかう石橋商店街店  
店長 浅尾さん

### 付属品は全部持っていきましょう まとめ売りもオススメ

付属品の箱・保証書・説明書・保存袋など、購入時の付属品はできるだけ揃えましょう。付属品の有無で査定額に差が出ることもあります。また、単品よりも「まとめ売り」のほうが価格交渉の余地が出やすいことがあります。「これも一緒に売るので…」とやわらかく相談してみるのも一つの方法です。

## 遺品整理、生前整理の豆知識

教えてくれたのは



星見堂  
城野 岳雄さん

### 不用品回収を依頼する前に 買取専門業者で査定をして

遺品整理、生前整理、不用品買取と一緒にできますと言う業者もありますが、遺品整理業者は物を処分するプロで、買取のプロではありません。価値のあるものまで処分されてしまうことがあります。手間でも買取と処分を分けることで、買取金額が倍になることもありますよ。

## 美容師直伝、ドライヤーの豆知識

教えてくれたのは



SUCRE  
オーナー 花野さん

### 簡単ひと手間でボリュームアップ 朝のスタイリングも楽に仕上がる

お風呂上りはタオルドライで根元からしっかり水分を取ります。ドライヤーは指で頭皮をこするように動かし、根元から乾かすのがポイントです。根元が乾いたら毛先を乾かし、乾ききったら最後にブラシで整えます。こうすることでボリュームが出やすく、寝ぐせもつきにくくなります。



PROFESSIONAL

### 補聴器のプロ

**特典** 「シティライフを見た」で  
●**カウンセリング無料**  
●購入の方**補聴器電池半年分(1万円相当)プレゼント**  
(要予約・4月末まで)

HPIはこちら↓



### 千里山補聴器

(センリヤマホチウキ)  
吹田市千里山西1丁目41-24  
マスタビル1階  
営/10時~18時 日祝定休  
阪急千里山駅西口より徒歩2分  
☎06-6310-0311  
https://senriyama-ha.com



### 業界歴29年の豊富な経験から 最適な補聴器を提案 充実のアフターフォローで安心

補聴器業界での経験が29年、年間1万人弱の対応実績を持ち、認定補聴器技能者の中本さんが丁寧に相談してくれる同店。10種類以上の補聴器メーカーを取り扱っており、一人ひとりの聞こえや生活環境などを踏まえた上で、最適なものを提案。無料貸出体験も可能。「購入いただいてからがスタートです」との中本さんの言葉通り、購入後の調整やメンテナンスに力を入れている。家族で来店する方も多く、親身に寄り添ってくれる。気になる方はご相談を。

耳の形に合った補聴器をオーダーメイドで作成し、1ヵ月無料でお試することもできる。返品も可能なので納得の上購入ができる。



PROFESSIONAL

### 買取のプロ



NEW OPEN

「お店の前にもよく立っているの、気軽にお声がけください」と笑顔で話す浅尾店長。

### 貴金属&ブランド買取専門 かうかう石橋商店街店

池田市石橋1-3-12  
営/10時~18時 無休  
☎0120-522-544  
大阪府公安委員会 古物番号  
第622060194240号



### 会話を大切に丁寧な査定 地元密着の買取専門店

貴金属やブランド品、切手などを扱う買取専門店「かうかう」が、今年1月に石橋商店街へ仲間入り! 同店が大切にするのは、査定の前にお客様の話をじっくり耳を傾けること。品物にまつわるエピソードを聞くうちに会話が弾むことも多いという。「もの」より「人」と向き合う温かなスタイルで地元密着を目指す。出張・査定は無料なので、まずは気軽に問い合わせを。



金・貴金属・ジュエリー・ブランド品・切手・記念硬貨など買取品目は30品目以上!



PROFESSIONAL

### 買取のプロ



市場に出ていることが多いので来店する際は事前に電話で確認を。

### 買取専門店 茨木星見堂

(イバラキホシミドウ)  
茨木市星見町17-027  
フラワー星見ハイズ1F  
営/10時~17時  
不定休 ※来店の際は電話確認を。  
☎072-657-9288



### 実家じまいも遺品整理も 信頼できる地元の出張買取

遺品整理、生前整理、実家じまいで出張買取を探しているなら同店へ。不用品一括回収は高価なものまで安値で処分されることもあるそうなので、安心できる買取業者を先に依頼して、買い取ってもらうことを勧めているという。店主の城野さんは歴15年以上で、月に10回以上古物市場に出ている。茶道具やおもちゃ、骨董品やカメラなどの相場に詳しく、丁寧に説明してくれると好評だ。「これは価値があるの?」と思ったらまずは電話を。

### 買取商品一例

骨董品・茶道具や華道具(鉄瓶など)・ブランド食器や贈答品・テレカや切手・楽器・釣具・万年筆・ライター・金貨や銀貨・貴金属・腕時計・ブランド品・カメラ・お酒・昭和レトロ品・ゲーム機ソフトなど



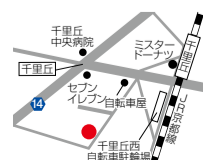
PROFESSIONAL

### 美シルエットカットのプロ

**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**  
(4月末まで)

### 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



### 360度どこから見ても美しい 褒められ絶妙カットで 見た目が若々しい印象に

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。特に他者が見たときに、シルエットが綺麗で「どこで切ったの?」と聞かれるそう。髪の毛を傷ませない特殊なカット技法なので、収まりが良くなって、自宅でのスタイリングも簡単になるそう。忙しい朝が助かるといった嬉しい声が届く。「どんな髪型がいいかわからなくなった」と悩んだら相談してみて。



落ち着いた店内でリラックス。オーナースタイリストによるマンツーマン施術なので安心できる。

## エアコンをキレイに保つ 豆知識



教えてくれたのは  
株式会社  
アイ・コーポレーション大阪店  
店長 小見山さん

### こまめに手入れすることがカビの繁殖を防ぐポイント

フィルターなど、定期的に掃除する方はいらっしゃいますが、エアコン内部の掃除もお忘れなく! エアコン内部はカビ菌が繁殖しやすくなりますので、使用後は送風運転で乾燥させましょう。ただ、一般的なお掃除機能付きは、内部に付着したカビや油は落とせないで、プロのクリーニングが必要です!

## 遺品整理の 豆知識



教えてくれたのは  
中岩商事

### 早い段階でまず査定! 後悔のない遺品整理を

まずブランドバッグや骨董品、古いゲーム機など価値のあるものを仕分けましょう。箱や付属品で査定額が大きく変わります。小物はまとめて査定依頼すると手間も費用も節約できます。ワンポイントは季節家電や流行品は需要の高い時期に出すと高額査定に繋がります。

## 不動産活用の 豆知識



教えてくれたのは  
ハウスリサイクル  
代表 西山 名翼さん

### 放置はリスク増大 思い切った解体が活用の近道

空き家は放置すると傷みが進み、売却や活用が難しくなることも。相続してから考えるのではなく、相続前に方向性を決めておくことが大切です。解体して更地にする土地として活用しやすく、住宅地では駐車場として活用される例も多く、収入につながる可能性もあります。

## 外壁塗装の塗り替えの 豆知識



教えてくれたのは  
(株)ストラリフォーム  
代表 白河さん

### 外壁を触って白い粉が出たら要注意 「塗膜の防水力が弱っているサイン」

外壁に出る白い粉は「チョーキング」と呼ばれる現象で、塗膜の防水力が弱っているサインです。色あせよりも分かりやすい塗り替えの目安で、放置すると外壁材の傷みにつながることも。ご自宅の外壁を一度触って確認してみてください。

## 新しい暮らし

# 暮らし 豊か 豆

新生活が始まるこの季節、住まい。暮らしを支えるプロに、今すぐ。快適で心地よい毎日を過ごす

### 4月10日は4(し)運10(てん)の日 キレイな空気で春を過ごそう

「4/10はエアコン試運転の日」。夏までに不具合がないか確認したり、清掃を済ませ準備をしておくことが大切! 清掃をしないままエアコンを稼働すると、空気中にカビや埃を散布することになるという。同社は経験豊富なスタッフが最新の道具や工具を使い、エアコンの奥底に溜まった汚れまで一掃してくれる。新生活を応援するおトクな読者特典も用意しているので、気になる方は一度、依頼してみよう!



PROFESSIONAL  
エアコン洗浄のプロ

「一度、プロに清掃してもらった後々のお手入れが格段にラクになります」(大阪店・小見山店長)

- 特典**  
「シティライフを見た」で  
●エアコン内部分解洗浄  
…6,050円(2台目5,500円 3台目以降4,950円)  
●光触媒スーパーマルチタン(抗菌コート)……2,200円  
●キッチン換気扇洗浄……………14,300円

- <オプション>  
●お掃除機能付き(ユニット分解)……………各メニュー+6,600円  
●ドレンパン分解洗浄……………各メニュー+4,400円  
●室外機洗浄……………各メニュー+1,100円  
●エレベーターなし3階以上……………各メニュー+550円  
(4月15日まで)

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



PROFESSIONAL  
遺品整理 不用品回収のプロ



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。

中岩商事  
(ナカイワシヨウジ)  
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/



### お得に不用品処分 遺品整理、買取もお任せ 積み放題メニューを活用しよう

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き始めるこの時期は、遺品整理や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。

- Menu**  
●軽トラック積み放題(1量分)…………… 13,000円  
●2トントラック積み放題(3量分)…………… 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  
(2026年12月末まで)



PROFESSIONAL  
空き家対策のプロ

### 空き家を相続する前に 負債産を富動産へ変えるという選択

もし今、空き家になっている家をそのままにしているなら、一度立ち止まって考えてほしい。その家は将来、大切な家族への「財産」になるのか「負担」になってしまうのか。2024年の法改正により、管理が行き届いていない空き家は「管理不全空き家」に指定される可能性があり、固定資産税が最大6倍になるケースもあるという。空き家の相談では「売れるか分からない」「解体費用が不安」といった声が多く、つい放置してしまい、相続の際に思わぬ重荷を背負わせてしまうことも。長年この問題に取り組むハウスリサイクルでは、売却・賃貸・駐車場としての土地活用など、お家と土地活用のプロが幅広くサポート。解体工事や遺品整理なども含めて一括で相談でき、状況に応じた最適な解決策を提案。空き家を価値ある財産へと転換する手助けをしてくれる。放置する前に、一度専門家に相談してみたいかだろうか。

### ハウスリサイクルが提案する未来の 空き家に備える対策・解決策(一部)

- ①売却  
様々な条件が必要になるが、早めに解決しておくことで可能性が広がることも。
- ②賃貸・駐車場に  
賃貸や月極駐車場、コインパーキングとして活用する方法は安定収入につながることも。
- ③解体  
空き家は傷みやすく資産価値が下がることも。状況によっては解体も一つの選択肢。

ハウスリサイクル  
高槻市成合537-1  
☎072-672-2026  
☎090-7096-7110



PROFESSIONAL  
外壁塗装のプロ

- 1つでも該当したら診断を  
外壁診断無料、調査無料  
□築10年・前回塗装から10年以上  
□塗り替え時期、状況を知りたい  
□他社の見積りが妥当か知りたい  
□雨だれや黒ずみが目立つ



(写真上)施工後の写真  
(写真下)施工前の写真

(株)ストラリフォーム  
豊中市豊南町東2-5-11  
営業/9時~19時 日曜定休  
☎06-6398-7508  
https://strareform.com/

- 特典**  
「シティライフを見た」で  
ケルヒャー  
モバイル高圧洗浄機  
プレゼント  
(外壁塗装された方、4月末まで)

### 「また白河さんに」 その言葉に支えられて20年

外壁塗装を中心に、住まいのリフォームに約20年携わってきた白河さん。外壁塗装はただ塗料を塗るだけの作業ではなく、湿度や気温、外壁の素材や劣化状況を見極めた判断が欠かせない難しい工事だという。同社は熟練の技術と豊富な知識を持つベテラン職人による施工が強み。丁寧な仕事なので口コミでの評価も高く、紹介による依頼も多い。実際、写真の家は2度目の依頼。まずは診断からどうぞ。

### 地域密着で最長10年保証

塗装の耐久性を左右するのは下地処理だといふ。3回塗りに加え、状況に応じて高圧洗浄でカビや苔を根こそぎ排除する。施工後は足場設置時と撤去後の二度にわたり検査を実施。見落としのない仕上がりを確認したうえで、工事完了報告書の受け渡しをしてくれるので安心。最長10年保証も信頼できるポイントだ。



(上)幼児期に大切な「36の動き」を習得できるように、遊具も考えて設置されている。(左)広い園庭には果樹園や畑もあり、自然とふれあう環境が揃う。

## 人や自然と思いきり触れ合おう！ 子どもの視野を広げる 農業体験や異文化交流

「幼児期は、人間形成の大切な時期。人や自然と触れ合って、人間関係を育む力や探求心を育てましょう」。五感で学ぶ体験活動を積極的に取り入れる、箕面自由学園幼稚園。丘の上の緑豊かな園内には、野菜や果物を育てる農園もあり、子どもたちは一年を通して、土づくりから農業を体験する中で、自然の面白さと難しさを体感する。「こうした実体験



## 幼児期にこそ育てたい力とは 「考える力」を伸ばす 体験を重視した幼稚園生活

学びの土台をつくる、幼児期。子どもの豊かな成長をサポートするには、どのような体験が効果的か、箕面自由学園幼稚園の北之防純子園長にお話を聞きました。

この方に伺いました



**北之防 純子 先生**  
箕面自由学園幼稚園 園長  
豊中市教育委員会幼児教育課などで地域の教育行政に携わり、豊中市公立小学校校長を務めた後、2024年箕面自由学園幼稚園園長に就任。

知的探求心が育つ  
五感を使った体験

「から、子どもの興味や知的探求心が生まれます」と、北之防先生。

子どもたちが主体となって活動する環境

帰りの会などに、その日の出来事や発見したことを話し合う会議を実施。自分とは違う視点を持つ友達の見聞を聞くことで他者を認め、自分の個性を再確認する多面的な育ち合いを促している。「話し合いの経験により、年中・年長になれば、発表会の演目や配役、セリフの内容まで子どもたちが主体で決めることができますようにしています」。

### 預かり保育&課外教室が充実



預かり保育は、土曜・長期休暇も実施。季節の行事なども充実しており、課外教室への参加もOK!



月～金の14時～は外部専門講師による多彩な課外教室も開講。サッカー、体操、英語、ピアノ、造形など全12種類。(費用別)

### 満3歳児クラスを新設

満3歳児は、誕生日翌日から幼稚園に入園でき、無償化の対象にも。満3歳児のみのクラスで、複数の教員が成長を見守る。少し早めの幼稚園生活を通じて、ゆっくりと子どもの世界を広げながら4年かけて成長をサポートしてくれる。

■預かり保育は希望者による申し込み制(費用別)  
通常期/7時45分～保育開始まで・保育終了後～18時45分  
長期休暇/7時45分～18時45分※就労に関わらず在園児なら利用可能

[取材協力]

**箕面自由学園幼稚園**  
豊中市宮山町4-21-1  
☎06-6852-8110  
https://mino-jiyu.ed.jp/ps/

HPIはこちら



幼稚園バスは千里・北千里方面含め、6ルート運行中。

### ようちえんのせんせいとあそぼう イベント予定

- ふれあいサロン (子育て支援) 各 木曜日 10時～11時
- ようちえんであそぼう 8月22日(土)

申込・詳細はQRから



### 自園炊飯による週5日の完全給食

箕面自由学園幼稚園では、給食室で調理した給食を週5日提供。毎日の給食を通して「食育」に取り組む。園内の農園で子どもたちが育てた野菜を給食で食べることも!



管理栄養士が給食時間に各保育室を回り、食育の話などを話す。「子どもの味覚形成を助ける、素材の味を生かした調理を心掛けています」と栄養士の磯部先生。

### 小1～小6対象 インターナショナルスクール

## 江坂でバイリンガル教育を実践する インターナショナルスクール 4月より校名を変更し新スタート



算数はシンガポールマスを導入し、答えを出す「過程」や「思考のプロセス」を重視。



吹田・江坂にあるAIC国際学院大阪初等部は、4月より校名を『AICJインターナショナルスクール大阪』へと変更する。同校は小学1年～6年生を対象とした国際バカロレア (IB) 初等教育プログラム (PYP) 認定校であり、グローバル社会で活躍するための探究心や国際感覚を養う教育を実践している。授業の約8割を英語で行うバイリンガル教育が特徴だが、母語である日本語や日本文化も重視。自らのアイデンティティを育みつつ、高いコミュニケーション能力の獲得を目指す。実体験を通じた探究を重視しており、世界へ羽ばたくための「考える力」を小学生から段階的に育てている。気になる方はオープンスクールで“学び”を体感してみても。



ダンスは週2回プロ講師が教えるにきてくれる。楽しみながら体を動かす、生徒たちにも人気!



板書での画一的な授業ではなく、生徒同士でコミュニケーションを取りながら、一人ひとりが自主的に授業に参加している。

### 無償化対象保育園 英語幼児園

## 休日も「早く保育園に行きたい」 親子で大好きになるクローバー

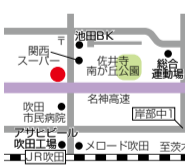


異年齢保育で、年上の園児が年下の子の面倒を自然と見るようになるアットホームな雰囲気も魅力。

### 卒園ママにインタビュー

小学校に上がってからクローバーでよかったと思うことが沢山あります。先生の話をしっかり聞いて意味を理解する読解力、考えながら行動に移す力。この園で当たり前だったことを、小学校の担任に褒められて嬉しかったです。(吹田市、Sさん)

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



HPIはこちら



## わが家のアイドル自慢

次号もわが家のアイドルの写真を募集します。WEB版はこちら

お子さまやペットの可愛い写真とエピソードをお送りください。

じゅーくん / 吹田市

哺乳瓶持てたよ

いつもニコニコありがとう

Joy

Smile

ゆいちゃん / 箕面市

はたくん / 豊中市

応募はこちらから

※紙面はEAST版に載る場合もございます

応募方法 [締切] 2026年4月8日(水)まで [掲載] CityLife 2026年5月号・CityLife News Web

※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。

### [4月より校名変更]

**AICJインターナショナルスクール大阪**  
吹田市垂水町3-15-27 受付/8時～18時  
☎06-6192-4491  
大阪メトロ御堂筋線江坂駅 徒歩10分  
阪急千里線豊津駅 徒歩10分



# 正しく目薬をさすために 気をつけたいこと

**POINT 1** 「あっかんべー」をして  
下まぶたにさす

目薬をさす前は、手をよく洗きましょう。手に細菌が付着した状態では、容器や目を汚染する原因になります。顔を真上に向け、軽く引いた下まぶたにさすことができれば、上まぶたを閉じたままでもできます。



**POINT 2** さした後は  
目をパチパチしない

目薬をさした後に目をパチパチすると、薬液が流れ落ち、効果が得られにくくなります。軽く目を閉じ、目頭を軽く押さえて薬液が行きわたるのを待ちましょう。



**POINT 3** 用量を守り、洗い流す  
目的で使わない

目薬は用量を守りましょう。たっぷりさしても効果は上がりません。目を洗いたい場合は、点眼タイプの洗眼薬を使用しましょう。



# 早めの対応が肝心 年々増えている 子どもの近視

視力検査でB判定(0.7以下)の場合は、近視・遠視・乱視などの原因を調べるため、眼科の受診を推奨します。子どもの近視は数カ月で急激に悪化するものもあるため、「顔を近づけていないか」「目を細めていないか」など、日頃の仕草に注意してみてください。

視力の低下や左右差には眼鏡の使用が有効ですが、近視の進行抑制を目的とする「低濃度アトロピン点眼薬」という選択肢もあります。昨年、日本初となる国産の点眼薬が登場しました。そのため、これまでは個人輸入や自家調剤、調剤薬局との取り決めなど、入手に手間や時間がかかっていたものが、スムーズに提供できるようになりました。さらには2026年6月からは、近視抑制治療の診察・検査費用が公的医療保険の対象となる予定で、より治療を受けやすい環境が整います。

他にも、検診で見つかる代表的な病気のひとつが「結膜炎」です。ウイルス性やアレルギー性(花粉・ハウスダストなど)といった種類があり、それぞれに適した治療が必要です。最近ではまぶたに塗るタイプのアレルギー性結膜炎治療薬も登場しましたので、目薬が苦手なお子さまにはそちらもお勧めしています。

## キッズママ特別編

# 親子でまもろう 「目の健康」

近年、学童期の近視は増加傾向にあり、早めに対応することが重要となっています。春の学校検診は、親が異変に気づく大切な機会です。子どもの目や視力について、辻川眼科の辻川先生に聞きました。

辻川眼科  
辻川 薫先生



この方に伺いました



**辻川眼科**  
(ツジカワガンカ)

箕面市船場西2-8-13  
診療時間 / [午前診] 月・火・水・金 9時~12時  
[午後診] 月・火・水・金 16時~19時  
木曜・日曜・祝日・第4土曜休診  
(受付は診察終了の30分前まで)

☎072-735-7272

医院HPはこちら

## 個人ピアノ教室

# 現役ピアニストが教えるピアノ教室 一人ひとりに寄り添うレッスンを



優しい雰囲気の中森さん。Andanteは歩くくらいの速さという意味。一人ひとりのペースに合わせたレッスンを心掛けています。

今年2月岡町に、現役ピアニスト中森瑞貴さんがオープンしたピアノ教室Andante。4歳~年配の方まで幅広い年代に対応、クラシックやPOPなどジャンルも問わず、テキスト内容も希望に合わせて用意してくれるという。「はじめてのピアノも大歓迎。それぞれのペースを大切に、自由に楽しみながら、ピアノを好きになってもらえたら嬉しいです」とは中森さん。プライベート空間でリラックスした雰囲気でもんごもんレッスンを受けることができる。まずは体験へ!

