

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 2026
vol.512

北摂EAST

高槻・茨木
摂津

7月31日発行 無料

アイスと



真夏のごほうび

かき氷



おかげさまでシティライフは
40周年を迎えました

飲むかき氷 (イチゴ・マンゴー) 各980円

粗めに削った氷にミルクとフルーツソースを合わせ、その上にサッパリとコクのあるソフトクリームやフルーツ、練乳、自家製クッキーをトッピング。ザクザクの氷となめらかなソフトクリーム、両方の食感が一度に楽しめる。仕上げはストローでシェイクのように飲み干して。

濃厚ミルクのソフトクリームと
果肉たっぷりのかき氷



生桃のかき氷 2,000円(店内席専用・数量限定)

とろけて消える綿雪の氷
丸ごと2玉分の桃の贅沢



8月中旬まで味わえる桃のかき氷は、オーダーを受けてから非加熱で仕上げる桃の蜜と、丸ごと2玉分の果肉を贅沢に使った一皿。丁寧に削り上げた氷は口に入れた瞬間にふわっととろけ、まるで綿雪のような口だけが楽しめる。なお、8月下旬からはぶどうのかき氷も登場予定。

と アイス

ジェラート ダブル 580円～ ※ピスタチオは+100円、 チョコは+50円

空気を絶妙に含んだ
軽やかで口溶けなめらかなジェラート



照りつける暑さが続く季節は、ひんやりスイーツが何よりのご褒美。ひと口で涼を感じるかき氷は、フルーツを添えたものからアレンジを利かせた一品まで、さまざま味わいが楽しめます。パフェやジェラートなど、バラエティ豊かなアイスも勢ぞろい。夏ならではのスイーツで、おいしい時間を楽しみませんか。

地産地消にこだわった
パフェのようなかき氷

茨木・小川農園のマンゴーで作るかき氷は、パティシエならではの技が光る。濃厚なマンゴーソースにサクサクのパイやマカロンが食感のアクセントを添え、中には杏仁豆腐や黒蜜ソース、カスタード、シュトロイゼルも。マンゴー果実もたっぷりで、みずみずしい甘酸っぱさを満喫できる。

茨木産マンゴーかき氷 2,300円 ※ミニサイズ1,650円もあり



計算された空気の含有量でふわりと軽やかで、口に入れた瞬間なめらかに溶ける食感が特徴。イタリア産ピスタチオやベルギー産チョコ、国産抹茶を贅沢に使用しつつも、規格外や完熟間近の果物を仕入れフードロス削減にも取り組んでいる点も魅力だ。

菓子LABO SAKURAI (かしラボ さくらい)



特典 注文時にLINEのクーポン画面提示の上、かき氷を含む2,000円以上をご購入の方に
アイスコーヒーマスターサービス (8月末まで)

茨木市宿久庄1-3-14
営/金・土・日・月 11時～17時※インスタで事前に確認を
火・水・木曜定休 Pあり
☎070-4729-3897
Instagram@kashilabo_sakurai

c ciao gelato bar (チャオ ジェラート バー)



JR高槻駅南口から京都方面へ歩いたところにある。青いテントが目印で、夜はバーとして営業。

高槻市高槻町4-5 ※店内利用は1ドリンク制
営/カフェ 14時～19時、バー 19時～24時(LO23時半)
※営業時間変動あり
不定休(インスタで確認を)
Instagram@ciao_gelato_bar

b To You Cafe (トゥー ユー カフェ)



特典 LINEのクーポン画面提示で飲むかき氷各種を
50円OFF (8月末まで)

茨木市別院町3-33-105
営/平日12時～18時(LO)、土日11時～20時(LO)
不定休あり(詳細はインスタで確認を)
☎072-657-9572
Instagram@toyocafe

a かき氷とパフェ mikaku (かきこおりとパフェ ミカク)



JR高槻駅北西口から徒歩5分。「高槻橋」バス停前にある。店内飲食は前もって席の予約が必須だ。

高槻市芥川町3-12-35
営/12時～16時半(LO15時半)※商品がなくなり次第終了
水木定休 ※お盆期間は営業日に変動あり
詳細はインスタを参照 要予約
☎072-628-7627
Instagram@mikaku_takatsuki

f

右) ピスタチオミルフィーユ
アイス 730円 (高さ 約15cm)
左) いちごカスタードかき氷
950円〜 (高さ 約22cm)

ミルク感濃厚なアイスと
果肉ゴロゴロいちごかき氷



看板商品はミルクが濃厚なソフトクリームがベースのパフェ。可愛い「ピスタチオミルフィーユ」や話題の「ドバイチョコ」など個性派ぞろい。今年の夏は自家製シロップのかき氷も登場。果肉ゴロゴロのいちごシロップにホイップ&カスタードを乗せた「いちごカスタードかき氷」は満足感たっぷり

e

メロンミルク
2,250円
(9月中頃まで提供予定)

芳醇な果汁と果肉、
メロンを丸ごと愉しむ贅沢



フルーツ好きの店主が各地から仕入れる果物を使った、夏季限定のかき氷店。「メロンミルク」は自家製練乳ミルクを仕込んだ氷に、メロンの甘みだけで作った果汁シロップと果肉をたっぷり。オプションで濃厚な練乳ミルクのエスプーマもプラスできる。

g

レモンかき氷
1,400円

甘酸っぱさとほろ苦さが絶妙
パティシエ渾身のレモンかき氷



数々のコンクールで入賞したパティシエが手がけるアイデア溢れるかき氷が10月頃まで楽しめる。8月はレモンのかき氷が登場。信州天然水の氷に、蜂蜜レモンとパイナップル&バニラのシロップなどを重ね、仕上げに砂糖漬けレモンやクリームを飾ったアートな一皿。

真夏のごほうび
かき氷

CityLife LINE限定クーポンを
使ってお得に楽しもう

クーポン画面を表示して、
お店のスタッフに見せるだけ
の簡単操作。ぜひ活用
してみてください。



h

トリュフ・グラッセ
5個入り 1,250円
10個入り 2,400円
イチゴ×キャラメル、ショコラ、
マンゴー、レモン×ライム、バニラ

ひんやりとろける
アイス仕立てのひとくちショコラ



フランス『フィリップ・ベル』で本場のショコラを学んだオーナーが構えるショコラトリ。今夏の新作は、イチゴやレモン、ライム、マンゴーのムースと特製ガナッシュをオペラ社のチョコで包んで凍らせたグラッセ。香りが飛びやすいアイスでも、チョコの風味と果実感をしっかり味わえる。

h

パティスリー
ショコラトリーアルカ



店内には季節限定のショートケーキやマドレーヌや
フィナンシェなどの焼き菓子も並ぶ。

茨木市西田中町3-7
営／11時～19時
不定休(インスタで確認を) P2台あり
☎072-665-4013
Instagram@art.k_osaka

g

lier-lieu
(リエリウ)



特典

注文時にLINEのクーポン画面提示の上、
かき氷を含む2,000円以上をご購入の方に
焼き菓子を1品サービス (8月末まで)

茨木市双葉町8-8
営／11時～18時(LO17時) 日・月曜定休、火曜不定休
※「焼き菓子とかき氷の日」以外は、かき氷は前日までに
要予約。詳細はインスタを参照。
☎072-665-5850
Instagram@lierlieu

f

My favorite ice 茨木店
(マイフェイバリット アイス イバラキテン)



特典

注文時にLINEのクーポン画面提示の上、
1,000円以上ご注文の方
50円OFF (8月末まで)

茨木市大住町3-20 白井マンション
営／15時～18時、19時～23時
不定休(詳細はインスタで確認を)
Instagram@myfavoriteice_ibaraki

e

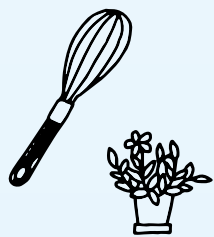
ヤミーフルーツ



特典

注文時にLINEのクーポン画面提示の上、
2,000円以上ご注文の方に
コーヒーor紅茶1杯サービス (8月末まで)

茨木市中穂積2-1-26
営／11時～18時(LO) 月曜定休(祝日の場合は、翌火曜休)
※GW、6～9月営業。お盆期間無休。詳細はインスタを参照
☎070-1804-8383
Instagram@yummyfruits_ibaraki



プロから学ぼう!

まちがもっと好きになる体験講座

マチノコトアカデミー



マチノコトアカデミーって?

まちの商店主さんが先生になって、専門知識や職人技を教えてください、少人数・予約制の講座です。座学あり、実技あり、ワークショップありと、内容もいろいろ。先生を務めるのは、正真正銘「その道のプロ」ばかり。自分たちの持っている技術や知識を、惜しみなく教えてください。だから安心して、気軽に楽しく参加できます。この機会にぜひ参加して、プロの技やノウハウを学んでみてください!

アイコンの 見方



大人向け



子ども向け



親子で参加OK

申し込みまでの流れ

1 気になる講座を選ぶ

座学、実技、ワークショップなど、ラインナップはさまざま。まずは自分の「学びたい」にピンとくる講座を探してみましょう。



2 開催日・場所をチェック

講座ごとに開催日や会場が異なります。参加したい講座が決まったら、日時と場所など詳細を確認しましょう。



3 各店舗へ直接申込み

申込みは、各店舗へ直接どうぞ。申込みは先着順。参加費は当日お支払いください。



8/7(金)、22(土) 10時～12時半
※別日相談可

各回4組 [年中～大人]

3,500円(材料費込)

エプロン、手拭きタオル、筆記用具、持ち帰り用の袋(お菓子を入れる箱は不要)

くまさんミニマフィン8個お持ち帰り。レッスン後は講師制作のマフィン試食でティータイム

070-8481-4415

Atelier anne
(アトリエ アン)

茨木市太田
※詳しい住所は申込時にお伝えします
Instagram @atelieranne_cakes

HPIはこちら



大人向けレッスンも開催。詳細はHPIにて。



プロのお菓子づくりを 楽しく体験しよう

人気カフェのレシピ監修も手掛けるプロ講師から、本格的なお菓子作りを学べるアトリエアン。夏休みは、気軽に参加できる体験教室を開催。普段なかなか触れる機会のない業務用ガスオーブンを使用し、生地作りから焼き上げまで、マフィンの基本をしっかりと学べる。仕上げでそれぞれ違った表情のくまさんができあがる楽しさも魅力。夏休みは本格的なお菓子作りに挑戦してみよう。



親子で楽しむ 健やかな体づくり 小児科で行うキッズヨガ体験

生まれてすぐの赤ちゃんから思春期まで、心と体の発達を専門的にサポートするMYキッズクリニックで行うキッズヨガ体験。身体を支える力を育み、きれいな姿勢へとつながっていく。また、呼吸の方法や力の抜き方を知ることで、子どもの睡眠をサポートしてくれる。プライベートレッスンなので、ベビーヨガやキッズヨガ、親子ヨガなど、希望に応じたレッスンが受講可能。体を動かして、ヨガの楽しいレッスンを体験してみよう!

8/5(水)、12(水)、19(水)
9時半～、10時半～、11時半～
(各回45分)

各回1組

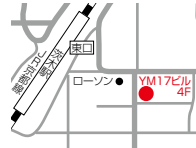
体験 1,650円(通常3,300円)
※現金払い不可。キャッシュレス決済のみとなります。

動きやすい服装でお越しください。保護者の方は、靴下を持参ください。

QRコードのWEB、LINEより申込み

MYキッズクリニック

茨木市西中条町3-41
YM17ビル4F
診療時間/8時半～15時、
第2・4土曜8時半～12時
第1・3・5土曜・日曜・祝日休診
完全予約制



WEB



LINE



筆文字アートで 世界に一つだけの ハガキづくり

1930年創業のまちの文具店。2階の売り場では販売だけでなく、絵画やパステル教室も開催されている。今回体験できるのは、筆ペンでハガキに好きな文字を書き、パステルで着色する「筆文字アート」。秋をテーマに、筆ペンで練習後本番のハガキに文字を書いていく。希望する文字があれば当日見本を書いてもらうこともできる。

8/22(土) 11時～13時

先着15名

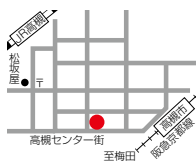
2,500円(筆ペンプレゼント)

エプロン(汚れが気になる方)

072-681-1213

KUWAUCHI
(クワウチ)

高槻市高槻町15-24
10時～19時
元旦定休



普段使いの文具から海岸ブランドまで幅広いラインナップ。



現役ソプラノ歌手が伝授 歌がうまくなるコツ

歌が上達するために大切な、「呼吸法や姿勢」「体の使い方」を学べる体験会。正しい発声法を基礎から身につけることで、高音を出しやすくなるだけでなく、日常生活で感じる「声が出にくい」「話すと疲れる」「肩や首に力が入りやすい」といった悩みも改善。歌が好きな方はもちろん、「もっと気持ちよく歌ってみたい」という方も気軽に参加して、憧れの曲に挑戦してみよう。

8/18(火)、22(土)
①11時15分～②14時～(各30分)
※その他の日程もお気軽にご相談ください。

各回1～2名 [中学生～大人]

1,500円
※ペアレッスンの場合は、お一人1,300円

飲み物、歌いたい曲の楽譜2部(お持ちの方)

初心者から経験者まで歓迎。歌が好きな方、カラオケでもっと気持ちよく歌いたい方、合唱を楽しんでいる方にもおすすめ。

080-1450-6853

オルペウスミュージックハウス

[茨木スタジオ] JR茨木駅より徒歩7分
[長岡京スタジオ] 阪急長岡天神駅より徒歩7分

info@orpheusmusikhaus.com
※詳細は問い合わせの際にお伝えします

LINEで
問い合わせ

坂本さんは、大阪音楽大学卒業後、ウィーン留学で研鑽を積んだ現役ソプラノ歌手。一人ひとりの声に合わせて丁寧にレッスンしている。





8/18(火)
①10時～11時 ②11時10分～12時10分
各15名 [小学生のみ]
2,200円
(茨木市プレミアム商品券使用可能)
保護者見学可
050-1724-9451



CASTスポーツ教室

茨木市大手町11-19
ジュネス大手1階北
営／火～金 15時～21時、
土9時～17時
Pあり(送迎用駐車スペースあり)



冷房完備の快適な屋内環境で、思いきり体を動かせる。



速く走るコツを学ぶ トレーナー直伝かけっこ教室

「今より速く走りたい」は、小学生なら誰もが一度は抱く夢のはず。子どもの運動能力向上と運動習慣の定着に取り組むCASTスポーツ教室のアスレチックトレーナーが、走り方のコツや体の使い方を伝授する特別講座が開かれる。多くのスポーツ選手を指導してきた経験をもとに、速く走るためのちょっとしたコツや日々のトレーニング方法を直接指導。楽しく「走る力」を伸ばすかけっこ教室。



8/29(土)、30(日)
9時～10時20分、10時40分～12時、
13時半～14時50分
(所要時間80分)
各回2～3名 [4歳～小学6年生]
※体験参加は全校合わせて2回まで。
2回目は3,000円となります。
必要の方は飲み物をご持参下さい
070-1006-1000
※電話は開講時間のみ対応
右記HPからも申込可



図工パーク 茨木校

茨木市水尾2-6-7メロディハイム105
[第1.2.3.4週目]
月・火・金曜(不定期)／15時半～18時20分
土・日曜／9時～14時50分



教室の様子。
作った作品は、当日お持ち帰り可能!



世界にひとつだけの 昆虫ステンドグラス を作ろう

北欧の教育理念をベースに、子どもの個性を尊重する図工教室「図工パーク」。木製の昆虫キットを組み立て、カラーフィルムやビーズで飾り付けをしながら、自分だけの「昆虫ステンドグラス」を作ろう!ものづくりを通して、作る過程での発見や工夫、そして失敗から学ぶ楽しさを体験できる。

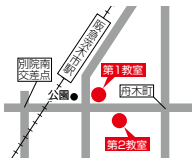


**8/3(月)、6(木)、10(月)、
17(月)、20(木)**
各日16時45分～17時半
※全日程への参加が必要です
10名 [小学生のみ]
【マチノコトアカデミー限定特典】
通常11,000円が指定図書購入費
(2,000円以内)のみで参加可能
072-632-7773
申込はLINEから ▶



学習塾 め塾

茨木市舟木町3-12
福寿ビル2F
営／14時～22時



考える力を育てる独自メソッドが好評の“国語のプロ”が教えてくれる。



考えを伝える 文章術が身につく 読書感想文の書き方講座

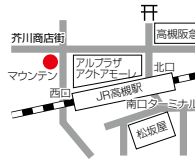
夏休みの宿題の定番・読書感想文を「苦手」から「得意」へ導く特別講座。国語指導に定評のある学習塾講師が、本の内容の整理方法や自分の考えを分かりやすく文章にまとめるコツを伝授。読解力や表現力も身につく「何を書けばいいかわからない」という悩みも解消。読書感想文を書く楽しさを知り、全国読書感想文コンクール入賞を目指して挑戦してみては。



8/19(水) 10時半～(約90分)
4名 [大人ののみ]
無料
072-681-2351

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



アドバンスドコーヒーマイスターの西田さん夫妻が教えてくれる!



