

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.280

北摂WEST

吹田・豊中
箕面・池田

7月31日発行 無料



真夏のごほうび

アイスト
と
かき氷



WE ARE PLANET SAILORS
40
Since 1986

おかげさまでシティライフは
40周年を迎えました

表紙／撮影：阪下ケンジ・白井孝明 協力：CAFE&BAKE BeBe・山ト氷 かやの店

ひまわりパフェ

780円

※14時から提供

8月限定の新作は夏らしさ満点。自家製ミルクアイスをはじめ、クリーミーな牛乳プリンやラムネ味の青空ゼリー、濃厚なマンゴーコンポートが美しい層をなすパフェに、大輪のひまわりクッキーをトッピング。味や食感が異なる組み合わせで、どこを食べても楽しめる。

Cafe&Bal Magis

(カフェアンドバル マジス)

吹田市垂水町3-10-20

営／ランチ:11時～14時、

ティータイム:14時～17時半(LO17時)

※金曜日は18時～22時半(LO22時)も営業
定休なし

☎06-4861-7888

Instagram@cafebalmagis

夏の彩りが詰まった一杯



素材本来の味が楽しめる手作りジェラート専門店。定番のチョコレートなど6～7種を中心に、限定メニューも含め、全16種を取り揃える。人気のピスタチオは濃厚な味わいで、香ばしさと豊かなコクが広がる。色鮮やかなサンタローザは、すももの爽やかで甘酸っぱい味わいが魅力。

Gelateria89

(ジェラテリアハチキュウ)

箕面市桜井2-10-23

営／12時～19時

火曜定休

☎072-724-1314

Instagram@gelateria89

季節を味わう手作りジェラート



ジェラート ダブル

580円

※写真はピスタチオとサンタローザ
(ピスタチオはプラス100円)

甘酸っぱいアイスとチーズの競演



レモンパフェ

990円

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、さまざまな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。

サクッと頬ばるアイスサンド



クッキーサンドアイス

各486円

(ヨーグルト、パッションマンゴー、チョコレート、ストロベリー)

東京のホテルなどで修業したシェフが手がけるスイーツが評判。「クッキーサンドアイス」はケーキと同じ材料で仕立てたアイスを薄焼きのクッキーでサンド。バニラやチョコなど全12種類のラインナップで、サクサクのクッキーと滑らかなアイスのバランスが絶妙な味わい。

Pâtisserie La Fête

桃山台店

(パティスリーラフェット)

豊中市新千里南町3-1-13-106

営／10時～19時

不定休

☎06-6872-3399

ケーキパフェ

(お好みのケーキに
プラス650円でパフェに変更)

アイスとケーキのよくばりコンビ



バニラアイスやフルーツが盛られたパフェの上に、たっぷりの生クリームとココア風味のスポンジ、大ぶりのいちごを使ったケーキ「ショートケーキ ニューヨークカット」がまるごとのった驚きのビジュアル。ボリューム満点で、スイーツ好きにはたまらない一杯だ。

MIOR 豊中店

(ミオール)

豊中市本町1-11-1

営／8時半～20時

(イートインLO19時45分)

定休なし

☎06-6846-2898

たっぷりのマンゴーで夏を味わう



マンゴーかき氷
(紅茶付き) 1,390円
※11時半からの提供

口当たりのよさにこだわり、かき氷はあえて手動の機械で削る一杯。ジューシーなフレッシュマンゴーに、華やかな香りと濃厚な甘さの自家製マンゴーソースとコクのある練乳を重ねた贅沢な味わいが特徴だ。ムレスナティーの紅茶がセットになっているのも嬉しい。

特典 LINEのクーポン画面提示と
かき氷各種を注文で
トッピング1つ無料 (8月末まで)

hareiro

〈ハレイロ〉

吹田市円山町6-30
営／9時～19時(火曜のみ9時～16時)
※ランチは11時半～
水曜定休 ※8/6(木)まで夏季休業
☎06-6310-1630
Instagram@hareiro

フレンチの技が光る創作氷

桃のかき氷 1,900円
※8月中旬頃まで提供、
無くなり次第終了



ホテルやフレンチで腕を磨いたパティシエが営む。8月・9月はかき氷とパフェを提供し、今の季節にオススメなのが桃のかき氷。桃のコンポートやミルクアイス、ヨーグルトクリームなどをトッピングし、食べ応え抜群の逸品だ。他に野菜系など全4種がラインナップ。

Michiru Assiette Dessert

〈ミチル アシェット デザート〉

箕面市桜1-16-26
営／12時～18時
火曜・水曜定休、不定休
※かき氷は8/3(月)から提供 ※完全予約制
※1時間毎の入れ替え制、最終受付は17時
Instagram@michiru_assiette_dessert

パイン×チーズが生む新感覚の味わい



パインと
クリームチーズ
1,900円

人気パティスリーが手がけるかき氷専門店。夏限定の「パインとクリームチーズ」は上質なパイナップルで仕立てたジャムとシロップをふんだんに使用。まろやかなクリームチーズがコクを添え、アーモンド入りクッキーを氷の中にしのばせて食感のアクセントも演出する。

山ト氷 かやの店

〈やまとこおり〉

箕面市白島1-7-25
営／12時～18時(LO17時半)
月曜・火曜定休(営業の場合あり、
インスタで確認)

☎072-768-8086
Instagram@yamatoko_ri

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。



赤い苺の味に、
氷の冷たさを感じよう



苺ミルク 1,760円
※かき氷は土日祝の
限定メニュー

心にとどくお菓子工房 ミルフィーユ アンヴェール

吹田市佐井寺南が丘16-1
営／10時～19時(平日LO16時、土日祝日LO17時)
定休なし

☎06-6310-9500
Instagram@mille_feuille.official

八ヶ岳から取り寄せた天然氷を温度や削り方などにこだわって削る、天然氷ならではのくちどけの良さが際立つ一杯だ。真っ赤な色合いが目をひく「苺ミルク」は、パティシエ特製の苺シロップと練乳がベストマッチ。イチゴの甘い香りとミルクィな風味がふわふわ氷とよく合う。

桃練乳 1,700円

※9月上旬頃まで提供、無くなり次第終了
※ネット予約の方のみオーダー可能

愛犬と一緒にくつろげるカフェでは、桃を贅沢に使った一杯を提供。氷の上には自家製練乳とエスプーマ生クリーム、角切りの桃を添え、中には一口大にカットした桃約1個分と濃厚なソフトクリームを忍ばせている。最後の一口まで飽きさせない仕上がりがりだ。

WAN CAFE

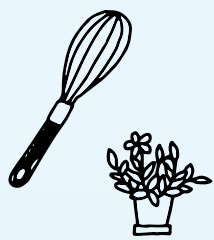
〈ワン カフェ〉

豊中市蛍池東町3-2-13 メゾンタカノ1F
営／金曜～日曜:13時～18時(LO17時)
営業日と予約方法はインスタで確認

☎06-6848-1788
Instagram@wancafe_toyonaka

桃づくしのごほうび氷





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(プロフーズだけ予約なしでOK!)。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。



8/6(木)、20(木)、27(木)
13時半～14時半

各回5名 [大人のみ]

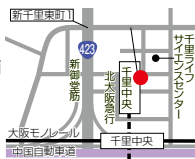
無料

トレーニンググッズお土産プレゼント

080-4744-9596

歩行特化フィットネス GOOD STEP

〈グッドステップ〉
豊中市新千里東町 1-3
せんちゅうパル3F 北側 310区画
営/月曜～土曜 9時～12時・
13時～17時半
日曜・祝日定休
北大阪急行「千里中央駅」直結