## ピアノ教室Andante

(アンダンテ)  
豊中市岡町4-10  
ユニール岡町105号室  
営/10時~20時  
水・日曜・祝日定休  
阪急岡町駅徒歩6分  
☎080-2453-9302

体験申込フォームはこちら

Instagram

**Menu**  
●1レッスン(30分)2,500円~

**特典**  
「シティライフを見た」で  
●入会金(1万円)→半額  
●体験レッスン1,000円(30分)  
(新規の方・要予約・4月末まで)

## 英会話/速読/英検® こども英語/TOEIC

# 開校28年目の本格英会話スクール 120分の英語&速読コースが人気



最新の学習システムと工夫満載の授業で、効果的に英語を習得。

シニアにお勧め  
トラベル英会話  
コース開講!

入園前の親子コースは、外国人講師と親子で英語のキャッチボール。児童コース(幼・小・中・高)は外国人講師と日本人講師のチーム指導。独自のSV式メソッドで英語脳を育て、英語を得意科目に!様々なテーマのイベントで楽しみながら進歩を実感。小学生基本コースは能力開発の速読をプラスした充実の120分。中・高生基本コースは120分のレッスン+英語速読で文法も会話も。ネットを活用する英検®コースも有り。大人はOne-to-One(20回・個人)や月謝制(グループ・個人)を目標に合わせて選択可。入学金のシニア割引を実施中。

## KGC国際外語センター

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

**Menu**

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

**特典**  
この記事持参で(4月末まで)  
●入会金3,000円OFF

## 英会話スクール

# 質の高い環境で英検®合格実績多数 「世界で生きる力」を育もう



Instagram

## イングリッシュワールド

【姉妹校】高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校  
http://english-w.jp  
英検®、英検®Jr.受験準会場認定校  
●千里中央校  
豊中市新千里東町1-1-5  
大阪モレール千里中央ビル6F  
受付/10時~21時  
(土曜:10時~18時)  
月・日・祝定休  
☎06-6833-0507  
【英語学童】  
受付/11時~20時  
(土曜:10時~18時) 日・祝定休  
☎06-6832-0071

HP ↓

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

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

## 英語教室

# 英語が好きになる仕掛け満載 無料体験会参加で「入会金0円」



二人のお子さんをバイリンガルに育てた佳子先生。TESOL(英語を母国語としない人たちに英語を教えるための教授法)取得。

4月特別無料体験レッスン開催

- 日程:4/19(日)、26(日)
- 時間:14時~17時の中で1時間
- ※詳細、お問合せは右記QRから日程が合わない方はご相談を!

## 英語教室ステップابل

箕面桜井駅前教室  
箕面市桜井2丁目4-3  
桜井ビル2F  
受付/平日14時~19時  
土・日曜定休  
☎070-9095-0880

**特典**  
「シティライフを見た」と無料体験後、7日以内の入会  
●入会金11,000円→無料  
●多読アプリ3カ月分…無料  
(先着3名)

# 私の「押し」サロンを紹介します

通っているからこそわかる、居心地のよさや確かな技術。リアルな声とともに、「私の押しサロン」をご紹介します。



Body

「若い頃より今の身体の方が良い感じ」  
即効のシルエット変化に感動

自力では難しいボディメイキングを叶えてくれるのが同サロンの「マシン×手技」の痩身メニュー。3MAX×4種のクラッシュ吸引で硬い肉を柔らかくして、絶妙な圧で溶かして流す技術力は感動レベル。減量・体調改善・若返り・気持ち良さの4つが1度で手に入る。「あか抜けBODY」に生まれ変わりたい方はアンマンへ!



オーナー(60)もアンマンの施術で痩せてリバウンドなし!

押しPoint

1回の施術できっちり結果が出ます!ボディメイクだけでなく血行も良くなり、コリもほぐれてめっちゃ気持ち良いんです。施術後顔色まで明るくなって、思わず自分に可愛い!と言ってしまいました(笑)  
(50代 はん)



Facial

「なんであの人は年を取らないの?」  
実年齢×0.8歳実現・老けないゲスト続出

自力では不可能な細胞の衰えをリカバーするメニューが揃い、20年以上結果を出し続けるアンマン。メタジェクトは1秒間に最大2,700個の微空洞を一時的に形成し、自然治癒力でコラーゲン・エラスチンを生成し肌再生。そして、空洞から肌の奥までヒアルロン酸をまるごと1本導入し、ハリ蘇り頬が5mm上がるという。肌状態を見て今ベストの施術を提案してくれる。

押しPoint

アンマンに通い始めて、写真に写った姿が圧倒的に以前と違うんです。孫のお宮参りの写真を見て確認して、自信が持てるようになった。大嫌いだっただ写真も全然怖くありません。アンマンに出会えて幸運でした。(60代 Tさん)



悩み別フェイシャル

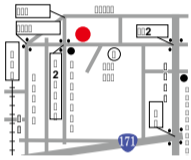
シミ・しわ・たるみ・ニキビ跡などには、「悩み特化型光フェイシャル」。1回で顔印象がガラリと変わるたるみ特化型マシン「Skip」。肌状態を見て貴女にぴったりのメニューを提案してくれる。

喜びの声

職場ですごくキレイになった同僚がいて、何をしたら聞いても教えてもらえなかったんですが、アンマンから出てくるのを見た!との目撃情報。ならば、私も来店。こんなにキレイになるなんて!と結果に大満足です。(50代・Mさん)

トータルビューティサロン  
サロン・ド・アンマン

箕面市如意谷1-7-41  
営/10時~20時 予約制 無休 Pあり  
☎072-722-2411  
ダンディアップ  
☎072-725-3660



特典

【Body】

- ①スラット美脚美尻コース ..... 3,300円
- ②攻め痩せお腹コース ..... 3,300円
- ③背中二の腕姿美人コース ..... 3,300円
- ①~③から2部位選べる贅沢コース(75分) 5,500円
- オールハンド育乳マッサージ(40分) 3,300円

【Facial】

- 最上級美肌テクノロジーメタジェクト ..... 5,500円
  - 1回で顔印象を変える「SKIP」(1,000ショット) ..... 5,500円
  - 悩み特化型・光フェイシャル(シミがポロッと落ちる感激!) ..... 3,300円
  - 小顔リフトアップフェイシャル(顔全体のリフティングで「上がる」が続く) 3,300円
- (4月末まで・要予約・新規の方のみ)



人生逆転 - 20kgダイエット  
薄着の季節が来る前に  
運動なしで「脱おばさん体型」

3ヵ月平均10kg・半年で20kgのダイエット成功者が続々誕生、4月で16周年の実績を誇るダイエット専門サロン。お腹周りのサイズダウンも実現し健康に痩せる方が続出、「来て良かった!」の声が溢れている。体重増加・体型崩れ、諦めないで。薄着の季節が来る前に、痩せたい方は一歩踏み出して



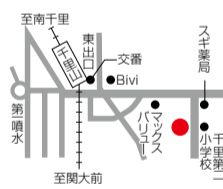
痩身カウンセラー、健康管理士、美腸セラピストの山本さんがサポート。

押しPoint

自力では全然痩せなかったのに、3ヵ月で-8キロ、お腹周り-11.9cmを達成(上写真)!運動なしで、辛い思いを全くせず、不思議とどんどん痩せていきました。ここに来て本当に良かったです!  
(40代 Hさん)

Slim & Smile

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



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  
・4月末まで)



パリ政府認定クリームバス資格取得の鈴木さん。ヘッドスパ講師として全国・海外で2000軒をプロデュース。

「秘密にしたい」ほど効果を実感  
抜け毛、細毛、ボリュームダウンは  
専門店で本気のケアを

何歳からでも髪は美しくなることを実感できる同店。バリ式クリームバスで頭皮を「耕す」ようにほぐし、固くなった頭の筋膜を正しい位置に戻して血流を促すことで、毛穴も整い髪の根元から自然なボリュームが生まれる。さらに、サロン専売のヒト幹細胞培養液を使用し、うす毛や髪のハリ・ツヤの改善にアプローチ。白髪も目立ちにくくなり、乾かすだけでツヤやかな美髪に!専門店ならではの効果を体感してほしい。

押しPoint

「今からでも変わるかな」と不安でしたが、通い始めて半年ほどで家族が髪のツヤやボリュームの変化に気づいて褒めてくれました。鈴木さんから日々の正しいケアや知識を覚えてもらえるので信じて続けて良かった!おしゃべりも楽しく私のパワースポットです。  
60代 Tさん

ヘッドスパ専門店 PUTICA (プティカ)

箕面市白鳥1-7-25  
チアミナビル201  
営/10時~19時、  
木金:15時~22時  
不定休 店舗裏に専用P有  
☎070-8958-3580



特典

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

## GRAND OPEN! 4月3日[金] 総合歯科医院が箕面に誕生

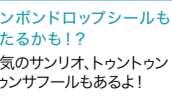
ヨクシオ歯科 箕面萱野

“あたりまえ”を最期まで。

食べる・話す・笑う 一生を支える歯科医療。

内覧会開催

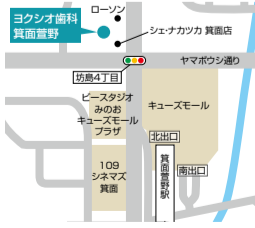
3/28(土) 11:00~18:00 29(日) 10:00~17:00 4/4(土) 11:00~18:00 5(日) 10:00~17:00 予約不要 時間内は自由来院可



各種専門医在籍 歯科診療のさまざまな分野の専門資格を持つ歯科医師が在籍しています

- マウスピース矯正
- 小児歯科矯正
- インプラント
- 審美歯科
- 予防歯科

●院内技工所あり ●保育スタッフ在籍



ヨクシオ歯科 箕面萱野  
〒562-0013 大阪府箕面市坊島4丁目10-8 TEN24BLDG.3F  
TEL.050-5840-4618

HP  
友達追加LINE  
イベントやお得なキャンペーン情報を簡単GET

診療日	月	火	水	木	金	土	日
9:30-13:00	●	●	●	/	●	●	/
14:30-18:30	●	●	●	/	●	●	/

※受付は18:00まで

箕面萱野駅より徒歩2分  
キューズモール他周辺駐車場をご利用ください。



**グランプリ6連覇、プロが認める  
寝たまま60分の健康美容痩身術**

開業44年、毎年約1,000名以上のダイエット成功者を輩出するファニービーは、今年のダイエットコンテストでも優勝し、グランプリ6連覇を達成。圧巻のハンド技術に加え、ラジオ波やキャビテーションなど高性能マシンを組み合わせ、3ヵ月で平均10~15kgの減量を目指す。運動だけでは落ちにくい中年以降のセルライトや深部の脂肪細胞まで徹底アプローチ。スタッフが寄り添いながらサポートし、体質改善とメリハリのあるボディを同時に実現。マシンとハンドの高レベルダイエットで夏までに脂肪を脱ぎ捨てて、同世代に自慢できる体になろう!



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

■吹田店  
吹田市片山町1-6-23  
グランロゼビル2F  
JR吹田駅東出口から徒歩1分  
営/10時~19時  
(土曜・祝日)~18時  
日曜定休 Pあり  
☎06-6386-0013

**全国ダイエットコンテストグランプリ6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2026」で6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。



■茨木本店  
茨木市西中条町1-1  
ハタセビル3F  
営/10時~19時  
(土曜・祝日)~18時  
日曜定休 Pあり  
☎072-645-1107



ゲストの喜びの声はHPに掲載!  
QRコード

**押しPoint**

エステ店の中でも効果が出やすい優秀なマシンを使っていると聞いてネットで調べたら、受賞歴が多かったので選びました。みんなにおすすめしたい!ファニービーに行ったら本当に良かったです。(Mさん)

**Body 高速セルライト撃退コース**



セルライト、皮下脂肪、内臓脂肪を超音波で溶かして分解。ハイクオリティマシンを採用しているので、深部の脂肪細胞を燃焼する効果が断然違う!

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

微量な電気刺激、吸引で筋肉を鍛えながら、表面の肌の凹凸を整える。女性の筋肉や骨格を熟知しているから仕上がりが綺麗。

**Facial [本気で肌改善] 酵素洗顔+フォト+エイジングパック**



酵素ディープ洗浄で毛穴の汚れや古い角質をしっかり取り除く。肌本来の潤いを残しながら、さっぱりとした洗い心地で、お肌をスベスベに。

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

パックで美容成分を肌の深層部まで入れて肌の修復と再生を促進。施術後すぐにはツヤ肌を実感!

**特典**

- 高速セルライト撃退コース(90分)  
4月18日(土)までのご予約……先着5名様 **3,980円**  
4月20日(月)以降のご予約で……………**5,000円**
- [本気で肌改善]酵素洗顔+フォト+エイジングパック  
4月18日(土)までの特別価格……先着5名様 **2,980円**  
(4月末まで・新規の方限定)

スタイリストイチオシ  
**キレイになりたいを叶える hair menu**



イチオシ menu  
**美容育毛+ヘナカラー**  
(カット・シャンプー・ブロー代込み)  
18,700円~ **14,960円~**  
読者限定価格の美容育毛とヘナカラーを合わせたコース。天然薬剤で毛穴に詰まった皮脂や残留不純物を取り除き、頭皮の血行不良を改善に導きます。 スタイリスト YUUKAさん

**爆発の人気・美容育毛サロンの読者限定コース  
天然薬剤で薄毛&抜け毛を改善へ導く**

薄毛・抜け毛改善のために遠方から来店するゲストも多い美容育毛サロン「ギャザー」。生活習慣や市販のシャンプーが原因である現代の薄毛・抜け毛は年齢に関係がないので、早めの対策が大切。シティライフ読者限定で「美容育毛コース」(8,800円)が5,500円に!オリジナルの美容育毛シャンプー「COCORO」もオススメ!

美容育毛サロン **Gather 千里中央店**(ギャザー)  
豊中市新千里西町3-2-6  
新千里西町近隣センター内  
営/10時~19時  
毎週月曜・第2第3火曜定休  
センター内専用P有り  
※駐車場代は1時間無料  
技術料金1万円以上で2時間無料  
☎06-6155-2021

特典「シティライフを見た」で  
●美容育毛+ヘナカラー 18,700円~ **14,960円~**  
●美容育毛コース+カラー 15,950円~ **12,760円~**  
●美容育毛コース+パーマ 16,280円~ **13,024円~**  
(すべてカット・シャンプー・ブロー代込み)  
●美容育毛コース 8,800円→ **5,500円**  
(シャンプー・ブロー代込み)  
(4月末まで・新規限定)



**「鏡を見るのが楽しみ」  
プロの施術で叶える感動肌  
心身ともに癒しの時間を**

人と会う機会が増えるこの時期、充実した施術内容の『アドバンスコース』がオススメ。経験豊富なセラピストによる心地良い施術で、肌本来の美しさを引き出してくれる。顔全体はもちろんデコルテまでのケアなので、フェイスラインもスッキリ。毛穴の汚れを吸引し、潤いたっぷりプルプル感動肌へ。

**押しPoint**  
話しやすいオーナーさんが、肌悩みに的確なアドバイスをくれるので頼りにしています。乾燥肌なのですが、施術後はしっとりぷるぷる肌に。デコルテ・ヘッドケアもしてくれるのも嬉しいです!  
(50代 Mさん)

**メナードフェイシャルサロン**

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

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



特典「シティライフを見た」で  
●アドバンスコース50分  
(イルネージュ使用)  
……ビジター価格8,800円  
→初回お試し **3,300円**  
+  
**サンプルセットプレゼント**  
(4月末まで・新規の方・要予約)

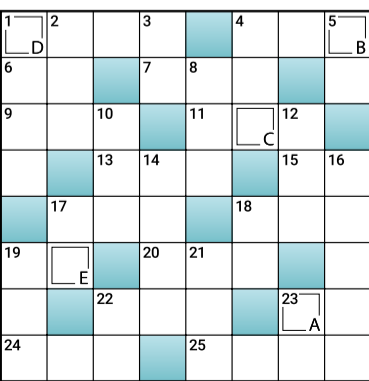
**CROSS WORD**

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

**3月号の答え: 立春大吉**

**朝ドラのタイトル  
ノーマルクロス**



解答  
A B C D E

朝ドラのタイトルが入ったノーマルクロスを解いた後、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。キーの「\*朝ドラ・タイトル\*」の部分にはリストのタイトルが入ります。(作・あさみ順子)

朝ドラ(NHK連続テレビ小説)リスト  
おしん/1983年度、さくら/2002年度、たびじ(旅路)/1967年度、つばさ/2009年度、てんか(天花)/2004年度、ひらり/1992年度、わかば/2004年度、おひさま/2011年度、おむすび/2024年度、はげばけ/2025年度、りんりん(と) (凧凧) /1990年度

- タテのキー**
- 1 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 2 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 3 正月の門に立てる針葉樹
  - 4 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 5 所得〇〇、消費〇〇、相続〇〇
  - 6 スパリゾートハワイアンズがある福島の市
  - 10 昔の言い方で12月は師走、1月は
  - 12 手術などの縫合糸を抜くこと
  - 14 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 16 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 17 冬と夏の間
  - 18 アルファベットの15番目
  - 19 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 21 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 22 食器、かつばの頭や膝にもある
  - 23 日本酒をこすときに残るもの

- ヨコのキー**
- 1 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 4 「残酷な天使の」〇〇〇はアニメ「新世紀エヴァンゲリオン」のテーマ曲
  - 6 地方公共団体の一つ。町より小さい
  - 7 双子、ベッドが2つのホテルの部屋
  - 9 ほっそりしている
  - 11 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 13 早春の花。種からとれる油は整髪料などに
  - 15 太公望とはこれをしている人のこと
  - 17 妊娠初期のつわりではこれがひどくて食事がとれない人も
  - 18 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 19 返返しといえはこの鳥
  - 20 乳製品。乾酪はチーズ、牛酪は
  - 22 ムシの代表作
  - 23 アルミもスチールもきれいに洗ってリサイクル
  - 24 \*朝ドラ・タイトル\*
  - 25 びったり。〇〇〇・フィット

**スタッフ大募集**

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

パート・アルバイト  
時給/1,180円~1,200円  
まずはお気軽にお電話を。

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

子どもの保障が、月掛金1,000円から

**家族みんなの コープ共済  
基本の保障 《たすけあい》**

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

**コープ東豊中**  
豊中市東豊中町4丁目3番13号 ☎06-6848-2561

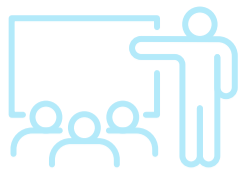
**Food Net Mart**  
毎日 フードネットマート 安い!

片山町ザリア店 吹田市片山町3-32-3 ☎06-6380-6405  
蛸池店 豊中市蛸池中町2-4-17 ☎06-6843-0589  
桜塚店 豊中市中桜塚2-27-8 ☎06-6152-8235  
亥の子谷店 吹田市山田西1-31 ☎06-6836-8739  
茨木店 茨木市元町8-1 ☎072-665-4567  
高槻店 高槻市大蔵町3-14-4 ☎072-698-4130

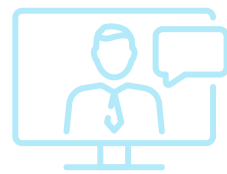
From CityLife **CityLifeはココに設置しています**

設置場所の情報はwebからご覧いただけます。右記QRコードかホームページからチェックしてください。

CityLife で検索



日々の生活が「もっと」豊かになる



参加無料  
複数受講  
歓迎

プロから学ぶ

# 「生活向上セミナー」

グルメ券  
付き

さまざまなプロが教えてくれる生活向上セミナー。健康・運動・資産運用・相続・老後資金など、日々の疑問を解消する専門知識を提供。実践的な学びで、あなたの生活設計を応援します。

日時 **4.21** 火  
10:00~16:50

場所 **千里朝日阪急ビル 14F**  
(豊中市新千里東町1-5-3)



主催：シティライフ 大阪モノレール千里中央駅直結

セミナー参加予約はこちら

各セミナー  
定員24名

事前予約制

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分を過ぎで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

TEL.06-6338-0640

(生活向上セミナー担当係まで)  
※平日10時~17時



事前予約はこちら▶

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アンケート謝礼として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下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4/22(水)~5/31(日)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

● 野菜とつぶつぶ  
アブサラカフェ  
(LABI千里中央店)  
豊中市新千里東町  
1-2-20 LABI 4F



● タータンナディ  
豊中市向丘  
3-11-45 1F



● 熟成キーマカレー  
LIBRE リーブル  
吹田市芳野町1-23



1

10:00  
11:00

### 普通の家ごそ要注意! 家族を守る「相続の基本」セミナー

相続トラブルの多くは、実は「普通の家」で起きています。「まだ先」と思うほど、早めの準備が安心の鍵。本セミナーでは難しい法律の話ではなく、実生活に役立つ「相続の基本」を保険のプロが分かりやすく伝授します。知っているだけで将来の不安は解消できます。ご家族の笑顔を守るために、ぜひお気軽にご参加ください。

講師 ファイナンシャルプランナー 大木 由加里さん

テレビやラジオ協賛のセミナーにも多数登壇している人気講師。金融業界25年での多くの相談実績もあり、2人の子育て経験とやわらかい雰囲気でお気軽な相談ができると評判



2

11:10  
12:10

### 60代から増え始める「終活」についての悩み 「住まいとお金の不安」をスッキリ整理

定年後の生活、後回しにしがちな終活について考えてみませんか?住宅ローンの残り・固定資産税・住み替えリスク・実家の扱い・相続税の不安など、「住まい」を中心とした「終活にかかるお金の問題」は避けて通れません。本セミナーでは、「よくあるのに誰も教えてくれない老後のお金の落とし穴」を、不動産専門のファイナンシャルプランナーがやさしく整理して解説します。

講師 株式会社ま明日 取締役 川田 晋資さん

これまで延べ3万世帯以上の相談を受け、住宅・保険・相続をワンストップでサポート!「難しい話を分かりやすく伝える」セミナーに定評がある。4人の子どもの父として家事・育児にも全力投入!