飲み比べで見つける 私好みの一杯

香りや味の違いを楽しみながら、自分好みの一杯に出会えるコーヒー飲み比べ講座。豆の種類や焙煎による風味の変化、おいしく淹れるコツまで、プロがわかりやすく解説。普段何気なく飲んでいるコーヒーの奥深さや、自分好みの味いを見つける楽しさを知ることができる。おまけでペーパードリップのおいしい淹れ方のコツも教えてもらえる!初心者も気軽に参加できるので、飲み比べを楽しみながらコーヒーの世界を広げてみてはいかがだろう。



壁紙ワークショップ
9/1(火) 10時～12時
4名 [大人ののみ]
家具コーディネート
9/15(火) 10時～12時
4名 [大人ののみ]
各1,500円(ドリンクつき)
072-737-7765
もしくはメール
info@klala.jp

株式会社クララ (ギャラリースペースApt.)

箕面市今宮3-26-28
営／10時半～18時半 Pあり



開催場所は、今秋グランドオープン予定の「ギャラリースペース Apt.」。



暮らしをもっと豊かに 住まいのワークショップ

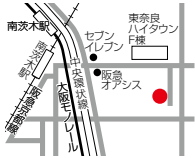
壁紙や家具、インテリアの選びかたを通して「自分らしく心地よく暮らす住まい」を考えるワークショップ。実際に素材に触れたり、コーディネート体験したりして、住まいづくりのアイデアを楽しく学べる。インテリアの基本はもちろん、コーディネーターや建築士による家具や空間づくりのコツ、住まいやリノベーション、家づくりについて気軽に相談できる時間も。「好き」を暮らしに取り入れるヒントを見つけて、毎日が少し豊かになる住まいづくりを始めてみては。



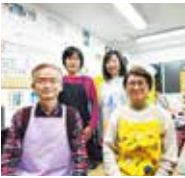
8/27(木) 10時～12時
10名 [大人ののみ]
無料
072-638-6367

パソコン脳トレ教室 ホエール 南茨木校

茨木市東奈良3-16-36 2F
営／10時～20時
日曜・月曜定休



「同じことを100回聞かれても、100回笑顔で答えます」をモットーに、AI初心者にもわかりやすく丁寧に指導してくれる。



「今さら」を「今から」に AIデビュー応援講座

「AIは便利だとよく聞けれど、今さら何ができるのか聞きづらい…」という人にぴったりの初心者向け講座。シニア世代へやさしくパソコンを教えている教室の講師が、AIでできること・できないことをはじめ、旅行プラン作成や料理のレシピ提案、文章作成など、暮らしに役立つ活用法をわかりやすく教えてくれる。実際にAIへ質問する体験もできるので、楽しみながら基本を学べる内容となっている。



～人生をよりよくするための活動～

“終活”のススメ

後回しにしがちなお墓や相続のこと。
親族の集まりが増えるこの時期に、
一度考えてみませんか。



樹木葬

常光円満寺の美しい境内に、自然豊かな仏さまの聖地が誕生。
年会費不要 30万円
(2霊目以降は10万円)



最新カード式納骨堂

参拝ブースでカードをかざすと、遺骨収納厨子が運ばれて、扉が開くと御家のお墓になる。モニター画面で戒名や写真、映像を見ることができるため、故人の思い出を語りながら、ゆったりとお参りできる。

カード式納骨堂が選ばれる理由

※「常光円満寺 舍利殿」の場合

- ◎ 交通の便が良く、家族や親戚が参りやすい
- ◎ バリアフリーなので車椅子でも楽々お参り
- ◎ 永代供養なので、無縁仏になる心配がない
- ◎ 何霊でも納骨可能
- ◎ ペットと一緒に納骨できる
- ◎ 20時までお参りできるので仕事帰りでもOK

【永代納骨堂】30万円

足利将軍の菩提寺 高野山真言宗

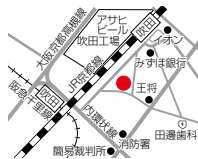
常光円満寺

吹田市元町28-13
(JR・阪急吹田駅より徒歩5分)
無料駐車場25台

☎06-6381-0182
https://enmanji.com



紹介動画
こちらから



パワースポット 幸福の釈迦涅槃像

幸せを授けようと一緒に撮影をする人が多く訪れる涅槃像。折り紙で鶴を折って奉納すればよりご利益が。

【地藏盆おたのしみ会】

8/24(月) 午後2時～4時
クラウンショー ピエロがやってくる!

場所: 常光円満寺 [入場無料]

家族と自分に 負担のない供養を

導入。従来の仏壇型

やロッカー型に加え、

2025年7月から

ード式納骨堂は、時が

経ち墓守りされる方

がいなくなった際には、

舍利殿のご本尊であ

る釈迦涅槃像の下に

納骨いただけます。樹

木葬もすべて永代供

養なので安心して眠

りいただけます」と藤

田住職。宗旨・宗派を

問わず、檀家や門徒に

なる必要もなく、それ

ぞれに合った供養の形

を選ぶことができます。

と藤田住職。

歴史ある
常光円満寺が
責任をもって
永代供養

何より安心なのが、
カード式納骨堂、樹木
葬ともに永代供養し
てもらえること。「カ

樹木葬やカード式など 安心の永代供養

1300年の歴史を誇る円満寺の新しいお墓の形

時代の変化とともに、先祖供養の在り方も多様化しています。
樹木葬やカード式納骨堂など、家族のニーズに合わせた供養を提案する
常光円満寺の藤田晃秀住職に、現代のお墓選びについて伺いました。

この方に聞きました

常光円満寺 (ジョウコウエンマンジ)
住職 藤田 晃秀さん

先祖供養、水子供養など
1300年の歴史を誇る常光円
満寺。一般参拝者も多く、地
元の方に長年愛されるお寺。



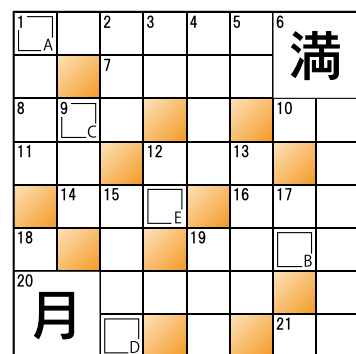
CROSS WORD

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日必切)

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:へびつかい

漢字入り ノーマルクロス



解答

A	B	C	D	E

誰もが楽しめるノーマルクロス。マスにある漢字は、問題を
解く時のヒントになるでしょう。マスを仮名で全部埋めて、
二重枠の文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何
でしょうか。(作・あさみ順子)

↓タテのキー

- 1 トルコの首都
- 2 スギヤビノキやブタクサのこ
れはアレルゲンに
- 3 飢渴に苦しむ亡者
- 4 神奈川県庁の所在地
- 5 ライオン。ペネチアのシンボル
は有翼の〇〇
- 6 期限に到達。〇〇〇手形
- 6 反対意見はゼロ
- 9 手に何も持っていない
- 12 クジャクやオシドリで派手な方
の性別
- 13 ⇨微分
- 15 「赤ずきん」「3匹の子豚」の
悪役。「〇〇〇〇と7匹の子
ヤギ」
- 17 アメリカの通貨
- 18 なんばランド...
- 19 細かいこと。〇〇〇切り、木っ
端〇〇〇

→ヨコのキー

- 1 金閣を造った室町幕府の将軍
- 7 「WAHAHA本舗」出身の名バ
イプレーヤー
- 8 ⇨減点
- 10 桃太郎のお供をした鳥
- 11 愛。テニスの0点
- 12 年に似合わず大人びている
- 14 メコン川中流の国、首都はピエ
ンチャン
- 16 英語ではブーツ。パソコンを
〇〇〇する
- 19 寒い時やこわい時にブルブル
ブルッ
- 20 サボテンの仲間。美しい花を咲
かせる
- 20 十五夜のメインイベント
- 21 日ときねでペッタンペッタン。
絵に描いたのは食べられない

大切な財産を将来
に安心して引き継ぐた
めに、今から準備して
おくことが大切。相続
税の試算や財産整理、
生前贈与、不動産売却
の税金についても、状
況に応じて専門家が
わかりやすく丁寧に

教えてくれる。相続対
策は早く始めるほど
選べる方法が増え、家
族の負担や不安を減
らすことができるよう
だ。何から手をつけて
いいかわからない場合
も、必要な手続きを整
理して案内してくれる

贈与・不動産のことで
悩んでいる人は、まず
気軽に相談してみて。

「相続」「贈与」「不動産」のことで お困りの方のための相談窓口

無料相談(要予約)

- ・相談時間は1時間程度
- ・相続・贈与・不動産に関する
相談を受付中

※無料相談を希望する方は
電話またはHPから予約を。

税理士法人
イスリーパートナーズ

高槻市高槻町14-13 丸西ビル3F
営/9時～17時45分
土日祝定休

☎072-686-5131

https://e3-partners.com/



高槻事務所



【シティライフ主催】

今こそ始める終活セミナー

実例をふまえてやさしく解説!
相続・贈与・不動産の税金入門

日時: 8/25 (火) 10時～11時
場所: 高槻市役所
生涯学習センター

詳細は8ページ▶

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
配信してるほか、友だちクーポンもチェックしてみてください。

登録は
こちら



お寺ならではの「ご供養で家族の心配も軽減できる

永代供養の個別納骨墓

阪急箕面駅から徒歩5分、山の緑を背景に佇む臨済宗寒山寺では、合祀と個別の永代供養納骨を行なっています。
時代のニーズに応えるこれからの新しいお墓のかたちや、お寺ならではの安心感について、17代目の瀧瀬尚純住職にお話を聞きました。

心配なくお参り
できる宗旨宗派を
問わない永代供養

山門をくぐると、手入れの行き届いた美しい日本庭園が広がる寒山寺。本堂の横に広がる墓地の一角に、普明観音菩薩像が見守る永代供養万霊塔がある。「終活でお墓を決める際、子どもたちと心配を残さないようにと永代供養を希望される方が増えています。当寺では合祀納骨から、石碑に家名を彫刻できる個別納骨の永代供養墓がございましてと瀧瀬住職。

個別納骨墓は一人、夫婦、夫婦＋一人、家族まで希望に合わせて選ぶことができる。合祀とは違い、それぞれ



普明観音が見守る万霊塔。塔の下が合祀納骨、石碑の下が個別納骨となっている。



ご本尊が祀られた本堂。法要等はここでいとなまれる。



庭園から見た本堂



個別納骨墓には家名が刻まれる。



山門

～寒山寺の永代供養～ (合祀・個別)

- 永代供養付き合祀 1霊位 300,000円
- 永代供養付き個別納骨 500,000円～1,200,000円
※こちらに納骨された方は、合祀されることはありません。
- 永代供養なので、無縁仏になる心配がありません。

の石碑の下に個人または家族だけで埋葬される。「家名が刻まれているので、お墓と同じように感じながらお参りしていただくことができます。また年に一回、本堂で合祀の方も含め、すべての皆様の戒名を読経と共に読み上げる法要を行なっております。」永代供養は宗旨宗派を問わないが、法要は臨済宗の方式に法として行われる。

好評につき、個別納骨墓の第一区画は完売し、新たに設けた、第二区画も完売が近づき、第三区画を計画中という。

歴史あるお寺
アクセス抜群で
バリアフリー対応

寒山寺は江戸時代（1634年頃）に滋賀県膳所に創建。直後に大坂城下（北区兎我野町）に居を移し、時を告げる鐘でその名を馳せた。昭和40年代に箕面へ移転し50年間、臨済禅に基づき、教えを説いている。

歩5分。駐車場も完備し、アクセスは抜群。境内はバリアフリー化工事を行い、車椅子でも通行可能な石畳になっっている、足元の不安もなくお参りできる。広い本堂や書院では、法事等を行うこともできる。

「読経をはじめ、石碑や塔まわりの掃除、お花を絶やさないなど、お寺だからこそできることで、永代に渡ってご供養させていただき入っていただくことは、まさに家族をお迎える気持ちです。温かい雰囲気大切にしながら、皆様に安心してお任せいただけるよう努めてまいります。また、ご家族の一員であるペットの供養墓も境内にあるため、近くに感じられると喜んでいただいております。」

この方に聞きました

松雲峰 寒山寺（カンザンジ）
住職 瀧瀬 尚純さん

17代目である瀧瀬住職。穏やかな雰囲気の人柄に心とむ。「様々なご事情に沿うよう、ご相談に応じさせていただきます」。



臨済宗 妙心寺派
松雲峰 寒山寺

箕面市箕面8-1-3
(阪急箕面駅より徒歩5分)
駐車場3台あり

☎072-722-2832
<https://www.minoh-kanzanji.com/>



公式HPはこちら



ペット供養墓『浄光塔』

令和4年には、境内の一角にペット供養の永代納骨墓も設置。ペットたちの菩提を、丁寧に長く弔うために作られた。遠い霊園ではなく、一緒にお参りできるのが魅力。

● 1霊位 50,000円



弁護士とFPが“法律”と“お金”の悩みをサポート！

相続カフェ

シティライフ読者限定 参加費2,000円
(通常5,000円)

第69回 2026.8/2日・19水 ①13:00～13:55 ②14:00～14:55

第70回 2026.9/9水・13日 ①13:00～13:55 ②14:00～14:55

※毎月、第2水曜・日曜に開催中（他の日程で開催する場合もあります）



相続コンサルタント

森 拓哉

一級FP技能士 CFP



弁護士

黒根 祥行

ふくおか洋一法律事務所 代表代行

【会場】
ふくおか洋一
法律事務所

茨木市永代町5
阪急駅前茨木ビル（ソシオ1）
3階311

丁寧に対応したいので各回1組限定

【申込み・問合せ】

TEL.072-634-3331

日程が合わない場合は個別に調整できます。
ご相談お待ちしております。

【主催】

人生100年時代を考える 一級ファイナンシャル・プランニング事務所
株式会社アイポス

茨木市園田町6-1 フィールドア2F

アイポス | Q で検索



老朽化した空き家は「管理不全空き家」のリスクも。駐車場などへの活用も有効的。※写真はイメージ

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

売却には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

空き家は傷みやすぐ資産価値が下がることも。売却が難しい場合は解体も一つの選択肢。



上記はあくまで一例。面倒な手続きから遺品整理、解体工事、土地活用までまとめて相談可能。

ハウスリサイクル

高槻市成合537-1

☎072-672-2026

☎090-7096-7110

<https://lit.link/houserecycle>



家族に「負動産」を残さないために
空き家のことも、
元気なうちに終活を

お墓や相続、身の回りの整理はもちろん大事だが、忘れてはならないのが「家」のこと。誰も住んでいない家や、将来空き家になる可能性のある実家があるなら、元気なうちに考えておきたい。その家は、家族に残す「財産」になるのか、そ

れとも管理や費用に悩む「負担」になるのか。近年、国の空き家対策は強化され、管理が不十分な空き家は「管理不全空き家」に指定され、勧告を受けるなど固定資産税の軽減措置が受けられなくなる可能性も。さらに相続登記も義務化さ

れ、「とりあえずそのまま」が難しい時代になっている。だからこそ、相続後に家族へ判断を委ねるのではなく、自分の意思で整理できるように道筋をつけておくことが大切だ。高槻市で長年空き家問題に取り組むハウスリサイクルは、売却・

賃貸・駐車場などの土地活用から、解体工事、遺品整理まで幅広くサポート。状況に応じた解決策を提案してくれる。家族に負担を残さず、空き家を価値ある財産へ。空き家対策も、これからの終活のひとつとして考えてみてはいかがだろうか。

今こそ始める “終活”セミナー

各セミナー
先着
24名限定

参加無料
予約制
(複数受講可)

身の回りを整理して人生の終わりに備える「終活」。遺される家族のためにも、相続・生前整理・介護など、様々な準備を進める上で情報を集めておくことが大切です。専門家からテーマごとに直接話が聞ける「終活セミナー」にまずは参加してみたいはいかがでしょうか。

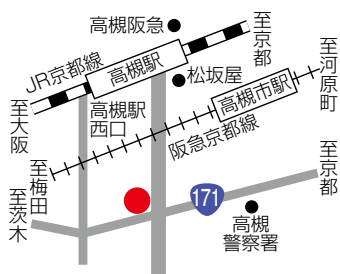
開催日時

8/25 火 10:00 - 15:40

※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いております。

開催場所

高槻市役所 3F
生涯学習センター
(高槻市桃園町2-1)



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、当日セミナーを受講された方には下記の店舗で使用できるグルメ券(500円分)をプレゼント。各店舗先着24名までとなります。

※複数受講された場合でもお一人1枚のお渡しになります。 ※使用期間8/26(水)～9/30(水)
※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。
※グルメ券のお渡しは累計5回までとさせていただきます。



フラワーおはぎ専門店
oh!huggy!! 高槻店
高槻市野見町2-22
中川ビル1F



珈琲屋ほっぺ
高槻市野見町3-4
井上ビル2F

参加方法

事前申し込みが優先となります。
申込フォームまたはお電話にて。

TEL.06-6338-0640
(平日10時～18時)