猛暑に負けない身体づくり お家でできるトレーニング講座

40～90代まで幅広い年代が通う、歩行と姿勢に特化したトレーニングができる『GOOD STEP』。暑い夏、外出機会が減っている方のために、今回は歩行専門トレーナーがお家でできる簡単トレーニングをレクチャー!座ってできるような簡単な運動なので、運動が苦手な方でも安心。涼しい環境で無理なく身体を動かしてリフレッシュもでき、トレーニンググッズのお土産までもらえる、お得がいっぱいの講座だ。

「適度な運動は夏バテ対策にもなるので、少しずつでも身体を動かすきっかけにできれば嬉しいです」とトレーナーの堀戸さん。



8/29(土) 13時～14時

15名 [大人のみ]

無料

072-727-2255



PCデポ スマートライフ 箕面BASE

箕面市今宮1-8-22
営/10時半～19時
水曜定休 無料駐車場あり



AIで仕事や 暮らしを便利に 今日から役立つ活用術

スマートライフ箕面BASEは地域の方々がデジタルを学べる「学校」。毎日の暮らしや趣味はもちろん、新たな挑戦や仕事の場面でも役立つ、心強い味方になってくれるAIを基礎から学ぶことができる。講座が分かりやすいと好評で、大人の学びの場として人気を集めている。今すぐ役立つ生成AIの活用法を、この「学校」で身につけよう!

AIは暮らしの便利な道具。地域のデジタルライフプランナーが誰でも分かりやすく丁寧に教えてくれる。



8/9(日)、23(日) 11時～14時

各回6名 [大人のみ]

2,000円

エプロン、布巾

06-6310-0557

人気メニューを 自宅でも 居酒屋さんの料理教室

今年1月にオープンし、中央市場直送の鮮魚や朝びき鶏をリーズナブルに味わえると人気の同店。居酒屋メニューを家庭でも楽しめるようアレンジした料理教室を開催。8/9はオリジナルのきのこソースを使った「鶏肉のきのこソース焼き」、8/23は元パティシエの店主が教える「特製プリン」。ちょっとしたコツで、いつもの料理がお店の味に。両日参加も大歓迎!

ランチの一番人気はジュシーなチキン南蛮定食。広々とした店内にはテーブル席と座敷を備える。



居酒屋 花雫

〈カナン〉
吹田市五月が丘南28-26
1stビル1F
営/11時～14時、
17時～23時(L.O.22時半)
火曜定休 近隣有料P有り



8/17(月) 11時～12時

8/28(金) 11時～12時

各回10名 [大人のみ]

無料

06-6599-9219



令和音楽院

〈レイワオンガクイン〉
豊中市寺内2-13-11
第2マンション寺直205
営/10時～21時
年中無休

contact@reiwaongakuin.com
https://www.reiwaongakuin.com



テノール歌手鹿岡晃紀と 世界の名曲を歌おう

吹田市出身、大阪音大音楽科卒、実力派のテノール歌手・鹿岡晃紀さん。関西各地でテノールソリストとして活動し、心を動かす歌声と明るい人柄にファンも多い。そんな鹿岡さんと一緒に世界の名曲を歌うことができる!4歳から80歳の方まで、幅広い世代が通っている「令和音楽院」で、楽しく歌って自分を解放する充実した時間を過ごしてみては。

「令和音楽院」の代表でもある鹿岡晃紀さん。プロ合唱団である神戸市混声合唱団の団員。サントリー1万人の第九などの合唱指導者としても活躍中。





8/5(水)、6(木)、19(水)、20(木)、26(水)、27(木)
①ヨガ:10時～11時
②顔ヨガ:11時15分～12時15分

各回10名【大人のみ】

各レッスン2,000円→読者限定1,000円(両方受講は2,000円)

ヨガ:ヨガマット(体験時無料レンタル有り・要予約)、水、フェイスタオル
顔ヨガ:特になし

090-4253-0772
(担当:ルナヨガ/村瀬)



LINEから申し込みもOK

真宗大谷派
城南山 本眞寺
〔吹田院〕
吹田市高浜町4-33



講師の村瀬先生はインド伝統のハタヨガをベースに、呼吸とポーズで心身のバランスを整え、本来の健康と美を引き出してくれる。



静寂な空間でリフレッシュ 寺ヨガ&顔ヨガ体験

吹田の本眞寺で開催される「寺ヨガ」は、静かで落ち着いた空間で、心身を整える癒しの時間。呼吸を意識しながらゆっくり体をほぐすため、初心者や体が硬い方も安心して参加できる。顔ヨガでは表情筋を鍛え、ほわい線やシワ、たるみなどの悩みにアプローチ。読者限定、各レッスン半額で受講でき、先着10名に記念品(念珠)をプレゼント!



壁紙ワークショップ

9/1(火) 10時～12時

4名【大人のみ】

家具コーディネーション

9/15(火) 10時～12時

4名【大人のみ】

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



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。



7/27(月)～8/22(土) 11時～16時

1回4名程度【未就学児～大人】

300円

所要時間10～15分程度。
上記期間中は随時開催。

店舗で直接スタッフに申込を

プロフーズ
大阪箕面店

箕面市小野原西3-20-20
10時～19時
無休(正月を除く)
Pあり
TEL.0120-41-2622



広々とした駐車場なので車で利用しやすい。



簡単・手軽・誰でもOK アイシングクッキー体験

家庭で作るパン・和菓子の材料、世界と日本のこだわり食品が揃う「プロフーズ」でアイシングクッキー作りを開催。色々な型で焼かれたクッキーを5枚選び、4色のアイシングカラーを使って好きな模様などを描く。スタッフがうまく書けるコツなどを説明してくれるので、初めてでも安心して仕上げられる。座席数に限りがあるため若干の待ち時間が生じる場合や、1日の予定数に達すると体験が終了となるので注意。参加希望の方は店内スタッフに声をかけて。



8/7(金) 12時～17時

8/8(土) 11時～17時

8/9(日) 11時～17時

※予約優先。上記の時間内であれば随時参加OK

各日程5組【3歳～大人】

3,300円(花材・器・ミニアイス付き)

必要であればエプロン

070-1768-2109

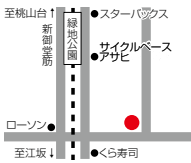
(担当:戸野谷)
またはInstagram
(@ma_cherie116)
のDMから



Instagram

ma cherie 〈マシェリ〉

吹田市江坂町5-14-8
9時～19時
火・水曜定休 近隣Pあり



夏休みは親子で フラワーアレンジメント

「自由にお花が摘めたら」そんな子どもの夢を叶えてくれるカフェ×フラワーショップma cherieのワークショップ。たくさんのお花から自分の"好き"を見つけ、アレンジメント体験ができる。完成した作品はそのまま持ち帰られるので、自宅でも「どうしてこのお花を選んだの?」など親子の会話を楽しむきっかけに。夏休みの思い出としてぜひ。



お気に入りのお花がきっと見つかる(大人だけの参加も歓迎)



8/18(火)、19(水)
11時～13時
※申込みできるのは、いずれか一日のみ。

各4名【小学生のみ】
※1～3年生は要保護者同伴。
4～6年生は、同伴または要送り迎え。

無料 ※同伴の場合、保護者は有料でランチ注文必須。

メモ帳、ペン、白のTシャツかポロシャツ着用

06-6852-0950
(担当:伊藤)※申込みは開催前日まで。

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



かんたん接客体験& ナン作り見学会

ロマンチック街道で愛され26年を迎える同店。小学生の子どもたちに本格アジア・エスニックレストランの雰囲気ふれてほしいと「かんたん接客体験&本場のナン作り見学会」を開催!さらにインド人シェフやスタッフと一緒に「おもしろスパイスクイズ」も!体験後は、同店人気の「お子さまランチ」も味わえる盛りだくさんの一日に!



「お子さまランチ」はカレー、ナン、チキンに、ドリンクとデザートまでついてくる!