3

12:20  
13:20

### 今日から始める、今からわかる。相続と遺言スタート講座 行政書士がやさしく解説します

今日から、今から、少し調べ出そうかな...という方のための相続・遺言に関する講座です。相続が発生すると何が起きるのか?その対処法、遺言書の書き方やかかる費用、遺言書でできる事できない事、遺言書が必要な場合、必要でない場合など、相続と遺言に関する基礎のお話を分かりやすくお伝えします。

講師 江坂みらい法務事務所 行政書士 信本 一樹さん

自身の親族が相続問題で苦労した経緯から、行政書士を志し現在17年目。相続や遺言書などの公正証書・私署証書作成の専門家として業務を行っている。



4

13:30  
14:30

### 誰でもできる簡単・楽しい歩行力アップトレーニング講座 トレーニンググッズのお土産付き

歩行特化型フィットネストレーナーが、歩行に必要なバランストレーニングを分かりやすくレクチャー。自身の体のバランスをチェックした上で、お尻・モモ裏・足首などの筋肉を動かしていきます。椅子に座ってできるので、運動が苦手な方も大丈夫!気になる人はぜひご参加ください。

講師 歩行特化フィットネス GOODSTEPトレーナー 堀戸智博さん

歩行特化フィットネスGOOD STEP所属トレーナー。宝塚、大阪市内でもパーソナルトレーナーとして活動中。筋力トレーニング、ピラティス、徒手療法を用いた包括的なアプローチで姿勢や痛みの改善。所有資格:NSCA-CPT、プロジム卒業認定証



5

14:40  
15:40

### 60代でも間に合う!「資産運用」&「投資」 あなただけのマネープランの作り方

感覚や好き嫌いで金融商品を選んでいませんか?誤った選択をしないために『資産運用』とは何?『投資』とは何?をわかり易くお話しします。但し、運用がゴールではありません。お金が必要な時にお金が使えない運用では意味がありません。重要な【出口】(お金を使う時)や取崩し運用についてもお話しします。お答え合わせをしたい方も大歓迎です。

講師 株式会社ノーダス 赤川 元秀さん

ファイナンシャルプランナー歴20年。これまで2,500件以上を担当した豊富な実績から一人ひとりに合った的確なアドバイスを。「ズバリと話すリアルなお話が実生活に役立った!」との声も。



6

15:50  
16:50

### 遺言・エンディングノート・認知症対策の実践講座 ~理想の終活と現実のギャップを埋めるために~

もしもの時に家族を困らせない!「遺言書」と「エンディングノート」の違いや活用方法、認知症に備える「成年後見制度」の仕組みなどを行政書士が詳しく解説します。

講師 杉本行政書士事務所 代表 行政書士 杉本 正宏さん  
提携FP 日本生命グループ・株式会社ライフプラザパートナーズ  
大阪FA第一営業部 ファイナンシャルプランナー 井上 誠一さん

自身が相続を数年間のうちに経験し、その時に感じた手続きのややこしさ、困ったことをもとにわかりやすいセミナーを展開。お金のプロである井上さんとタッグを組み、多くの相続問題に対応している。



プロに聞く

# カラダのお悩み相談室



暮らしの中に自分では解決できない困りごとや悩みはありませんか。そんな時は専門家に相談して解決のヒントを探しましょう。



## 喜びの声

●幼稚園の頃にアトピーが発症し、高校生の頃からひどくなり、特に顔や首の強い痒みや赤い湿疹がひどく、鼻炎、下痢などの症状がありました。春風さんから胃腸の冷えと気血の巡り不足とされ、漢方薬と食事改善を行いました。3カ月後に痒み軽減され、8カ月で赤い湿疹がなくなり、1年後には痒くなるのが全くなり、皮膚もつるつるになってビックリしています。(大学生)

●子どもの頃からアトピーでステロイドを使っていたが、引越や仕事のストレスで悪化し、全身のかゆみや傷に悩んでいました。便秘や冷え、月経痛や気分の落ち込みもありました。漢方を服用すると、2週間で便秘が改善、1ヵ月後にはかゆみや冷えが軽減され、3ヵ月後には頭皮や体のかゆみもほとんどなくなり、ステロイドも減少。6ヵ月後には冷えやむくみも改善し、ステロイドなしでも湿疹が出なくなりました。(40代女性)

## アトピーの悩み

諦めかけていたアトピーも、漢方で根本から改善へ

自身のアトピーを漢方で克服した経験から、同じ悩みを持つ人を救いたいと志した西口先生。患者に寄り添う誠実な対応で信頼を集め、アトピーや自律神経失調症など幅広い症状の豊富な改善実績を持つ。根本原因を見極め、生活習慣の指導も含めた的確な治療で、早期回復へと導く。



### 春風漢方薬局

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



## 自律神経の乱れの悩み

耳鳴り・不眠・アレルギー症状、繰り返す持病には伝統鍼灸術

身体の巡りとバランスを見極め、的確に要所を捉える、この道20年の鍼灸師・為沢さん。"当てる"程度に鍼を施すため、刺激が苦手な方やお子さんでも安心して受けられる。滋賀・京都・神戸など遠方からも通う人がいるほど信頼が厚い。春は寒暖差や環境の変化で自律神経が乱れ、耳鳴り・不眠・ほてり・イライラ・のぼせ・無気力感・アレルギー症状など、不調が出やすい時期。薬で一時的に抑えるだけでやり過ぎている方も多いただろう。為沢さんの施術は、全身のバランスを整え根本から症状の改善を目指し、より快適で健康な状態へ導いてくれる。薬が苦手で使いたくない方、薬の効果を感じていない方にこそ、訪れてほしい。



為沢さん自身もアトピー性皮膚炎や喘息を経験し、そこから多くを学び、自らの鍼で克服したそう。今も鍼灸術の腕を磨き続ける勉強家。

## 【喜びの声】

### パニック障がい・胃腸の不調

パニック障がいによる不安感や胃腸の不調が数カ月続き、何をしても「できるかな...」と不安がつきまわっていました。漢方で少し改善するも根本的ではなく悩んでいましたが、初回の施術で上半身がほぐれ姿勢も改善、不思議と不安感が軽減していき、制限していたことに少しずつ挑戦できるようになり、前向きな気持ちを取り戻せて嬉しいです。  
 東淀川区 Y.さん

## 動きはく心体の悩み

いつまでも若々しく動かしやすい体に中高年向けトレーニングコース登場

4月で1周年を迎え、リピーター多数のストレッチ専門店。一人ひとりに合わせた"パーソナルストレッチ"で、柔軟性を高めて動かしやすい体へ導いてくれる。新たにトレーニングマシンと体組成測定器を導入し、40代以上の中高年を対象とした体作りコースがスタート。プロトレーナーが寄り添ってくれるので、安心して一歩を踏み出して。

オーナーは20年以上の経験の持ち主。温かい雰囲気ですて迎えてくれる。



### 特典「シティライフを見た」で

- "はじめての"オーダーメイド・ストレッチ
- 50分コース.....7,800円→**1,100円**
- 70分コース.....9,800円→**2,200円**
- ※施術・可動域測定、カウンセリング含む
- 上記ストレッチ+40歳から始める体作りトレーニングコース体験(30分).....**1,500円**(要予約・新規の方・4月末まで)



## ストレッチ専門店のトレーニング×ストレッチ

40歳から始める体作りトレーニングコースは、ストレッチとトレーニングの両方を実施。ストレッチで動きやすくなった状態でトレーニングすることで、柔軟性、筋力やバランス力を効率的に高める効果が期待できるそう。「トレーニングに数居の高さを感じている人にこそ来てほしいです」とオーナーの伊東さん。

## ストレッチ専門店 ストレチックス 緑地公園店

豊中市寺内2-3-15  
 リアライズ緑地北302  
 火曜定休 緑地公園駅から徒歩4分  
 営/平日 11時～20時  
 土日 10時～19時  
 【予約はお電話で】  
**06-7221-0135**



## 肩こり・腰痛・五十肩の悩み

茨木で開院18年の実績、喜びの声多数 本場の中国整体で、頑固な痛みを改善



(上)院長 李占法 (リセンホウ)  
 中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道30年のベテラン。東洋医学の経絡とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。  
 (右)足裏には内臓と同じ反射区があり、免疫カアップの効果もある。

Menu 全身整体・足裏・ダイエット・吸玉・刮沙の各コース  
 ●40分.....4,600円 ●70分.....7,400円  
 ●60分.....6,300円 ●90分.....8,900円  
 ※お得な回数券あり

「楽楽堂整体院」にて各種保険取扱

特典「シティライフを見た」で  
 各コース(初回のみ).....**2,000円OFF!**(4月末まで)

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



茨木で開院してから18年を迎えた「楽楽堂」は、指や掌、肘を使った様々な手技を用いた施術を得意とする。普通の整体マッサージとは違って、全身のバランスを調整することに重きを置く本場中国仕込みの手技なので、肩・腰・関節の頑固な痛み改善はもちろん、人が持つ本来のパワーである免疫力を高めてアレルギーや感染症に強い体を養う効果もあるという。「病院に行っても治らなかったのに、ここに来て良くなった」という声も多数。保険治療対応もしているため、持病をお持ちの人や慢性的な不調を感じている人は、一度相談に訪れてみよう。

# 不用品・空き家買取はカウカウ



遺品整理、生前整理、不用品買取(家具、家電、衣類、ゲーム機)、不動産買取(共有持分、再建築不可、雨漏り、シロアリ、心的瑕疵など)、資格を持った司法、税務関係に詳しいスタッフがオールサポート。まずはご相談ください。

対応エリア：大阪・京都・兵庫・奈良 他

## 申込の流れ

- ① お問合せ  
お電話で日時・詳細ご予約
- ② 査定・見積り  
一点から査定します
- ③ お支払い  
現金でお支払い・振込もOK

カウカウ KAUKAU  
**06-4309-5212**  
 東大阪市若江東町5丁目6-21 営業時間：月～土曜日・9:30～19:00  
 大阪府公安委員会第62221R065329号 大阪府知事(1)第066671号

出張査定  
 完全守秘  
 即日対応可

## この春、万博記念公園駅の駅ナカで「Musicマルシェ」を開催します!



この春、万博記念公園駅の駅ナカで、音楽とグルメを楽しむことができる「Musicマルシェ」を開催します! 今回のMusicマルシェは、春を感じてもらえるステージをお楽しみいただけます♪さらに、花咲く季節にピッタリの彩り豊かなグルメも多数登場します! 温かい音色に包まれながら、グルメとともに春の気分を楽しみませんか?



詳しくはこちら



日時:3/28(土)、29(日)、4/5(日)、12(日)、5/3(日・祝)、4(月・祝)、5(火・祝)、6(水・振休)  
 各日:11:00～17:00 場所:万博記念公園駅コンコース  
 参加料:無料 ※現地までの交通費や飲食等についてはご負担ください。  
 お問い合わせ:大阪モノレールサービス(株) イベント推進係 TEL 06-6319-9785(平日9:30～17:30)

■ 新たなライフステージに備えて

# 「親の老後を考える」

「人生100年時代」と言われる近年。親には「いつまでも自分らしく暮らしてほしい」と思うものの、将来に不安を感じる家族も多いのでは。今回は、生活の自由度が高く、なおかつ充実したケアを受けられるサービス付き高齢者向け住宅「ナーシングホーム さくら」の岡田さんに、医療ニーズや看取りへの対応を中心に話を聞きました。

看護・介護が24時間365日充実のケアでいつまでも安心して暮らせる終のすみか



この方にお聞きしました  
ナーシングホームさくら  
フロント職員  
岡田 真由美さん  
介護歴13年。福祉用具販売、薬局勤務、デイサービス等の介護職を経て、現在は、フロント業務を通し、社会福祉士として入居者を支えている。

「ナーシングホーム さくら」は、看護師である創業者が立ち上げたサービス付き高齢者向け住宅（以下、サ高住）。24時間常駐している点が特徴で、自社の訪問看護、訪問介護ステーションと連携し、様々な医療・介護サービスが受けられる。たんの吸引や胃ろう、ターミナル

ケア（終末期医療）などの医療ニーズにも対応可能。「介護度が高くなっても、終のすみかとして安心して暮らしていただけます」と岡田さん。

一方、サ高住が「賃貸住宅」であることから、「自宅」として自由に暮らせることを大切にしている。外出ができた時間的制約が少なかったりと

生活の自由度が高く、入居者や家族に喜ばれることも多いという。例えば、「口から食べたい」「呼吸器を外したい」などの要望がある方には、医師と連携し、できる限りサポートするという。実際に呼吸器を外し、食事をとれるようになったケースもあるそう。

「ナーシングホーム さくら」には介護度の高い人だけではなく、自立している人も多く入居している。ケア体制が充実しているため「元気なうちから入居して安心して暮らしたい」という声も「地域の駆け込み寺になりたい」という思いから創業した会社です。入居にかかわらず、介護で困っていることがあればお気軽にご相談ください。



医師や看護師、介護士とのコミュニケーションがあるからこそ自然に信頼関係が生まれる環境。24時間看護・介護の対応可能など、常に万全の看護・介護体制を整えている。



- 取材協力  
【サービス付き高齢者向け住宅】  
箕面ナーシングホームさくら（看護師常駐）  
箕面市萱野5-12-6（北大阪急行「箕面船場阪大前」駅徒歩10分） ☎072-737-9516  
箕面ナーシングホームさくら2号館（看護師常駐・2人部屋あり）  
箕面市桜3-3-46（阪急「枚方」駅徒歩9分） ☎072-736-8450  
池田ナーシングホームさくら（看護師常駐）  
池田市満寿美町2-14（阪急「池田」駅徒歩3分） ☎072-734-8295

まずは気軽に資料請求・見学から

詳細や資料請求は右記のQRコードにて。介護に関する困りごとや相談もOK。



大人の学ぶ「楽しさ」再発見

## くるくる環境スクール

### 9期生募集!

ごみ処理施設見学、環境フォーラム、バスツアーなど、環境問題について学べる市民研究員養成講座です。修了後（5回以上受講）には市民研究所長より修了書を授与します。

募集期間 令和8年4月4日（土）～ ※定員になり次第締め切り

定員 25名  
受講料 3,000円（全8回講座分）

電話での申込み 06-6877-5300  
FAXでの申込み

①氏名（ふりがな）  
②生年月日 ③住所  
④電話番号 ⑤FAX番号  
⑥メールアドレスを記入して  
FAX:06-6876-0530へお送りください。  
※本申込に記載された個人情報は、本講座実施などに関わるご連絡及び（公財）千里リサイクルプラザからのご案内のみに使用いたします。

講座内容一例  
6/20[土] 開校式・施設見学・破砕選別工場と市民工房の見学  
9/17[木] バス見学ツアー  
「食品容器トレーのリサイクル工場」  
「ATCグリーンエコプラザ」  
10/18[日] もったいないバザール  
11/29[日] エコクッキング体験  
など、全8回（予定は変更になる場合があります。）

くるくるプラザ 公益財団法人 千里リサイクルプラザ・市民研究所  
吹田市千里万博公園4番3号 資源リサイクルセンターA棟 5階

見学予約は 5/10 Sun まで!

デザインリノベなら 設計士と相談して好きな空間にできる!

ラフな仕上げでより安く  
空間の可変性が高い

Refitより提案・施工した  
デザインリノベの物件をご覧ください。

# マンションリノベ 施工中の見学会

CONDO RENOVATION・IN-PROGRESS TOUR

4/4 Sat から開始

HPからのご予約・お問合せはコチラ▶

場所/大阪市西淀川区佃1丁目

完全予約制 完成時などはインスタで発信!

ご予約頂いた方に、詳しくご案内をさせていただきます  
※画像は現地の雰囲気や施工アイデアを伝えるイメージです

費用がわかりやすいリノベで叶える新生活  
施工アイデア満載のパンフレットをプレゼント!!  
特別ご来場特典

Refit Design Renovation  
リフィット天王寺店 ご予約・お問合せはHPが電話で  
TEL 0120-69-6609  
大阪市阿倍野区阿倍野筋2丁目1-15 アートキューブ高橋ビル3階  
営業時間/9:00~19:00（火・水曜定休） 運営会社/和光ホーム株式会社

住み慣れた街で働きたいそんなあなたを待っています

## お仕事情報 Pick Up!

保育士/最寄り駅:阪急千里線「千里山駅」

英語スキル不要、ブランクのある方も歓迎

ベテラン保育士が丁寧にサポート、未経験やブランクのある方も安心して働けます。担当年齢の固定がなく、さまざまな年齢の子どもたちと関わられます。英語のスキル不要、有休消化率が高く、離職率が低い働きやすい職場です。

【勤務地】 English School CLOVER保育園（吹田市上山手町21-28）

職 保育士（正社員/パート）時7時半～18時半の間/正社員:実働8時間（シフト制）/パート:1日4時間～給 正社員:月給28万円～35万円（各種手当あり、賞与年2回※業績による）/パート:時給1,400円～1,500円（経験により1,350円～の場合あり）待 交通費全額支給、昇給有、マイカー通勤可、制服貸与、産休育休有、有給休暇有、社会保険完備（勤務条件による）資 保育士資格※未経験、ブランクのある方も歓迎休 正社員:日曜・祝日+平日1日（土曜日2回程度出勤）/パート:土曜・日曜・祝日※平日のみ勤務OK

【申込はこちら】 English School CLOVER保育園（クローバー保育園） ☎06-6368-3412

From CityLife インスタグラム @citylife\_news

素敵なグルメ情報や イベントの情報も発信しています!



いくつになっても、  
**健康で豊かな暮らしを**

「終活」があるなら、「始活」があってもいい。人生の締めくくりを  
考える前に、まだやっていないことを始めてみませんか。  
『オープニングノート』に夢や欲を書き出すだけで、  
明日が少し楽しみになります。



**終活の次は「始活」!?  
明日を使い切る『オープニングノート』のすすめ**

「終活」と聞くと、身の回りの整理や葬儀の準備など、人生の店じまいのような寂しさを感ずる方も多いかもしれません。もちろん備えは大切ですが、整理の本当の目的は、これからの時間を身軽に、最大限に楽しむためではなく、そこで提案したいのが、エンディングノートならぬ『オープニングノート』です。これは、後回しにしていた「やりたいこと」や「小さな欲」を書き出し、今日からの人生を力強く「開き直る」ための作戦図。書いた瞬間から毎日の景色がワクワクするものになり始めます。



作り方は簡単です。まずは予算や体力を一旦無視して、死ぬまでやりたいことを10個書き出してみましょう。ポイントは「家族のため」ではなく、「自分のため」の欲であること。「あの高級ホテルのラウンジでコーヒーを飲む」「ずっと欲しかった万年筆を買う」「疎遠になっていた友人に「筆書く」。誰に遠慮することもない、自分の心が「ニヤリ」とする項目でノートを埋めてください。文字にすることで、それは「ぼんやりした願望」から「具体的な予定」へと姿を変えます。

リストができたら、その中から一番簡単に叶えられそうなもの一つを選び、「最初の一步」を今日中に予約してしましましょう。「旅行に行きたい」ならパンフレットをもらいに行く、「あの料理を食べ



要望に沿って介護福祉士・保育士・掃除や収納の達人など様々な経験を積んだスタッフが対応。

介護保険対応外  
生活サポート

**介護・暮らしの困りごとはその道のプロに相談を**

介護保険だけでは対応できない「ちょっとした困りごと」「日常の手助け」。そんな悩みを気軽に相談できるのがLeaf! 元ケアマネジャーのLeaf代表の中山さんは「介護保険サービスの使える範囲をよく知らない人も多い」と話す。Leafでは、制度のしくみを分かりやすく説明し、保険内・外のサービスを組み合わせ、あなたに合ったサポートを提案する。見守り、掃除、料理など、日常生活の幅広いサポートが可能。利用者から「こんなサービスを探していた!」と喜びの声が届く。高齢者の方から子育て世代の方まで、どんな小さな悩みでもOK!まずは電話を。

- サポート例**
- ・買い物や病院の付き添い
  - ・庭のお手入れ
  - ・家事全般
  - ・ペットのお世話
  - ・身の回りのお世話
  - ・子どもの送迎
  - その他

**無料電話相談・随時受付**

介護・子育てに関するお悩みなど、何でも気軽に相談を。「何から始めたらいいか分からない」という方でも、現状を話すだけでも大丈夫!  
フリーダイヤル:0120-964-011

株式会社 Kishida Leaf (リーフ)  
吹田市寿町2-15-12  
サービス提供時間:24時間365日対応  
受付時間(予約・お問合せ):9時~18時  
日曜・祝日定休  
☎ 0120-964-011  
info@leaf-service.com



**帯ときもの 京都西陣 伊兵衛**

**4・5月開講クラス  
受講生募集中**

「着物を着てみたい」その気持ちに寄り添う、一人ひとりのペースを大切にできるきもの教室です。経験豊富な講師による少人数制で、初めての方には基礎から丁寧にサポート。経験者の方には、実践的なレッスンで更なる上達をお手伝いいたします。アットホームな雰囲気の中で、私たちと一緒にきものを楽しみませんか?無料体験も随時受付中です。