申込フォーム

今こそ始める“終活”セミナー

検索

1

10:00
～
11:00

実例をふまえてやさしく解説！ 相続・贈与・不動産の税金入門

相続や贈与、不動産を売却したときの税金について、実例を交えてわかりやすく解説するセミナーです。相続対策のポイントはもちろん、実際に相続が発生した際の手続きの流れや税金の見通しも、専門家をご説明します。「何から手をつければよいかわからない」「うちの場合はどうなるのか」——そんな方は、ぜひこの機会にご参加ください。

講師 イースリーパートナーズ 税理士 大崎 達也さん

生前の相続対策から申告まで幅広く対応しています。常に分かりやすい説明を心がけています。
ホームページ: <https://e3-partners.com/>



2

11:10
～
12:10

家族で考える「相続・認知症・介護」の備え

帰省などで家族が集まる8月。家族の将来のために、相続について一緒に考えてみませんか？本セミナーでは、「相続で後悔しないために準備すること」や、「認知症・介護への早めの備え」について、実例を交えながら分かりやすくご紹介します。ご自身はもちろん、ご家族と一緒に考える機会としてぜひご参加ください。

講師 相続診断士・ファイナンシャルプランナー 北野 美也子さん

金融・保険業界で35年の経験・知識を持ち、家族間の円滑な相続にも力を注ぐ。人間の行動メカニズムを分かりやすく紐解いた「選択理論心理学」を活用して、幅広い世代の相談に応えている。



3

12:20
～
13:20

想いをきちんと未来へつなぐために 生前贈与と相続の基本を学ぶセミナー

ご自身の財産を「誰に・何を・どう渡すか」具体的に考えたことはありますか？生前贈与は、贈与税だけでなく相続税とも深く関わります。ルールを知らないと、大切な財産やご家族への想いがしっかり届かないことも。この機会に、生前贈与の基本と注意点を学び、確かな備えを始めませんか？

講師 ライフプランナー ソニー生命保険株式会社 佐伯 忠史さん

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



SL2905-4730-6125

4

13:30
～
14:30

人生の最期は自宅で。訪問診療医が語る「在宅看取り」

がんや認知症の末期でも、最期の時を病院ではなく住み慣れた我が家で過ごせる時代。今、在宅での看取りを希望する方が増えています。本セミナーでは、日々患者と向き合う訪問診療医が、在宅看取りのリアルな現状と、穏やかに過ごすための秘訣をお話しします。ご自身や大切なご家族の将来のために、ぜひ一緒に考えてみませんか？

講師 むねみつホームメディカルクリニック 院長 宗光 俊博さん

2003年大阪医科大学医学部卒業。京都大学脳神経外科に入局後、脳血管内治療専門医として関連病院に勤務。2020年に高槻で訪問診療クリニックを開業。



5

14:40
～
15:40

終活で大切なことは、“お金”ではなく“安心”を準備すること

「終活が気になるけれど、何から始めればいいのか？」「子どもにも迷惑をかけず、これからのお金や暮らしを整理したい」終活は、これからの人生を自分らしく、安心して過ごすための準備です。本セミナーでは、お金・住まい・介護・相続・家族への思いの伝え方など、60代から知っておきたいことを、やさしくわかりやすくお伝えします。お一人でも、ご夫婦でも安心してご参加ください。

講師 株式会社また明日 取締役 川田 晋資さん

これまで多くの相続に悩む方に向け、住宅・保険・相続をワンストップでサポート。4人の子どもの父として、家族を思う気持ちを大切にしながら「難しい話をわかりやすく伝えること」を心掛けている。



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下記の賞品が当たります。

高保湿
美容オイル
マルラオイル
18mL
3名



【提供：株式会社ヴァーチェ】



場所：京都文化博物館(京都市中京区三条高倉) 阪急「烏丸駅」から徒歩約7分
会期：9/19(土)～11/15(日) ※期間中、展示替え及び巻替えがあります。

ファンタズマ
(旧万博BEAST)
無料利用券
ペア 3組



【提供：ファンタズマ】

109シネマズ
招待券
(一部店舗を除く)
5名

109シネマズ大阪エキスポシティ Pick UP



あの星が降る丘で、
君とまた出会いたい。

8月7日(金)公開

©2026「あの星が降る丘で、君とまた出会いたい。」
製作委員会



劇場版「TOKYO MER～走る緊急
救命室～CAPITAL CRISIS」

8月21日(金)公開

©2026劇場版「TOKYO MER」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：8/19(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



夏トラブルをリセット

とおきの **美** レスキューサロン 教えます

紫外線による肌のダメージ、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“レスキューサロン”をご紹介します。



4ヵ月でマイナス21キロを達成できました！

達成感でいっぱい。とっても幸せです。健康診断で全ての悪い数値が正常値になりました。ファニービーのエステティシヤンのサポートがあったからこそです。
(50代 グランプリ受賞の Kさん)

ダイエットグランプリ8連覇の実力 短期集中部分痩せメニュー新登場

開業44年、年間約1,000名以上のダイエット成功者を輩出している実力サロン。そんなファニービーに頼るゲストからの多くの声で登場したのが「部分痩せ特化メニュー」だ。高性能マシンとダイエットグランプリ獲得のハンド技術で、気になる部位に集中アプローチ！中年以降のセルライトや深部の脂肪細胞まで徹底的に排出。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。マシンとハンドのすご技ダイエットで長年の脂肪を脱ぎ捨てて、今度こそ痩せよう！

審査員から褒められる結果で今年も優勝

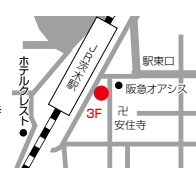
全国3,000店以上が出演する「全国ダイエットコンテスト2026」で8年連続グランプリ獲得！3ヵ月で21kg痩せたビフォー・アフターはHPでチェック！

HPはこちら



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

■茨木本店
茨木市西中条町1-1
ハタセビル3F
営／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



Body 短期部分痩せ！セルライトバスター……初回 4,980円



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。基礎代謝もあがり、体質が変わる。

ファニービーが誇る熟練エステティシヤンの手技で、脂肪を絞り出しながらメイキング。気になる部位NO.1のお腹や、お尻、ふくらはぎなどはもちろん、部位は選べるので相談を。

Facial 酵素洗顔＋フォト＋エイジングパック 初回 2,980円



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。施術後すぐにうるツヤ肌を実感！

特典

[グランプリ8連覇達成記念 特別価格！]

●短期部分痩せ！セルライトバスター ……通常15,000円→**4,980円**
●高速セルライト撃退コース(90分) ……初回先着5名様 **2,980円**
●【フェイシャル部門グランプリ獲得(近畿中四国沖縄エリア)の本気で肌改善】
酵素洗顔＋フォト＋エイジングパック ……初回先着5名様 **2,980円**
……………12回コース(6か月以内)**39,800円**
(8月末まで・新規の方限定)

「ファニービーだから成功できました！」

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



まだ間に合う「夏の本気痩身」10kg減 「絞り込み×バンテージ」でくびれ&美脚

創業28年アーユルヴェーダ痩身サロンSAMSARAは、天然ハーブオイルをたっぷり浸透させ、溜まった脂肪をじっくり絞り出す。歴20年以上の熟練技術者が、リンパを流し全身くまなくマッサージ。コリをほぐして脂肪を絞り出し、全身のツボを刺激。自律神経や血流から整える事で「リバウンド知らず」へ体質改善。体の内側から改善する事で、痩身+若返りを実感するとか。自己流ダイエットには限界が…。同サロンでは1ヵ月-5kgや、2ヵ月-10kgの成功例も！

「どこに行っても満足できなかった 大人女性が最後に辿り着くサロン」

28年の「経験と実績」で太る原因から改善し、一人ひとりの理想を実現。初めてで不安な方も是非ご来店下さい！ SAMSARA 店長

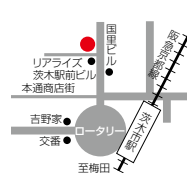


特典 【夏本番！痩身キャンペーン】

「シティライフを見た」で
●アヴィヤンガ(全身)150分……………**体験9,350円**
●痩身マシン+アヴィヤンガ(半身)150分 ……**体験8,250円**
●フェイス&アヴィヤンガ(全身)180分 ……**体験22,000円**
●通常コースを**キャンペーン価格で!**
(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。

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)阪急茨木市駅徒歩2分
営／11時～17時(受付) 日・祝定休 変則定休日あり
完全予約制 女性専用
☎072-631-3630



「本気で痩せたい女性の駆け込みサロン」

今まで痩せられなかったのに、1回で体重が-1.9kg、お腹-7cm、太もも-3cmと来る度にしっかり痩せられて、もっと早く来ればよかった！ (いさん・茨木市・40代)



【人気No.1】

アーユルヴェーダ×痩身マシン180分 体験10,450円



1 **キャビ×ラジオ波×レーザー×LED**
効果抜群の痩身マシンで、落ちにくい脂肪を内側から分解。お腹-8cm、太もも-3cm、背中やヒップもしっかりサイズダウン！

2 **太ももを、ひたすら丁寧に絞り出す！**
自分では落とせない下半身こそアーユルヴェーダ！太もも・お尻に溜まった脂肪を揉み込んで絞り出し、老廃物を大量の汗と一緒に排出！

3 **肩甲骨が見える美しい背中へ！**
背中や肩甲骨のコリと脂肪をほぐし、さらに厚みが気になる背中の贅肉をしっかりケア。体重を落としながら見た目の変化も実感！

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



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



古物商許可番号:
第622352303922号
(大阪府公安委員会)

リアル謎解きゲームイベント

「ナゾものレール ～願いが叶う 空中列車～」開催中！

大阪モノレールでは、リアル謎解きゲームイベント「ナゾものレール ～願いが叶う 空中列車～」を、2026年12月25日(金)まで開催中です。本イベントは、「ナゾものレール 1日乗車券」をスルッとQRttoでご購入いただき、指定の引換場所で「謎解きキット」を受け取ってご参加いただくものです。参加者は大阪モノレールに乗り、キットに記載された指示に従って各駅を巡り、駅周辺の情報を手がかりに謎を解きながら物語を進めます。この機会に是非お買い求めください。詳しくはHPで！

大阪モノレール

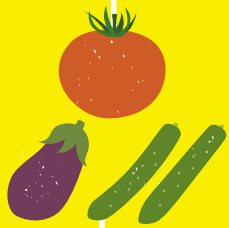
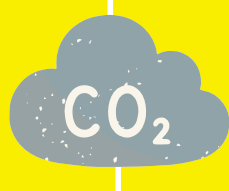


イベントの詳細はこちら



見て、さわって、たのしんで！ はじめよう、わたしたちの「デコ活」

世木 採
IBARAKI CITY

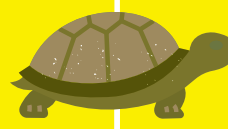


いばらき環境フェア 2026

8.22 [土]・23 [日]

10:00—16:00

茨木市文化・子育て複合施設
おにクル



いきもの
ガイドツアー

「いばらきの生きもの博2026」も同時開催



動くデジタル
3Dどうぶつワールド



魚の標本作り
～チリメンモンスターをさがせ！～

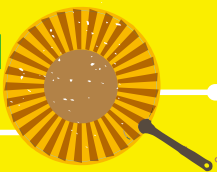


ミヅウラップ



ペットボトル
キャップ風鈴

折りたためる
うちわ



くるっくの
デコ活

他にもさまざまなイベント
展示が盛りだくさん!!



オリジナル
エコバッグ



足こぎ発電でエコガチャ



主催：茨木市

後援：環境省近畿環境局・大阪府・茨木商工会議所・茨木市教育委員会



「デコ活」は、暮らしを豊かにし、
CO₂を減らす環境にやさしい
(De・CO₂) (Eco)
アクションです。

問合先

環境政策課 Tel. 072-620-1644

環境保全課 Tel. 072-620-0024

環境事業課 Tel. 072-634-0351

さらに詳しい情報をWEBサイトで
チェック！

いばらき環境フェア 2026

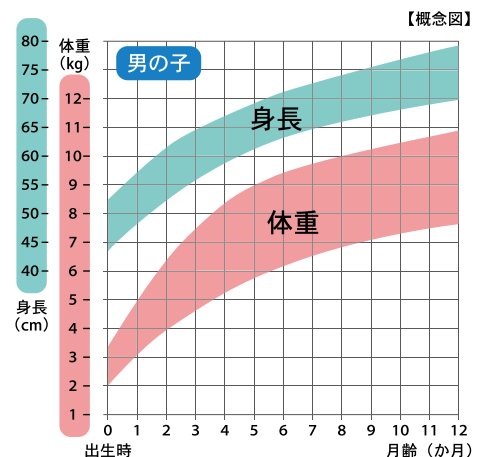


茨木市駅前3丁目9番45号

エコイベントにご協力ください！

市では環境に配慮したイベントの実施を推進しています。ご来場は、徒歩・自転車等をご利用ください。マイバッグをご持参ください。

家庭でできる成長チェック 『成長曲線』をつけよう

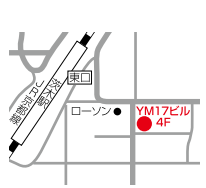


成長曲線とは、男女別に同年齢の子どもの身長・体重の平均値をグラフにしたものです。母子健康手帳や保育園・幼稚園の記録、学校の健康診断の結果をもとに、定期的に身長・体重を記録することで、お子さんの成長の変化を継続的に確認できます。※成長曲線は、日本小児内分分泌学会HPで公開されています。

MYキッズクリニック

茨木市西中条町3-41 YM17ビル4F
診療時間／平日 8時半～15時、
第2・4土曜 8時半～12時
休診／第1・3・5土曜・日曜・祝日
完全予約制

☎072-657-8320



MYキッズクリニック

南 由佳子 院長

大阪医科大学（現・大阪医科薬科大学）卒業後、同大学病院で小児内分分泌を専門に研鑽を積む。赤ちゃんから思春期まで、子どもと家族一人ひとりに寄り添った診療を目指し、2026年3月に「MYキッズクリニック」を開院。



この方に
伺いました

子どもの成長には一人ひとり個性があり、発育のスピードもさまざまです。ゆつくり成長する子もいれば、早い時期に大きく身長が伸び、その後は伸びがゆるやかになる子もいます。そのため、一時点の身長だけでなく、成長の経過を継続して見ていくことが大切です。

「低身長」とは、同年齢・性別の子どもと比べて身長が著しく低い状態をいいます。遺伝や体質によるものが多いですが、出生時の状況や成長ホルモン・甲状腺ホルモンの分泌不足などが関係していることもあります。また、子どもの身長

の伸びを考えると、あわせて知っておきたいのが「思春期早発症」です。女の子では7歳半未満で乳房がふくらみ始める、男の子では9歳未満で精巣や陰茎の発育が始まるなど、通常より2～3年早く二次性徴が現れる状態をいいます。骨の成長が急激に進むため、早い時期に身長の伸びが止まり、最終身長が低くなる可能性があります。

子どもの成長を見守るために
知っておきたい
「身長」と「思春期」の関係

「背が低い気がする」「周りの子より成長が早い（遅い）かも」「そんな子どもの成長に不安や疑問を感じたことはありませんか。成長には個人差がありますが、早めに原因を調べることで、適切な治療や経過観察につながる場合があります。」

MYキッズクリニックの南院長にお話を聞きました。

英会話スクール

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



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



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ヵ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



化学専門塾

大阪大学二次試験満点の実績
考える力を育て、合格を目指す専門塾



「考える力」を組み立てるオリジナル教材

「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



化学を専門に指導する「花塾」は、知識を詰め込むのではなく、思考を重ねながら本質を理解する授業が特長。入試で本当に求められる「考えて解く力」を養う独自テキストを用い、多くの受験生を着実な成果へと導いている。映像授業や参考書だけでは得られない、「脳が動く」学びを体感できると、生徒からの評価も高く、難関大学や医学部を目指す高校生を中心に厚い支持を集めている。

「入試で花塾の内容が9割出題された」といった声が寄せられるほか、大阪大学の二次試験で満点を獲得した生徒や、学校成績で学年1位を維持する受講生も在籍。指導力の高さを結果で証明している。東京の系列塾では東京大学・京都大学・医学部への合格者を多数輩出しており、その実績と信頼には定評がある。本気で志望校合格を目指すなら、一度花塾の授業で、その違いを実感してみてはいかがでしょうか。

4

cafe



夜限定のスペシャルメニューが登場するカフェタイムも見逃せません。「ふしぎなクラゲミルクティー」「ふぐ＆チップス」が夜だけお得に。

3

夜の生きものたち



昼間は丸まって眠っているマタコミツオビアルマジロも、夜はモゾモゾ活動的に。静かな館内だからこそ見られる、生きものたちの表情に出会えます。

2

アロマの香りとアート



「WONDER MOMENTS」では、心地よい香りに包まれながら幻想的な映像アートに没入できます。視覚と嗅覚を同時に刺激される、大人にもおすすめの癒し空間。

1

夜限定 光るサソリも



新ゾーン「どくにくるる」の夜の主役はチャグロサソリ。真っ暗な中でぼうっと発光する姿は、夜UVライトに反応してしか見られない貴重な瞬間です。



入館特典
光るリストバンド
プレゼント



チケットは
web限定販売!