8/29(土)
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】

無料 ※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。

必要な方は飲み物をご持参下さい

070-2220-9000

※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 豊中校

豊中市上新田3-1-9 スタジオ千里301
【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



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。



教室の様子。作った作品は、当日お持ち帰り可能!

～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。

1300年の歴史を誇る円満寺の新しいお墓の形

樹木葬やカード式など 安心の永代供養

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。

家族と自分に 負担のない供養を

JR・阪急吹田駅から徒歩5分。足利將軍の菩提寺として1300年の歴史を誇る常光円満寺では、少子化や核家族化など家族のあり方が変化の中、一人ひとりに合った供養の形を提案している。藤田住職は「お墓選びに正解はありません。大切なのはご自身だけでなく、ご家族が無理なくお参りを続けられること。今の暮らしに合った供養を選ぶことが、これからの時代はより大切になってきます」と話す。そうした考えのもと、同寺では早くからカード式納骨堂を

導入。従来の仏壇型やロツカー型に加え、同寺で今最も人気が高いという。カード式納骨堂は「遠方で通いづらい」「掃除や草抜きなど管理が大変」といった悩みを解消し、冷暖房完備のバリアフリー設計で、季節を問わず快適にお参りできる。利用件数は1600件を超え、「手ぶらで気軽に参りたいだけ好評です。お子さんの負担にならないように、カード式納骨堂を選ばれる方が増えています」。さらに

2025年7月からは樹木葬の案内も開始。「樹木葬を通して、寺として供養の選択肢をさらに広げていきたいです。四季折々の自然に包まれながら、大切な人との絆をそとつなぎなおす場所になればと思っています」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

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参りいただけます」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。



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]

【シティライフ主催】

今こそ始める終活セミナー
樹木葬やカード式納骨堂、
負担のない最新のお墓選び

日時：8/28(金)10時～11時
場所：千里朝日阪急ビル14F 第5会議室
豊中市新千里東町1-5-3 詳細はP.9へ▶

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。



家族に負担をかけない新しいお墓 遺骨が自然循環する「循環葬」

近年、少子高齢化や核家族化を背景に、お墓を持たない供養方法を選ぶ人が増えている。そのひとつが、遺骨を細かくパウダー状にして森に埋葬する「循環葬」だ。遺骨は樹木の

栄養となり、森を豊かに循環しながら、次の生命へとつながっていく。埋葬地は、1200年続く霊場として知られる能勢妙見山の敷地内に広がる森。墓石を建てないため、継承者を必要とせず、遺族が維持・管理を行う必要も、将来墓じまいをする心配もない。新しい供養のかたちに関心のある方は、ぜひ一度、お気軽に問い合わせて、森に足を運んでほしい。



「循環葬」では、森全体がおまじりの対象。遺族や友人に森林浴などで自然を感じていただくことが、故人を偲ぶことに繋がるとい



遺族と一緒に埋葬を行うことができる。

循環葬 RETURN TO NATURE at 能勢妙見山

(リターントゥ ネイチャー)
豊能郡能勢町野間中661
☎070-1808-2288
※詳しくは「循環葬」で検索

見学予約、随時受付中 「スタッフがご案内します」

「妙見山の豊かな雰囲気や豊かな自然を、ぜひ感じに来てください」と話すアテンドの二岡さん。
※見学は要予約。



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

「相続」「贈与」「不動産」のことで お困りの方のための相談窓口

ので安心。もちろん事前の対策だけでなく、実際に相続が起きたときの税務申告や財産の評価、書類の整理も任せられる。相続・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

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 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

税理士法人 イースリーパートナーズ
税理士 大崎 達也さん

高槻事務所

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/

【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
申込はこちら▶

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、子どもたちに
心配を残さないよう
に永代供養を希望さ
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
す」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。



個別納骨墓には家名が刻まれる。



山門



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

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。

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

は、まさに家族をお迎えする気持ちです。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。

「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ます。ご縁あつて当寺に入ってくださいこと

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。

阪急箕面駅から徒歩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

歴史あるお寺
アクセス抜群で
バリアフリー対応

～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。

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



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
こちらから



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」。



北摂のまちを元気にするアクションプラン大賞

City Life Award

シティライフ アワード

エントリー受付中

「北摂のまちを元気にしたい!」という想いのもと、北摂にこだわった取組みや事業など新しい挑戦を応援する「シティライフアワード」を実施します。40年前、シティライフの創業もまた、北摂で生まれた一つの小さな起業でした。本アワードが光をあてるのは、完成された実績よりも、これから育っていく「新しい芽」です。北摂地域の課題に向き合うアイデア、暮らしを豊かにする活動、街にあらたなつながりを生む事業―。業種・形態は問いません。北摂7市3町を舞台とする、独自性を備えた新しい取組み・事業を募集します。

※エントリー費や審査費など、ご応募・受賞にかかる費用はありません。

応募資格

- 以下のいずれかの市町を中心に行う事業・活動※1
（豊中市・吹田市・高槻市・茨木市・箕面市・池田市・摂津市・島本町・豊能町・能勢町）
- 個人、または従業員50人以下の小・中規模事業者・団体・法人
- スタートして3年以内の事業※2

※1.応募者の居住地・所在地は問いません。※2.応募団体の設立年月日に制限はありません。

スケジュール

〈エントリー期間〉2026年10月31日(土)まで
〈一次審査結果通知〉2026年12月下旬
〈最終審査プレゼンテーション〉2027年1月中旬～2月中旬
〈結果発表・授賞〉2027年3月

問い合わせ先

株式会社シティライフNEW・シティライフアワード事務局
TEL.06-6338-0640（平日10:00～17:00）

応募について
詳細はこちら



受賞者には、シティライフが取り組みをサポート！

大賞

- シティライフに特集記事を掲載
- シティライフニュース(Web)に記事を掲載
- 当社主催イベントへの出店支援
- 事業や取り組みへの継続的な伴走支援

優秀賞（成長事業賞）

特別賞（チャレンジ事業賞）

- シティライフの紙面に掲載
- シティライフニュース(Web)で紹介

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）

こんな方にオススメ

- ✓ 認知症や介護のサポートが心配だ
- ✓ 一人暮らしの将来が不安だ
- ✓ 実家の相続をどうしたら良いかわからない
- ✓ 子どもに迷惑をかけたくない

参加者の声

弁護士の先生が法律の面を、ファイナンシャルプランナーの先生がお金の面をサポートしてくれました。不安だった相続対策も、一度の相談で進めるべきことが明確になり、安心することができました。（茨木市在住 60代夫婦）

50～60代向け ライフプラン相談会も開催

「金融商品を勧めない」がモットーです。定年退職後のライフプランニングについてもお気軽にご相談ください。

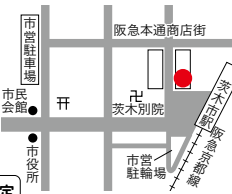
【会場】 ふくおか洋一法律事務所

茨木市永代町5
阪急駅前茨木ビル（ソシオ1）
3階311

【申込み・問合せ】

TEL.072-634-3331

日程が合わない場合は個別に調整できます。
ご相談お待ちしております。



詳細はこちらから



【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 フィールドアン2F アイポス | Q で検索

Seminer

セミナー

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・お墓など、様々なことに準備を進めていくことが大切です。最新の情報を知るとともに、先延ばしにしていた「終活」について考えてみてはいかがでしょうか。

各セミナー
先着
24名限定

参加無料
予約制
(複数受講可)