- 全7回で受講料 5,000円 [税込]
- 安心の少人数制度
- 名古屋帯または袋帯を選べます

**申し込み方法** 電話、Webで  
※下記の一覧表の中から、希望の教室と受講開始日をひとつ、受講時間(午前・午後)を選んで申し込んでください。※開講表以外にも教室がありますので、詳細は気軽に問合せを。

- <基本が身につく全7回のカリキュラム>**
- ①開講案内と次回準備
  - ②半衿付けと補整方法
  - ③長襦袢の着方ときもの着方
  - ④帯の結び方ときもの着方1
  - ⑤帯の結び方ときもの着方2
  - ⑥課外授業~きもの知識~
  - ⑦総復習
- [開講時間] 午前クラス 10時~12時 午後クラス 13時~15時半

教室	場所	受講開始日
牧落	グリーンホール(箕面市立市民会館)	4/13(月)・16(木)・18(土)・5/11(月)・13(水)・16(土)
曾根	豊中市立文化芸術センター	4/14(火)・15(水)・18(土)・5/12(火)・14(木)・16(土)
緑地公園	駅ビル文化センター	4/13(月)・15(水)・5/20(水)・23(土)
千里山	千里山コミュニティセンター	4/21(火)・22(水)・25(土)・5/18(月)・20(水)・23(土)
北千里	千里北センタービルディオス北千里1番館	4/20(月)・22(水)・25(土)・5/19(火)・21(木)

【伊兵衛のなりたち】京都西陣の百年企業「とみや織物」をルーツに、2011年より「結衣きもの着方教室」を運営。2025年7月、『京都西陣 伊兵衛』として新たにスタートしました。きものや帯の販売だけでなく、着る・遊ぶ・知るを通して、きもので楽しめるお店を目指しています。

**お申込み・お問い合わせ** ☎0120-882-336 (月曜~土曜 10:00~17:00)  
高槻市紺屋町7-13 浜屋高槻ビル4F [JR高槻駅から徒歩3分] 高槻 伊兵衛 で検索



**読者プレゼント**

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



【提供:ネスレ日本株式会社】



【提供:株式会社ME リゾート但馬】

109シネマズ招待券 (一部店舗を除く) **5名**

こらべアグリパーク ネモフィラの丘2026 ペアご招待券 **5組10名**

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP

人はなぜラブレターを書くのか  
4月17日(金)公開  
©2026 映画「人はなぜラブレターを書くのか」製作委員会

SAKAMOTO DAYS  
4月29日(水)公開  
©鈴木祐斗/集英社  
©2026映画「SAKAMOTO DAYS」製作委員会

応募方法・賞品詳細は右記QRコードをチェック  
応募締め切り:4/15(水)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



【期間】4/18(土)~5/17(日)  
【場所】神戸市西区押部谷町高和1557-1

万博記念公園だより 4月号 令和8年3月23日発行 通巻551号

# BAMPAKU News

2026  
04

1ban Park



日本さくら名所100選の地にも  
選ばれている万博記念公園の桜。  
園内全体で12品種  
約5500本が咲き誇ります。  
イベントを楽しみながら  
美しい桜を堪能してください。

いつもと  
違う春へ

## SAKURA EXPO 2026 開催!

3.20 金祝 - 4.5 日

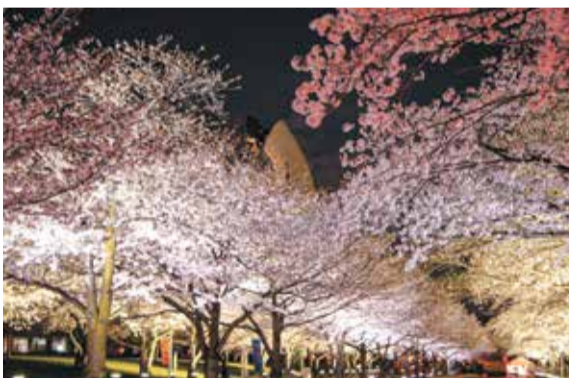
会期中は開園時間を延長!  
9:30-18:00 (入園は17:30まで)

[場所] 自然文化園の東大路を中心とした公園内各所  
※「東大路の桜並木ライトアップ」に関しては対象エリアを別途設定  
[料金] 無料 ※一部イベントは有料 ※別途入園料が必要

### 東大路の桜並木ライトアップ

開花状況を踏まえて開催日を決定します。

※万博記念公園のホームページをご確認ください



桜の開花から見ごろにあわせて全長約200mを超える東大路の桜並木をライトアップします。

- ① 対象エリアは21:00まで開園(16:30以降は、中央口ゲート・日本庭園前ゲート・東口ゲートのみ開門。入園は20:30まで) ※対象エリア外は17:00閉園(入園は16:30まで)、SAKURA EXPO開催期間中は上記の通り
- ② 自然文化園 東大路を中心とした対象エリア
- ③ 無料 ※[その他]ライトアップ実施時は、太陽の塔の内部観覧も19時まで閉館延長(予約優先)

### 日本庭園茶室

#### 「汎庵・万里庵」特別公開

期間中の土・日・祝 10:00~16:00

SAKURA EXPO開催期間中の土曜・日曜・祝日には、茶室「汎庵・万里庵」を含む茶庭を特別公開します。武家住宅様式の書院造をイメージして作られた汎庵と、檜皮葺の小さな建物の草庵をイメージして作られた万里庵が互いに添景となるように建てられています。

#### 茶室「汎庵」呈茶

期間中の土・日・祝 10:00~16:00(受付は15:30まで)

「汎庵・万里庵」の特別公開とともに呈茶を行います。本格的な茶室「汎庵」で美味しい和菓子とお抹茶をお楽しみください。



- ① 日本庭園
- ② 季節の和菓子と抹茶セット700円  
※割引入園券付抹茶券も入園ゲートにて販売(呈茶開催日のみ)  
大人890円、小中学生760円  
4/1(水)以降 大人(高校生以上)1,030円、小人700円

### SAKURA フードコート

3/26(木)~4/5(日) 9:30~18:00(L.O 17:30)

※ライトアップ開催日は21:00まで(L.O 20:30)

※ライトアップ開催期間に合わせて、日程を延長する場合があります。



映えるキッチンカーや露店などが多数登場します。1日では食べつくせない魅力溢れるフードが盛りだくさん!会場では縁日や、大道芸(開催期間中の土・日出演)、アカペラ(3/28(日)出演)、阿波踊り(4/5(日)出演)など、楽しいパフォーマンスも開催します!ご家族やご友人と一緒に、にぎやかなひとときをお楽しみください。

- ① お祭り広場
- ② 入場無料

### 重ねて咲かせよう!桜スタンプラリー 3/20(金・祝)~4/12(日)

万博記念公園、ニフレル、ららぽーとEXPOCITYの3施設で季節の移ろいを感じながら楽しめるスタンプラリー企画「重ねて咲かせよう!桜スタンプラリー」を開催します。施設をめぐり、合計5か所のスタンプを「重ね塗り(かさねおし)」していくと、ひとつの桜の絵柄が浮かび上がります。どんな絵が完成するかは実際に捺していただくまでのお楽しみです!ニフレルの有料エリアを含むコースでは、総額約30,000円相当の豪華な詰め合わせセットを抽選で10名様にプレゼント!無料エリアのコースでも、総額約10,000円相当の豪華な詰め合わせセットを抽選で30名様にプレゼント!各施設の魅力が凝縮された賞品とともに、ここでしか味わえない体験をお楽しみください。春色に染まる万博記念公園、ニフレル、ららぽーとEXPOCITYで、スタンプとともに思い出を重ねてみませんか。

詳しくは、ららぽーとEXPOCITYのキャンペーンページをご覧ください。



入園料 | 大人260円、小中学生80円(自然文化園・日本庭園共通) ※4月1日から、大人(高校生以上)450円、小人無料となります。 休園日 | 水曜定休 ※4月は無休  
時間 | 通常9:30~17:00(入園は16:30まで) ※SAKURA EXPOは上記の通り 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。 ① 時間 ② 場所 ③ 料金 ④ 休み ⑤ 主催 ⑥ 問合せ ⑦ ホームページ ⑧ メール



# Pickup Event

※別途入園料が必要  
※水曜定休 ※4月～5月6日(水・祝)は無休  
※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。

## 春の花を楽しむ

### チューリップフェスタ

3/28(土)～4/8(水) 9:30～17:00



春の到来を告げる約7万本のチューリップ。31品種が色とりどりに花園一面に咲き誇ります。他にも、菜の花やネモフィラ、ムスカリにヤグルマギクなど、春爛漫の風景をお楽しみください。

◎自然文化園 チューリップの花園 ¥無料

### ポピー・ネモフィラフェスタ

3/28(土)～4/29(水・祝) 9:30～17:00



春色が可愛い約20万本のポピーに加えて、今年も約36,000株のネモフィラが一面に咲き誇ります。サクラとの共演や、5月に楽しめるルピナスなど、春満開の花の丘へお越しください。

◎自然文化園 花の丘 ¥無料

### 藤まつり

4/18(土)～4/26(日) 9:30～17:00



大阪「のだぶじ」の意思を引き継ぎ2019年に新設された約80mにも及ぶ藤棚。白、紫、ピンクが混ざり合う藤の花のグラデーションは、まさに幻想的。藤にまつわる関連イベントもお楽しみください。

◎平和のバラ園 藤棚 ほか ¥無料

### 春の山野草展

4/5(日)～4/12(日) 9:30～17:00

※最終日は16:00まで ◎日本庭園園芸植物展示場 ¥無料

春の万博記念公園は花いっぱい！開花情報やイベント情報の詳細は、公園ホームページや公園公式SNS等でご確認ください。

## ワクワクいきものワールド

4/11(土)、12(日) 10:00～17:00

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



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

## 大阪・関西万博 開幕一周年イベント「EXPO2025 Futures Festival」

4/12(日) 10:00～20:00頃(予定)

大阪・関西万博のレガシーについて考えるステージプログラム、VR映像やパビリオンの展示等による万博の追体験のほか、「One World, One Planet.」のドローンショーが一夜限りで復活するなど、万博を振り返り未来をともに考える特別イベントです。



◎もみじ川芝生広場 ¥無料 ※入場は事前抽選制(飲食・物販など一部自由入場)。実施内容は変更する場合があります。詳細は大阪・関西万博公式Webサイトをご確認ください。◎公益社団法人2025日本国際博覧会協会 共催・経済産業省

## 万博 Tableware Market

4/11(土)、12(日) 9:30～16:30

※当日入場券販売は16:00まで

万博記念公園にて「暮らしを愉しく、美しく」をテーマにした「万博 Tableware Market」を開催。暮らしに馴染む多様な器が一堂に会します。日々の風景を彩る、あなただけの特別な器との出会いをお楽しみください。



◎東の広場  
◎前売り券 700円、当日券 1,000円(小学生以下無料)  
※前売り券は公式ホームページをご確認ください。  
◎シティライフ



## Vintage Market -万博蚤の市-

4/17(金)～19(日) 9:30～16:30

(当日入場券販売は16:00まで)

関西最大級のアンティーク&ヴィンテージのイベントです。約200店が集結し、全国から届く選りすぐりのアンティークや家具、古着が並びます。時を超えて受け継がれてきた品々を手にとる体験をお楽しみください。



◎東の広場  
◎前売り券 700円、当日券 1,000円(小学生以下無料)  
※前売り券は公式ホームページをご確認ください。  
◎シティライフ



## 第13回 カレーEXPO in 万博公園

4/11(土)、12(日)、18(土)、19(日)

10:00～17:00(L.O.16:30)

大阪発祥の「スパイスカレー」をはじめ、インド、欧風、スープカレーなどさまざまなジャンルのカレーが一堂に味わえる、西日本最大級のカレーのイベントです。



◎お祭り広場 ¥入場無料  
◎シティライフ  
詳しくは公式ホームページをご覧ください。



## 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。>>>



【重要】4月1日から入園料(自然文化園・日本庭園共通)が変わります。

【新料金】●大人(高校生以上)260円▶450円 ●小人80円▶無料

万博記念公園では、将来にわたり豊かな自然や施設を維持・保存するため、2026年4月1日(水)より入園料を改定いたします。あわせて、次世代を担う子どもたちの来園を促すため、小人料金を無料化いたします。今後もサービスの向上と魅力ある公園づくりに努めてまいります。何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

詳細は公園ホームページのお知らせをご参照ください。



<https://www.expo70-park.jp/info/74225/>

万博記念公園ではお得で便利な前売りWEBチケットを販売しています。

- ① 自然文化園・日本庭園共通入園券前売りチケット
- ② EXPO'70パビリオン常設展入館料前売りチケット
- ③ 万博記念公園自然文化園とファンタズマ
- ④ お得に万博記念公園エンジョイパス
- ⑤ 万博公園エリアバス(自然文化園・ニフレル・EXPOCITYお買物券のセット券)

詳細は、公園HPをご参照ください。



## 太陽の塔内部観覧



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。

太陽の塔  
公式サイト  
(内部観覧予約)



●太陽の塔内部観覧は前日までの事前予約優先  
●予約方法詳細は太陽の塔公式サイトにてご確認ください  
なお、予約に空きがある場合のみ当日券を太陽の塔内部の受付カウンターにて販売いたします。

## 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。予約不要です。いつでもお越しください!

【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。

## 1970年大阪万博ビフォー・アフター展

～あのパビリオンはいまどこに?～

開催中～2027年2/28(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。



◎ EXPO'70パビリオン  
◎ [企画展+常設展セット券] 1,500円(中学生以下無料)  
[企画展のみ] 1,200円(中学生以下無料)  
※現金のみ取り扱いません

↑ 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。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。



●●● 抽選ですてきな賞品が当たる! ●●●

重ねて咲かせよう!

**桜スタンプラリー**

2026/ 3/20 (金祝) ▶ 4/12 (日)

スタンプラリー用紙&スタンプ設置場所  
A~Dは好きな順番で集めてEでゴールしよう!

重ねてスタンプを押すと1枚のイラストが完成するよ!

### 1 万博記念公園

場所 A 自然文化園 中央口 園内無料エリア  
B EXPO'70パビリオン ホワイエ 園内無料エリア

時間 9:30~17:00

※入園は閉園時刻の30分前までです。 ※3/25(水)休園日/4月は無休  
※別途入園料がかかります。

### 2 ニフレル

場所 C 出口カウンター 有料エリア  
or  
D エントランス付近 無料エリア

時間 平日 10:00~18:00

土日祝 9:30~19:00

※状況により変更する場合があります。 ※入館は閉館時刻の1時間前までです。

### 3 ららぽーとEXPOCITY

場所 E 1F 光の広場 総合案内所横 無料エリア  
E 2F BEAMS前 案内板横

時間 平日 10:00~20:00

土日祝 10:00~21:00

※営業時間は急遽変更となる場合がございます。

さらに!

各スポットにあるキーワードを5つ集めると抽選ですてきな賞品が当たるプレゼントキャンペーンに応募できます!  
スタンプラリー用紙にキーワードを記入して  
ららぽーとEXPOCITY 2F BEAMS前の案内板横にあるプレゼントキャンペーン応募BOXへ応募用紙を入れよう!

※各施設のスタンプラリー用紙がなくなり次第、終了いたします。  
※本キャンペーンのご応募はコースに関わらず、お一人様につき期間中1回までとなります。

ニフレル 有料エリア 出口カウンターでスタンプしたら



太陽の塔 1/300 フィギュア、サガラ刺繍 ポーチ、おねむクッションXL、クリアペンポーチ、ららぽーとEXPOCITY専用 お買物・お食事券 10,000円分 (500円分×20枚)

クッション・ポーチ・ペンポーチの種類はどれが当たるかお楽しみ!

ニフレル 無料エリア エントランス付近でスタンプしたら



ららぽーとEXPOCITY専用 お買物・お食事券3,000円分(500円分×6枚)、おねむクッションM、万博記念公園 グッズ 詰め合わせ 3,000円相当

クッションの種類はどれが当たるかお楽しみ!

10名様

30,000円相当の詰め合わせ

30名様

10,000円相当の詰め合わせ

※お買物・お食事券の有効期限は2026/9/30(水)までです。※お買物・お食事券は一部にご利用いただけない店舗がございます。※万博記念公園でのスタンプ押印には入園料がかかります。(～2026/3/31(火):大人260円/小中学生80円 2026/4/1(水)～:大人450円/小中学生無料)  
※天候により、予告なく施設の営業時間や閉館状況が変更となる場合がございます。※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。※賞品の発送は5月下旬頃を予定しております。 ※ご記入いただきましたお客様の個人情報につきましては、賞品の発送のみに利用し、お客様の同意なしに業務委託先以外の第三者に開示・提供することはありません。(法令などにより開示を求められた場合を除く) ※本キャンペーン応募で取得したお客様情報は、三井不動産商業マネジメント株式会社が責任をもって管理し、マーケティングの目的のために個人を特定しない統計的情報の形で利用させていただきます

## 春の EGG SWEETS マルシェ

日時 4/16(木)~4/19(日) 10:00~18:00 場所 1F 光の広場

バラエティEGGマルシェ

全国から集まった人気プリンや卵スイーツが大集結!

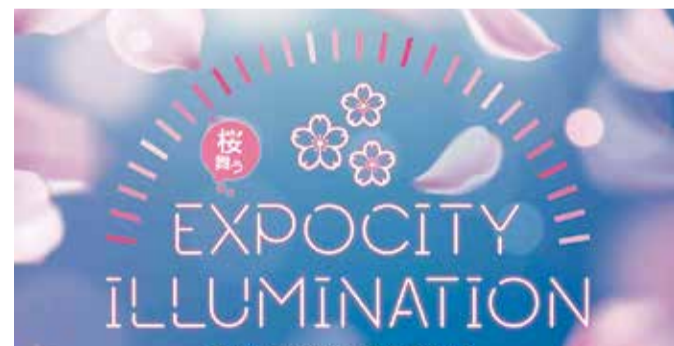


Instagramフォローで

たまごスイーツプレゼント! /

ららぽーとEXPOCITY公式Instagramフォローで、各日先着100名様に会場でプレゼントも!! お楽しみに♪

※画像はイメージです



満開の桜が空の広場を彩ります。  
桜が織りなす華やかな映像をお楽しみください。

開催日 3/30(月)~4/26(日)

放映時間 昼の桜 10:00~18:00  
夜の桜 18:00~22:00

場所 空の広場

#expocityをつけて  
SNSに投稿して  
シェアしよう





毒は「個性」だった。新感覚の体験型ゾーンが誕生

3月18日に新ゾーン「どくにふれる」がオープンしました。テーマは「毒の多様性」。「こわい」「危険」というイメージを払拭し、毒を生きものたちが進化の中で身につけた「個性」として捉え直す、ニフレルならではの視点が新鮮です。

約350㎡の展示空間には、魚類・爬虫類・両生類など33種・230点が登場。獲物を捕る「こうげき」、身を守る「ぼうぎょ」、敵を欺く「もほう」、毒に耐性がある「むこうか」という4つのスキルで生きものを

"毒"を怖がるだけではもったいない。新ゾーン「どくにふれる」で、生きものたちが命をつなぐために磨いてきた驚きのスキルを体感しよう。閉館後の期間限定特別イベント「夜にふれる」では、暗闇に浮かぶ水槽と毒生物の夜限定解説も見逃せない。



クマノミのおうちドッグ 900円  
ふしぎなクラゲミルクティー 800円  
ふく&チップス 950円

夜にふれる

3月20日(金・祝)~29日(日)の閉館後は、期間限定特別イベント「夜にふれる」に変身。照明を落とした静寂な館内で、UVライトに反応して光るチャグロサンリなど毒生物を夜限定解説。沖縄へ旅立つミニカバ「ネムネム」の夜の姿が見られるのも、このイベントが最後です。



吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内  
営業時間/平日: 10時~18時、  
土日祝: ホームページをご確認ください  
入館料/大人(高校生/16歳以上) 2,400円  
子ども(小・中学生) 1,200円  
幼児(3歳以上) 600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

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12年8月10日 5.動物取扱責任者の氏名:村上翔輝



撮影/佐賀章広

Profile

1984年京都府生まれ。滋賀県在住。ダンスインストラクター、作曲家、守山市埋蔵文化財調査員を経て作家デビュー。'18年「童神」(刊行時『童の神』に改題)で第10回角川春樹小説賞を受賞、第160回直木賞候補となった。'20年『じんかん』(講談社)で第11回山田風太郎賞を受賞、第163回直木賞候補となった。'22年『塞王の橋』(集英社)で第166回直木賞受賞。講演会・テレビなどに出演するほか、'21年11月より箕面市の書店『きのしたブックセンター』の経営を行う。TBS報道番組(JNN系列)『Nスタ』レギュラーコメンテーター。

直木賞作家・今村翔吾のエッセイ

吾、翔ける vol.37

昨年の12月号から連載を再開した今村さんのエッセイ。暮らしの中で感じたことや、ふとした思いなど歴史小説家の日々を綴っていただきます。

「記録が更新された話」

現在、私の小説『火喰鳥 羽州ぼろ鷹組』アニメ版がテレビで放映されており、このエッセイが掲載される頃には、いよいよ最終回直前といったところだ。

このアニメのキャンペーンとして、地方系列局を番組宣伝で回っている。現在、13局を巡って、残すところは広島県だけである。原作者自らが番宣に回るのは極めて珍しいが、私が日頃からコメントーターの仕事もしているからであろう。情報番組に10分くらいの特集として出演することもあるが、一時間出さずばりでコメントーターを頼まれることも。中には二時間半フル出演をした局もある。なかなか楽しくもあり、大変でもあり……。

しかも番宣だけではない。TV出演は大抵夕方となるため、それまでの日中には二か所ほど現地でサイン会を行う。四年前に全国を巡った時に来てくれた読者が、再び訪れてくれたりもする。作家をしていて最も嬉しいことのひとつかもしれない。

ここ数年、10代、20代の若い読者がサイン会に来てくれるようになってきた。この一年でさらに増えた実感がある。中には高校生や中学生、小学生の読者もいて驚きもする。今まで私が把握している限り、最も若い読者は10歳の男の子であった。が、この記録が更新された。仙台の会場に訪れた時、小さな女の子と、お母さんが二人で待っていてくれた。お母さんが読者で、女の子は連れられてきたのだろう。そう思っていたところ、お母さんが「本物だよ!」

と、女の子に興奮味に言う。女の子は円らな瞳で、何処か現実味がないうように私を見つめている。この女の子が読者だったのである。

なんと8歳の小学三年生。しかも昨年、7歳の時から読みだしたというので吃驚した。最初に読んだのは、『火喰鳥』であったと。女の子が最初に読んで、他の作品も続けて読んで。さらには両親と兄に勧めて、今では家族で読んでくれているというのだ。

「何で読んでくれたの?」  
私の問いに対して、女の子は小さな声で答えた。  
「ラジオドラマを聴いて……」  
「7歳がラジオって。凄いな」  
私は思わず苦笑してしまった。サインをしている時、背伸びをしながら覗き込んでいるのが実に可愛らしかった。最後に写真と一緒に撮って、また仙台でサイン会を行う時には来ると約束してくれた。

この気持ちを何と表せばよいのだろうか。上手く言葉に出来ない。本の力の凄さ、人の一生の面白さ、やっていてよかったという感慨、様々なものが入り混じって胸に込み上げた。



「イクサガミ 神」今村翔吾著(講談社)  
戦え。もう一度生きるために。最終決戦。開幕。東京は瞬間に地獄絵図に染まった。血と慟哭にまみれる都心の一角で双葉は京八流の仇敵、幻刀齋に出くわしてしまった。一方の愁二郎は当代最強の剣士と相まみえることに――。戦う者の矜持を懸けた「毒蟲」がとうとう終わる。八人の化物と、少女一人。生き残るのは誰だ。運命の最終巻!  
Netflixにて配信中  
岡田准一が主演・プロデューサー・アクションプランナーの三役を務めたNetflixシリーズが世界11の国と地域で週間TOP10で1位を獲得!