※「夜にふれる」入館者が対象
※特典内容は変更になる場合があります。
※画像はイメージです。

吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営業時間／夏休み期間中は営業時間が変動するため、
ご来館前に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) 2,400円
こども(小・中学生) 1,200円、幼児(3歳以上) 700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)、
ニフレ入館で120分無料

☎0570-022060 (ナビダイヤル)

で検索

夏休み
限定
イベント

期間 7/24(金)～26(日)、7/31(金)～8/7(金)、
8/17(月)～23(日)【18日間限定】
時間 閉館後の18時～20時(最終入館19時)
料金 大人(16歳以上)2,400円／
小人(小・中学生)1,200円／幼児700円
※2才以下は無料
※当日(通常営業)のニフレ入館券は、
「夜にふれる」の再入館に利用不可。



Vol.120

夏の夜だけの特別体験「夜にふれる」。閉館後、静けさに包まれた館内で光るサソリや夜行性の生きものたちに出会う、五感で楽しむ非日常のひとときをご紹介します。

今までの
バックナンバーは
CityLife Newsから



NIFREL



夏バテの悩み

夏バテ予防に効果的なシニア健康運動
初心者でも続けやすく月額1980円

医療の国家資格を持つトレーナーや、指導歴20年以上のプロの指導に定評があるスワン。「運動が苦手な私でも楽しく続く」とシニア世代に人気だ。肩こり腰痛改善体操や、筋力向上トレーニング、太極拳、姿勢と歩き方教室など週20本以上のクラスがあり、今なら2ヵ月間、月1,980円で通い放題!個別レッスンもあり、初回は整体と個別レッスンが無料で受けることができる。涼しい室内で運動習慣をつけて、夏バテしない身体を作ろう。

プロが体を整えてくれる

個別レッスンでは、医療の国家資格を持つトレーナーが、体の痛みや不調を改善するコンディショニングを行う。運動前に行うことでより効果が上がるそう。

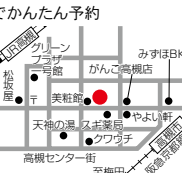


スワン高槻

フィットネスジム
高槻市高槻町11-16
第一領家ビル4F
営/9時半～22時
休/毎週日曜
0120-947-068
スワン高槻 で検索



▼LINE登録でかんたん予約



Menu

- シニア向け健康運動… 月2回4,378円/月5回8,228円
- 整体・シニア運動個別レッスン30分4,400円/45分6,600円

特典

- 「シティライフを見た」で
- シニア健康運動2ヵ月通い放題 …… 月額**1,980円**
- マンツーマン個別レッスン …… 6,600円→**無料**
- 初期費用(入会金・手数料) …… 11,000円→**無料**
(8月末まで・先着20名)



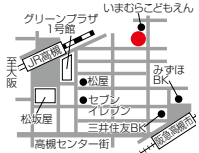
店主の井上さんは宝玉石鑑定士
(GIAG.G)の有資格者。

LINE査定▶



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
8/6～8/11休み
8/5は17時閉店
072-685-7078
井上質店高槻店 で検索



売り時の悩み

相場や高く売れる時期は相談を

いつまでも高騰が続き、売り時がわからない金。「壊れていたら?」「宝石はどう?」そんな時に頼れるのが創業74年の老舗井上質店。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、ブランドバッグや腕時計、楽器など、取り扱い商品が幅広く、買取と質預かりの相談ができるので、手放そうか迷うものがあれば一度相談してみて。

7/22(水) 現在の金相場による同店買取金額

- ※K24 (1g) 21,900円、
- K18 (1g) 16,500円での計算

- K24の指輪(5g) 109,500円
- K18のネックレス(20g) 330,000円
- ※付属品の欠品は減額になる場合有
(いずれも時計・ブランド品買取の場合)
- ※初めての来店は現住所記載の身分証明証を持参

／プロに聞く／

暮らしの

お悩み

相談室

カラダの不調や悩み、金の売り時タイミングなどは専門家に相談してヒントを探しましょう。



(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。東洋医学の経路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、免疫力アップの効果もある。

- Menu 全身体・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!**(8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ので、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。

体質改善の悩み

赤ちゃんが欲しい、身体の不調・痛み
精神・免疫力、アトピー体質の改善

「本当の健康は免疫力を整えることから」をモットーに大阪で唯一「あなたのまちの国際中医師」に掲載の実力を持つ同店は、風邪・頭痛・めまいから、慢性病・難治性の疾患まで幅広く対応している。病院や他の漢方クリニックで改善されない症状の方も、高度な漢方理論と、豊富な経験と知識による漢方処方です。「長年の病気が治り体調が良くなった」「赤ちゃんを授かった」など、この漢方店に相談して本当に良かったという喜びの声が多数届いている。心身の不調、赤ちゃんが欲しい方など、まずは漢方のプロに一度相談してみてもいい。



(上)高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」に掲載された藤本先生。
(右)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。

特典

各店「シティライフを見た」で

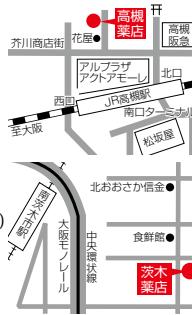
- カウンセリング・相談(30分) 2,000円→**無料!**(要予約)
- 初回漢方8,000円以上購入の方に
- BOXティッシュ5箱組プレゼント!**(8月末まで)
- ※各店予約制の為相談前に一度連絡を

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)
水曜・第2火曜定休
相談/10時～18時
072-686-0090

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



摂津市商工会

kids&親子 摂津まちゼミ +おしごと体験

【実施期間】7月21日(火)～8月25日(火)
【場所】市内各店舗等

【kids&親子 摂津まちゼミ】
「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。

【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
ご参加も大歓迎!
詳しくはホームページにて。



茨木商工会議所

茨木商工会議所主催 竹田恒泰氏講演会 開催

作家の竹田恒泰氏を講師にお招きし、「世界が評価する日本文明の力 日本人の誇りを地域経済の未来へ」講演会を開催いたします。

【日時】10月28日(水)

14時～15時40分(開場 13時20分)

【開催場所】

茨木市文化・子育て複合施設

おにクル4階ゴウダホール

【入場料】1,000円/人(先着順・全席指定)

【チケットの申込み・問合せ】要事前購入

8月6日(木)10時～予約開始・9月20日(日)まで

※8月6日(木)は電話・WEBのみ

茨木市文化振興財団

(電話・窓口共10時～17時)

TEL 072-625-3055

WEB www.ibabun.jp

文化振興財団ファットカンター(クリイセンター1階)

ファミリーマート ※要手数料

【詳細】QRコードまたは当会議所HP

茨木商工会議所 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4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る

②ビジネスマナーの再確認

③ワンランクアップの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

【申込】

右記QRコード

または

高槻商工会議所HPセミナー情報から申込

【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)



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!

医療のQ&A

病気や症状、検査、訪問診療など、健康や医療に関する疑問は人それぞれ。「こんなことを聞いてもいいのかな」と思うような日頃の疑問も、知っておくことで安心につながることがあります。今回は、健康・医療に関する気になる疑問について、ドクターに伺いました。この機会に、自分のカラダと向き合ってみましょう。

Q 自分の力で歩けても、訪問診療の対象になりますか？

答えてくれたのは むねみつホームメディカルクリニック 宗光 俊博 院長

対象になります。訪問診療は、「通院が難しい方」を対象としています。身体が不自由な方だけではなく、認知症や他の病気が原因で、病気の自覚がない方、病院までたどりつけない方、受診を拒んでしまう方などです。そういった方々にとって訪問診療は、適切な医療へつながるきっかけとなるので、気になる方は一度、訪問診療医に相談してみてください。



Q 膝が痛いのですが、変形性膝関節症でしょうか？

答えてくれたのは 高槻病院 整形外科主任部長 関節センター長 平中 崇文 医師

一時的な痛みであれば自然に軽快しますが、2～3週間痛む場合は受診が必要です。「年のせい」と放置せず、何が原因で痛んでいるのかを医療機関でしっかりと確かめ、適切な治療法を選択しましょう。体重増加は膝へダイレクトに負荷をかけるため、体重管理も予防には欠かせません。また、突然激しい痛みが出た時は、骨の一部が死んで潰れてしまう「骨壊死」の可能性も。初期のレントゲンには写らないことも多いため、MRIによる詳細な原因追究が必要です。



膝の痛みは早期の診断が鍵 適切な処置で「自分の足で歩ける」老後に



0.5mm単位の正確な骨切除により、安全で精緻な手術を提供する手術支援ロボット「ROSA」を導入し、症状によって選択的に使用している。

8/7(金) 「ハートの日」無料講座開催

不整脈・心房細動・心不全の新しい治療に関する講演や、測定・相談イベントを開催。詳しくはHPにて。

社会医療法人
愛仁会
高槻病院

高槻市古曽部町1-3-13
JR高槻駅から徒歩9分
☎072-681-3801

詳しく記事は
WEBで



膝の痛みの多くは、加齢による軟骨のすり減り（変形性膝関節症）や怪我が原因で起こります。年齢とともに組織が弱くなるため、立ち上がりなどのちょっとした動作でも痛みが出やすくなります。痛みが2～3週間続く場合は受診をおすすめします。薬や注射などの保存療法で改善せず手術が必要になった場合でも、過度に恐れる必要はありません。近年は、体への負担が少ない「低侵襲手術（MIS）」が積極的に取り入れられています。すり減った内側だけを入れ替える「部分人工関節」や、膝の筋肉を

極力切らない術式は回復も早く、翌日には歩行リハビリを開始できます。当院では両膝同時の手術を行っており、入院期間は通常2週間ですが、現役世代の方のご要望で1週間入院の相談もお受けしています。

「人工関節の寿命は10年」「70歳までは手術をしない方がいい」と誤解されがちですが、10年での不具合は約5%に過ぎず、不具合なく旅行や趣味を楽しむ方もいらついています。

You Tube『Dr.ひらなかチャンネル』を開設し、膝関節に関する様々な情報を発信しています。こちらもぜひご覧ください。また、無料オンライン相談もあるのでお気軽にご相談ください。

今回教わったのは…

高槻病院
整形外科主任部長 関節センター長
平中 崇文 医師

高槻病院に28年勤務する、関節外科のスペシャリスト。豊富な臨床経験と卓越した技術を武器に、患者一人ひとりの生活スタイルに寄り添った治療方針を提案する。

平中先生が教える 変形性膝関節症の セルフチェック

- ☐ じっとしていた後、動き出す時に膝が痛む
- ☐ 階段の昇り降りや、正座をする時に支障がある
- ☐ 膝のお皿の周りや、曲げ伸ばしに違和感がある
- ☐ 膝の痛みが2～3週間、または激しい痛みが3日以上続く

自宅で穏やかな最期を 訪問診療という選択肢



(上)「本人や家族が非常に無理をしながら通院を続けているケースがあります。そういった方々に訪問診療という選択肢を知っていただきたいです」(宗光先生)
(左)訪問エリアは高槻市と島本町の全域。茨木市・摂津市・枚方市の一部エリアにも対応。

医療法人利仁会

むねみつホームメディカルクリニック

高槻市野見町5-45 Diamante2020 3F

訪／火木：9時～12時

月～金：13時～17時

外来／月水金：9時～11時

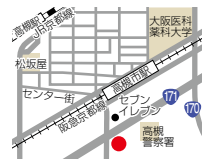
※完全予約制

土日祝休診 ※24時間往診可能。

☎072-661-2100

※緊急電話は24時間365日対応可能です。JR「高槻」駅、阪急「高槻市」駅徒歩10分

HPIはこちら



「訪問診療」とは、通院が困難な方の自宅へ医師が定期的に訪問し、計画的な医療を提供する仕組みです。身体が不自由な方や、認知症で受診を拒んでしまう方、独居で必要な医療を受けられない方などが対象となります。

訪問診療の役目の一つが「看取り」です。近年、癌だけでなく老衰や難病など、様々な事情から住み慣れた我が家で最期を迎えたいと希望される方が増えています。国もこうした在宅療養を推進する方針を打ち出しており、医療・介護の体制整備が進んでいます。日頃から訪問診療を受けていることで、ご本人の

日々の体調管理はもちろん、ご家族にとっても看取りに向けての準備が進めやすい環境を整えることができます。自宅で看取りを迎える際、連絡をいただければ医師がすぐに向かい、その場で死亡診断書を発行することができます。しかし、119番通報により救急隊や警察が介入すると様々な手続きが発生し、負担に感じることがあるかもしれません。ご本人とご家族が穏やかな時間を過ごすために、訪問診療がお手伝いできることを覚えておいていただくと幸いです。

今回教わったのは…

むねみつホームメディカルクリニック
宗光 俊博 院長

平成15年大阪医科大学医学部卒業。京都大学脳神経外科に入局後、脳血管内治療専門医として小倉記念病院や滋賀県立総合病院に勤務。2020年に同院開業。

宗光先生も登壇

シティライフ主催

「今こそ始める“終活”セミナー」
8/25(火) 高槻市
生涯学習センターで開催!

テーマは「人生の最期は自宅で。訪問診療医が語る『在宅看取り』」。セミナーでは、訪問診療医の宗光先生が「在宅看取り」について、実際の経験を交えながらわかりやすく解説します。

※申込みや詳細は、P.8をチェック!

教えてドクター 専門医が答える 健康・

Q 糖尿病に 初期サインはありますか？

答えてくれたのは けいしょう内科クリニック 陳 慶祥 院長

糖尿病は、インスリンの働きが弱くなるなどの原因で、血液中の糖分が高くなる病気です。初期のうちは、ほとんどの方は無症状です。「のどの渇き」や「頻尿」などが初期症状と言われていますが、これらは糖尿病がかなり進行した後に現れます。そのため、日頃から病院や健康診断で定期的に検査を受けることが大切です。



Q つらそうなイメージがある内視鏡検査ですが、 不安を軽減する方法はありますか？

答えてくれたのは 千里丘内視鏡クリニック 松村 晋矢 院長

「オエツとなるのが苦手」「以前の検査が
つらかった」などの理由で、検査をためら
っている方は少なくありません。当院では、
できるだけ不安や苦痛を抑えた検査を目
指し、胃カメラ・大腸カメラともに鎮静剤を
用いた検査に対応しています。うとうと
眠ったような状態で検査を受けられる方
が多く、緊張が強い方や、胃カメラの嘔吐
反射が心配な方、大腸カメラへの不安が
大きい方も、より負担の少ない状態で検査
を受けていただけます。



JR千里丘駅から徒歩2分の好立地にあり、摂津市内はもちろん茨木市や吹田市からも通いやすい。内視鏡室を2室備え、予約が取りやすく、待ち時間にも配慮した体制を整えている。

千里丘内視鏡クリニック

摂津市千里丘1-7-7
ブライツステラ摂津千里丘ノース4F
診／9時～13時、14時～18時
水曜・土曜午後・日曜・
祝日休診
JR千里丘駅徒歩2分
☎06-6330-6331



専門医による負担に配慮した内視鏡検査 気になる症状は放置せず、早めの受診を

胃カメラは、慢性胃炎や胃潰瘍、胃がんの原因の一つとされるピロリ菌の有無を確認するためにも、20～30代のうちに一度受けていただきたい検査です。ピロリ菌は幼少期に親から子へ感染することがあ

当院は、胃・食道・大腸をはじめ、肝臓胆のう・脾臓などの消化器疾患を専門とするクリニックです。「胃の不調が続く」「便潜血を指摘された」「腹痛や下痢、便秘が気になる」「肝機能異常を指摘された」など、お腹に関する症状や健康診断での異常について専門的に診療しています。

胃カメラは、慢性胃炎や胃潰瘍、胃がんの原因の一つとされるピロリ菌の有無を確認するためにも、20～30代のうちに一度受けていただきたい検査です。ピロリ菌は幼少期に親から子へ感染することがあ

当院は、胃・食道・大腸をはじめ、肝臓胆のう・脾臓などの消化器疾患を専門とするクリニックです。「胃の不調が続く」「便潜血を指摘された」「腹痛や下痢、便秘が気になる」「肝機能異常を指摘された」など、お腹に関する症状や健康診断での異常について専門的に診療しています。



今回教わったのは…

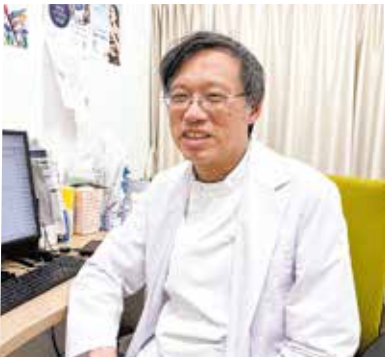
千里丘内視鏡クリニック
松村 晋矢 院長

島根大学医学部医学科卒業後、京都第一赤十字病院、京都府立医科大学附属病院、京都中部総合医療センターで消化器内科医として研修を積み、2025年8月に同院を開院。

松村先生が教える 便潜血陽性は 「様子見」で大丈夫？

症状がなくても 大腸カメラで確認を

痔が原因で便潜血陽性となることもあります。大腸ポリープや大腸がんが潜んでいる可能性もあります。大腸ポリープや早期の大腸がんは、多くの場合、自覚症状がありません。便潜血陽性は、症状が現れる前に大腸の異常に気づくことができる大切なサインです。「症状が出る前に確認できるチャンス」と捉え、大腸カメラで原因を確認しましょう。