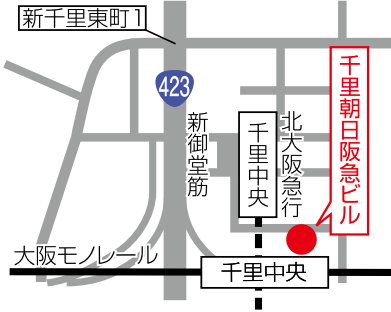
日時

8/27木・28金
10:00 - 16:50 10:00 - 15:40

※セミナー開始時間から15分を過ぎての入室はお断りさせていただいております。

場所

千里朝日阪急ビル14F
第1号会議室[27日]
第5号会議室[28日]
豊中市新千里東町1-5-3



8/27木

1

10:00
〜
11:00

お金の置き場所でかわる！長生き時代のお金の整理術

「終活」と切っても切れないのがお金の問題。認知症による資産凍結対策、介護への備え、相続対策（3つの基本）について、わかりやすくお伝えします。もしもの時に備えるお金や、ご自身・ご家族のために使うお金について、この機会に整理してみませんか。これからの人生を見据えた「お金の置き場所」はとても重要です。残りの人生を自分らしく、より有意義に過ごすために、一緒に考えてみましょう。

講師 株式会社ノーダス ファイナンシャルプランナー 赤川元秀さん
ファイナンシャルプランナー歴21年。相続相談を含めこれまで2,500件以上を担当。過去に参加した方からは「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。



2

11:10
〜
12:10

もしもの時、家族が困らないために。行政書士が教える今日から始める、はじめての終活入門セミナー

年間1,000人以上が参加する終活相談会を開催する行政書士が、終活、遺言・相続の不安を解消します。「何から手をつければいいかわからない」「将来の家族の負担を減らしたい」とお考えの方は必見です。専門家の視点から、あなたとご家族の安心を守るための具体的な一歩をご提案します。

講師 MIRAI行政書士事務所 行政書士 西脇 清訓さん



行政書士として終活専門に6年、年間300件以上の相続相談を解決。福祉施設専門のシステム会社役員の経験を活かし、おひとり様の終活支援に定評がある。

3

12:20
〜
13:20

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。



4

13:30
〜
14:30

相続に必要な備えを！現役行政書士の遺言書作成セミナー

遺言書は、財産の分け方を決めたり、家族が「争族」で揉めないようにするだけのものではありません。実際の相続で何が起るかを確認し、必要な備えをするための大切な法的手段です。本セミナーでは、グリーングループの豊富な遺言相談の経験から、ご自身に合った遺言書を作るための考え方をわかりやすく解説します!

講師 グリーングループ所属 行政書士 新沼 悠太さん

相続や相続対策の相談を年5,000件以上手がけるグリーン司法書士・行政書士法人において、幅広い分野での経験を活かし、相談者の希望に柔軟かつ的確に対応する行政書士。（東京都行政書士会所属 登録番号 23082385号）



5

14:40
〜
15:40

「うちは大丈夫」が一番危ない！大相続時代がやって来る

相続トラブルは想像以上に身近にあります。今回は行政書士とのコラボ開催!難しい法律の話ではなく、気になるお金のことも含めて実際に役立つ「相続の基本」をお金のプロが分かりやすくお伝えし、皆さまの悩みを解決します。

講師 相続診断士・ファイナンシャル・プランナー 大木 由加里さん

講師 行政書士 奥村 康代さん

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安心してマネー相談ができると評判。



6

15:50
〜
16:50

「こんなことで困った終活、ありませんか？」基本の対策講座

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、理想の終活と現実のギャップを埋めるために必要な情報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。



箕面商工会議所

【ビジネスマッチング交流会】 参加事業者募集!!

ホームページやSNS、チラシ、パンフレットなど、自社の情報発信や広報に課題を感じている事業者と、デザイン・写真・動画制作などを手掛けるクリエイターをつなぐ交流会です。

「自社の魅力をもっと伝えたい」
「広報物を見直したい」
「信頼できるクリエイターと出会いたい」
そんな事業者の皆さまは、ぜひこの機会にご参加ください!!

【日時】8月27日(木)14時〜17時
【会場】UZUUMU 3F(箕面市牧落3-3-8)
【問合せ】箕面商工会議所
TEL 072-721-1300

詳細は右記QRコードより、HPをご確認ください。



吹田商工会議所

WOMAN創業支援塾について ～踏み出せ!本気の第一歩～

吹田市男女共同参画センターと連携し、これから開業を目指す女性のための創業支援塾を開催します。※8月5日(水)締切

【日時】8月18日・25日、9月1日・8日・15日・29日
10月6日・13日(いずれも火曜日)
各日10時〜12時まで
※8月18日・25日は10時〜12時半まで
【会場】吹田商工会議所 【受講費】無料
【定員】女性30人(多数の場合、市内在住、在勤、在学の方を優先して抽選)
1歳から就学前の幼児10名まで、一時保育あり(多数の場合、抽選)
【問合せ】吹田市立男女共同参画センター
TEL 06-6383-7202
【申込方法】
右記QRコードから電子申込
またはメール、FAX、電話、郵送で男女共同参画センターへ直接申込



豊中商工会議所

第1回 とよなか創業塾

豊中商工会議所は、全5日間の創業塾を開催します。実績豊富な中小企業診断士や税理士のほか、サバ博士こと実業家の右田孝宣氏を講師に迎え、実務で即役立つ知識を伝授。丸亀商工会議所の優れたデータを元にした計画書作成や、オリジナル特典テキストの配布など、他では学べない内容が満載です。創業前後の不安を解消する絶好の機会に、ぜひご参加ください。

【日時】9月26日、10月10日、24日、
11月7日、21日(全て土曜日)
各日13時〜16時
【受講料】無料
【会場】豊中商工会議所
【問合せ・申込み】
豊中商工会議所
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!

シティライフ主催

Syukatsu

今こそ始める“終活”

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8/29(土)～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。



野菜とつぶつぶアプサラカフェ
(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

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

8/28金

1

10:00
～
11:00

樹木葬やカード式納骨堂、負担のない最新のお墓選び

「お墓が遠くて管理が難しい」「子どもの負担になるのでは」といったお墓に関する悩みはありませんか？核家族が増え、ライフスタイルの多様化に伴い、お墓のカタチも変化しています。円満寺では、昨年の夏に誕生した「樹木葬」や大阪初の「カード式納骨堂」など、跡継ぎに負担をかけない供養やお墓選びのポイントをお伝えします。

講師 常光円満寺 住職 藤田 晃秀さん

足利将軍の菩提寺として1300年以上の歴史を誇る常光円満寺。現代のライフスタイルに合った永代供養ができるお寺としてメディアで多数取り上げられ、注目を集めている。昨年から樹木葬が誕生し、さらに供養の選択肢が広がっている。



2

11:10
～
12:10

いざという時に後悔しない、お葬式の事前準備

お葬式の事前準備について前向きに考えてみませんか？いざという時に慌ててしまい、後悔される方も少なくありません。ご自身やご家族のこと、誰かに相談するには聞きにくい内容のアドバイスや、費用のお話もさせていただきます。来場者にはエンディングノートをプレゼント。

講師 阪急の家族葬 エテルノ阪急千里・小野原 藤井 千園さん

厚生労働省認定・葬祭ディレクター技能審査 1級葬祭ディレクター。葬儀業界での実績・経験を基に、通夜・葬儀のプロデュースはもちろん、生前準備のお手伝いからアフターフォローまで様々なお困りごとに真摯に取り組む。



3

12:20
～
13:20

今年から始める、今からわかる。相続と遺言スタート講座

今年から、今から、少し調べだ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やその対処法、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。相続と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

認知症の財産凍結に備える！現役司法書士の家族信託セミナー

認知症などで判断能力が低下すると、預貯金の引き出しや不動産の売却ができなくなることがあります。そんな財産凍結への備えとして注目されているのが家族信託です。本セミナーでは、家族信託の仕組みや後見制度との違い、どんな方に向いているのかなど、知っておきたいポイントをわかりやすく解説します！