これまでのエッセイはwebにて

3月1日[日] GRAND OPEN アロマ珈琲1971 箕面店

きのしたブックセンターにブックカフェがオープン  
2025年7月に作家・今村翔吾が事業承継した「アロマ珈琲1971」の新店舗が箕面市にニューオープン。きのしたブックセンターに併設する形となり、こだわりの珈琲やスイーツが充実。淹れたての一杯と共に、読書時間を楽しんでください。

箕面市箕面6-4-28 サンクスみのお1F  
きのしたブックセンター店内  
営/9時~17時(L.O.16時半)  
TEL.072-722-1915



## キッチンカーde 4/5 日

### こども店長

先着80組様  
小学生以下限定

キッチンカーの店長に  
教わりながら料理をつ  
くってみよう! つくった  
料理は、家族みんなで  
食べよう!



※5歳以上のお子さまから参加可能です

## アニバーサリービッグガチャ抽選会

豪華賞品が当たる抽選会を開催! 身長と同じくらい大きいビッグガチャでの抽選会!

4/4 日 5 日

400組様  
小学生以下  
限定

もれなく賞  
388組様  
おもちゃ

A賞 1組様 Nintendo Switch (有機ELモデル) ホワイト

B賞 2組様 Nintendo Switch ソフト3本セット

C賞 4組様 とびだせ! きゅーびっつ

D賞 5組様 番犬ガオガオ

TM & © Spin Master Ltd. All rights reserved.

© Nintendo © 2020 Nintendo

## ランドセルを見つけよう

### 受注展示会


4/4 日 5 日

こだわりのランドセルが  
ウェルビーみのおに勢揃い! 実際に見て、  
背負って、感じて、自分に合ったランドセルを  
見つけに来ませんか?

CHIKYU

KOKUHO  
コクホーのランドセル

お客様の「ずっと好き」が見つけら  
れるように、コクホーは願いをこめ  
てランドセルを作り続けています。  
実際に見て、背負って、とっておきを見  
つけてみませんか?



## はたらくくるま

### ワールドDX

4/11 日

小学生以下  
限定

300組様

こども免許証を  
つくろう

お子さまの写真を入れて、世界に  
ひとつだけの特別な運転免許証  
をつくろう!

救急車 パトカー 消防車

スーパーデッキ

スーパーデッキは  
搭乗体験もできるよ!

※カメラをご持参ください  
※スーパーデッキは途中で  
休憩時間を挟ませていただきます



※画像はイメージです

## ふわ 4/12 日

参加無料  
小学生以下対象

### おなまえホルダーづくり

100組様

じぶんだけのオリジナルおなまえホルダーが  
つくれる!(全2種)



※いずれかひとつ ※種類はなくなり次第終了となります

## シール パイキングラリー

4/12 日

小学生以下  
限定

300組様

たくさんの  
シールの中から  
お気に入りの選んで  
オリジナルの  
シール帳を  
完成させよう!

※ボンボンドロップシールはありません



## 923形 ドクターイエロー ふわふわ2連結

4/19 日

小学生以下  
限定

JR東海承認済



こちらからCHECK!

そのほかにも  
イベントが  
いっぱい!



## カダン フェス 2026

昨年大好評だったフマキラーの園芸ブランド「カダン」の親子で楽しむガーデニング  
イベントが今年も開催! テマパークのように楽しめるワークショップブースを多数  
ご用意しています! 花や緑に囲まれて、ワクワクいっぱいの日を過ごそう!

おいしい  
グルメコーナー

楽しく学べる  
ワークショップ

植物マルシェ

ステージイベント

スキンペーパー  
先着500名様

ミスイカリジン プレミアム  
ヘアプラス100mlプレゼント!  
※なくなり次第終了となります

4/25 日 26 日

人気園芸YouTuberをはじめ、ABCラジオの番組公開収録、さらには人気キャラクターも登場予定!

※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。

## 24 日

※水曜日を除く

プレゼントします。



写真はイメージです ※食材その他の演出物は賞品に  
含まれません ※どちらかひとつ、種類は選べません ※賞品  
予告なく変更される場合があります ※他の広告の賞品  
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

詳細はこちら!



## 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  
TEL 072-737-6901  
【受付時間 / 10:00 ~ 18:00】

- 水曜日定休日(祝日は除く)
- メーカーにより定休日が異なります。水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーに直接お尋ねください。

主催: 朝日放送グループホールディングス  
ABC開発 朝日新聞社

※2026年4月1日をもって、エー・ピー・シー開発(株)は  
グループ会社2社と合併し、「ABCライフィズ株式会  
社」として新たにスタートいたします。



## 最新モデルホームが続々完成!

住友林業  
New OPEN!



My Forest

SEKISUI HOUSE  
New OPEN!



シャージュッド

SENBOKU HOME  
4/25日土OPEN予定



※モデルホームのバースを掲載  
フル装備の家+Cerno7G



## みのお雑貨村

箕面市で活動する作家や店舗が集まるマルシェを開催!ここでしか出会えない一点ものや、作り手の想いに直接触れられます。ご家族やお友だちと、ぜひお気軽にお立ち寄りください。

4/4(土)



アンケート  
お答えいた  
200組様にマル  
使える500円  
金券をプレゼ



わたしにピッ

## ランドセル



.....  
NASAの  
収素材「  
載した地  
期間中は  
けます。

4/4(土)  
Open!



くらしに **Only one** を。

「心はずむ住まい方」を提案する

HDC(ハウジング・デザイン・センター)がプロデュースする「HDC BOX」がオープン。

### HDC BOXとは?

洗練されたデザインのキッチン・水回りから、空間を演出する家具・照明・家電、そしてエクステリアまで。あなたのくらしをアップデートする「住まいのアイテム」を厳選して展示しています。注文住宅を検討中の方も、そうでない方も気軽に体感しにお越しください。



くわしくはこちらからCHECK!



### EXHIBITOR 出展社一覧

EICHHOLTZ  
(アイホールツ)

家具・インテリア

環境芝 D-REY turf

人工芝

ダイキン工業

エアコン・空気清浄機

DMS Bathroom Solutions

水まわり商品

nobilia

輸入キッチン

BRILL(ブリユ)

外付ブラインド

ミラタップ

キッチン・バス・洗面

化粧台・内外装建材

ルイスポールセン

屋内・屋外照明器具

and more...



## 星のカービィ ふわ



© Nintendo / HAL Laboratory, Inc.  
※安全対策を考慮した運営をしております。

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1名様限りとなります。 ※トークショーの観覧席は各回30分前から開場いたします。 ※早期受付終了するイベントもあります。

## オープンを記念した トークショーを開催!

4/4(土)  
13:30~

観覧無料



住まいは、もっと  
楽しめる。

森 泉

~暮らしのスペシャル  
トークショー~

住まいとの向き合い方を、  
森泉さんが自身の暮らし  
を通して紹介。住まいが  
もっと楽しくなるヒントを  
お届けします!

暮らしが整うと、住まいが変わる。

ひでまる

~暮らしと収納の考え方トーク~



4/5(日)  
13:30~

観覧無料

ひでまる ルームスタイリスト/  
整理収納アドバイザー

### オープン記念 来場プレゼント

4/4(土)~5/31(日)

HDC BOXのWEBアンケートに回答いただいた方に、  
記念パッケージのプリンブルズをプレゼント!

※画像はイメージです ※無くなり次第終了  
※WEBアンケートの回答にはWEB会員登録が必要です  
※プレゼントは、期間中お一人様1回までです



## ご来場 プレゼント

4/2

マイページの二次元コードをご提示後、  
モデルホーム見学でご覧の賞品をプレゼント

..... sumuu .....

## シリコンスプーン or シリコンフライ返し



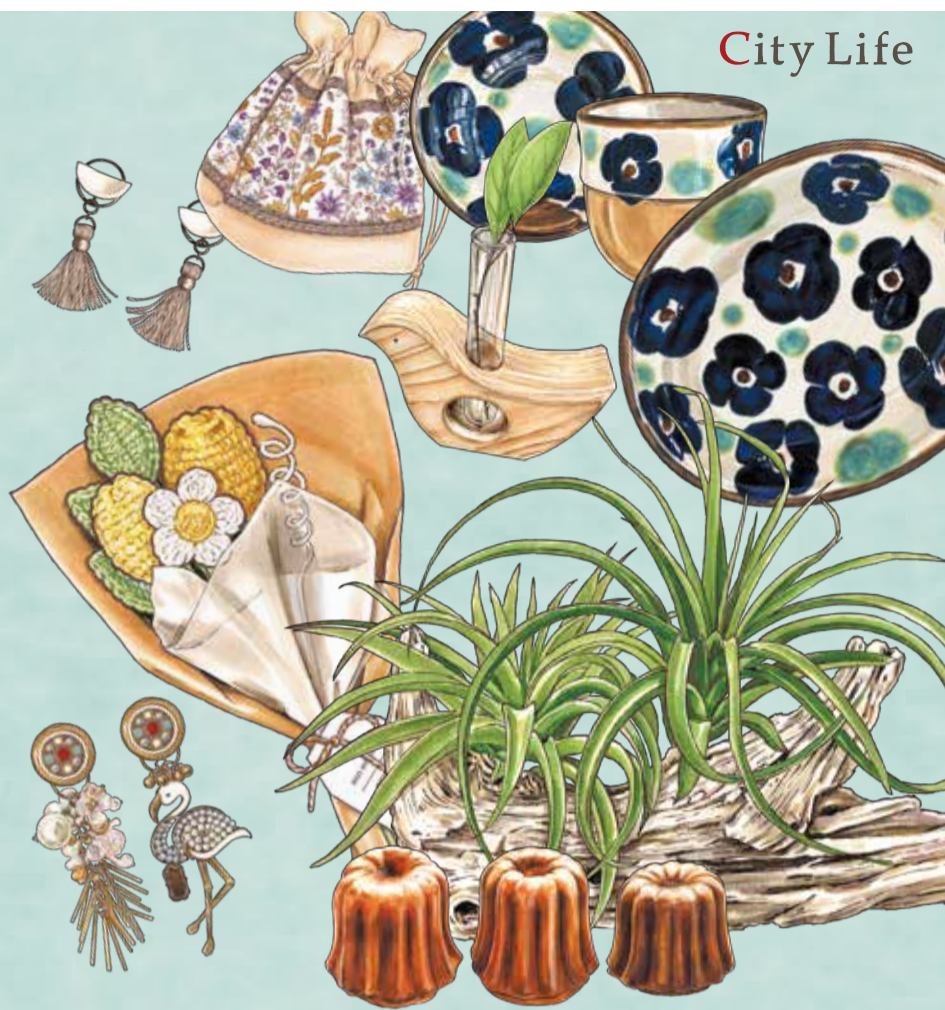
耐冷  
-20℃

耐熱  
220℃

マイペー

※ABCハウジングの  
アンケートへのご

City Life



1st  
**4.24** FRI. ~ **26** SUN. · **4.29** WED.  
 2nd  
**5.2** SAT. ~ **6** WED.

雨天実施  
 (悪天候の場合は中止となる  
 場合がございます)

あたたかな陽射しに包まれる万博記念公園で、この春、今年で20周年を迎えるロハスフェスタを開催します。暮らしを彩るハンドメイド雑貨やグリーン&フラワー、子育ての経験から生まれた機能的でかわいい子ども服など実用性とデザイン性を兼ね備えたアイテムたちが並びます。作り手との会話や作品の背景にある想いに触れられるのも、ロハスフェスタならではの。春風が心地よい芝生広場で、豊かな毎日につながる出会いを見つけてみませんか。



万博記念公園の豊かな緑に囲まれて、親子で楽しめるコンテンツも目白押し。  
 下記以外にもたくさんのコンテンツがございます。

**愛が見つかるロハスフェスタ 伝えたい想いを大募集!**  
 あなたのメッセージをロハスフェスタ会場に飾ります。あなたの大切な人に普段なかなか言えない想いをサプライズで伝えてください。  
 【募集期間】 ~4/5(日)  
 【応募方法】 公式WEBより受付中



**誰もが自由に演奏できるストリートピアノがロハスフェスタ会場に登場**  
 ロハスフェスタに来場された方々にサプライズであなたが大切に温めてきた素敵一曲をご披露ください。  
 (協力: 藤田ピアノ工房)



**絵の具であそぼう! inロハスフェスタ**  
 手足や全身を使い、絵の具の感触を楽しみながら自由に絵を描いて遊ぼう。  
 【実施日時】 4/25(土) 11:00~、14:00~  
 【参加対象】 2歳から小学6年生まで  
 【参加費】 おひとり2,500円  
 【定員】 各回100名  
 【参加方法】 公式WEBより予約受付中  
 ※お子さまも保護者も、1人ずつ参加費が必要。事前の申込と決済が必要。  
 ※各回100名に達し次第、締め切ります。なお、キャンセル等が発生した場合、先着順にて当日受付を行う場合があります。



**子ども食堂xBohNo vol.10**  
 現代の食習慣で増えている「孤独」。心や体への影響を知り、栄養と食の大切さを楽しく学びましょう! 最後にはお食事の提供があります。  
 【実施日時】 4/26(日) 11:30~、5/4(月・祝) 11:30~  
 【参加対象】 小学生 【参加費】 無料  
 【定員】 先着12名(親子参加可・お料理の提供は子どものみ)  
 【参加方法】 公式WEBより予約受付中  
 【運営】 学生団体BohNo



**ロハスフェスタSDGs見学ツアー**  
 「ロハスフェスタ」には環境保全やSDGsの取り組みがたくさんあります。そのSDGsの輪をもっと広げていきたいと、「ロハスフェスタSDGs見学ツアー」を実施いたします。  
 【実施日時】 4/26(日) 13:30~(予約優先)  
 【参加対象】 自治体、企業、教育機関、商店街、自治会、NPO、学生、学生団体など  
 【参加方法】 公式WEBより予約受付中  
 ※空きがあれば、当日参加いただけます。総合案内本までおたずねください。



LOHAS STAGE

ステージの内容を一部紹介。ラジオの公開収録をはじめ、音楽やフラダンスなど多彩なパフォーマンスで会場を盛り上げます。

**4.25 SAT. 11:00~16:30**  
 FM COCOLO  
 MOVE ON SATURDAY  
 公開生放送  
 DJ: 光永 亮太



**5.2 SAT. 13:30~**  
 FM大阪  
 「hug+」公開収録  
 in ロハスフェスタ万博 2026春  
 MC: 大塚由美 (FM大阪DJ)



5/2(土)ロハスフェスタの特設会場にて「hug+」の公開収録が決定しました! ゲストは大阪在住のアーティスト「お風呂と街灯」! ライブも披露してくれます! ぜひ楽しみにしてください!  
**ゲスト: お風呂と街灯**





総出展者数  
約**700**  
店舗

みんなの小さなエコを大きなコエに

# LOHAS Festa

Bampaku  
2026 Spring

万博記念公園 東の広場  
大阪府吹田市千里万博公園1-1

9:30-16:30 (入場券販売は16:00まで)  
入場料:500円 (小学生以下無料)  
※別途公園入園料が必要

ロハスフェスタは  
右記のアワードを  
受賞しました。



※ 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



詳細は  
公式WEBにて  
ご確認ください



デコ活は「地球に優しい生活を楽しみながら暮らしをより豊かにする活動」公共交通機関利用で地球を守りましょう。



〈主催〉ロハスフェスタ実行委員会 / City Life  
〈お問い合わせ〉ロハスフェスタ事務局 (シティライフNEW内)  
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL.06-6338-0641

※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名様は半額。  
※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。  
※開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入庫に数時間かかる場合があります。

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



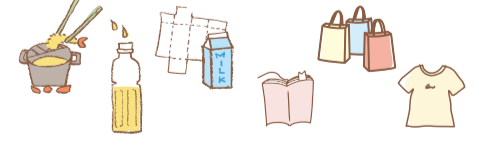
使い捨てにNO!

マイ食器・カトラリー・マイボトル・エコパックをお持ちください。



リサイクル資源をお持ちください

ロハスフェスタではご家庭で使用済みの天ぷら油や牛乳パックなどを有効活用しています。



おうちで使い終わったてんぷら油をロハスフェスタに持ってきて!

ロハスフェスタでは、みなさまが会場にお持ちいただいた廃油を集め、その後精製し、バイオディーゼル燃料として再利用する取り組みを行っています。会場内で使用している発電機は、この燃料を活用しています。これまで続けてきた活動ですが、現在は回収量が減少しており、発電機の燃料が不足しております。資源を無駄なく循環させることが求められる今、身近な取り組みのひとつとして、ぜひ廃油回収にご協力ください。



初開催



2026 Spring

万博 Tableware Marketは、日々の暮らしや食卓に寄り添う器を中心とした、「テーブルウェア」に特化したマーケットです。

朝のコーヒーや休日のランチ、大切な人を迎える日のテーブル。そんな日常の情景を思い浮かべながら、素材や技、背景にある想いを、作り手の言葉とともに感じていただける特別な場所。太陽の塔を望み、春の光と風に包まれる万博記念公園で、器を手に取り、選ぶひとときが、心をふっと解きほぐす、そんな、ときめきに出逢う時間を体験してみてください。

2026.4.11 sat. - 12 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

大阪府吹田市千里万博公園1-1

雨天実施 ※悪天候により中止になる場合があります。

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

主催: City Life



暮らしを愉しく、美しく

万博Tableware 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  
会場での協力・ご注意いただきたい点は公式WEBに  
てご確認下さい。

Instagram [tablewaremarket\\_bampaku](https://www.instagram.com/tablewaremarket_bampaku)