高槻市で医師人生の約半分を過ごしてきた陳先生。「末永く高槻の医療に貢献したい」という思いのもと、2024年5月に開院。

けいしょう内科クリニック

高槻市古曽部町2-13-22
診／9時～12時半（土曜9時～13時）
15時～16時（予約制）
16時～18時
休診／水・土・日・祝
☎072-681-0200



「糖尿病」は初期段階でも 心筋梗塞・脳梗塞の発症リスクに

糖尿病の初期段階では、ほとんどの方が無症状です。しかし、血糖値が高い状態が続くと、血管にダメージを与え続けると、神経・目・腎臓などに障害を引き起こします。

そのため、糖尿病の方や肥満傾向の方、糖尿病のある方が家族にいる方など、発症のリスクが高い方は、専門医による、定期的な検査や治療を受けることをおすすめします。当院では、糖尿病のある方一人ひとりの生活スタイルにあわせて、食事・運動療法の相談、経口薬、インスリン注射、インクレチン注射などの治療を行っています。

高槻市で医師人生の約半分を過ごしてきた陳先生。「末永く高槻の医療に貢献したい」という思いのもと、2024年5月に開院。

糖尿病の初期段階では、ほとんどの方が無症状です。しかし、血糖値が高い状態が続くと、血管にダメージを与え続けると、神経・目・腎臓などに障害を引き起こします。



今回教わったのは…

けいしょう内科クリニック
陳 慶祥 院長

内科医。三重大学医学部医学科卒。神戸大学大学院医学系研究科修士・博士号取得。2009年より高槻病院糖尿病内分泌内科で勤務。2024年高槻市に「けいしょう内科クリニック」開院。

陳先生が教える 糖尿病＝ 尿に糖が出る病気？

血糖値が高い状態が 続く病気です

糖尿病は、病名の印象から「尿に糖が出る病気」と思われがちですが、糖尿病の初期段階では尿に糖が出ないことも多いです。糖尿病への誤解を解消するため、日本糖尿病協会では、糖尿病に代わる新名称「ダイアベティス」を提案しています。

2 どれくらい摂ればいい？ 上手な取り入れ方



「実は、夜にまとめて食べても筋肉は増えにくい」

たんぱく質は一度に摂るより3食に分ける方が効率的です。目安は体重1kgあたり1.0～1.2g (60kgなら1日約60～72g)。不足しがちな朝食に、次の食品を組み合わせると手軽に補えます。

夕食だけで帳尻を合わせようとせず、朝食からたんぱく質を摂る習慣をつけることがおすすめです。

4 食が細くても大丈夫！ 続ける工夫



「プロテインは万能ではありません。まずは食事から」

最近はプロテイン飲料も身近になりましたが、基本は毎日の食事から栄養を摂りましょう。食事には、たんぱく質だけでなく、体を整える様々な栄養素が含まれています。食欲がない時は、少量でも食べやすい食品を取り入れるのがおすすめです。

たんぱく質を食事の中でしっかり摂りながら、ウォーキングや軽いスクワットなどを取り入れましょう。日常的に体を動かす習慣をセットにすると、さらに効果的です。

■取材協力
循環器科 内科 精神科 訪問診療 ひかりクリニック
吹田市春日1-5-35 101
診／平日午前9時～12時、午後13時～17時 土日祝休診
☎06-6170-5761



1 なぜ60代から 「たんぱく質」が大切なの？



「年を取るほど“粗食”が健康に良いとは限りません」

「年を重ねたら粗食が良い」というイメージがありますが、60代以降は食事が減り栄養不足になりがちです。特にたんぱく質は筋肉や骨、免疫を支える大切な栄養素。40代から減る筋肉量を保つため、しっかり食べる意識が必要です。

健康のために食事を減らすことよりも、必要な栄養をきちんと摂ることが大切です。特にたんぱく質は、毎日の食事から意識して補うようにしましょう。

3 肉だけじゃない！ たんぱく質食品の選び方



「肉だけでなく、大豆や乳製品も立派なたんぱく質源」

たんぱく質というと肉を思い浮かべる方が多いですが、魚、卵、大豆製品、乳製品にも良質なたんぱく質が含まれています。例えば、次のような食品から無理なく摂ることができますし、組み合わせることで、それぞれに含まれる栄養素も補い合えます。

鮭1切れ：約18g／木綿豆腐1/2丁：約10g／納豆1パック：約7g／牛乳200ml：約7g

毎日同じ食品ではなく、肉の日、魚の日、大豆製品の日など、種類を変えながら楽しむことが長く続けるコツです。

※腎臓の疾患などで医師から食事制限(たんぱく質制限)の指示を受けている方は、必ず主治医にご相談のうえ実践してください。



60代からの新習慣 カラダを作るたんぱく質の基本



年齢を重ねたら「あっさり」が体にいいとは限らないかもしれません。毎日の食事の中で、たんぱく質を上手に取り入れるコツをご紹介します。

いくつになっても、
健康で豊かな暮らしを

ひかりクリニック
謝新 院長

鹿児島大学医学部卒業。国立循環器病研究センター心臓血管内科、日翔会病院在宅診療部などで勤務。在宅医療を充実させることが適切な治療・予防に繋がると感じ、2022年4月に同院を開院。

こちらに聞きました



ABC HOUSING
WELLBe
みのお

ひんやり快適！

夏休みのおでかけは、涼しく快適なイマージブスタジオAで親子いっしょにワクワク体験をしませんか？

タッチであそぼう
エビシー花火

IMMERSIVE STUDIO
イマージブスタジオA

ミーノの未来ホームアドベンチャー

ミーノと体験！
ABCテレビスタジオ見学ツアー

ABC

最大5面のプロジェクションマッピングで
3つの映像アトラクションを上映中！

会場の最新情報やイベント情報は **ウェルビーみのお** で検索！

2026
キッズフェスタ
～ウェルビーみのお～

8/8(土) 11:00～16:00

かえっこパズール
かえっこオークション
①13:00～②15:00～
※カエルポイントが必要です

たきのみちゆるるダンス
紙芝居
14:00～

ワークショップ 有料
あそび 有料
キッチンカー 有料

アンケート回答の先着200組様に
キッズフェスタで使える
500円分の金券プレゼント！

夏の収穫体験
スイカ狩り 8/9(日)

人気のおでかけ農園！
8月は夏のフルーツ、
スイカ狩りをお楽しみください。

100組様
小学生以下限定

※持ち帰り数には限りがあります

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世帯1名様限りとなります
※早期受付終了するイベントもあります。

アイスライダー
8/15(土) 12:00頃～ 小学生以下限定

アイスカービングショー
(11:00頃～)や
氷のオモチャ探しも！

※天候等により開始・終了時間が変動します

夏空へ大ジャン！
パワポートラフポリッパ

3歳以上体重50kg以下のお子様対象

高さ8mのドキドキワクワクな
空中アトラクションに
チャレンジしてみよう！

8/16(日)

毎年恒例の
「ウェルビー夏まつり」を
今年も開催！

緑日あそび
※各コーナー
1回300円

キッチンカー

8/22(土) 14:00～20:00
※雨天決行(一部中止あり)
※詳細はHPでご確認ください
※天候状況などにより予告なく変更する場合があります

サマードンストリート
地元のキッズたちがダンスパフォーマンスを披露！
14:00～15:00 ※実施時間は変更になる場合があります

ウェルビーBON Dance!
会場内をダンス
パレード隊がひとまわり！
①16:30～16:50
②18:00～18:20

総受付にてマイページの二次元コード提示で
先着400組様に金券300円分をプレゼント！
※当日13:00より配布 ※緑日・飲食店で利用可

シティライフ プレゼント引換券 8/1(土)～31(月) ※水曜日を除く (8/12は営業)

当紙ご持参の上、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します。

レジャーやスポーツシーンで活躍
涼感タオル

※賞品のお渡しは期間中1世帯につき1回限り
※写真はイメージです ※いずれかひとつ、
色は選べません ※賞品は予告なく変更される
場合があります ※他の広告の賞品と重複
して受け取ることはできません (一部除く)
※ウェルビーみのおのみ有効

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。

水曜日を除く
水曜日を除く
水曜日を除く

ABC HOUSING
WELLBe
みのお

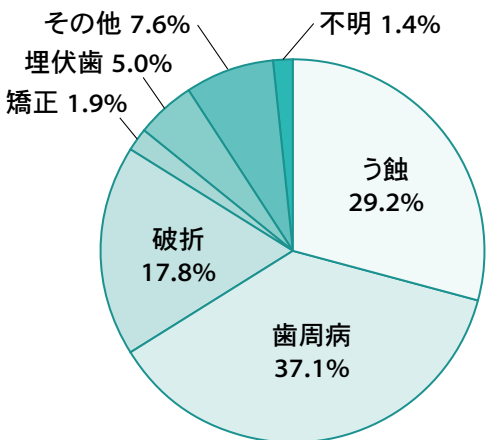
〒562-0033 箕面市今宮1丁目1番1号
☎072-737-6901 [受付時間 / 10:00～18:00]

○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ライフィズ 朝日新聞社

詳細はこちら！

永久歯の抜歯の原因



出典：8020推進財団が実施した「第2回 永久歯の抜歯原因調査」2018年

前回までは、豊臣秀吉と歯周病の意外な関係についてお話ししてきました。現代でも、歯周病菌が全身の病気とつながっていることが少しずつ知られるようになっていきます。でも、実は胎児にまで影響が及ぶことがあるのを存じでしょうか。今回は赤木先生に詳しくお聞きしました。

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



2010年、驚くような症例が報告されました。Obstetrics and Gynecology誌に症例を発表したCase Western Reserve大学のEnn博士らによれば、妊娠39週と5日、もうすぐ出産を迎えるはずだった35歳の妊婦さんが、ある朝、お腹の中の赤ちゃんが動かなくなっていることに気付いたそうです。病院で検査を受けると、すでに赤

採取されたサンプルを遺伝子で調べてみると、口や膣、直腸から採った菌と、赤ちゃんの肺や羊膜、へその緒に付いていた菌が、ぴったり一致することが分かりました。お母さんの歯ぐきの炎症から見つかった菌と、胎盤の中の菌も同じだったことから、歯周病菌が原因

これまで、お腹の中の赤ちゃんは無菌状態だと言われてきましたが、でも最近になって、羊水や赤ちゃんの胎便から、お母さんと同じ細菌が見つかることが分かっています。細菌は血液の流れに乗って胎盤を通り抜けやすく、感染を起こしやすいことも明らかになってきました。お母さんの歯周病菌が胎盤を経由して、赤ちゃんのその後の一生活に関わってしまうこともあるとい

2010年の実例
死亡原因との因果関係

やんの心臓と肺が止まっていた。その後、出産となったとき、羊水からは強い匂いがして、その匂いが染み込んだ赤ちゃんが生まれてきたと記録されています。

採取されたサンプルを遺伝子で調べてみると、口や膣、直腸から採った菌と、赤ちゃんの肺や羊膜、へその緒に付いていた菌が、ぴったり一致することが分かりました。

この先生に聞きました！



赤木歯科 赤木 豊院長
歯学博士。1984年赤木歯科開設。40年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

胎児の命を奪った「歯周病菌」

意外と知らない歯科知識

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

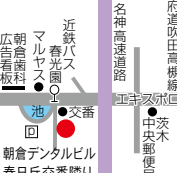


#TCH(歯牙接触癖)
#食いしばり
#脳育#前頭前野
#ストレスホルモン



歯学博士 朝倉 勉 院長
日先研認定医指導医
大阪大学歯学部歯科医師
臨床研修指導医
日本糖尿病協会歯科医師登録医
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



そのTCH、ストレスのサインかも？
～お口の健康は学習能力の向上と認知症予防にも～

歯は「しっかり噛む」ことが大切ですが、無意識の食いしばりやTCH（歯牙接触癖）は、お口や全身に悪影響を及ぼします。本来、上下の歯は安静時には噛んでおらず、1日の接触時間はわずか20分です。しかし、仕事や人間関係などによるストレスがあると脳の扁桃体が過剰に反応し、コルチゾールと呼ばれるストレスホルモンが副腎から分泌され、食いしばりや歯ぎしり、顎関節症、肩こり、頭痛、不眠などの原因となります。又、過剰分泌は疲労感や免疫力低下、高血糖にも関与しています。しっかり楽しんで噛む習慣は脳への血流が増え、特に集中力や判断力、記憶力、計画性、感情のコントロールなどを担っている脳の司令塔と呼ばれている前頭前野が活性化します。子どもの脳の発達や学習能力の向上に繋がり、高齢者では認知症予防にも役立ちます。日頃からTCHを意識し、食いしばりや顎の痛み等、気になる症状があればご相談ください。

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・訪問診療などはお気軽にご相談ください。

CIELIA シエリアシティ吹田岸辺

関電不動産開発

新発表



新しい幸せを、開拓しよう。

総戸数492戸の大規模マンションプロジェクト。

JR京都線 「岸辺」駅徒歩3分 (190m) 阪急京都線 「正雀」駅徒歩4分(320m)	JR京都線利用 JR「大阪」駅 直通13分(11分)	1LDK+S～4LDK 60㎡台～91㎡台 多彩なプランバリエーション
--	----------------------------------	---

※掲載のイメージCGは、計画中の図面に基に描き起こしたもので、施工上の都合または行政官庁の指導などにより、外観、外構、形状などを変更する場合があります。また周辺の建物等一部省略しており、実際とは異なります。※電車の所要時間は、通勤時(7:00～9:00)（内は日中平常時(11:00～15:00)の最速～最長所要時間です。時間帯により異なります。また乗換待ち時間を含んでおります。（『Jリポート』2026年1月調べ）※徒歩分数は80mを1分として算出し、端数は切り上げております。※掲載の情報は2026年6月時点のものであり、今後変更になる場合がございます。

物件エントリー受付開始
「シエリアシティ吹田岸辺」販売準備中
0120-150-492
営業時間／10:00～18:00
定休日／火・水・木曜日



■「シエリアシティ吹田岸辺」共通物件概要 ●物件名称/シエリアシティ吹田岸辺 ●所在地/大阪府吹田市岸辺南1丁目40番1の一部、40番11、芝田町229番5、芝田町222番8(地番) ●交通/JR京都線「岸辺」駅徒歩3分、阪急京都線「正雀」駅徒歩4分 ●地目/宅地、鉄道用地 ●用途地域/近隣商業地域 ●地域・地区/準防火地域、31m第四種高度地区、宅地造成等工事規制区域、下水道処理区域 ●敷地面積/【建築確認面積】13799.93㎡(自主管理公園 828.64㎡を含む)【敷地面積】13811.1㎡(自主管理公園 828.64㎡を含む) ●土地権利/借地権種類/定期借地権(転借地権) ●借地権の種類と期間/【種類】建物区分所有、敷地は専有面積割合による一般定期借地権(転借地権)【借地期間】引渡日より2102年11月末まで(解体工事期間含む) ※建物の買い取り請求・契約更新及び改築等による期間延長は一切できません。※地代保証金は契約期間終了後返却します。※賃料は3年毎に改定、借地権の譲渡・転賃可(譲渡時は承諾要、転賃時は通知要、承諾料不要) ※契約期間終了迄に借地を更地に戻して返還することが条件となります。 ●建築面積/5383.60㎡ ●建築延床面積/43459.90㎡ ●指定建ぺい率/80% ●指定容積率/300% ●構造・規模/鉄筋コンクリート造一部鉄骨造 地上14階 ●間取り/1LDK+S(納戸)～4LDK ●住居専有面積/60.00㎡～91.51㎡ ●分譲後の権利形態/建物専有部分は区分所有、建物共用部分は専有面積割合による所有権の共有、敷地は専有面積割合による一般定期借地権(転借地権)の準共有 ●管理形態/区分所有者全員で管理組合を結成し、管理業務等は管理会社へ委託予定(日勤予定) ●管理会社/関電コミュニティ株式会社 ●設計/株式会社長谷工コーポレーション 関西・東海エンジニアリング事業部一級建築士事務所 ●施工会社/株式会社長谷工コーポレーション ●事業主/関電不動産開発株式会社 TEL.06-6446-8821(代表) ●建築確認番号/第R07確認建築GBRC00116号(令和8年2月13日) ●竣工時期/2028年8月下旬(予定)

Vol. 109
エキスポシティプレス

EXPOCITYpress

8
2026 AugustDisney・PIXAR
TOY STORY**SUMMER
ADVENTURE**

2026 7.24 FRI - 8.16 SUN

映画『トイ・ストーリー5』公開記念！
「トイ・ストーリー」シリーズをテーマにした、
イベントやキャンペーンを開催！

*** LaLaport・LAZONA ***

オリジナルチャームプレゼント

対象店舗にてディズニーの対象商品お買上げで

**オリジナルめじるし
アクリルチャームプレゼント！**※デザインはお選びいただけません。※1会計につきいずれか1点プレゼントいたします。
※なくなり次第終了となります。※対象店舗は各施設ウェブサイトをご確認ください。

全4種

© Disney/Pixar

ワークショップ

**「トイ・ストーリー」
オリジナルうちわをつくろう！**

開催日時 8/8(土)・8/9(日)10:00～17:15

場所 3F EXPOCITY Lab

※おひとり様1種お選びいただけます。
※絵柄はなくなり次第終了。絵柄は
全部で
4っ！
各日
300名

© Disney/Pixar

会員さま限定
※当日入会可

クイズ&スタンプラリー

**クイズに答えて
絵柄を
完成させよう！**

※クイズ&スタンプ設置場所は施設ウェブサイトをご確認ください。

どんな絵柄に
なるか
お楽しみに！

© Disney/Pixar

『トイ・ストーリー5』公開記念

**“動く”おもちゃの
クラフトワークショップ**

開催日時 8/15(土)10:00～17:00

場所 3F EXPOCITY Lab

※ご参加いただける
人数には限りがございます。

©2026 Disney/Pixar

同時開催

三井ショッピングパークポイント会員様限定

**サマープレゼント
キャンペーン**

2026 7.24 FRI・8.16 SUN

期間中、対象施設の対象店舗にて
三井ショッピングパークポイントがたまる
お買物を3,000円(税込・合算可)以上してご応募いただくと、
豪華賞品が当たるチャンス！

詳しくはこちら



© Disney/Pixar

期間限定開催！ 南北うまいもの合戦

北海道・九州・沖縄の特産品や銘菓が集まる「南北うまいもの合戦」。8/5(水)～8/16(日)の期間限定で1F光の広場にて開催。各地の逸品を購入できる、この夏見逃せない物産フェアです。

開催期間 8/5(水)～8/16(日)

営業時間 平日 10:00～20:00
土日祝 10:00～21:00
最終日 18:00閉店

開催場所 1F 光の広場



北海道

沖縄

九州

※掲載内容は予告なく変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。※画像はイメージです。

みんなの絵が自由にプカプカ動く!!