講師 グリーングループ所属 司法書士 山中 泉さん

相続や相続対策の相談を年5,000件以上手がけるグリーン司法書士・行政書士法人において、傾聴力と真摯な対応を持ち味とし、資産承継・生前対策など多分野で活躍する司法書士。(大阪司法書士会所属 登録番号 大阪第2214号)



5

14:40
～
15:40

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



SL2905-4730-6125

箕面公園 いいね！プロジェクト

サマーフェスタ箕面公園2026

箕面大滝・滝道沿いライトアップ

期間▶ 7月26日(日)～8月31日(月) 日没～21:00

気象警報発令時、河川増水時は中止



第30回箕面の森の音楽会

夏の夕暮れ、川のせせらぎが心地よい箕面の森で音楽を楽しみませんか(野外音楽ライブ)

日時▶ 8月22日(土) 16:30～20:00 雨天中止
会場▶ 瀧安寺前広場(箕面公園内) 観覧無料



昆虫館

企画展「アゴとツノとトゲ」

かっこよくて面白い、昆虫のアゴとツノとトゲの世界機能と多様性がつまった面白い形を楽しもう!

会期▶ 2026年7月15日(水)～10月5日(月)
館内企画展示コーナー

休館日▶ 火曜日

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



昆虫館からのお知らせ

7月21日(火)～
8月31日(月)は
全日開館
いたします。
(定休の
火曜日も開館)

北摂エリアのお客様から多数お問合せいただいております

遺品整理・生前整理・ 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。先ずはご相談ください。

家具や家財そのまま片づけ不要!
丸ごと買い取り!

空き家、古家、買い取ります!



対応エリア: 大阪・京都・兵庫・奈良 他



カウカウ KAUKAU
0120-088-506

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

今日からできる読書習慣づくり

- ☑ 漫画は読書の入り口としてOK。
学習まんがなら知識の定着にも効果的
- ☑ 子どもの興味がある分野の本を揃えておくと、
自然と手が伸びやすい
- ☑ 好きな本ばかり読むときは「1時間はこの本、
30分は好きな本」と話し合いルールを決める
- ☑ 紙の本は電子書籍より記憶に残りやすいので、
寝る前などは紙の本がおすすめ



いまの科学でいちばん正しい
子どもの読書
読み方 ハマらせ方

著/堀田 秀吾 定価/1,650円
出版 / 株式会社Gakken
Amazon、楽天ブックスなどで購入可

最新研究でも、読書の効果は、「語彙」や「学力」だけでなく、「創造力」「共感性」「メンタルヘルス」にも影響することがわかってきた。本書では、年間数千本の論文を読む「科学論文オタク」の言語学者が、「いまの科学でいちばん正しい、最高の読書法」を教える。



明治大学 教授 堀田 秀吾 先生

ほった しゅうご/ 言語学者(法言語学、心理言語学)。1999年、シカゴ大学言語学部博士課程修了後、立命館大学法学部助教授、ヨーク大学オズグッドホール・ロースクール修士課程修了、博士課程単位取得退学を経て、現職。司法分野におけるコミュニケーションに関して、社会言語学、心理言語学、脳科学などの様々な学術分野の知見を融合した研究を行っている。



読書は「共感性」を育てる鍵

読書はお子さんの文章理解力や批判的思考力を高め、学力全般の向上にもつながります。毎日30分以上、本を読む子どもは国語や数学のテストで約10〜20%高い得点を取ることが多いという研究結果があります。中でもフィクションを読むと「人の心を読む力」、つまり共感性が育つことが研究で分かっています。人と繋がるために欠かせない

「読みなさい」より環境づくりを

子どもに「読みなさい」と命令するのは逆効果です。人は自由を制限されると反発したくなるからです。それよりも家に小さな本棚でいいので読書コーナーを

作る、旅行にはゲームでなく本だけを持つていくなど、自然と読みたくなる環境を整えましょう。読んだ後に親子で語り合うなど、読書を楽しみ経験と結びつけてあげることも大切です。読み聞かせも有効性が実証されており、子どもの目を見て感情豊かに読み、読んだ後は「どんなお話だった?」と聞いてあげると、理解も記憶も深まります。1日何ページ読むかを決め、進捗を記録するのもおすすめです。

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



子どもの読書習慣づくり

研究結果が導き出した正しい方法で行う

子育てに役立つ情報をお届けしているキッズ&ママ。今月のテーマは「子どもを読書好きにする方法」。言語学者であり、明治大学教授の堀田秀吾先生に様々な研究結果に基づいた「子どもの読書のハマらせ方」を聞いてみました。

英会話スクール

バランスよく英語4技能が身につく
保護者満足度99%の信頼と実績



バスもあって大助かり!
対象年齢: 年少〜中学生
(一部教室により異なる)



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

大阪モノ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

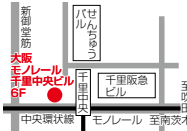
【英語学童】

受付/11時〜20時

(土曜:10時〜18時)

日・祝定休

☎06-6832-0071



- 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** (2名以上同時入会)→教材費**100%OFF**
 - スクールバッグ** (小学6年生まで) **プレゼント**
 - 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

●緑地公園校

豊中市東寺内町5-38

緑地東タハンハイツ1F

受付/11時〜20時 (土曜10時〜18時)

月・日・祝定休

☎06-6338-5554

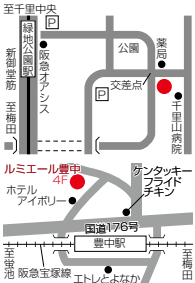
●豊中校

豊中市本町3-1-57 ルミエール豊中4F

受付/11時〜20時 (土曜10時〜18時)

月・日・祝定休

☎06-6858-5571



不登校の児童・生徒向け
学習スペース



対象は小学3年生〜中学3年生だが、できるだけ多くの子どもたちを支えたい思いから、その他の学年でも相談可能。

学習は完全個別対応

保護者からは「明るくなった」という声も

教材は、「出席扱い」の実績がある教材を使用。また、教科に関わらず、興味を持っている学習を積極的に進めることも可能。通っている子どもの保護者からは「明るくなった」「通うのを楽しみにしている」という声も。

学び場 ポルト

豊中市岡上の町4-4-2

タナカ産業ビル2号館 205

受/月〜金 10時〜17時

土日定休 ※駐輪場あり

☎06-6152-7344



無料の保護者向け相談窓口も開設
親が「気になること」をサポート

不登校やまだら登校の子どもたちが安心して学べる場所として、今年3月に開校した「学び場ポルト」。登校せずとも学習したい意欲を大切に、「子どもたちがやりたいことを支えられるような、伴走型のスクールです」と藤本先生。また、先生の家族が不登校だった経験から、保護者へのサポートにも力を入れている。気軽に相談できる窓口の開設、情報交換を兼ねた座談会の開催などを予定。気になる方は電話やメールで問い合わせよう。



キャリアコンサルタントの資格を持ち、長年、人材育成に携わってきた藤本先生(右)をはじめ、スタッフが学習をサポート。

ホームページ



特典

「シティライフを見た」で
●親子で受診できる「学習スタイル診断セルフポートレート」含む入会金22,000円→**無料**
(8月末まで)

学習塾

「教科書を読む力を育てます」
解けるようになると勉強が楽しい



「普段の学習で自ら創り上げた能力を発揮することで、子どもたちが自信を持てる場にしたい」と中野先生。

夏期講習・生徒募集中!

小学生が対象

日程: 8/3 (月)〜8/28 (金)

※宿題は生徒一人ひとりが決めていきます。



学習塾 きずな

吹田市江坂町2-2-20 名宏ビル2階

営/10時〜22時

※佐井寺校、阪急茨木市駅校、千里丘校

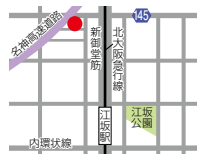
でも募集中! 詳しくはQRをチェック!