公式 Instagram



4/11(土)21:00まで  
お得な前売り券発売中  
「公式WEB」にてご確認ください。



暮らしのワンシーンにときめきを。85店のとっておきを一部ご紹介。

マグカップ / グラス ..... 毎日使いたくなる、飲みものの器



**Mug & Glass**

mossom. <奈良県>



Remza <香川県>



tete <愛知県>



圭秀窯 <福岡県>



山下透 <京都府>



十二月窯 <大阪府>



伸光窯 ~SINKOUGAMA~ <岐阜県>



的場美幸 <京都府>



陶器 あ⇒ん <兵庫県>

食卓で大活躍! 小さな皿 ..... 豆皿 / 取り皿



tayu\*tau <京都府>



YU\*ZU\*KI kakera <福岡県>



阿部恵里 <愛知県>



古谷製陶所 <滋賀県>



工房LUCO <兵庫県>



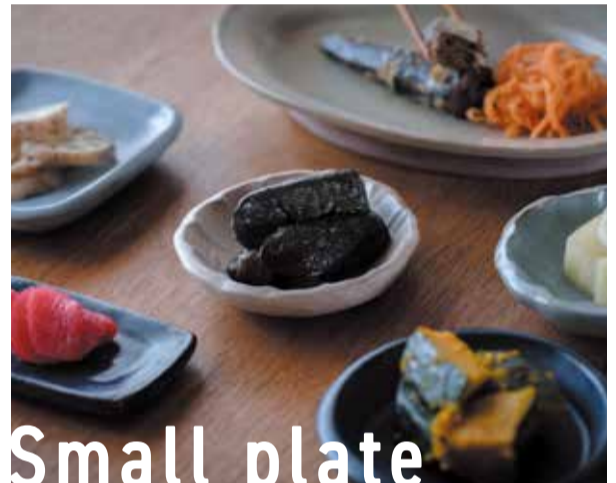
信楽焼 ぐらしのうつわ炎の味がま <滋賀県>



陶工房 陶希窯 <滋賀県>



文鳥舎 <島根県>



**Small plate**

うつわ京野桂 <三重県>

カレー・パスタ皿 ..... これ一枚、盛るだけで決まる



**Curry & Pasta**

Awabi ware <兵庫県>



BLOEM MOOI <滋賀県>



Ivy Pottery <静岡県>



マルヤマウエア <岡山県>



masamura craft <岐阜県>



pottery木[ki] <愛知県>



ハレノキ <大阪府>



kobayashi pottery studio <群馬県>



不穀窯 <三重県>

小さいけれど、なくてはならない存在。 ..... カトラリー・箸豆



AtelierToshindo <愛知県>



Kamani <岐阜県>



MILLEFY Pottery <滋賀県>



ubdy <大阪府>



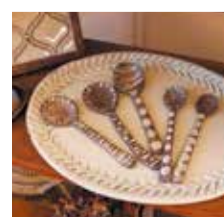
アトリエ モノ・ラー <山口県>



古道具donguri <大阪府>



綿摘み陶房 <徳島県>



mossom. <奈良県>



**Cutlery**

NU woodworks <群馬県>



# 意外と知らない歯の健康知識

DENTAL CARE 歯は一生もの。だからこそ早めのケアを心がけましょう。

#個別化治療  
#デジタルデンティストリー  
#CAD/CAM  
#院内ラボ

## 標準的治療(EBMに基づいた治療)から個別化治療(オーダーメイド医療)へ



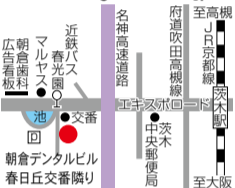
佐藤 典子 先生

(医)朝倉歯科医院 副院長  
大阪大学歯学部臨床研修指導医  
小児歯科医・トリートメント & Whiteningコーディネーター

### 朝倉歯科医院

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

0120-468-321  
com21adc@gold.ocn.ne.jp



歯科の個別化治療とは、遺伝子情報や体質、病態、生活習慣までを分析し、一人ひとりに最適な治療法を立案する医療です。糖尿病、認知症の原因となる口腔内の細菌叢(PG菌等)を細菌検査、PCR検査で分析し、血糖値と歯周病の関係なども考慮して治療計画を立てます。最近の歯科のデジタル治療はCT診断、矯正治療分析、スキャナーで歯型を読み取る(IOS)、光干渉断層(OCT)によって虫歯や歯周病を精査し、医科と情報共有することで治療精度が向上します。又、被せ物はCAD/CAMによる作成、入れ歯も設計から作製までデジタル技術が主流となりつつあります。しかし最終的な噛み合わせや補綴物の微調整は50μ前後で快適さが左右され、痛い、外れる、噛めないが改善されます。デジタルでの迅速かつ精密な設計と作製は、歯科医師と技工士が連携して感性と技術の手仕事を融合させることで快適で咀嚼機能が持続するオーダーメイド治療が可能となります。

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、金属アレルギー・入れ歯・咬み合わせ・歯周病・矯正・口臭治療・SAS治療・審美歯科・訪問診療などお気軽にご相談ください。

## 4/1(水)から申込開始 大阪大学大学院理学研究科公開講座 「サイエンスナイト2026」

テーマは“知的好奇心の扉を開く”。「この世(宇宙)の始まりや果てを知りたい」「この世を形づくっている物の起源を知りたい」など、この世の謎に対する疑問や興味から出発した研究成果の一部を紹介し、少しでも「おもしろい!」という気持ちを共有したい、と企画されたイベントが大阪大学豊中キャンパスで行われる。講義は全6回。国立大学で生涯学習を楽しめる貴重な機会となる。科学に興味のある方は、ぜひ参加してみよう。



【講義概要】  
第1回 5/20(水)「生命科学と材料科学の接点を探る」  
第2回 6/17(水)「タンパク質——自然がつくりあげた驚異のナノロボット」  
※以降の内容はHPをご確認ください

【場所】大阪大学 豊中キャンパス 理学J棟2階 南部陽一郎ホール(豊中市待兼山町1-1)  
【開催時間・期間】①会場/18時~19時半 ②アーカイブ配信/1週間  
【定員】①会場/各回100名 ②アーカイブ配信/定員なし  
【受講料】全6講義すべて受講/6,600円 1講義~数講義を選択受講:1,600円(1講義当たり)

詳細・申込はHPから



## シンガーソングライター BOROさんインタビュー 「魂は歳をとらない」

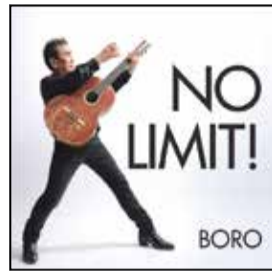
3月11日に3年ぶりのオリジナルアルバム『NO LIMIT!』をリリースしたBOROさん。書き下ろしに加え、1983年にリリースされ、スマッシュヒットとなった「ネグレスコホテル(作曲:井上大輔)」を新たに録音した渾身の1枚になっている。

### 「魂は歳をとらない」。止まらない情熱が生んだニューアルバム

1曲目を聞いた瞬間にそのパワフルで伸びやかな歌声に驚いた。確実に前作よりもパワーアップしているのだ。「数年前に大病を患ったことで、自分の体を大切にすゝ節制、を覚えました。無理をせず自分を労わるようになったことで、結果として声帯の状態も良くなり、全盛期よりもさらに2音高い声が出るようになりました(笑)」。

その1曲目の『BOSTON BAG』でBOROさんは『ボストンバッグの中は悲しい思い出ばかり』『手探りゴソゴソすれば邪魔なガラクタ多すぎる』『ズボンのポケットにオレの人生を詰め込んで 事は足りると気がついた』と、人生に必要なものはそう多くはない、と心の断捨離を歌っている。「僕らの年齢になると、人生で溜め込んできた余計な荷物(こだわりや過去)を捨て、身軽になったほうが、心が穏やかになれるんです」。

そして9曲目の『RIVER』は自身が現在住んでいる町から近い三田の穏やかな川の流れにたとえて人生を歌っている。『RIVER 恋人たちの笑顔も 小鳥の歌声も 涙の別れも見てきた 貴婦人のようにそびえる榎の木』。「体力づくりを兼ねて、散歩をしているなかで、日常の風



現在、72歳のBOROさん。アルバム曲は1曲ずつダウンロードすることもできる。

25th Album「NO LIMIT!」  
[税込価格] 3,300円(2026.3.11発売)

- |                 |                            |
|-----------------|----------------------------|
| 01. BOSTON BAG  | 07. 真夏の逆転ホームラン             |
| 02. 過去を変えた男     | 08. ジョーカーは誰の手に             |
| 03. Joke & Joke | 09. RIVER Acoustic Version |
| 04. Lonely Cat  | 10. MY STORY               |
| 05. 心の警報機       | 11. RIVER                  |
| 06. 子猫のうわさ      | 12. ネグレスコホテル               |

景の美しさに気づいて。人々の営みを見守ってきた榎の木の優しい存在感を歌にしたかったんです」とBOROさん。

### アルバムタイトルは『NO LIMIT!』

今作のレコーディングに入った時、プロデューサーが歌声を聞いて「BOROに限界はないね」と言ってくれたという。「体力は衰えても、精神(魂)は衰えず、むしろ若くなっていくと思います。自分で歳をとった、と決めてしまうのではなく、魂は常に自由であり、好きな年齢に戻って謳歌できる。同世代のみなさんに、俺たちまだまだこれからだぜ、とエールを送りたいですね」。

## 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  
最新システムでお相手探し

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



## 箕面公園いいね!プロジェクト (イベント案内)

### ● 楽しむ、近くの低山ハイク 「みのおの森でおやこトレッキング」

参加者募集

街のすぐそば、箕面の森で山歩きにチャレンジ!のぼったりくんだり、新緑の森でどんな景色が見えるかな?

対象▶4才・5才~小学校低学年とその保護者

日時▶5月5日(火・祝)  
10:40出発-14:00頃解散予定  
雨天中止

集合▶箕面公園昆虫館まえ 10時30分

参加費▶200円(ひとり)

定員▶20名 (要事前申込 先着順)

申込み▶4月1日(水)10:00より

電話にて受付

電話072-721-3014

(箕面公園管理事務所 9:00-17:30)



昆虫館

### ● 企画展「先っちょ展」4月6日(月)まで

昆虫の「先っちょ」に焦点をあてた企画展。多様な形の意味は?!



### ● 新企画展「八重山展」

年間を通じ気温の安定している亜熱帯の気候の八重山諸島。国内のほとんどの地域の人たちが寒さにふるえている真冬にあたる時期でも春のような陽気の中で木々は青々と茂り、チョウたちが飛び交っています。そんな亜熱帯の島々にすむ虫たちを、箕面公園昆虫館でお楽しみください。



会期▶2026年4月8日(水)~7月13日(月)

(館内企画展示コーナー)

休館日▶火曜日、年末年始

入館料▶高校生以上280円 中学生以下:無料 障害者手帳の提示で本人と介助者1名:無料  
※お子様には保護者(大人の方)の同伴が必要です



シティライフ主催の文化大学では、政治・文化・社会・医療などのテーマで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として今回は、テノール歌手の秋川雅史さんに話を伺いました。

取材・文/和田 翔

日本を代表するテノール歌手、秋川雅史さん。実は、幼少期は大の練習嫌いだったといいます。なぜ声楽の道を選んだのか。ときに歌手生命を脅かされる事態に遭いながら、それでも進み続けたのはなぜか。決して満足することなく理想を追い求める情熱の源泉とは。

## 練習嫌いの少年が見つけた、歌う喜び

愛媛県の西条市に生まれた秋川さんは、声楽家の父・暢宏さんの影響で4歳からピアノとヴァイオリンを習い始めた。しかし、当の本人は大の練習嫌い。「レッスンの日まで全く楽器を触らないほどでした」と振り返る。母親に「練習しなさい」と言われても適当にかわし、外へ遊びに出てカエルやカブトムシを捕まえるのに夢中だった。

そんな秋川さんに転機が訪れたのは、中学3年生のとき。赴任してきた音楽教師が、女子だけの合唱部を混声の合唱部に変えたのだ。当時バレーボール部だった秋川さんは、声楽家の息子というだけで大きな期待を寄せられ、半ば強引に勧誘されて入部することに。そのころすでにピアノとヴァイオリンから離れていたが、直感的に「歌ならやれるのでは」と感じたという。そして、その予感は的中する。かつてない楽しさを感じ、「自分の声が合唱を引っ張っている」と、大きな自信を得た。

高校では、音楽大学へ進むという新たな目標のため、どの部活にも入らず父から歌の特訓を受ける毎日を通り越した。並行して、かつては避けてきたピアノの練習にも身を入れるように。「目標が定まったことで、音楽を心から楽しめるようになりました」。

## イタリア留学、そして訪れた苦難

東京の国立(くにたち)音楽大学に入学した秋川さんは、ほどなくしてオペラの本場イタリアに渡るのを夢見るようになる。大学院の修了後、その夢は現実のものとなり、晴れてイタリアへ。ところが驚くことに、渡航前にイタリア語の勉強をほぼしなかったという。そればかりか、住居も大学さえも決めずに海を渡った。「生きた言葉や文化を体験しなかったのが、あえて勉強しませんでした。今思えば無謀でしたが、お



## テノール歌手 秋川雅史氏

国立音楽大学・同大学院を経てイタリア修行後、ソリストとして活躍。1998年にカンツォーネコンクール1位、日本クラシック音楽コンクール最高位受賞。『千の風になって』で紅白歌合戦初出場。同シングルは130万枚もの売り上げとなり2007年の年間オリコンチャート1位、日本レコード大賞特別賞受賞。21年「二科展」彫刻部門初入選から5年連続入選。歌手と彫刻家の二刀流で活躍中。

## 大人気テノール歌手が語る “生”の素晴らしさ。 感情も空気も1つの芸術に。

「げで本当のイタリアを学べた気がします」と語る。

そんな刺激に満ちた異国暮らしで本場の音楽を吸収している最中、思わぬ苦難に見舞われる。扁桃腺の炎症を境に、最大の武器である声に異変が起きたのだ。「声にガリガリした雑音が入って、とてもテノールの歌声とは言えませんでした」という状態になり、やむなく日本に帰国して手術を決断。しかし一度の治療で異変は収まらず、最終的に2年間で3度の手術を受けることになった。

「もう歌えなくなるかもしれない」。そんな不安がよぎることもあったが、歌手以外の道は全く考えられなかった。「昔からプラス思考ですから、再びステージに立つ姿をイメージし続けました」と、秋川さんは当時を振り返る。

## 『千の風になって』との出会い

見事に復活を果たした秋川さん

は、30歳のころに権威あるコンクールで立て続けに最高位を受賞し、プロ歌手としての地位を確かなものとした。その後、一般的な進路とされるオペラ団体ではなく芸能プロダクションに所属し、自身の知名度を高めることを選択。「みんなと同じスタイルで活動することに抵抗があった」と語る秋川さんは、歌謡曲や流行歌をクラシックの手法で歌い上げるなど、独自のスタイルを磨いていった。

大ヒット曲『千の風になって』と出会ったのは、そんな活動を続けていたころだった。もともとこの曲は、アメリカ発祥の詞に新井満(まん)さんが和訳と曲をつけたのが始まり。自身のコンサートで歌う楽曲のリクエストを募る過程で偶然知ったという。秋川さんによるカバーの反響も重なり世間に広まっていき、2006年の紅白歌合戦への出場をはじめとした輝かしい功績へとつながる。

『千の風になって』のヒットは、



自分のおかげだとは決して思っていません。曲が持つ力に、私が引っ張られていったような感覚です」。

## 生命力に満ちた音楽を永遠に

名曲を歌い続けて約20年。「今の方が上手に歌える」と認めつつも、あえて音源を再録することはないという。それよりも重点を置くのが、生で伝える音楽の良さだ。会場ごとに違う声の響き方、毎回異なる観客、日々変わり続ける自身のメンタル、それら全てが合わさり、その瞬間だけに生まれる芸術となる。

「やっぱり音楽って生きている。血が流れているし、呼吸もする、そういうものなんです。歌い終わって起こる拍手まで含めて、1つの芸術だと考えています」。その芸術を表現するための近道はない。ただ理想に向かう飽くなき探究心が、秋川さんの足を前に進めている。

「上達すればするほど、理想のイメージも高まって、遠のいていく。終わりはないんですよ」。

今後の目標は2つある。1つは、ピアニストを目指す息子を一人前の音楽家に育てること。そしてもう1つは、自分自身が生涯現役で歌い続けることだ。「現役を続けるということは、常に成長しているということ。それが自分にとっての理想」だと語る秋川さん。より高みを目指してひた走るその姿からは、まぶしいばかりの生命力が満ちあふれている。

## シティライフ主催の文化大学とは

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、2026年度開講中。詳しくは <https://bundai.citylife-new.com>



今回は  
清水寺貫主  
森 清範師の  
インタビューです

# 時を越えての出会い

関西最大級のアンティーク・ヴィンテージ・古物・古着の祭典

第5回

万博 蚤の市

# VINTAGE MARKET

2026.4.17 fri 18 sat 19 sun 9:30~16:30 (当日券販売は16:00まで)

Vintage Market -万博蚤の市-は、時代を旅してきた品々と、その物語に惹かれる人々が交わる特別な場所。  
手にした瞬間に胸が高鳴る、そんな出会いがあなたを待っています。  
古さの中にも、今の暮らしに馴染む美しさ、そこには長く愛されてきた確かなものが。  
会場を巡るほどに深まり、探すほどに広がる、時を超えた品々の圧倒的な魅力。  
この春、あなたの感性の赴くまま特別な時間を過ごしてみませんか。

@万博記念公園 東の広場 大阪府吹田市千里万博公園1-1

前売り券 ¥700 / 当日券 ¥1,000 (小学生以下無料) 別途公園入園料が必要 小雨美施 ※悪天候により中止になる場合があります。

主催：City Life

## 出店者一部紹介



古道具ひさご [大阪]



MOKUME VINTAGE WATCH [兵庫]



AXCIS CLASSIC [岡山]



BUFF STOCK YARD [大阪]



歩く鳥 [京都]



でんでん堂 [大阪]



sunrise ☀ sunset [大阪]



Kirsikka [長野]



Atelier momo [大阪]



25ris [愛知]



BLOEM MOOI [兵庫]



TOKYO DANCE. [神奈川]



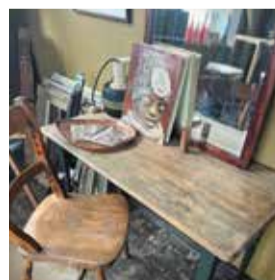
F.45+Y字 [愛知]



theBONDDay [滋賀]



LUMEN KRISTALLI [大阪]



capanna di CIPOLLA [山口]



自家焙煎コーヒーマウンテン [大阪]



CASPITAntique [滋賀]



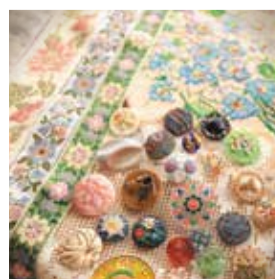
Remza [香川]



Brick Lane Antique [奈良]



elephant.paw [三重]



tekuteku東欧雑貨店 [長野]



3lab antique [三重]



k-tools [三重]

出店者一部紹介



neuf. ヌフポワン [長野]



旅する雑貨店 matka [茨城]



Not Too Shabby [兵庫]



古道具donguri [大阪]



Robin's Patch [愛知]



アンティークドボタンキコ [奈良]



Coachella Head Storage [大阪]



円ら with valo [奈良]



Vintage Shop 8 [愛知]



セヌフォ堂 [大阪]



CAFE2008 [埼玉]



mumokuteki antique&repair [京都]



SUGAR DUMPLING [愛知]



継具-tsugu- [愛知]



Keys [大阪]



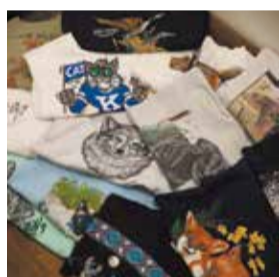
HOMEWARD [兵庫]



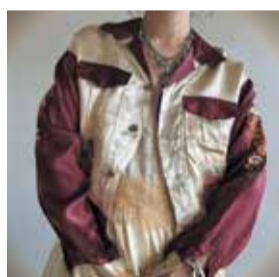
n° form [埼玉]



Float Gallery Antiques [愛知]



FLOW. [長野]



森/THE TINY SHOP [京都]



poeasy vintage [大阪]



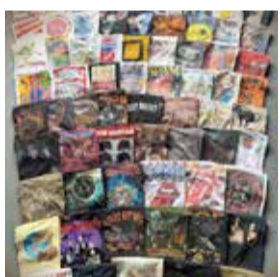
朽古 [大阪]



タナゴコロータス [東京]



Flancesca [鳥取]



古着屋mills [大阪]



Petrichor [長野]



MOTHER LIP [東京]



WONDRES [東京]



CONTAINER LODGE [東京]



GOOD RETRO [兵庫]

同時開催



Re-Vintage(リ・ヴィンテージ)とは、古き良きモノやコトを大切にしつつも、センス良く現代に取り入れるスタイルを指す新しい言葉です。ジャズの自由な精神が、世界各国のトラッド音楽をも包み込み、新たな音楽の風を生み出します。ぜひ、音楽も一緒にお楽しみください。

企画・協力:Harmony Fields

3日間で12バンド出演 〈場所〉VINTAGE MARKET ステージ

ステージ詳細・アーティスト紹介は▶



	10:20	11:00	11:30	12:10	12:40	13:20	13:50	14:30	15:00	15:40
<b>4.17</b> fri	BlueBirdBase		K-106		北牧チカ & 小林沙桜里		SGQ—Sho Gypsy Quartet—			K-106
<b>4.18</b> sat	宮下ママレード & har		Heartful★Funks		溝口恵美子 & 永田有香		Osaka FantadeSka			Heartful★Funks
<b>4.19</b> sun	コムルジタン		Big Mouth Brass Band		Satoshi Gogo		Ryohei Kishimoto swingtet			Big Mouth Brass Band



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。

VM\_bampaku  
vintagemarket\_bampaku  
公式 Instagram



4/18(土)21:00まで  
お得な前売り券発売中  
[公式WEB]にてご確認ください。



# 第13回 カレー EXPO in 万博公園

西日本最大級のカレーの祭典



入場  
無料

※別途公園入園料必要

1st 4.11 SAT ▶ 12 SUN 2nd 4.18 SAT ▶ 19 SUN

[START/CLOSE] 10:00-17:00 (L.O.16:30) [場所] 万博記念公園 お祭り広場(大阪府吹田市)

● 小雨実施(荒天中止) [主催] City Life



グランプリ  
決定戦開催

カレーEXPOでは今回もグランプリ決定戦を開催致します。当日皆様からの投票でグランプリを決定します。



スタンプラリーで  
プレゼントをゲットしよう!

# 24店出店! 参加店の一部を紹介

キッズも安心。甘口カレーもあるよ!