おえかきパレード

STEP 1 おえかきイベントに参加しよう！
好きな海のいきものに色をぬって自分好みに仕上げよう！

三井ショッピングパーク ららぽーとEXPOCITY内で、2,000円(税込・合算可)以上ご購入いただいた当日レシートをご持参でご参加いただけます！

※お一人様各日1回までご参加いただけます。※レシート上に施設名・購入日の記載がない場合はご参加いただけません。
※一部対象外店舗がございます。

日時 8/18(火)～8/20(木) 10:30～18:00 場所 3Fグリーンサイド INGNi前

参加者全員に後日つかえるお買物券(EXPOCITY限定 お買物・お食事券500円分)をプレゼント！ ※お買物・お食事券の有効期間は2026/9/11(金)～2026/10/12(月・祝)です。

STEP 2 EXPOCITYで放映される自分の海のいきものを見に行こう！
STEP1で色をぬった海のいきものが動画の中でプカプカ動くよ！

日時 9/11(金)～10/12(月・祝) 10:00～21:00 場所 空の広場(柱型モニター)

各日
先着
300
名様

EXPOCITY

〒565-0826
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/>事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。EXPOCITY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！
EXPOCITY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_officialFOLLOW
ME!



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.41

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。

「伊予・河野家の話」

今月、文藝春秋より『海を破る者』の文庫本が発売となった。本作の舞台は鎌倉時代の中期。伊予国の御家人、河野六郎通有という人物が、異国から来た二人の若者と出逢うことで、日本とは何かを考えるようになっていく。そのような中、歴史上最大の外敵からの侵攻というべき元寇が訪れる。六郎は如何に元寇に臨むのか――。と、いったのが凡そのあらすじである。

河野家は鎌倉時代初期には「源、北条に次ぐ家」と言われるほどの名家であった。それが承久の乱の折、一族の大半が朝廷方に与したために没落する。そして鎌倉幕府内で最強の呼び声が高かった水軍を率いていたにもかかわらず、海沿いの領地もほとんど失ってしまうのだ。

幕府方についた僅かな者たちが許される。普通はこうなったら力を合わせて、もう一度守立てていこうとならねばならない。しかし、河野一族は激しい内輪揉めをするに至る。貧すれば鈍するなどというが、まさにそのような状況だったのかもしれない。

しかもこの争いの理由が実に下らない。父が長男に対して「俺の愛人に手を出した」と言って追及、長男は「いや、そのような事実はない」と反論。幕府が仲裁に入って一度は決着がつく。父と長男、今後は別々にそれぞれの領地を管理しろと命じられた。

が、父の死後に次男が「やはり兄は有罪だ」と言い出して軍勢を差し向ける。それを長男が返り討ちに――。と、一昔前の屋ドラのようなドロドロぶりである。

ちなみに主人公の六郎は、この蒸し返した次男の子どもである。物語冒頭で、六郎は一族当主の座にはついたものの、先述の長男（伯父）との間には不穏な雰囲気漂っているという具合だ。

そして、この一族には、皆さんも聞いたことがあるだろう意外な人物がいる。六郎から見て祖父の弟の子が、踊念仏で有名な一遍上人である。一遍が伊予国を捨てて諸国を旅するようになったのは、この一族の争いがピークだった頃。ほとほと嫌気がさしたということも多分にあったのではなからうか。

このような背景の中、六郎は元寇において非常に奇妙な行動を取る。敵に備えて造られた強固な石の防壁、数万の御家人がその内側で敵を待ち構える中、河野家

だけは防壁の向こう、つまり砂浜に陣取ったのだ。これは史実であり、後に「河野の後築地」と呼ばれるようになる。勇敢であると賛美され、後の世に名を残すことにもなったこの行動にどんな意味があったのかという疑問が、私がこの作品を書こうと思った起点であった。

余談ではあるが、初代内閣総理大臣の伊藤博文の先祖はこの河野家だと言われている。

最新刊



「海を破る者」
今村翔吾著（文藝春秋文庫）

弘安四年、博多湾。蒙古軍十四万の艦隊が押し寄せる中、伊予の没落御家人・河野六郎通有は、石築地の外へ舟を漕ぎ出す。奴隸市で救った西域の少女・令那、高麗人・繁――言葉も神も違う者たちと「家」を築いた若き武士は、神風が吹くその前に何を守ろうとしたのか。直木賞作家・今村翔吾が、元寇の海を舞台に描く渾身の歴史長編、待望の文庫化。

Back
Number



これまでの
エッセイは
webにて

City Life

時を超えての出会い

アンティーク、ヴィンテージに特化し、世界各国で買い付けられた器や家具、雑貨、古着など、
選りすぐりの品々が一堂に集う「Vintage Market - 万博蚤の市 -」。

日本全国から名だたる名店が集い、店主それぞれの審美眼によって選び抜かれた品々には、時代や国を越えて今なお愛され続ける理由があります。

万博記念公園の豊かな自然に包まれた会場で、風や光とともに出逢う一品は、きっとまた違った表情を見せてくれるはず。

流行を追うのではなく、時を重ねたものの価値を愉しむ3日間。心を動かす出逢いを、ぜひ会場でお確かめください。

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6回

万博 蚤の市

VINTAGE
MARKET

170店
以上が出店

2026.10.23 fri 24 sat 25 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

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。

主催：City Life
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。）※本会場へのベ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にてご確認ください。



web

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



Instagram

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。登壇された方々へのインタビュー企画として、今回ご登場いただくのは評論家の宮崎哲弥さんです。

取材・文/大洞 静江

シティライフ文化大学
INTERVIEW Vol.12

政治哲学や経済、仏教、サブカルチャーと、あらゆるジャンルの評論家として知られる宮崎哲弥さん。膨大な知識の原点は、「人はなぜ生き、なぜ死ぬのか」という幼少期からの疑問だった。答えを求め、あらゆる学問を渡り歩いた末にたどり着いたのは、同じく答えを求める人々へヒントや気づきを与える評論家という職業だった。

死ぬことが怖かった幼少期

「幼稚園の頃、親から『なぜ泣いてるの?』と聞かれ、死ぬのが怖いからと答える。すると、親は『まだ死んだりしないわよ』と慰めてくれるんですけど、そういうことじゃないんだよと思っていました」。なぜ生きているのか、なぜ死ぬのかという疑問は、子どもだった宮崎さんを不安に追い込んだ。しかし、この普遍的な問いこそが、後の評論家の道へと導くことになる。



1962年福岡県生まれ。慶應義塾大学文学部社会学科卒業。メディアで政治哲学、生命倫理、仏教論、サブカルチャー分析を主軸とした評論活動を行う。出演番組に『ありえへん∞世界』『飯田浩司のOK!Cozy up!』など多数。著書に『教養としての上級語彙』『いまこそ「小松左京」を読み直す』『仏教論争-「縁起」から本質を問う』『ごまかさない仏教』『宮崎哲弥仏教教理問答』などがある。

評論家
宮崎
哲弥氏



今日、宮崎さんはあらゆる分野の評論家として知られているが、「世界に関心があるのではなく、『私』という存在論的な謎に関心があるから、『この私』の周りに存在する生物や周囲で起こる出来事に関心がいくんです」。すべては幼稚園の頃から続く一つの問いにつながっているのだという。「根本的なことはすごく普遍的なので、それを解決するためにあらゆる学問分野をこだわらずに逍遙したという感じ」。その博識ぶりは人前で披露するためのものではなく、あくまで、生きるという問いへの過程で得た問答の蓄積なのだという。

学校には通わず、本や思考に没頭する日々

理系への関心も強かったという宮崎さん。「標本を作るために虫を眺めていると、設計者がいるわけじゃないのに、なぜこんなにも美しい姿をしているんだろうと思うんです」。生きるとはどういうことなのか、生き物とは何なのか。問いは増えるばかりだった。

小学校高学年のとき、病気で長期間学校を休んだことをきっかけに、学校へ足が向かなくなった。日中は星新一や手塚治虫などの本を読んで過ごした。「手塚治虫の『ブッダ』を読んでいたとき、お釈迦様が死後の世界は『無』と教えられ、足元がガラガラと崩れ落ちていくように感じる場面があったんです。それはまさに、死について考え続けていた自分自身の感覚と『まったく同じだ』と驚きました」。しかし、この問いに対する答えを、当時の宮崎さんはまだ持っていなかった。学校には通っていなかったが、時々友人と会い、会話を楽しんだ。「君に青く見えている色が、俺には赤く見えていたとしたらどう思う?」。自分の思考に人を巻き込んでいくこと、話が面白いと言われることが、嬉

幼少期の問いを追い求めて
たどり着いた知の探究

しかったという。後に東大や京大へ進学することになるその友人たちは、宮崎さんの知的な熱量を引き受けてくれる相手になっていた。

中学生になっても登校はしなかった。この頃から、習得した語彙をノートに書き留めることが習慣となっていた。語彙ノートの作成は現在も続いており、「日本語、英語、サンスクリット語やパリー語など、新旧の語彙が入れ替わりながら、約4,000語が刻まれています」。

その後、高校にも行かないと決め、一度は働きに出るが、家族の反対を受けて1年遅れで進学することに。「高校生活はすごく楽しかった。進学率は高くありませんでしたが、東大法学部に行くかと周りに宣言しました」。この時、進学に向けて力になってくれたのが、小学校の時にたわいもない会話をしていた友人たちだった。「通信制での勉強方法をおすすめしてくれたし、勉強も教えてくれました」。結果と

して進んだのは早稲田大学だったが中退し、慶應義塾大学に再入学する。

生きるとは何かを知るための学問

大学では社会学を専攻し、政治哲学や犯罪学について学んだ。幼少期から抱き続けてきた「生きるとは何か」という問いに直結していたという。「例えば減税は所得の低い人々を助ける一方で、財政悪化を招く可能性もある。どちらが社会正義として正しいのかを考えるのです。犯罪に関心を持ったきっかけも同じ。なぜこのようなことを起こすのか、というのが根本にあります」。大学卒業後は広告代理店に勤務しながら犯罪ジャーナリストとしての活動を始めた。あるとき、テレビ局のプロデューサーから声がかかり、番組を制作したことがきっかけで、メディアに出るようになったという。

「分かり合えないということと、分かり合う」社会に

幼少期からの問いを追求し続けてきた宮崎さんは、その眼差しを現代社会にも向けている。今、国民国家を支えていた構造が崩壊しつつあると警鐘を鳴らすのだ。「北海道から沖縄まで、一生会うことのない人間同士が同胞だと認識していたのは、テレビや新聞などのメディアが同胞意識をつないできたからです」。しかし今、その構造が崩れようとしている。テレビに代表されるブロードキャスト型メディアが力を失う一方で、SNSから情報が届けられ、それぞれが束となってあちこちに散在するようになった。「これは必然であり、もはや元に戻ることはないんです。国民的な常識がなくなり、違う現実を見ている人たちがいっぱい住んでいるような社会になっているんですよ」と話す。

このような時代をどう生き抜けばいいのか。「正しいものを見抜く力というのは存在しない。さらに、分かり合えないことを分かり合う、そして、あきらめること。これが唯一の処世訓となるのではないでしょうか」と話す。宮崎さんが幼少期に一人で抱いていた問いは、長い学問の旅を経て、答えのない時代を生きるための一つの手がかりとなっている。

シティライフ主催の文化大学とは



政治、文化、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
小説家・医師 久坂部 羊氏の
インタビューです

万博記念公園だより 8月号
令和8年7月21日発行 通巻555号

BAMPAKU News

2026
08

1banPark

大阪府広報担当副知事
もずやん



Japanese Traditional New Summer Festivals

7/24(金)～26(日)・31(金)～8/2(日)・8/7(金)～10(月)・21(金)～23(日)・28(金)～30(日)

9/4(金)～6(日)・11(金)～13(日)・19(土)～23(水・祝) 計27日間

[時間] 各日17:00～22:00(入園は21:30まで) [場所] お祭り広場・太陽の塔周辺・夢の池 ほか

★9/13(日)のお祭り広場はマンゲキ夏祭り2026 万博夜市 with ビアガーデンは開催なし

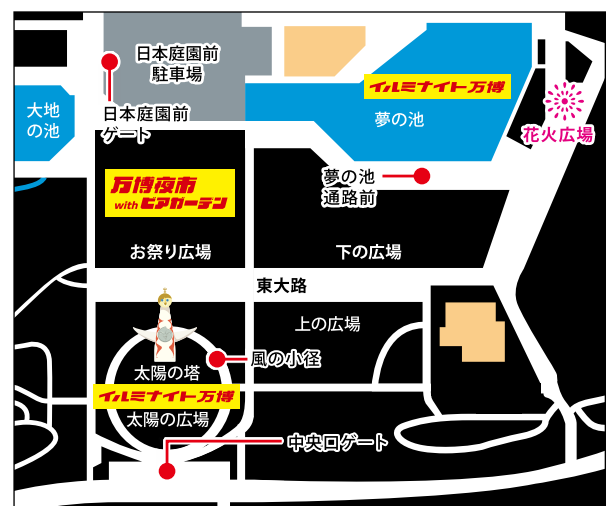
料 金

- 自然文化園・日本庭園共通入園料 大人(高校生以上)450円、小人(中学生以下)無料
※7/19(日)～8/31(月)は高校生250円(詳細は次のページをご確認ください)
- イルミナイト万博〈観覧無料〉／花火広場〈利用無料〉
- 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)

※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

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特設サイトをご覧ください。



イルミナイト万博

※画像はイメージです。

ライトアップされた太陽の塔と幻想的に灯るイルミネーション、夜の万博記念公園で来園者を出迎える演出は必見！
今年は、1970年万博で夜のショーを開催していた夢の池でも、ブルーに彩ったライトアップを実施します。



太陽の塔



夢の池



夢の池前通路



お祭り広場では
**万博夜市 with
ビアガーデン**
が同時開催

次のページ
に続く

入園料 | 大人(高校生以上)450円、小人(中学生以下)無料(自然文化園・日本庭園共通) ※7/19(日)～8/31(月)は高校生250円(詳細は次のページをご確認ください) 休園日 | 水曜定休

時 間 | 通常9:30～17:00(入園は16:30まで) 問合せ | 万博記念公園コールセンター 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





万博夜市 with ビアガーデン

コンテンツの一部を紹介 | [お祭り広場] 各日17:00～22:00(入場は21:30まで)
※入場料は表面をご確認ください。※写真は全てイメージです。※企画内容は変更になる場合がございます。



こだわりの屋台メニュー

タイ風焼きそばや魯肉飯、小籠包などのアジアンメニューをはじめ、富士宮焼きそば、たこ焼きなど定番の屋台メニューが約30店そろいます。スイーツも充実しています。



緑日コーナー

定番の射的の他に台湾大わなげの出店など昨年からさらにパワーアップ。お祭り緑日を満喫しよう！



盆おどりやDJナイトなど 日替わりで楽しむステージ

昭和平成の懐かしい曲を中心としたDJナイトや、バブルショーなど多彩なステージ！今年も菊水丸さんが特別ゲストで登場します！

フードメニューや他のコンテンツは右のQRコードからご覧ください。▶



入場無料エリア

花火広場[手持ち花火限定]