☎080-3877-0879

kizuna-inq@fsc-kizuna.com



「教科書を読む力」は、学ぶすべての基盤。学習塾きずなでは、ただ答えを教えるのではなく、自分で考え、問題を解く力を育てていく。自分で問題を解けるようになると、勉強が楽しくなり、学ぶ意欲がどんどん湧いていくという。さらに、自分で決めた塾の宿題やテスト対策もスムーズに進んでいくことに。成績がアップするとともに、子どもたちが自信を持って学び、成長する学習を体験しよう!



特典

「シティライフを見た」で
●入会金 22,000円→**無料!**
●8・9月の授業料→**無料!**
(8月末まで、一人一回限り)

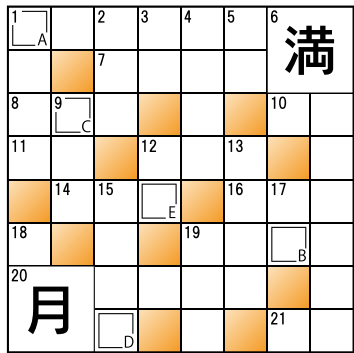
CROSS
WORD

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

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)

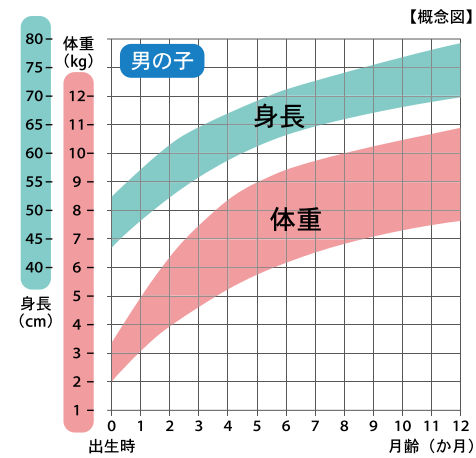
↓タテのキー

- 1 トルコの首都
- 2 スギヤヒノキやブタクサのこれはアレクサンダー
- 3 飢渴に苦しむ亡者
- 4 神奈川県のある市
- 5 ライオン。ベネチアのシンボルは有翼の○○
- 6 期限に到達。○○○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 〇微分
- 15 「赤ずきん」「3匹の子豚」の悪役。「○○○○と7匹の子ヤギ」
- 17 アメリカの通貨
- 18 なんぼブランド...
- 19 細かいこと。○○○切り、木っ端○○○

→ヨコのキー

- 1 金閣を造った室町幕府の將軍
- 7 「WAHAHA本舗」出身の名パイプレーヤー
- 8 〇減点
- 10 桃太郎のお供をした鳥
- 11 愛。デニスの0点
- 12 年に似合わない大人びている
- 14 メコン川中流の国、首都はピエンチャン
- 16 英語ではブート。パソコンを○○○する
- 19 寒い時やこわい時にブルブルブル
- 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 日ときねでペタンペタン。絵に描いたのは食べられない

家庭でできる成長チェック 『成長曲線』をつけよう

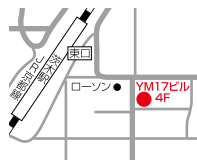


成長曲線とは、男女別に同年齢の子どもの身長・体重の平均値をグラフにしたものです。母子健康手帳や保育園・幼稚園の記録、学校の健康診断の結果をもとに、定期的に身長・体重を記録することで、お子さんの成長の変化を継続的に確認できます。※成長曲線は、日本小児内分泌学会HPで公開されています。

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、同じ年齢・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。遺伝や体質によることが多いですが、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うえで、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。

思春期が始まるタイミングは、将来の身長にも大きく関わる重要なポイントです。気になる体の変化を見逃さず、早めに対応することが大切です。当院では一般小児科診療をはじめ、「内分泌負荷試験」や「骨年齢レントゲン検査」など、低身長や思春期早発症の検査・診断から治療まで一貫して対応しています。成長曲線の一つの目安として、少しでも気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

教えてドクター

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。

「低身長」や「思春期早発症」について、MYキッズクリニックの南院長にお話を聞きました。

ゆとりと
緑と
広い空。

DEAR PREMIUM
Hannacity
尾崎

全193区画の
ビッグスケール

ABCハウジング展示場モデルハウス / 分譲地モデルハウスご覧ください！

物件概要●名称/ディアプレミアム阪南市尾崎～ゆとりと緑と広い空～●所在地/阪南市黒田193他●交通/南海線「尾崎」駅徒歩約11分～約16分・南海線「鳥取ノ荘」駅徒歩約9分～約13分●開発総面積/46611.46㎡●開発許可番号/大阪府指令建審第601-32号(令和6年3月15日)●敷地面積/150.91㎡(約45.65坪)～230.81㎡(約69.82坪)●私道負担/なし●前面道路幅/6m●用途地域/市街化調整区域●地目/宅地●建ぺい率/50%●容積率/100%●総区画数/193区画●販売区画数/71区画(第1期)●建物面積/92.56㎡(約28.00坪/3LDK～4LDK)～●建物価格/1,800万円～(消費税込・外構費別途要)●土地価格/1,050万円～1,990万円●販売価格(土地+建物)/2,850万円～3,790万円(消費税込・外構費別途要)●構造/木造軸組剛床パネル工法●引渡し/完成後随時●設備/関西電力(オール電化可)、都市ガス、公営上水道、公共下水道●事業主(売主)/双伸商事株式会社

双伸商事(株)

0120-344-355

〒598-0005 大阪府泉佐野市市場東2丁目11番21号 双伸ビル TEL 072-458-0202

来場予約
受付中

自社物件 / 17分譲地

全450区画から
お気に入りを探そう

ゆとりと
緑と
広い空。

DEAR PREMIUM
Hannacity
尾崎

全193区画の
ビッグスケール

ABCハウジング展示場モデルハウス / 分譲地モデルハウスご覧ください！

物件概要●名称/ディアプレミアム阪南市尾崎～ゆとりと緑と広い空～●所在地/阪南市黒田193他●交通/南海線「尾崎」駅徒歩約11分～約16分・南海線「鳥取ノ荘」駅徒歩約9分～約13分●開発総面積/46611.46㎡●開発許可番号/大阪府指令建審第601-32号(令和6年3月15日)●敷地面積/150.91㎡(約45.65坪)～230.81㎡(約69.82坪)●私道負担/なし●前面道路幅/6m●用途地域/市街化調整区域●地目/宅地●建ぺい率/50%●容積率/100%●総区画数/193区画●販売区画数/71区画(第1期)●建物面積/92.56㎡(約28.00坪/3LDK～4LDK)～●建物価格/1,800万円～(消費税込・外構費別途要)●土地価格/1,050万円～1,990万円●販売価格(土地+建物)/2,850万円～3,790万円(消費税込・外構費別途要)●構造/木造軸組剛床パネル工法●引渡し/完成後随時●設備/関西電力(オール電化可)、都市ガス、公営上水道、公共下水道●事業主(売主)/双伸商事株式会社

双伸商事(株)