①種類 | ②出店日

ほどけるやわらか黒毛和牛  
クサカビーフカレー



**クサカカレー**  
①欧風 | ②全日  
厳選した黒毛和牛A5ランク使用。上質な旨み広がる一皿。

炭火焙煎スリランカ  
ローストチキンカレー



**スパイスカレーまるせ**  
①スリランカ | ②1st  
ローストスパイスの深いコクに炭の香りを重ねた濃厚キチンカレー。

炙りチャーシュー  
大阪和風だしカレー



**ジバングカレーカフェby和風カレーHiGEBozZ**  
①和風 | ②全日  
トロトロの炙りチャーシューを召し上がれ。大阪和風だしカレー。お子様にも召し上がって頂けます。

旨さ爆破72時間  
煮込んだ究極のチキンカレー



**旨さ爆破72時間煮込んだ究極のチキンカレー(泡パール)**  
①スパイスカレー | ②全日  
大阪 新大阪 名物 72時間かけてじっくり煮込んで作った究極のチキンカレー。

まんねん  
とんこつカレー



**まんねんカレー**  
①欧風 | ②全日  
まろやかでコクと甘みの後に、程良いスパイス感が味わえるオリジナルカレー。

モッツアレラ  
バターチキンカレー



**AMMY**  
①北インド | ②全日  
とろーりモッツアレラチーズがバターチキンカレーにたっぷり!

国産黒毛牛スジ  
豚骨カレー



**豚骨黒カレー-MECHA**  
①欧風 | ②1st  
ラーメン屋が作る豚骨スープに黒毛牛スジをトッピングした絶品カレーです。

まるでタコス!?  
とろけるカルニタスポークカレー



**スパイスカレーポマイェ**  
①スパイスカレー | ②全日  
背徳カルニタスカレー。一口目で脳が溶けます。

有名グルメブロガー太鼓判!!  
極絶品ケバブカレー



**カレー&ナン Tandoor**  
①北インド | ②全日  
スパイスカレー×ジュシーケバブの絶品コラボ!!

濃厚!!ジュシー  
粗挽き肉の蓮根チャナキーマカレー



**天竺咖喱 AKASHA**  
①スパイスカレー | ②全日  
創業12年。店主がインド修行で辿り着いた、五感を刺激する至高の一杯!

札幌名物!!  
濃厚海老出汁のスーパークレー



**札幌スープカレー-JACK**  
①スーパークレー | ②全日  
海老の旨みを凝縮! JACKの大人気濃厚エビ出汁のスーパークレー。

幻の豚TOKYO X & 大阪なにわ黒牛  
究極のスパイスキーマカレー



**SPICECURRY FANFARE**  
①スパイスカレー | ②全日  
大阪と東京の肉の最高峰! 格の違いを極める!

カレーEXPOのみチケット制です

お得な **カレーセット券 ▶ 1,450円**

(単品合計1,550円)

カレールー(ハーフサイズ)2杯 + ライス(250g)1皿



※カレーセット

カレールー・ハーフサイズ単品 ▶ 600円  
ライス単品 ▶ 350円

- カレーEXPOで提供するカレーは、左の写真の盛り付けと異なります。
- カレーEXPOではカレールーは全てハーフサイズとなり専用容器で提供いたします。
- トッピングは別途有料で、各店ブースにて現金でお支払いください。
- 売り切れ次第終了となります。

有名ブロガーやカレー通が推薦!

- うまから手帖/K1郎さん ●大阪人ロックの旨いもんを喰らう!!/大阪人ロックさん ●Mのランチ/M三郎さん
- かれおた★curry maniacx/TAKさん ●美食磁石/さいちゃん ●大阪の駆け出しデザイナー92の日常/駆け出しデザイナー92さん ●curry\_og\_summer/カレーの王子様さん ●猫師/お屋はいつも外食男のグルメ情報♪

他の参加店はホームページをご覧ください。   <https://curryexpo.com>

スイーツ店も登場! ※スイーツコーナーは現金制となります。



① レトルトカレー・スパイス販売  
厳選された美味しいレトルトカレーが大集合!

② 逆バンジーで空高くジャンプ!!  
5~7mの高さまでジャンプでき、なんとも言えない無重力感を味わうことができます。※3歳~60kgの成人の方まで利用可(飲酒されている方、妊娠中の方、健康に不安のある方のご利用はご遠慮いただいております)

音楽ライブ!



and more!

【問合せ】カレーEXPO事務局(株式会社シティライフNEW内)  
【email】curry@citylife-new.com  
【後援】在大阪スリランカ名誉総領事館  
【協力】ネットヨタニューリー北大阪  
【主催】City Life

詳細は公式Webへ





# 今食べたい 北摂 グルメ Guide



旬の素材を贅沢に味わえるランチなど、北摂で気になるグルメをご紹介します。お気に入りの一店を見つけて、特別な時間を楽しもう。



## 5つ星出身シェフが腕を振るう 本格アジア・エスニック料理

ロマンチック街道で愛され26年を迎えるアジア・エスニック料理の名店。5つ星ホテルで腕を磨いたシェフたちが提供する料理は、日本人向けにアレンジされ、本格的ながら食べやすいと評判。ディナーでは少人数のパーティーや歓迎会におススメのコースをはじめ、甘みと酸味のバランスがライスヌードルに合う「タイ風やしそば」など、アラカルトも充実!ランチ時は、焼き立てナンがお代わり自由で嬉しい。持ち帰り・デリバリーもOK!



(上)バターチキンカレーランチセット(1,600円)。フワフワ食感に驚く自慢のナンは、ランチ時おかわり自由!  
(左)ディナーの「シェフコース2名〜」(写真は2名分)は、人気メニューをコースで楽しめるのでおススメ!

**Menu**

- 【ディナー】シェフコース(2名〜).....4,400円(1人)
- 【ディナー】春雨のピリ辛サラダ.....960円
- 【ディナー】タイ風やしそば.....1,190円
- 【ランチ】タータンナディランチ.....1,500円
- 【ランチ】アジアニックスランチ.....1,800円
- 【ランチ】お子様ランチ(ドリンク・デザート付).....800円

**特典** 「シティライフを見た」で  
●ランチセットをご注文の方に**日替わりデザート**をサービス!  
(4月末まで、お子様ランチは除く)

## Tartan Nady

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



## LABI千里で人気の 地元野菜を使った手作りカフェ

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



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

**Menu**

- カレー定食.....ランチ1,180円/ディナー1,440円
- 気まぐれ定食.....ランチ1,060円/ディナー1,320円
- ※ディナーは食前酢・プチデザート付き。
- キッズプレート.....500円〜
- ドリンク.....460円〜

**特典** この記事持参でお食事の方に  
**ドリンクバー1杯分を無料!**  
または、おかわり自由ドリンクバー300円→120円!  
(4月末まで、他券併用不可)

**野菜とつぶつぶ アブサラカフェ**  
豊中市新千里東町1-2-20  
LABI千里4F  
営/月~水11時~17時(LO16時)  
金~日11時~21時(LO20時)  
木曜定休  
☎06-6836-5980



## あたたかな会話が弾む 日常使いしたいカフェ

3月5日にオープンした、親子4人で営むカフェ。おすすめランチの「クロックムッシュ(サラダ、日替わりスープ・惣菜、ドリンク付)」はサクサク&もちもちのデニッシュパンにオリジナルのホワイトソースとチーズ・ハムをのせた一品で、べろりと食べられるおいしさだ。「人が集う場を作りたい」という思いから、小さな子ども連れのママなど、どなたでも大歓迎。さまざまな人が交流できるようなイベントも企画中なので、気になる人はInstagramをチェックしてみて。



ティラミス(左下)は、口の中で溶けるような、なめらかな食感。濃厚でありながら後を引かない甘さが人気を集めている。店内は落ち着いた暖色でまとめられ、ゆっくりとくつろげる雰囲気だ。

**Chez Maman**  
(シェママン)  
池田市大和町4-19  
営/月~木:7時半~18時  
金土:12時~22時  
日祝:9時~17時  
不定休 P無し  
お問い合わせはInstagramのメッセージへ

**Menu**

- オリジナルクロックムッシュ(ランチ).....1,400円
- アーモンドトースト(ランチ).....1,350円
- たまごサンド(ランチ).....1,400円
- くちどけのマンティラミス.....680円
- イクダバナナ(パウンドケーキ).....400円
- 季節限定さくらのシフォンケーキ.....700円

**特典** 「シティライフを見た」と  
1,000円以上のご利用で  
**会計から100円引き**  
(4月末まで)



## アンティーク好きが通う穴場カフェ オープン3周年記念のイベントも開催

豊富な猫雑貨をはじめ、春の新作雑貨やコスメ、小物が続々入荷する4月!雑貨店に併設するカフェスペースでは、オリジナルのハンバーガーやパンケーキなどが楽しめる。オープン3周年を記念したおトクなイベントも実施予定なので、足を運んでみよう!



(上)大きく口を開けた猫がインパクト抜群の「はじめてにゃんカレー」(1,100円)。魚と耳にはチーズ!  
(左)かわいい猫の形をした「はじめてにゃんパンケーキ」(990円)。

**Menu**

- はじめてにゃんカレー.....1,100円
- はじめてにゃんパンケーキ.....990円
- 猫柄靴下.....385円〜
- 猫型タオル.....2,750円

**特典** 「シティライフを見た」と  
●カフェ・雑貨1,500円以上利用で  
**ケーキorドリンクの次回無料券をプレゼント!**  
※一部ドリンクを除く  
●雑貨商品全品(クッキー除く)  
**20%OFF**(4月末まで)

**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)  
土曜不定期21時(LO20時半)  
日・第2日定休  
P有り  
☎072-667-9739

# COOP コープこうべだよ!

「より良い暮らし」の実現のために、組合員や地域の人たちとのつながりを大切にするコープこうべ。各店舗の取り組みや職員だからこそ知っているオススメ商品をご紹介します。

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

高橋 由希さん (大阪北地区本部 マネージャー)  
瀬古 香代子さん

素敵な歌声を響かせる 月2回の「シャンソン教室」!

土曜・祝日は フリースペースとして開放!

## 13の教室を始め、茶話会やeスポーツなど活用いろいろ!

誰でも利用できるレンタルルームとして2年前にオープンしました。定期的に活動している書道やヨガ、オカリナなどの教室のほか、単発での利用も増えています。部屋は3つあり、いずれも飲食OK。キッチンや電子ピアノを備えた部屋、靴を脱いで利用できる部屋などがあり、使い方はアイデア次第!ぜひ、コレル桜塚を自由に活用してください。



撮影日はちょうど「シャンソン教室」の練習日。昨年は吹田のメイシアターでも歌声を披露したそうです。伸びやかな歌声が教室いっぱいに響き、和やかな雰囲気の中で練習が行われていました。

## 4月のツキ押し! 4/3(金)からスタート

**3種の粗挽き ナツドレッシング 300ml**

ローストして香ばしさを引き出したアーモンド、ココと甘みのあるカシューナッツ、バターのような味わいのマカダミアナッツをクレーミーなドレッシングと合わせました。すっきりとした甘さで、子どもにも好まれるおいしさに仕上がっています。

**ふれあい広場 コレル桜塚**  
詳しくはHPをご覧ください

# 事業承継は

## 「きたしん」

### にお任せ！

#### 事業承継マッチング支援のご案内



きたしんくん

★日本政策金融公庫と連携スキームです★

#### ●連携概要

後継者がいないことなどを理由に事業を譲り渡したいとお考えの方と、創業や事業拡大等に向けて、事業を譲り受けたいとお考えの方をつなぐ、マッチングサービスです。

※ 日本政策金融公庫の「事業承継マッチング支援」を利用しています。  
 ※ 詳しくは当金庫の代表電話（072-623-4981）で業務推進部 地域支援担当者までお問い合わせください。

この街の未来をひらく  
**北おおさか信用金庫**

# 春のフェア開催

**恵み**  
くじらの  
420円  
(税込462円)

**春の水ようかん**  
330円  
(税込363円)

**能登ぎばさ**  
330円  
(税込363円)

**能登ぎばさ**  
茶碗蒸し  
420円  
(税込462円)

**がすえび**  
960円  
(税込1056円)

**がすえび**  
唐揚げ  
750円  
(税込825円)

予告なく変更・終了する場合がございます

## 兼六園セット

あおりいか・本鯖大とろ・能登ふぐ・のどぐろ・数の子・おすすめ白身・甘海老・国産肉厚うなぎ・まいもんねごとろ軍艦・玉子・日替わり小鉢・お味噌汁

クーポン利用で  
**3,500円 ▶ 3,000円** (税込)

兼六園セットは平日ランチは除く、ディナー・週末のみ提供です。



兼六園セット500円引きクーポン

### 兼六園セット

3,500円 ▶ **3,000円** (税込)  
 ※4/1~4/30期間中の平日ディナー・週末限定  
 ※吹田グリーンプレイス店限定  
 ※1枚につき6名様まで対象  
 ※他券併用不可

## 金沢おとん寿司

吹田グリーンプレイス店  
 吹田市片山町2-3-9 吹田グリーンプレイス  
 月~金: 11時~15時 (L.O.14時半)・17時~21時半 (L.O.21時)  
 土日祝: 11時~21時半 (L.O.21時)  
 ※12/31は14時半ラストオーダー、15時閉店 ※1/1は休業  
 TEL 06-6386-1144  
<http://www.maimon-susi.com>



## From CityLife CityLife公式LINE 配信中!

グルメやセミナー、イベント情報など、北摂のさまざまな情報を配信しています。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。

登録はこちら



### 箕面商工会議所

#### ゆずるのこだわり

「ゆずカレー」大好評販売中!

箕面市止々呂美地区のゆずは、ほとんどが種からの栽培の実生ゆずです。箕面産実生ゆずを使用した、肉と野菜がゴロゴロ入っている絶品カレーです!ぜひ一度味わってみませんか?大切な方へのギフトにもピッタリですよ。



●販売価格:  
1食 600円(税込)  
●販売場所:  
箕面商工会議所、山荘 風の杜、イオンスタイル箕面 他  
【問合せ】  
箕面商工会議所  
TEL 072-721-1300

### 吹田商工会議所

#### 第173回日商簿記検定が実施されます!

第173回日商簿記検定の日程が確定いたしましたので、お知らせいたします。受験をご希望される方は、下記QRコードの日商簿記検定試験専用サイトをご確認ください。

【日時】6月14日(日)  
 【実施級】1~3級  
 【会場】大和大学(予定)  
 【受験料】3級 3,300円  
 2級 5,500円  
 1級 8,800円  
 【ネット申込期間】4月27日(月)~5月18日(月)  
 【郵便払込申込期間】4月27日(月)~5月8日(金)

【問合せ】吹田商工会議所  
 TEL 06-6330-8001



### 豊中商工会議所

#### 阪急岡町駅より徒歩0分! 貸会議室サービス

社内会議や研修に適した部屋がない…。自分で企画したセミナーをやってみたい。そのほか、採用面接や自社商品の説明会など、様々な用途にお使い下さい。オプションとして、マイク、スクリーン、プロジェクタも有料で貸し出しOK!

【一例】  
 第一会議室(定員20名)  
 9:00~12:00 7,700円  
 13:00~17:00 12,100円  
 18:00~21:30 14,300円  
 ※土日祝は、上記料金の20%割引増し

【問合せ・申込み】  
 豊中商工会議所 総務課  
 TEL 06-6845-8001



# 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!

## よしもとのお笑いライブin豊中2026

〜ゴールデンウィークはお笑い三昧! M-1王者と吉本新喜劇がやってくる!〜

2026年 **5月2日** 土  
 開演 11:30 14:45  
 開演時間 ※開演45分前

豊中市立文化芸術センター大ホール

チケット発売 3/14(土)10:00

前売 **5,000円**  
 当日 **5,500円**

料金

＜税込・全席指定・前売当日并＞

各ウェブサイトにて「よしもと 豊中」で検索!

FANYチケット【直接購入】  
 ファミリーマート各店  
 FANY 🔍 検索

チケットぴあ【直接購入】  
 ひあ、セブン、イレブン各店  
 ぴあ 🔍 検索

ローソンチケット【直接購入】  
 ローソン、ミニストップ各店  
 ローチケ 🔍 検索

イープラス  
 イープラス 🔍 検索

豊中市立文化芸術センター窓口

公演に関するお問合せ〜FANYチケットお問い合わせダイヤル〜 ☎ 0570-550-100 10:00~19:00年中無休

【反社会的勢力排除宣言】当社は反社会的勢力排除に全力で取り組みます。https://www.yoshimoto.co.jp/policy/declaration/

●都合により出演者が変更になる場合がございます。 ●ビデオ・カメラ、または携帯電話等での録音・録画・撮影・配信禁止  
 ●5歳以上または身長110cm以上のお子様はお席が必要となります。 ●車椅子席をご購入の方はFANYチケット (TEL0570-550-100) まで要問合せ。

## 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**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  
**06-6330-5011**

〒595-0801 大阪府枚方市  
 枚方駅前南口  
 枚方駅前南口  
 枚方駅前南口

古物商許可番号:  
 第622352303922号  
 (大阪府公安委員会)

### 編集後記

今月号で紹介した吹田出身の直木賞作家の伊与原新氏をはじめ、同じく吹田市出身で芥川賞作家の砂川文次氏。さらに今春、茨木在住の畠山雄雄氏が芥川賞を受賞するなど、北摂出身作家の躍進が続いています。箕面書店を営む直木賞作家の今村翔吾氏の活動も相まって、北摂は今や「文学の聖地」と言っても過言ではないと思います。すごいです。(コサオ)

娘が小学校を卒業しました。頑張っていたスポーツチームも卒業し、あらゆることが一区切り。かと思いきや、一瞬の春休みを挟み、すぐさま新生活がスタート。めまぐるしい毎日だからこそ、何も無い時間を意識して作らねばと思います。みなさんもお自愛!(桜を見てひたすらぼんやりしたいさひと)

今回のグルメ特集はカレーです。スパイスカレーも好きですが、ガブガブ食べた私はトンカツや唐揚げのトッピングに惹かれます。ちなみに、個人的にオススメしたいトッピングは納豆とネギです。ネバっとしたコクとシャキッとした食感がクセになります。ぜひお試しください(もりお)

特典

LINEのクーポン画面提示で  
ソフトドリンク(250円)1杯サービス  
(4月末まで)

豊中市中桜塚2-31-1  
営/月曜・火曜・木曜:11時~21時(LO20時半)  
金曜:11時~25時(LO24時半)  
土日祝:11時~16時(L O15時半)  
水曜定休  
☎06-7410-6016  
Instagram@izumi\_curryhonten

数十種類のスパイスと玉ねぎやリンゴ、バナナを使うカレーソースは、口に入れた瞬間に果物や野菜の甘さが広がり、あとから辛さが追いかけてくる。200gの厚切りとんかつと半熟のとろとろ玉子との相性も良く、ごはんが進む一皿だ。元々は常連客だけが知る裏メニュー的存在だったが、リクエストの多さから表メニューに昇格したという。

インパクト大の厚切りかつと濃厚カレーソースをガッツリと



いずみカレー 桜塚本店の厚切りとんかつカレー  
とろ玉のせ 1,900円

熟成した旨みが広がる  
香り高いキーマカレー



LIBREの熟成キーマカツカレー  
1,600円※平日ランチは1,300円

特典

LINEのクーポン画面定時で「とろけるチーズ」(300円)トッピングをサービス  
(4月末まで)

国産の挽き肉を使って煮込んだカレーは、一口目にフルーティーな甘さが広がる。食べ進めるほどにスパイシーさと程よい辛さが現れ、そのバランスが秀逸だ。さらに薄めに仕上げたトンカツが主役のカレーを引き立てている。トッピングのフライドオニオンの食感も心地よく、パプリカパウダー、パセリ、バジルの香りが爽やかなアクセントに。

サンタベカレー  
3タベカレー

3賊焼きカレー  
1,400円



A5ランクの牛すじとスパイスの絶妙な組み合わせ

特典

LINEのクーポン画面定時で飲食代金から100円引き  
(4月末まで)

九州産A5ランクの黒毛和牛の牛すじとフルーツ、十数種類のスパイスを合わせたカレーは肉の旨みとフルーティーさが溶け合い、まろやかでありながらスパイシーな味わい。長野の郷土料理「山賊焼き」をアレンジしたオリジナルのから揚げは、2日かけて仕込んだ鶏胸肉を使用し、やわらかくジューシーに仕上げている。

池田市石橋1-9-13リバーハウス石橋103  
営/11時半~15時、18時~21時  
不定休  
☎080-3842-8003  
Instagram@3tabecurry

吹田市芳野町1-23 MODERN BUREAU 101  
営/平日:11時~14時、17時~22時 土曜・日曜:11時~20時  
※火曜は昼営業のみ 定休なし  
☎070-9294-4186  
Instagram@libre\_curry

VS

本能的

# カツカレー

香り豊かなスパイスカレーか、サクッと揚がったカツカレーか。その日の気分で選ぶ楽しさもカレーの魅力。刺激に惹かれる日も、がっつり満たされたい日も、心もお腹も満たしてくれる一皿をご紹介します。

辛さと香りがガツンと広がる濃厚なスパイス感が魅力

カレー屋 グランドセントラルの3種のあいがい  
1,700円

爽やかな辛さの「スパイスカレー」は濃厚なスパイス感が後引く美味しさ。ごはんの上の「ドライキーマ」は水分を飛ばして旨みを凝縮したカレーで、トッピングの半熟ゆで玉子と一緒に食べるとまろやかな味わいになる。一番人気の「ホタテのクリーム」はバターや生クリームとスパイスのバランスがよく、ホタテの旨みが際立つ味わいだ。

豊中市庄内東町2-6-7  
営/11時半~14時(L O13時半)  
18時~21時(L O20時半)  
日曜・月曜定休 全席禁煙  
Instagram@currygracen



# スパイスカレー

老舗洋食店が誇る  
時代を超えて愛されるカレー

レストラン サウスウッド  
**RESTAURANT SOUTH WOODの**  
**ジャンボカレー(チキン)**  
1,150円

豊中市岡町南3-5-7  
営/モーニング:10時~11時  
ランチ:10時半~15時半(LO15時)  
ディナー(水曜~土曜):18時~21時(LO20時半)  
日曜・祝日定休 Pあり  
☎06-6841-7956  
Instagram@southwood\_1968