17:00～22:00
(最終受付21:30まで)



今年も花火ができるエリアが登場します。花火とバケツは持ち込みOK！バケツは1グループ1個につき、500円でレンタルも可能です。(バケツ返却時に300円を返金します。)手持ち花火も販売。持ち込みなら無料で楽しめます！

📍 夢の池東側園路



Pickup Event

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

ひまわりフェスタ

開催中～8/2(日)



今年のひまわりフェスタは、「世界の森」と「夏の花八景」を会場に、コンパクトな規模で開催。約3,000本のひまわりと、この夏一番の楽しい体験が皆さまをお待ちしています。

📍 自然文化園 世界の森・夏の花八景

関連イベント

真夏の雪あそび 7/19(日)、26(日)
🕒 13:30～15:00(雪降らしタイム 13:30より)
📍 世界の森 🎫 無料

氷の彫刻 ～チェーンソーで描く光のアート～ 7/19(日)、26(日)
🕒 12:00～13:30
📍 EXPO'70パビリオン 別館中庭 🎫 観覧無料

【期間限定】ひまわりフェスタ フォトスポット 7/18(土)～8/31(月)
🕒 10:00～16:30
📍 EXPO'70パビリオン 別館中庭 🎫 フォトスポット入場無料



その他、楽しいイベント情報はHPをご確認ください。



SUMMER SONIC 2026 OSAKA

8/14(金)～16(日) [開場] 10:00 [開演] 11:00



サマーソニック2026は25周年を迎え、3日間開催。これまでにないスケールで世界レベルのアーティストが集結し、熱狂に包まれる夏がやってきます！

📍 自然文化園・日本庭園全域 🎫 サマーソニック事務局
📄 チケットなどの詳細はホームページをご確認ください。
<https://www.summersonic.com/>



8/14(金)～16(日)の万博記念公園への入園は「SUMMER SONIC 2026」のチケットをお持ちの方のみとなります。ご注意ください。詳細は公式ホームページをご確認ください。

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。≫



EXPO'70スタンプラリー & EFE Global Learning Project in 万博記念公園 夏ステージ開催中～9/20(日)

大好評のスタンプラリーは、ただいま「夏ステージ」が絶賛開催中！夏色に染まる万博記念公園で、瑞々しい青葉や木陰の涼しさを感じながら、歴史とクイズで世界を巡る“学びの旅”へ出かけてみませんか？

📄 <https://www.expo70-park.jp/event/75663/>

※帽子や日傘、こまめな水分・塩分補給や木陰での休憩など、熱中症対策を心掛けて無理のないペースでお楽しみください。※8/14(金)～16(日)は休止。



詳しくはホームページをご覧ください！

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パビリオン常設展示入館料前売りチケット
- ③ お得に万博記念公園エンジョイパス
- ④ 万博公園エリアパス(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 万博夏まつり開催日は19:00まで

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オフィシャル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。

太陽の塔
オフィシャルサイト
(内部観覧予約)



EXPO'70パビリオン

10:00～17:00(入館は16:30まで)

半世紀の時を超え、あの初代黄金の顔が目の前に！遥か見上げる上空にある太陽の塔の「黄金の顔」、その初代実物が展示されているのはEXPO'70パビリオンだけ！半世紀を超える歴史を刻んだ本物の輝きを体感しよう！

[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。

夏休み高校生入園料割引を実施します！

実施期間
7/19(日)から8/31(月)まで
夏休み高校生特別割引入園料
250円(通常450円)

万博記念公園では、夏休み期間、高校生を対象に自然文化園・日本庭園共通入園料の割引を実施します。通常450円のところ、期間中は高校生に限り、特別料金250円でご入園いただけます。夏休みは、ぜひ万博記念公園で楽しいひとときをお過ごしください。

※本割引は、入園当日に窓口で学生証をご提示のうえ、現金でお支払いの場合に限り適用されます。
※前売券・団体割引など、他の入園料金サービスとの併用はできません。
※詳細は、万博記念公園公式ホームページをご確認ください。

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)
別イベント開催のため、2026年8月3日(月)～8月28日(金)休止

📍 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)
※現金のみ取り扱い可
※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。



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。



シティライフ
取材による
第2弾

「北摂の暮らし」にフォーカスした一冊

北摂まち本 vol.2

発売中



価 格：本体 1,320円
発 行：株式会社シティライフNEW
問い合わせ：06-6338-0640

時代が変わっても、紙をめくるときに感じる温もりは特別なもの。そんな想いを大切に、シティライフは北摂の街の情報を発信し続けてまいりました。おかげさまで創刊40周年、この特別な節目に、『北摂まち本』の第2弾を皆さまにお届けします！地元ゆかりの方々と巡る思い出のスポットや、思わず足を運びたくなるカフェ・パンといったグルメ特集など、北摂の魅力を全164ページにギュッと詰め込みました。今の北摂を再発見してもらえる渾身の一冊です。ぜひ書店で手にとって、ご覧ください。

思い出とともにめぐる北摂



真矢ミキ

北摂ゆかりの著名人が7名登場。懐かしい記憶や思い出の味を教えてくださいました。



大谷亮平

駅近酒場探訪記

駅前に広がる"呑めるまち"で、様々なはしご酒コースをご提案します。



ぶらり商店街を歩く

懐かしさと新しさが交差する地元商店街を深掘りしました。



城からひもとく北摂の歴史

荒木村重や三好長慶など戦国武将が拠点とした城跡から、北摂の歴史浪漫に迫ります。

片桐且元像(模写、大徳寺玉林院所蔵)



おいしい北摂を訪ねて

カフェ、パン、カレー、スイーツなど多彩なジャンルのグルメ店を紹介。



時を越えて長く愛されるモノ

レトロ喫茶やアンティーク品、古着など、個性あふれる逸品が並ぶお店を巡ります。



その他にも特集が盛りだくさん

- 花とグリーンのある暮らし
- 料理とうつわの良い関係
- 北摂の書店巡り
- FM COCOLO DJのこのまちの"イイトコロ"
- 癒しのショートトリップ(能勢・豊能・大山崎・水無瀬・亀岡)
- 寺社と御朱印めぐり
- マチオト・街音-

全ページ数
164P

北摂エリアの
書店にて販売中
一部取り扱いのない
店舗がございます

シティライフの
ホームページからも
ご購入いただけます

送料無料





(上)爽やかな甘酸っぱさがたまらない「はじめパイナップルかき氷」。
(左)すいかをまるごと使った「はじめすいかかき氷」や「はじめメロンかき氷」も。

Menu	
●かき氷	…………… 440円～
●はじめブリュレ	……………
……セット1,100円、単品880円	
※持ち帰りもOK	
●猫扇子	…………… 1,980円～
●浮き球セット	…………… 2,420円～

アンティーク好きが通う穴場カフェ
一番人気はフルーツ丸ごと使用かき氷

暑い夏はカフェで涼もう!季節限定の「かき氷」は、新鮮なフルーツを丸ごと使用し、フルーツ本来の濃厚な甘みが楽しめる。定番の喫茶メニューやケーキなどのスイーツもオススメ!併設の雑貨スペースでは小物やコスメなど、夏グッズが豊富に揃うので、ぜひ立ち寄ってみて。

夏の小物はもちろん、アンティーク調のブリキの時計やオブジェなどのインテリアも多数用意!

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)
土曜不定期21時 (LO20時半)
日・第2月定休 ※8/11～16休
P有り

〒072-667-9739

ホームページ

Instagram

「シティライフを見た」と「フルーツかき氷」注文で
お好きなドリンクをサービス!
※一部ドリンクを除く
●雑貨商品全品 (クッキー除く)
30%OFF!
(8月末まで)

地図

茨木市上郡2-13-14



※写真はイメージ

ミートモリタ屋

※各店舗の情報はホームページへ
<http://www.moritaya.com/>

QRコード

沖縄・鹿児島・熊本フェアを
8/18～21で開催

8月18日から21日まで、沖縄・鹿児島・熊本フェアを開催する。鹿児島黒牛や鹿児島黒豚、沖縄そばにゴーヤチャンプルーなど、南国ならではの味覚をふんだんに取りそろえる。本場の食材と味をそのままに、日常ではなかなか出会えない贅沢なラインナップが勢ぞろい。夏の暑さに負けない南国パワーを食卓でも感じてみては。各地の食文化を存分に楽しめる4日間、ぜひ足を運んでみてほしい。

Aroma Coffee 1971

高槻本店
高槻市高槻町13-14 Vividビル 1F
〔営業時間〕10時半～18時半 (LO18時)
不定休
TEL.072-682-4151

作家・今村翔吾が
事業承継した老舗の本格珈琲店
アロマ珈琲 1971

今年3月、箕面のきのしたブックセンター内に2店舗目がオープンしました。本格珈琲の香りに包まれながら手作りスイーツをお楽しみください。皆さまのご来店を心よりお待ちしております。

Coupon

今月のシティライフ持参で
珈琲生豆 100gにつき
100円の割引

作家・今村翔吾が
事業承継した老舗の本格珈琲店
アロマ珈琲 1971

今年3月、箕面のきのしたブックセンター内に2店舗目がオープンしました。本格珈琲の香りに包まれながら手作りスイーツをお楽しみください。皆さまのご来店を心よりお待ちしております。

箕面店
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
〔営業時間〕9時～17時 (LO16時半)
TEL.072-722-1915

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。



かに道楽
大阪のかに専門店といえば「かに道楽」!ハレの日や家族の食事では、ぜひおなじみのかに看板を目指してみて。

かにをおトクに楽しめる
ランチメニューもオススメ

ランチメニューも豊富に用意。
写真は「かに御前つむぎ」
(3,850円)。大人気の「かに釜飯」をはじめグラタンや
天ぷらなど6品が楽しめる。

とれとれぴちぴち、かに道楽
毎月22日は特別な「夫婦の日」

1960年創業、かに料理一筋の老舗専門店「かに道楽」。新鮮なかにを多彩な調理法で味わえる店として、幅広い世代に親しまれている。同店では毎月22日を「夫婦の日」として、夫婦のみで来店された方に一輪挿しや記念写真をプレゼントしている。「夫婦の日」はもちろん、夏休みやお盆の帰省など、家族が集まるこの時期、ちょっと豪華なかに料理を味わいにいこう。

特典

「シティライフを見た」で
下記の店舗限定で**ワンドリンクをサービス!**
※ガラスのドリンクであればアルコール類含めた全ドリンクOK!
(1組最大4名まで、8月末まで、他券併用不可)

かに道楽

茨木店
茨木市南耳原2-1-3
☎072-622-0369

十三店
大阪市淀川区十三本町1-11-14
☎06-6302-3281

豊中店
豊中市少路1-1-5
☎06-6854-0808

江坂店
吹田市江坂町1-22-1
☎06-6388-0288

ホームページ



ふく義オリジナルの「冷やしひれ酒」。芳醇な香りが口いっぱい広がる。
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 ふく義

高槻市高槻町11-21
営／昼12時～14時 (前日迄に要予約)
夜17時～23時 (入店21時まで)
月曜・木曜定休
☎072-681-9515

地図

高槻市高槻町11-21

猛暑を乗り切る旬のスタミナ美食
ふく義の全9品の豪華鰻なベコース

旬の鰻を食べるならふく義へ。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。

Menu

●天然鰻なベコース (1人前) …………… 8,250円
(鰻なべ、鰻の焼き霜造り、鰻の唐揚げ、鰻おとし、鰻の酢の物、鰻寿司、鰻子のゼリー寄せ、冷麦、デザート)
●活てっちりコース …………… 6,600円
(てっちり、てっさ、湯引き、煮ごり、雑炊)
●人気!二代目ふく義コース …………… 8,250円
(てっちり、てっさ、湯引き、煮ごり、唐揚げ、雑炊)
●厚切りふくしゃぶコース …………… 10,450円
(てっちり、てっさ、湯引き、煮ごり、唐揚げ、ふくしゃぶ、皮しゃぶ、雑炊、デザート)
※価格は1名様で税込

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します。

コープミニ城山

豊中市城山町2-5-12
06-6864-6711
営業/9時～21時
店休日なし(1/1～3を除く)

山下 勝太郎さん
(店舗業務全般)

来店される組合員
一人ひとりに寄り添う心遣いを

当店は地域柄、高齢の組合員さんも多いので、お困りごとを積極的に何うようにしています。レジかごを運ぶお手伝いや、水や米などの重い商品はさわやか便(店舗で購入した商品を自宅に配送するサービス)をおススメすることも。小さな気配りの積み重ねを大切にしています。

おすすめアイテム

甘めな味付けとシャキッと食感がカレーにベストマッチ

甘いもの好きな自分へのご褒美です!

手軽に甘味&塩分チャージできるスティックタイプ

国産野菜のお漬物 福神漬 (110g/105円)
8種の国産野菜を使用した無着色の福神漬。シャキッと食感と甘めの味付けが、カレーには欠かせません!

アーモンドリーフ (7枚入/386円)
キャラメル掛けたアーモンドスライ스가カリッと香ばしい、コープクオリティシリーズのちょっと贅沢なお菓子。

北海道産小豆のひとくち塩ようかん (14g×10本入/429円)
国産材料や製法にこだわった“塩ようかん”が夏にぴったりなひと口和菓子に。外出で持ち歩けるのも魅力です。

8月のツキ推し! ツキ推し!

8/7(金)からスタート

沖縄黒糖かりんとう 90g

沖縄県産黒糖100%。じっくり発酵させた生地を三度揚げすることでカリッと仕上げ、蜜を二度掛けした深い味わいのかりんとうです。保存に便利なチャックシール付きです。

経年からはじまる
こどもの100か月を応援

100か月 CO-OP

くわしくはこちらから

CULTURE

高槻を描いたアートがタルトになる 「文具クワウチ」が「公園と、タルト」とコラボ

スマートフォンやデジタルツールの普及により、絵を描いたり、手を動かして表現したりする機会は以前より少なくなっている。

そこで、高槻センター街にある文具クワウチが同市の人気タルト専門店「公園と、タルト」とコラボレーションし、地域参加型イベント「高槻タルトアートコンテスト」を開催する。

高槻には摂津峡の紅葉、高槻城跡、桜並木、将棋のまち、高槻センター街商店街など、多くの魅力があり、地域には語り継ぎたい風景や思い出が数多くある。同店は1930年の創業以来、「書くこと」「描くこと」を通して地域の人々の創作活動を支えてきたことから、「もし高槻をタルトで表現



するとしたら、どんなタルトになるか?」をテーマに、高槻の風景や歴史、文化、思い出を自由な発想で描いてもらうアートコンテストを開催することになった。

最大の特徴は、グランプリ作品をもとに「公園と、タルト」のパティシエがイメージし、世界に一つだけのオリジナルタルトを制作し、グランプリ受賞者へ贈呈される。

SOCIAL

安威川ダムアンバサダー就任と 湖面活用実験を開始

茨木市の安威川ダムエリア(ダムパーク いばらき)において、地域の魅力発信と活用推進に向けた新たな取り組みが始まっている。このたび、同エリアの魅力を広く発信する「公式アンバサダー」が茨木出身のSKE48の松本慈子さんに決定・就任した。アンバサダーは今後、SNSや各種イベントを通じて、ダム周辺の豊かな自然環境やアクティビティの魅力を積極的に発信していく役割を担う。地域内外への訴求力を高め、新たなファン層の獲得と交流人口の拡大を目指す方針である。

また、安威川ダムの広大な水面を活用するための「湖面アクティビティ社会実験」も実施される(7月18日(土)～8月24日(月)は毎日、8月25日(火)～9月27日(日)は土日祝日のみ)。本実験は、将来的な本格運用を見据え、安全性や環境への配慮、運用体制を検証するとともに、利用者のニーズや満足度を把握することを目的としている。

実験では、カヌーやSUP(スタンドアップパドルボード)をはじめとする、幅広い世代が楽しめる水上アクティビティの体験プロ



福岡市長とSKE48の松本慈子さん



水上アスレチック

グラムが提供される。参加者は普段立ち入ることのできない湖面からのロケーションを楽しみながら、地域の自然空間を存分に体感できる機会となる。料金や詳細は茨木市のホームページから確認できる。

行政と民間の連携による一連の取り組みは、地域の価値を高める先進事例として期待されている。アンバサダーによる情報発信と湖面アクティビティの実証実験を両輪とし、北摂エリアにおける新たな観光・レジャー拠点としての確立を目指していく。

From CityLife

ライター・カメラマン・イラストレーター フリーランススタッフ募集

CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。

【応募方法】 右記QRコードよりエントリーください。



“午後のコーヒー的なシアワセ”香る、 ジブリソング



IMWCD-1832 INSENSE MUSIC WORKS INC.