0120-344-355

〒598-0005 大阪府泉佐野市市場東2丁目11番21号 双伸ビル TEL 072-458-0202

来場予約
受付中

自社物件 / 17分譲地

全450区画から
お気に入りを探そう

ゆとりと
緑と
広い空。

DEAR PREMIUM
Hannacity
尾崎

全193区画の
ビッグスケール

ABCハウジング展示場モデルハウス / 分譲地モデルハウスご覧ください！

物件概要●名称/ディアプレミアム阪南市尾崎～ゆとりと緑と広い空～●所在地/阪南市黒田193他●交通/南海線「尾崎」駅徒歩約11分～約16分・南海線「鳥取ノ荘」駅徒歩約9分～約13分●開発総面積/46611.46㎡●開発許可番号/大阪府指令建審第601-32号(令和6年3月15日)●敷地面積/150.91㎡(約45.65坪)～230.81㎡(約69.82坪)●私道負担/なし●前面道路幅/6m●用途地域/市街化調整区域●地目/宅地●建ぺい率/50%●容積率/100%●総区画数/193区画●販売区画数/71区画(第1期)●建物面積/92.56㎡(約28.00坪/3LDK～4LDK)～●建物価格/1,800万円～(消費税込・外構費別途要)●土地価格/1,050万円～1,990万円●販売価格(土地+建物)/2,850万円～3,790万円(消費税込・外構費別途要)●構造/木造軸組剛床パネル工法●引渡し/完成後随時●設備/関西電力(オール電化可)、都市ガス、公営上水道、公共下水道●事業主(売主)/双伸商事株式会社

双伸商事(株)

0120-344-355

〒598-0005 大阪府泉佐野市市場東2丁目11番21号 双伸ビル TEL 072-458-0202

来場予約
受付中

自社物件 / 17分譲地

全450区画から
お気に入りを探そう

ゆとりと
緑と
広い空。

DEAR PREMIUM
Hannacity
尾崎

全193区画の
ビッグスケール

ABCハウジング展示場モデルハウス / 分譲地モデルハウスご覧ください！

物件概要●名称/ディアプレミアム阪南市尾崎～ゆとりと緑と広い空～●所在地/阪南市黒田193他●交通/南海線「尾崎」駅徒歩約11分～約16分・南海線「鳥取ノ荘」駅徒歩約9分～約13分●開発総面積/46611.46㎡●開発許可番号/大阪府指令建審第601-32号(令和6年3月15日)●敷地面積/150.91㎡(約45.65坪)～230.81㎡(約69.82坪)●私道負担/なし●前面道路幅/6m●用途地域/市街化調整区域●地目/宅地●建ぺい率/50%●容積率/100%●総区画数/193区画●販売区画数/71区画(第1期)●建物面積/92.56㎡(約28.00坪/3LDK～4LDK)～●建物価格/1,800万円～(消費税込・外構費別途要)●土地価格/1,050万円～1,990万円●販売価格(土地+建物)/2,850万円～3,790万円(消費税込・外構費別途要)●構造/木造軸組剛床パネル工法●引渡し/完成後随時●設備/関西電力(オール電化可)、都市ガス、公営上水道、公共下水道●事業主(売主)/双伸商事株式会社

双伸商事(株)

0120-344-355

〒598-0005 大阪府泉佐野市市場東2丁目11番21号 双伸ビル TEL 072-458-0202

来場予約
受付中

自社物件 / 17分譲地

全450区画から
お気に入りを探そう

わが家のアイドル自慢

WEB版はこちら

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

あさちゃん / 箕面市

あさひくん / 高槻市

さくとくん / 高槻市

ゆのちゃん / 吹田市

いろいろん / 茨木市

祭りに祭りに
楽しむぞー!!

産まれて2週間が
経ったよ!

元気いっぱい
のヤンチャBOY

ハーフバースデー!!

あさちゃん / 箕面市

あさひくん / 高槻市

さくとくん / 高槻市

ゆのちゃん / 吹田市

いろいろん / 茨木市

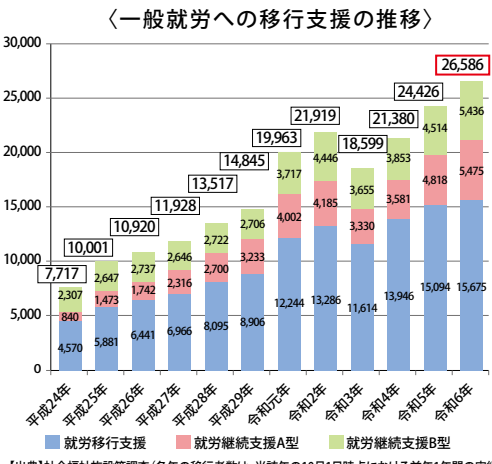
応募方法

【締切】2026年8月10日(月)まで
【掲載】CityLife 2026年9月号・CityLife News Web(紙面はEAST版に載る場合もございます) ※応募多数の場合は抽選となります。なお掲載可否に関する連絡は原則行いませんので予めご了承ください。 応募はこちらから

就労移行支援と就労継続支援A型・B型の違い

	就労移行支援	就労継続支援A型	就労継続支援B型
目的	一般企業への就職・訓練	サポートを受けながら働く	自分のペースで働く
対象者	一般企業への就職を希望する人	現時点で一般企業への就職は困難であるが、適切な支援により雇用契約に基づく就労が可能な人	A型や一般就労での勤務が困難な方、または一定の年齢に達している方など
雇用契約	なし	あり	なし
賃金	発生しない	給与(最低賃金以上)	工賃
年齢制限	65歳未満		なし
利用期間	原則2年以内	なし	

※詳しくは各自治体・地域の事業所等問い合わせを。



自立訓練・就労移行
学び場パレット

吹田市江坂町2-2-9
紙谷第七ビル2F
受/9時～17時
☎06-6310-1658
<https://www.college-pallet.com/>

HPIは
こちら

自立訓練・就労移行支援

最長4年間の手厚いサポートで
高校卒業後の“学びの場”を
共に青春を過ごす5期生募集

今年で4年目を迎える『自立訓練2年+就労移行支援2年』を組み合わせた、“学び場パレット”。「卒業後すぐ社会に出ることに不安がある」「今はまだ何をしたいのかわからない」…さまざまな想いを抱えた青年一人ひとりにスポットを当てて寄り添い、学生から社会人になるまでの成長をサポート。カリキュラムに沿った体験や実習を通し、自己理解と学びを深めていく。「同世代の仲間と過ごすことで青春を謳歌してもらえたら」とは代表の川村さん。来年4月入学の5期生募集中、夏休み中の体験実習も歓迎!

見学・相談・体験授業随時受付中

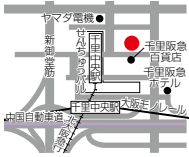


「体調に不安がある方、就労経験がない方、障がいがある方ご相談ください。学生やリワーク(復職支援)での利用も可能。」

お弁当・交通費支援制度も充実
お弁当支給・通所交通費助成(上限2万円)あり(※条件あり)。自由に飲めるドリンクサーバーも用意されており、負担なく通うことができる。

就労移行支援事業所 Cocorport
(株式会社コルポート)

〔大阪千里中央駅前Office〕
豊中市新千里東町1-4-1
阪急千里中央ビル8F
受付/9時～18時(月～土)
☎06-6318-9931
〔大阪梅田Office〕
大阪市北区芝田2-7-18 6F
☎06-6476-8130



就労移行支援

600以上ある充実のプログラム
職場定着率約90%を誇る
就職後3年半の手厚い定着支援も

全国180事業所、関西では18事業所、就職者数約6,030人・就職先企業も1,566社と確かな実績を誇るコルポート。日常や職場でのさまざまな場面を想定し、ロールプレイを通して対応を習得する訓練など、600以上の充実プログラムを用意。個別支援にこだわり、バリエーション豊富なプログラムから通所者の状況や目標に合わせて無理のない計画を提案。さらには就職後最大3年半の定着支援に注力し、細やかなフォローが定着率の高さへとつながっている。「就職はゴールではなくスタートなので、しっかりサポートしていきます」とは施設責任者の田路さん。見学・体験会は随時開催中なので、お問合せを。

なるべく職場に近い環境でのコミュニケーションを練習し、積み重ねていくことで、自信につなげてもらえたら嬉しいです。心配なことは何でも相談してください。



就労移行支援事業所
Cocorport
千里中央Office マネージャー
田路 華子さん

“自立・働く”を
支援する



各種ある就労系障害福祉サービスを利用して、自分らしく働く道を見つけてみませんか? しっかりとサポートしてくれる事業所と出会うことから始めてみましょう。

「就労移行支援」って、なんだろう?
働きやすい職場は見つかる?