1968年の創業以来、時代とともに進化を重ねてきたカレー。現在は2代目が受け継ぎ、数種類のスパイスの風味が活きた爽やかな辛さに仕上げている。牛バラ肉をじっくり煮込み、バナナやリンゴを隠し味に使った、幅広い年代に親しまれる王道の味わいだ。外はサクサク、中はふっくらジューシーなチキンカツとともに味わってみよう。

**特典** LINEのクーポン画面提示で  
**食後のドリンクをサービス**  
(コーヒー、紅茶、オレンジまたは  
リンゴジュース 各250円)  
(4月末まで)

スパイス食堂 ナムナムの  
**あいがけ2種**  
1,300円



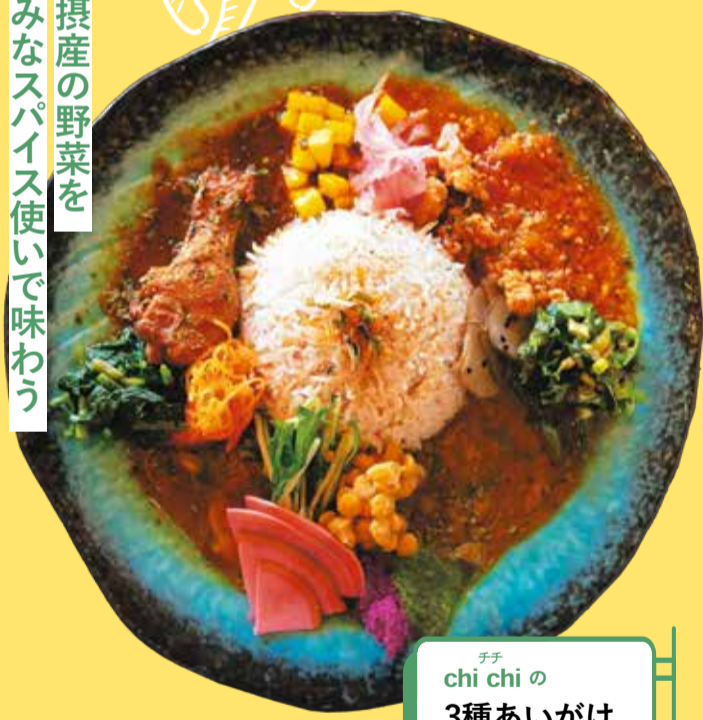
使用する食材で  
スパイスの可能性を広げる

週替わりのカレー2種と豆を使ったダルカレーが揃う。この日はオーナー自ら挽いた挽き肉が主役でカルダモンの香りが心地よい「カルダモンチキンキーマ」と、濃厚なエビの風味に爽やかなレモンが重なる「海老とムール貝のレモンココナッツ」。内容は豊南市場で仕入れる食材によって内容が決まるため、訪れるたびに新たな味に出会えるのが魅力だ。

豊中市庄内東町1-9-17  
営/11時~15時(LO14時半)  
18時~21時(LO20時半)  
※ディナー営業は土曜のみ 木曜定休  
☎06-6331-5577  
Instagram@spice\_curry\_namnam

**特典** LINEのクーポン画面提示と  
飲食代金より  
**100円引き** (4月末まで)

北摂産の野菜を  
巧みなスパイス使いで味わう



チチ  
**chi chi の**  
**3種あいがけ**  
1,600円

箕面駅前の「北摂スパイス研究所」が店名も新たにリニューアル。季節野菜と豆を合わせた「おやさいのカレー」、但馬鶏と野菜でだしをとった「チキンカレー」、仕入れ状況によって内容が替わる限定カレー2種から好みのカレーを選べる3種あいがけが人気だ。スパイスを独自に調合した「クラフトコーラ」(600円)は、食後の一杯にもぴったり。

**特典** LINEのクーポン画面提示と  
カレー・自家製クラフトコーラを注文で  
**100円引き**  
(4月末まで)  
箕面市箕面2-1-33  
営/11時半~15時(LO14時半)  
木曜定休  
☎072-735-7799  
Instagram@chichi.curry.ookini

スパイスカレー ファンファーレ  
**SPICE CURRY FANFARE の**  
**3種あいがけカレー**  
2,000円



実力派シェフが生む  
五感で楽しむ一皿

イタリアンやフレンチのシェフとして活躍した店主が考案する、個性豊かなカレーがラインナップ。「オリジナルスパイスキーマ」は、あえて大きめにカットしたスパイスなど20種類以上を使い、ザクザクとした食感が楽しめる。「渡り蟹出汁と海老のスパイスカレー」はビスクのように香り豊か。王道のビーフを加えた3種で味くらべを楽しんでほしい。

**特典** LINEのクーポン画面提示と  
飲食代金1,500円以上で  
**200円引き**  
(4月末まで)

豊中市本町1-9-33  
営/11時半~15時  
17時半~21時(LO20時半)  
※売り切れ次第閉店  
不定休  
☎06-6151-9521  
Instagram@spicecurry\_bal\_fanfare

## SOCIAL 千里阪急ホテル、56年の歴史に幕。 跡地は千里中央再整備の核へ

豊中市の千里中央地区に位置する「千里阪急ホテル」が、2026年3月末をもって閉館する。1970年(昭和45年)の日本万国博覧会とともに開業した「北摂の迎賓館」は、半世紀以上にわたる営業を終え、その役割を終えることとなった。

同ホテルは、大阪万博の来賓を迎える施設として誕生した。邸宅風の低層建築と、緑豊かな中庭を囲む開放的なデザインが特徴で、北摂エリアを代表する社交場として親しまれてきた。開館以来、多くの婚礼や国際会議の舞台となってきたが、建物の老朽化が進んでいることや、周辺地区の再開発計画に伴い、2021年に運営の阪急阪神ホテルズより営業終了の方針が発

表されていた。

ホテルの閉館は、現在進行中である「千里中央地区再整備事業」の一環としての側面も持つ。同地区では、かつての商業施設「千里セルシー」の閉鎖が完了しており、ホテル跡地を含めた広大なエリアが一体的に再整備される予定だ。

豊中市が進める千里中央活性化基本計画によれば、跡地周辺には次世代の都市機能を備えた商業・住宅・文化の複合施設が建設される計画である。1970年のニュータウン創設時から街の象徴であったホテルが姿を消すことで、千里中央は「万博の街」から「未来志向の都市」へと、物理的・機能的な転換期を迎えると考えられる。

## 読者の皆さんから寄せられた気になる情報を調査

### <前号の続き>間違いやすい自転車の交通違反について

Yさんからの投稿

4月1日より、自転車の交通違反に対し「反則金を科す「青切符(反則金制度)」の運用が本格的に開始されます。16歳以上を対象に、信号無視や一時不停止、右側通行(逆走)などの違反が取り締まりの重点項目となります。これまでは注意で済んでいた軽微な違反も、今後は数千円から1万円程度の反則金が課せられることになり、ルール遵守がこれまで以上に切実な問題となっています。

特に利用者が迷いやすいのが、走行すべき「通行路」の判別です。自転車は法律上「軽車両」であり、原則として「車道の左端」を通行しなければなりません。見極めの大きな目印となるのが、路面に描かれた青い矢印状の「矢羽根型路面表示」や、青く塗られた「自転車専用通行帯」です。これ



自転車走行レーン

この標識がある歩道は、自転車も通行できる

らがある場合は、車道を走行するのが正しいルールです。

一方、歩道を通行できるのは、青い円形に「人と自転車」が描かれた標識がある場合に限られます。ただし、歩道はあくまで歩行者が優先であり、自転車は車道寄り「徐行(すぐに止まれる速度)」することが義務づけられています。ベルを鳴らして歩行者に道を譲らせる行為や、歩行者の妨げになるようなスピード走行は「通行方法

状況	正解(○)	不正解(×)
通行場所の基本	車道の左端(青い矢印・レーンがある所)	車道の右側逆走(※右側を通ると即アウト!)
歩道を通る時	車道寄りを、すぐ止まれる速度で徐行	歩道の中央や右側をスイスイ走行
歩行者が前にいる時	歩行者の後ろをゆっくり進むか、一時停止	ベルを鳴らして道を譲らせる(※警笛鳴らせ以外は違反)
信号・交差点	車と同じ信号を守る、一時停止で必ず足を出す	「自分は歩行者寄りだから」と信号無視・徐行のみで通過

違反」として取り締まりの対象になり得るため、十分な注意が必要です。

自分自身の安全と家計を守るためにも、普段通る道の標識や路面表示を改めて確認してみたいかがでしょうか。

## 読者の皆様の“気になる”を募集中

右記QRコードからご応募ください▶



今回の自転車のルールについてのように、毎日の暮らしのなかで気になるコト、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!**

※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。※採用された情報が重複した場合、先着を優先します。

## SOCIAL 豊中市立中央図書館(仮称) 豊島公園での整備を軸に再始動

豊中市立中央図書館、豊島公園での整備を軸に再始動。新たな読書環境の構築へ豊中市立図書館は2025年に創立80周年を迎えた。この節目を経て、中央図書館の整備計画は、市民の利便性と公共性を両立させる新たな形の検討が始まっている。

当初予定されていた阪急曽根駅前での整備計画は、事業者との契約交渉において合意に至らなかったことから、2025年末に白紙となった。市は、市民が納得できる質の高い施設を確実に整備することを優先し、今回の判断を下したとしている。

現在は、豊島公園周辺を新たな候補地として計画の練り直しが進められている。



公園の広い敷地や緑豊かな環境を活かすことで、ゆとりある動線の確保や駐車場の併設など、駅前案では制限の多かった課題の解決が期待されている。

一度は白紙となったものの、市は市民の利便性を最優先に考え、現在のニーズに合致した使い勝手の良い読書環境を実現するための準備を進めているとしている。

## SOCIAL 服部天神駅前に新たな交流拠点 3月31日より広場が供用開始

豊中市は3月31日、阪急宝塚線・服部天神駅前に整備した「服部天神駅前広場」の供用を開始する。約1,800平方メートルの広場には、幅5メートル以上の広い歩道やロータリーを新設。タクシーや身体障害者用の乗降場を備え、交通結節点としての利便性と安全性を大幅に向上させた。

旧能勢街道沿いには、参道をイメージし



た石畳風の舗装や灯籠型の照明を配し、地域の歴史を感じさせる空間を演出。マチカネワニの骨格標本がプリントされた屋根付き防災ベンチなど、ユニークな設備も目を引く。市は今後、イベント活用などを通じて駅周辺のさらなるにぎわい創出を目指す方針だ。

## SOCIAL 池田市 若者の新生活を応援 インスタントラーメン無償配布

池田市は、物価高騰の影響を受ける市内在住の若者を支援するため、「インスタントラーメン詰め合わせセット」を無償で配布する。インスタントラーメン発祥の地である同市の特色を活かした独自の食料品支援事業として注目を集めている。

対象となるのは、2004年4月2日から2011年4月1日までに生まれた市民で、高校生や大学生のほか、同年代の社会人も含まれる。今年4~6月の3か月間、市内に居住予定であることが条件。配布されるセットには、日清食品の製品を中心とした約20食分が詰め合わされており、6月下旬に対象者の自宅へ直接配送される予定だ。申し込みは3月16日から4月10日まで、



写真=池田市報道資料より  
※仕様は写真と異なる場合があります

市ホームページ内の専用フォームで受け付ける。市は約7,500人の利用を想定しており、地域の魅力を再発見してもらいながら、若い世代の生活を支える狙いがある。物価高が続く中、地元の名産品を通じた実利的な支援は、新年度を迎える若者にとって心強い一助となりそうだ。

FM COCOLO × CITYLIFE / 音楽のCOCOLO Vol.79

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

春、躊躇う背中を押してくれる歌



UPCY-801 ユニバーサルミュージック

ALBUM  
EXTREME  
BEAUTY

ARTIST  
吉田 美奈子

新しい場所・未知の場所に向かう時、期待と共に不安も尽きないもの。今の自分は通用するのかと自信も揺らぐ...1995年4月、憧れのラジオ局<FM802>で番組が始まる時の私のことです。

道を照らす眩しすぎる春の光に目を覆いたくなかった時、「大丈夫。その指の間からそっと覗いてごらん。大切なことがフォーカスされるから」と背中を押してくれたのが先行シングル「BEAUTY」。街を俯瞰する神様が、空から降りてくるような慈愛に満ちた声、気持ちを擲り上げて空に放ってくれる澄んだ高音。

吉田美奈子さんの素晴らしき歌を改めて堪能できるアルバムで、喜びに満ちた歌声が「大切なのはきちんと自分を見つめて、楽しむこと」と教えてくれます。番組は30周年を迎え、今年記念ライブを開催します。フェスティバルホールで、美奈子さんの歌の体温を感じてください。

吉田 美奈子/1969年に交流を持った細野晴臣や松本隆等に影響を受け、楽曲制作を始め、間もなくシンガー・ソングライターとしてライブ中心の音楽活動を開始。1973年、アルバム「扉の冬」でデビュー。ジャンルを取り払った自由自在な音楽活動は、クオリティーを保ちながらも個性を発揮する稀有なミュージシャンとして多方面から共演を熱望され、そのパフォーマンスは常に高い評価を得ている。

SELECT DJ

加藤 美樹  
MIKI KATO



1994年にFM802のDJオーディションに合格し、1995年4月から邦楽専門番組「SUPER J-HITS RADIO」を担当。その後2016年にFM COCOLOにお引越しい現在に至る。番組が30周年を迎えたこの機に、自身でコンサートをオーガナイズ。「音礼・綴(おんれいづつり)」と銘打たれたこのコンサートは、これまで番組に登場したアーティスト/ミュージシャンで構成するスペシャルなショー!4月27日(月)と28日(火)の2日間、会場は大阪・フェスティバルホールで開催されます。

# City Life NEWS

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



シティライフNEWS  
で検索

## MONTHLY OF TOPICS

### 直木賞作家・伊与原新が語る 北摂の記憶と変わるまちへの思い

2010年に作家としてデビューし、2025年には『藍を継ぐ海』で直木賞を受賞した伊与原新さんは、実は生まれてからの20数年間を北摂の地で過ごした。当時を振り返りながら、自身の原点や変わりゆく地元への愛着を聞いた。



伊与原新さん  
1972年生まれ。神戸大学理学部卒業後、東京大学大学院理学系研究科で地球惑星科学を専攻し、博士課程修了。2010年、『お台場アイランドベイビー』で横溝正史ミステリ大賞を受賞。2025年、『藍を継ぐ海』で第172回直木三十五賞を受賞。

#### よく遊びよく読んだ、 千里丘の思い出

1972年に生まれ、23歳まで千里丘で暮らした伊与原さんは、当時をこう振り返る。

「子どものころは、まだ至るところに空き地があって、友だちや年の近い兄弟と空き地の雑草をかき分けながら、野球やサッカー、秘密基地づくりをして遊んでいました」。自由に遊び回った一方で、読書にも強い興味を示していた。児童会館や移動図書館を利用しながら、江戸川乱歩の『明智小五郎』シリーズやE・W・ヒルディックの『マーカー少年探偵団』といったミステリ小説を愛読した。

また、技術職の父親が科学雑誌『Newton』を1980年の創刊から買い揃えており、幼い伊与原さんもいつしか興味を持つように。「本当に内容を理解していたのかわかりませんが」と苦笑するが、科学を題材にした作品を多く執筆する伊与原さんの関心は、このころから確かに芽生えていた。

読書習慣は、天王寺の中高一貫校へ進学した後も続き、JR千里丘駅前の田村書店(2024年閉店)にも足繁く通っていた。

通学カバンには常に本を入れ、アガサ・クリスティやエラリー・クイーンといった海外の古典ミステリのほか、SF作品も読み込んだ。

「そのころは作家になるなんて、思ってもいませんでした」と振り返るが、少年時代に読みふけた作品の影響は色濃い。実はデビュー作『お台場アイランドベイビー』は、2010年に横溝正史ミステリ大賞を受賞している。「なにかしらの謎があって、最後に明らかになる。今でもそういうミステリ的な手法で物語を書くことが多いですね」と語るように、北摂時代の読書体験は作家としての土台になっている。

#### まちの変化に感じる 寂しさと楽しさ

作家として多忙な現在も、定期的に実家へ帰省する伊与原さん。「通学に利用していたこともあって、JR京都線で新大阪から千里丘へ進んでいくにつれて『地元』に帰ってきたな」と感じます」と語るように、故郷への愛着は健在だ。当時通っていた店が営業を続けている様子を見ると、明るい気持ちになるという。

老舗のCDショップ「C-STATION」はその一つ。中学生のころ兄の影響で洋楽を聞き始め、スターシップなどの80年代

USロックに夢中だった伊与原さんにとって思い入れのある場所だ。当時はレンタルCD専門だったこの店で借りたCDを父のオーディオでカセットテープに録音し、ウォークマンで繰り返し聴いたという。

伊与原さんの母が馴染みにしている洋菓子店「Frou-Frou(フルフル)」。「母からマロンパイを渡されると、帰ってきたなと感じます」と、目を細めながら語る。

愛着があるだけに、現在駅前が進む再開発などで変わり続けるまちの姿には一言で表現しにくい思いがにじむ。新たなマンションが立ち並ぶ様子を見て「僕の知らない千里丘になっているのが寂しくもありますが、若い家族がたくさんやって来てまちが若返ることは、きっといいことなんだと思います」。郷愁と期待が入り混じる思いを抱えながら、伊与原さんの視線は変わりゆく千里丘のまちの姿を見つめている。



NHKドラマにもなり話題を呼んだ『宙(そら)わたる教室』の続編、『コズミック・ガール 宙わたる教室』(文藝春秋)が4月22日(水)に発売。そのほか近著に『翠雨の人』(新潮社)や第172回直木賞を受賞した『藍を継ぐ海』(新潮社)などがある。

#### 俳句 / HAIKU

【優秀賞】

鉛筆に森の香りや新入生

高槻市 土井あくび

鉛筆の芯ではなくて全体からでしょう。木の匂いではなく森の匂いを感じました。そこに季語「新入生」。新しく学校に入学した子供。きっと新入生。鉛筆の香りを感じながら、新しい学校生活が始まります。

【入選】

初春の風もまるやか酒もまた

高槻市 黒田 豊子

初春の風のまるやかさを感じながらの一献。何とも言えない春のはじめです。

閉ぢ切らぬ嬰の拳や犬ふぐり

岡山市 沼野大統領

眠っている赤ちゃんの拳。そう言えば少し開いています。犬ふぐりも。

思わずに冬満月に語りかけ

大阪市 小倉 佳子

凜々しく地を照らす冬満月。その月に語りかけてしまった。よくわかります。

建国日しんぞうひとつ持ち歩く

千歳市 村瀬ふみや

人間はいつも一つの心臓を持ち歩いています。意識したのが建国日。納得。

あやとりのやうな橋より春めける

日野市 平井 都々

かわいい橋でしょうか。その橋から春らしさを感じた。さあ、春です。

【佳作】

泣くは誰耳に鋭き虎落笛

吹田市 堀井咲千子

小春日にたしなみほどの眉を引く

高槻市 竹久カズエ

春の日やフオークに沈むかすていら

千歳市 村瀬ふみや

露の臺そばゆく人の顔に似て

茨木市 角島 健二

コンパスの針の垂直春立ちぬ

京都市 草夕 感じ

2月25日締切りでご応募いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んいただきました。

#### SELECT



選者  
山口 昭男  
やまくち 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。

Pick up!

買取

春の断捨離は"おたから発見"のチャンス 眠っている記念硬貨・古銭があれば査定へ



新生活を迎えて家の中を整理したり、断捨離をした人は多いのでは?キングラム豊中店では、ブランド品や貴金属に加え、現在「記念硬貨・古銭」の買取を強化中!

キングラム豊中店

豊中市本町1-9-30 営/10時~19時 無休 0120-667-866

キングラム箕面店

箕面市西小路3-17-7 072-721-6551



「引き出しの奥やタンスの隅に眠っていませんか?」 記念硬貨・古銭を額面の3倍以上で買取!



※その他の銀貨や銀製品も買取可能!まずは問い合わせを。

特典「シティライフを見た」で キャンペーン以外の商品の買取金額最大20%アップ!

Gakken 春の無料体験学習受付中

対象: 幼児(年少・年中・年長)・小学生・中学生. 教科: 算数・国語・英語. 内容: 学力診断テストと、2回の教室学習&家庭学習. 月謝は、算国2教科 9,680円[税込]. 入会金0円.

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(祝日を除く).

新NISA・iDeCoなど資産形成セミナー

開催日時: 4.12(日) 10:30-12:30, 4.16(木) 10:30-12:30, 4.25(土) 10:30-12:30. 豪華中華ランチ付き. 申し込みはQRコードから.

第288回 | 50歳以上女性のマネープランづくりに特化したセミナー(参加無料)

50代を過ぎて資産運用や投資も気になるけど、普通預金にそのままの方へ

今村 浩二 上級ファイナンシャルプランナー. このまま物価高が続けば「老後資金が足りなくなるのでは」と不安を感じている方も多いのでは?セミナー参加者の声.

大阪梅田ツインタワーズ・ノース [土曜] 13:30~16:00 [火曜・水曜・木曜] 18:15~20:15. 4/4(土)・4/23(木)・5/30(土)・6/17(水)・6/27(土)・7/11(土)・8/1(土)・8/25(火).

「学研教室のせんせい」お仕事説明会受付中

説明会のご案内 前日の17時までにご予約下さい. 4月2日[木] 10:00~ 4月6日[月] 10:00~ 4月7日[火] 10:00~ 4月7日[火] 10:00~ 4月15日[水] 10:00~ 4月28日[火] 10:00~

フリーダイヤル、WEB、二次元コードよりお申込ください. 女性専門FPオフィス ユニバーサル財務総研. TEL.0120-26-9491

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(祝日を除く).