ALBUM

「カフェ・アプレミディ・ミーツ・スタジオジブリ」

ARTIST

Various Artists

ジブリ作品の食のシーンは私たちの五感を刺激する。映画『魔女の宅急便』で、パン屋「グーチョ キパン店」の奥に案内されたキキにおソノさんがインスタントコーヒーを淹れてくれる(ジジにはミルク)場面は、ふたりが新しい町の“日常”に招き入れられた証のようにも思えて嬉しいひとコマだった。「美味しそう」の奥に、人柄の良さや心の通い合いが想像できるのも“ジブリ飯”の魅力なのだろう。そんな“ジブリ飯”のように、背景にある物語を想像させ、ムードを香らせるのが、編集者/選曲家/DJなどとして活躍される橋本徹さんの音楽紹介。今回オススメするのは“午後のコーヒー的なシアワセ”をテーマにした、Café Après-midiとスタジオジブリの嬉しい出会い。ジャケットに映し出されるのは、渋谷にある橋本さんが店主をつとめる「カフェ・アプレミディ」の午後の情景。そこにあるムードに染まれば、きっとあなたも、やさしさに包まれる。

多くの人気コンピを手がけてきた橋本徹(SUBURBIA)が監修・選曲し、アートワーク:FJD～マスタリング:Calmとの至高のタッグで贈りする、スタジオジブリ映画の名曲の新録カバーコンピレーション。橋本徹がセレクトしたジブリ映画の名曲群を、12組のアーティストたちが、“午後のコーヒー的なシアワセ”をテーマにした絶妙のディレクションのもとに新録カバー。

読者の皆さんから寄せられた気になる情報を調査

服部緑地に新しくできたプレミアムスパに 20代のグループで利用する人が多いのはなぜ?

Yさん(40代・男性)からの投稿

平日の夜に服部緑地に新しくできた「SPA&SAUNA 水春」を訪れたYさん。3種のサウナや3種の水風呂があり、サウナにも力を入れている施設なのだが、そこに友人とともに利用する20代の男性グループが多いことに驚いたそうです。

全国20歳～69歳の男女を対象に実施した「サウナに関する調査(2024年/Cross Marketing)」によると、ここ数年、身体をととのえるサウナがブームとなり、漫画やドラマの影響もあって、サ道、サ活、サ旅のワードも生まれています。昭和や平成の頃には、40代～50代のサラリーマン男性が利用するイメージでしたが、同調査によると、現代では20代の男性が(とても好き13.2%、やや好き35.5%)と、全世代で最も好きな人が多い結果になっています。

サウナの利用頻度(下記:図1 参照)に



サウナ

おいても、男性の20～30代で利用頻度が高く、特に20代は「週に1回以上」が17.6%を占めています。サウナ、水風呂、外気浴を繰り返すことで得られる「ととのう」というリラックス状態が、現代人のストレス解消ニーズに合致したことや、お酒(飲み会)離れが進む若者世代にとって、新たなコミュニケーションの場になっていると考えられています。サウナに入って汗を流して水風呂に入り、デッキやチェアでくつろぎながら、会話を楽しむのがいまだきなのかもしれません。

【図1】サウナの利用頻度(単一回答)(マーケティングリサーチ会社 Cross Marketing調べ)

n=	週に1回以上	月に1～3回程度	2～3か月に1回程度	半年に1回程度	1年に1回程度	それ以下	月に1回以上
全体(578)	9.7	18.0	11.1	12.5	10.7	38.1	27.7
男性(327)	8.9	21.4	11.3	13.5	10.1	34.9	30.3
女性(251)	10.8	13.6	10.8	11.2	11.6	42.2	24.3
20代(125)	17.6	21.6	12.8	12.0	13.6	22.4	39.2
30代(120)	11.7	25.0	10.8	10.8	9.2	32.5	36.7
40代(106)	5.7	16.0	15.1	17.9	15.1	30.2	21.7
50代(104)	5.8	16.4	5.8	10.6	6.7	54.8	22.1
60代(123)	6.5	10.5	10.6	11.4	8.9	52.0	17.1(%)

※サウナを利用している人ベース

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▶



毎日の暮らしのなかで気になっているコト、ウワサを大募集!

採用された方には5,000円分のギフト券をプレゼント!

※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

高槻産農産物を使った給食から 児童と地元農家が交流

高槻市の全市立小中学校で7月9日と10日、地産地消を推進する「高槻農産物の日」が実施された。児童が地元の農業や食の大切さを学ぶ目的で毎年行われている取り組みである。

10日の給食には、市場に出せない高槻産の規格外ジャガイモやタマネギを活用した「高槻エコロッケ」が登場し、子どもたちに地産地消やフードロス削減の意識を促



した。市立五百住小学校では3年生が地元農家7人を学校に招き、質問や会食を通じた交流会を実施。生産者の工夫を知るとともに感謝の気持ちを育み、農業への理解を深めた。

FM COCOLO × CITYLIFE / 音楽のCOCOLO Vol.83

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!



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FM802 DJ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

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 TOPICS

本は自分の世界を広げてくれる 気軽に“あじみ”してもらえる場に

2026年度の日本の書店数は9,993店となり、1998年度のピーク時の24,237店から約58.8%減少している。そうした厳しい状況下で、大阪府茨木市に小さな独立系書店「あじみBOOKS」が6月26日（金）に誕生した。営むのは30代の若き夫婦。今、なぜ書店を開くのか、その思いを聞いた。

町家が残る茨木市本町に 個性的な書店が誕生

阪急茨木市駅近くの「阪急本通商店街」を抜け、町家が残る趣ある通りに佇むのが「木のめ舎ビルディング（茨木市本町1-12）」だ。昭和時代に建築された倉庫を改築し、建築デザイン設計事務所「clamp」が空間設計を手掛けたこの建物は、一步足を踏み入ると無機質でインダストリアルな雰囲気包まれる。ヴィンテージ家具が醸し出す懐かしさも相まって、唯一無二の空間となっている。同ビルには、この場所に魅了された人々が自然と集う。1階にはBARと古着屋、2階にはデザインスタジオ、機織りアトリエ、ネイルサロン、米粉の焼き菓子店など個性豊かな店舗が入り、新たな出会いが生まれている。

この建物の2階に、2026年6月、独立系書店「あじみBOOKS」が開店した。同店は「本を通していろんな世界を“あじみ”してほしい」というモットーを掲げている。店内にはテーマごとに仕切られた本棚が設置され、「映画」「食」「政治」「環境」「文学」などのジャンルごとに、一冊一冊厳選された本が並ぶ。サブカルチャーや

社会問題、レシピ本、韓国文学の短編集など多彩なラインナップで、大型店には並ばないような小規模出版社の本や自己出版本（ZINE）、海外から直接仕入れた本なども取り揃えている。

バンド活動を通じて出会い、 コロナ禍を機に茨木に移住

同店を営むのは、北海道出身の西田裕平さんと茨木市出身の歩実さん夫婦だ。二人は共にパンクバンドでの音楽活動に熱中しており、共通の趣味を通じて出会った。結婚後、北海道での生活を経て、コロナ禍を機に歩実さんの実家がある茨木市へと移住した。

裕平さんは、中学生の頃から映画や音楽などのカルチャーに深くのめり込んでいて、好きなミュージシャンが読んでいる本や、映画の原作本を読むことで本の魅力に引き込まれていったという。大学時代にNPOで難民支援に参加した経験を持つことから、店内には社会問題や入管法に関する本も並べられている。バンド活動は現在月に1、2回は関西近郊でライブを行うほか、年に数回は東京に呼ばれるなど継続中であり、国内のインディーズレーベルからの音源リリースの経験も持つ。



右上）本棚は一つひとつテーマごとに仕切られている。親子連れでも気軽に来店してほしい、と絵本が読める子ども用のテーブルと椅子も用意されている。

左上）音楽活動をする店主が集めた音楽関連本のコーナー。アメリカから輸入した写真集なども。

左下）環境や植物に関する本の棚。本はタイトルだけではなく、どんな本なのか調べて選書する。



「お客様との会話の中から入荷する本が見つかることもあります」と店主の西田さん夫妻。



「いつかレコード屋か本屋か、何か自分のお店を開きたいという思いを持っていました。本はいろんな世界への入り口になる。棚の中の本をきっかけに、その人の世界が広がればいいなという思いで書店を開きました」と裕平さん。2025年から書籍のオンラインストアやレンタルスペースでの販売活動をスタートさせ、今回の実店舗オープンに至った。

本はいつでも気軽に開けば 物語の世界に入ることができる

一方の歩実さんは、幼い頃から母親と地元の茨木市立中央図書館（畑田町）に通い、読書を楽しむ子どもであった。大学では哲学を専攻したことで、課題などを通じてさらに本の世界へと没頭していった。歩実さん自身、出産を経て、他者の人生を追体験し想像力を広げてくれる文学作品に以前よりも感情移入しやすくなったという。忙

しくても気軽に手に取れる本があれば、本の楽しみを再認識してもらえるのではという思いから、同店では中断しても読み直しやすい短編集も多く選書されている。歩実さんは「本は途中で止めても、再び開いた時に前回の感情にすぐ戻れるのが魅力。忙しい人や家から出にくい人にも本は開かれていると思います」と語る。

「インターネットやSNSが生活に浸透する時代だからこそ、あえて本から知る情報に価値がある」と裕平さんは指摘する。店舗の営業日は基本的に木曜日から日曜日の週4日で、時間帯も日によって異なる。「気になる本が見つかったら、気軽に話しかけてほしい。小さな本屋だからこそ、会話を大切にしていきたい」と話す裕平さん。近隣の人々の生活に溶け込む店を目指し、今後は地域の人々も参加できるイベントなどを企画していく予定だ。

俳句 ／ HAIKU

「つぶやき評」
物や人を描くと、俳句は際立ってきます。物は形、色、匂い、肌ざわりなどが句になってゆきます。人はその人物もそうですが、動けば何かが起こります。そこを素早く句にすること。一度チャレンジしてみてください。

「優秀賞」
溝浚へ噂のをとこあらはれり
茨木市 にしの泊瀬

溝浚へには様々な人が現れます。その中には近所で噂になっている人も。周りの人はひそひそと話をしたり何事もなかったようにしたりと、それぞれのスタンスで接する。そんなことを想像させてくれる一句になっています。

「入選」
蚊遣火や母の疑問のふはふはと
岡山市 岩橋のり輔

「ふはふは」が面白い。蚊遣から出ている煙のような問いかけなのでしょう。

折り鶴の背をふくらませ風薫る
日野市 平井 都々

色紙で鶴を折れば、最後に背を膨らませて完成。そこへ薫風。気持ちよい。

南風や塁ひとつなき野球場
和泉市 押見げげば

試合のために整備が始まるのでしょうか。南風が球児の活躍を待っています。

青葉風香り変はりし君の髪
吹田市 田村由紀子

初夏の青葉を抜けてゆく風。髪の変化に気づいた私。君は目の前。

琉金のカルメンのごと翻る
京都市 朝夕 感じ

琉金だからこそカルメンの比喩が生きます。尾鰭胸鰭が見事に翻っています。

「佳作」
あぢさゐの青のしみ入るジャズピアノ
目黒区 椿 泰文

父の日のしづかに暮れてゆくところ
千歳市 村瀬ふみや

点線のやうに始まる夏の萩
豊中市 山上 秋葵

脳の襲そろりとゆるむ初夏の夜
大阪市 小倉 佳子

図書館へ妻の日傘をちよいと借り
吹田市 高嶋 文範

6月25日締切りでご投稿いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

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。



選者
山口 昭男
やまぐち あきお

【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。



Pick up!

総合スポーツクラブ

高槻市駅直結の総合スポーツクラブ
コパンスポーツクラブ高槻が8/1誕生

オープン記念! 無料プールのイベント

8/5(水) 10時～11時半
定員:50名
対象:3歳～小学生 ※未就学児は保護者同伴

コパンスポーツクラブ高槻

高槻市城北町2-1-18
高槻市駅4番出口
エスカレーター降りてすぐ
営/9時～23時
(土～20時、日祝～19時)
水曜定休 無料駐輪場60台申込・詳細
はこちら

☎072-691-6007

阪急高槻市駅直結の総合スポーツクラブが「コパンスポーツクラブ高槻」として8/1にリニューアルオープン! オープンを記念して8/5は水上遊具イベントを開催!また、こどもスイミングの無料体験教室も開催。コパンのこどもスイミングは、ほめる指導を大切に自己肯定感を育むレッスンが特徴。まずは気軽に無料体験へ行ってみよう!



こどもスイミングの無料体験

日時: 8/2(日)・9(日)・16(日)・23(日)
各日11時～12時
対象: 2歳6ヶ月～
定員: 各日10名 ※先着順。前日18時までに予約
料金: 無料
持ち物: お持ちの水着・キャップ・タオルその他NEW
OPEN

■特典 (こどもスイミング)

●入会金0円・初年度年会費0円・ICカード発行手数料0円
●キャップ、ステップアップノートプレゼント (8月末まで)新NISA・iDeCoなど資産形成セミナー
～ゼロから分かる、これからのお金の増やし方・守り方～Lunch
本格ビストロ
ランチ付き

※写真はイメージです。※メニューは主催者側のセレクトです。

〈講師〉ユニバーサルライフ株式会社 菅野 啓之
外資系金融機関を経て、ファイナンシャルプランナーに転身。年間延べ1,000世帯以上のお客様から資産運用・家計相談等お金にまつわる相談を承る。Top of the table会員。
TEL.070-2219-4330申し込みは
QRコードから

当選された方へ後日メールにてご案内いたします。

開催日時
8.16(日) 10:30-12:30

8.22(土) 10:30-12:30

8.27(木) 10:30-12:30

〈参加特典〉
セミナー後に本格ビストロ料理をお楽しみください

開催場所

安満遺跡公園
レストラン ファーマーズクラブ
高槻市八丁畷町12-1

各回・抽選10名 | 参加無料

50代・60代からでも間に合う!
夏の特別企画
親の“相続・認知症”
自分の老後に備えるお金の話

相続、介護、老後資金…50代・60代の女性がいま直面しやすい“お金の悩み”をわかりやすくお話しします。最新のNISA・iDeCo制度や、認知症と相続にまつわる注意点もやさしく解説!

8/11(火)祝 10時～11時半 8/20(木) 10時～11時半 8/24(月) 10時～11時半 8/29(土) 10時～11時半 8/31(月) 13時～14時半

場所 クロスパル高槻 高槻市紺屋町1-2(JR高槻駅徒歩2分)

各5組限定



講師

MFA(株)
ファイナンシャルプランナー
前川 貴之

ライフプランニングを軸に幅広い金融商品を取り扱う中立的なFPとして活動。年間500名のお客様の相談を受け、マネーセミナーの開催は100回を超える。寝かせた資金の効率活用と、家族を守る相続対策を伝授。

申込はQRコード
または電話から
090-6768-70508月
開催茨木市シルバー
人材センター
主催イベントをご紹介します!

参加無料

要事前申込

55歳以上

各イベントは
申込
先着順です8/27
(木)あなたの腸は大丈夫?
夏の腸バテ対策 腸活セミナー

簡単な腸バテチェックとともに、腸と自律神経を整える実践的なセルフケアをお伝えします。

〔午前の部〕10:30～〔午後の部〕13:30～〔定員〕各回40名

〈講師〉
山脇 ミサ8/5
(水)笑いでほっこり、
暑さを吹き飛ばそう!
シルバー落語会〔開場〕14:30
〔開演〕15:00～
〔定員〕50名8/29
(土)ほうせんか病院健康講座
～在宅から介護施設を
考えるタイミング～〔講演〕10:30～
〔定員〕48名

〈講師〉大住 竜太



「学研教室のせんせい」

お仕事説明会受付中

一歩踏み出す人から未来は変わる!

まずは、説明会へご参加下さい

(前日の17時までにご予約下さい。)

説明会のご案内

8/4(火) おにクル 会議室4
10:00～ [JR茨木駅・阪急茨木市駅徒歩10分]8/6(木) オンライン説明会
10:00～16:00までのご都合の良い時間(1時間程度)8/10(月) 学研教室大阪北事務局
10:00～ [江坂駅①出口すぐ]8/12(水) 学研教室大阪北事務局
10:00～ [江坂駅①出口すぐ]8/19(水) Gakkenスクエア 千里中央駅前校
10:00～ [各線千里中央駅すぐ]8/21(金) オンライン説明会
10:00～19:00までお仕事帰っても参加可能(1時間程度)8/27(木) 学研教室大阪北事務局
10:00～ [江坂駅①出口すぐ]8/31(月) Gakkenスクエア 千里中央駅前校
10:00～ [各線千里中央駅すぐ]説明会参加
お申込みは
こちら学研教室 お申し込み
お問合せは 0120-889-100

24時間ホームページよりお申込みいただけます [学研先生] [検索]

受付時間/月曜～金曜日 9:00～17:00(祝休日を除く) [会場提供も募集中!]
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1F学研教室の先生の魅力などを
発信していますフォローを
お願いします

@GE.OSAKAKITA

Gakken

夏の無料体験学習受付中

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。「シティライフを見た」と
夏の無料体験学習
参加の方へ
学研オリジナル
文具プレゼント!対象 幼児(年少・年中・年長)・小学生・中学生
教科 算数・国語・英語
※中学生については教室へお問合せください。
内容 学力診断テストと、2回の教室学習&家庭学習月謝は、算国2教科
9,680円[税込]お近くの教室は
こちらから学研教室
幼児/算数・数学・国語/英語お申し込み
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1F
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] [検索]