家族ができることを
共に考える機会に
なれば幸いです。

なんでも相談して
ください。

一般社団法人 マノ・ア・マノ

おとなのひきこもり家族会

ひきこもり家族経験者の代表村上が、2020年から支援活動をスタートしました。一番近くにいる支援者である『家族のあり方』の大切さを実感しているからこそ、家族にとって本当に意味のある家族会を定期的に開催しています。

後援/大阪市社会福祉協議会 ※この事業は大阪市ボランティア活動振興基金にて実施

家族会「ひとりよりふたり」開催 | 参加費無料 TELにて要予約
TEL.06-7777-0150

8/30日
10/25日
13時～16時(出入り自由)
国民会館 内会議室
(12階)
[大阪市中央区大手前2-1-2]
大阪メトロ・京阪天満橋駅徒歩5分

理屈やなぐさめ合いではなく、
『具体的な将来不安』へ備える交流会

生活保護 就労支援
住居支援 心理不安

一般社団法人 マノ・ア・マノ
大阪市淀川区十三元今里2-11-7
ツインズウエスト305
☎06-7777-0150
<https://mano-a-mano.fun/>



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

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。

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



中3生対象

1番人気の講座いよいよスタート!

高校受験に向けた
最後の仕上げを
開進館で!

小・中対象 高校受験指導
Up 開進館
edu-pj

志望校別 特訓

9月開講

定員になり次第締切!

※お早めにお申し込みください

今だけお得!
志望校別特訓
受講特典

公開模試
全回無料

志望校別
Web講座無料

9月入学金
無料

開講クラス
対象校

トップレベル

北野・茨木などの文理学科
設置校や最難関私立高校

ハイレベル

公立:豊中などの文理学科設置校や春日丘・千里・池田などのC問題採択校
私立:関西大倉・関大系列・早稲田大阪・箕面自由(SS特進)など

スタンダード

公立:箕面・北千里・桜塚・山田・刀根山などのB問題採択校
私立:箕面自由・追手門学院・履正社・早稲田大阪・大阪学院・梅花など

前期(9月-2月)
※私立入試まで

実力テスト対策+私立入試対策期

9~11月 実力テスト対策期

~学校成績を重視しつつ、実力もアップ!~

9~11月にかけては、10月末~11月に各中学校で行われる実力テストや各種模擬試験の得点力アップにターゲットを絞った内容を扱います。実力テスト結果は私立高校の結果(専願・併願問わず)において、重要な位置づけになります。



12~2月 私立入試対策期

~私立入試本番に向けて、志望校別対応!~

私立専願受験者はもちろん、併願受験者にとっても私立高校の合格コースは、公立高校出願の際の目安にもなります。また、上位コースでの合格は公立入試への自信にもつながります。主な私立専願高校・併願高校の過去の入試問題から、特に差がつきやすいハイレベルな問題を精選した教材で、指導を行います。



9月期

9/6(日)

10月期

10/18(日)

10/25(日)

11月期

11/15(日)

11/29(日)

12月期

12/6(日)

12/13(日)

1月期

1/10(日)

1/31(日)

後期
(2-3月)

公立一般入試対策期

公立入試本番に向け、志望校別対応

大阪府公立高校一般入試に完全に即した形式での模擬入試演習(B問題/C問題の区別あり)および解説授業を実施します。本番さながらの雰囲気の中で時間配分や問題の取捨選択などの練習を行い、解説授業を通して得点力の強化を図ります。



第1回

2/14(日)

第2回

2/21(日)

第3回

2/28(日)

第4回

3/7(日)

詳しくはお近くの開進館までお気軽にお問い合わせください 千里中央校(06-6833-0555) 山田校(06-6833-7800)

北野・茨木・豊中高校を
目指す中学3年生必見!

個別館の 公立トップ校対策

小・中・高対象 受験個別指導
Up 個別館
edu-pj



個別館だから出来る! 公立トップ校対策

開進館監修カリキュラム

公立トップ高校受験指導に精通した開進館のスタッフがカリキュラムを監修。トップ校合格に必要な学習内容を徹底的に分析し、重要ポイントを厳選して効率よく指導します。

上位校対応可能な
講師陣

国公立大学の講師が多数在籍。トップ校レベルの学習を経験した講師が、自身の経験を活かしながら実践的に指導します。

個別館
講師の在籍大学割合
2026年1月時点

※阪急豊中校・池田校・豊中緑丘校・山田校・千里中央校の在籍講師

その他
国公立

9.3%

医学部
医学科

4.3%

関関同立
17.9%

京大・
阪大・
神大
(医学部医学科含む)
63.6%

具体的な
対策事例

苦手単元を徹底強化

英作文や国語の作文、数学の証明など、自学習では克服しにくい単元を一人ひとりに合わせて指導。苦手を着実に得点源へと変えていきます。



過去問実践対策

入試本番レベルの過去問を繰り返し演習し、解法や時間配分を身につけます。実践力を養い、直前期の得点力アップへとつながります。



疑問点をその場で
解決!質問対応

学校や塾の教材・課題の持ち込みもOK。普段の学習で生まれた疑問をその場で解決し、理解を深めます。他塾に通いの方も受講いただけます。



今なら中学3年生限定! 特待生制度実施中

【実施期間】2026年9月~2027年2月

一定の条件を満たした中学3年生の方は、特待生制度をご利用いただけます。トップ高校合格を目指す皆さんを、特別価格で応援します。

入学金・指導関連費

無料

平常授業(週1コマ)

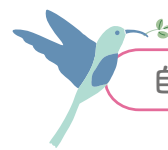
月額3,300円(税込)

※最大受講可能コマ数は3コマ/週です。個別館千里中央校のみ追加費用5,500円/1コマにて1:1コースへのグレードアップ可能です。

詳しくはお近くの個別館までお気軽にお問い合わせください

千里中央校(06-6155-3580) 阪急豊中校(06-6858-7100) 豊中緑丘校(06-6845-4500) 山田校(06-6833-6770) 池田校(072-752-4300)

Up アップ教育企画



自分のカラダと向き合おう

不妊治療の基礎知識

不妊治療にはどんな方法があるのか、
どういったことに気をつければいいのかを
医師や専門家に教えてもらいました。
まずは相談から始めてみましょう。



Q クリニックでなかなか妊娠できません 鍼灸でできることを教えてください



辻野夢鍼灸院
辻野 裕子 先生

クリニックの治療で結果が出ない場合、不妊鍼灸を併用することで妊娠率の向上が期待できます。鍼灸だからこそのできるのは、薬に頼らず自然な方法で「妊娠しやすい体質」へ整えることです。子宮内の血流を劇的に改善して温かく厚みのある子宮内膜をつくり、卵巣への栄養供給を促して卵子の質や卵巣機能を高めます。さらに冷え性や自律神経、ホルモンのバランスも整え、心身ともにリラックスした状態で妊活を進められます。

Q 38歳で体外受精にトライ中です ステップアップの目安はありますか？



うめだファティリティー
クリニック
山下 能毅 院長

38歳で人工授精を行っている場合は、体外受精へのステップアップを早めに検討することが大切です。一般的には3回程度を目安とし、妊娠に至らなければ次の治療を考えますが、回数に明確な決まりはありません。AMHや卵管・精子の状態、既往歴、患者さんの希望などを踏まえ、一人ひとりに適したタイミングで治療方針を決めます。年齢とともに妊娠率は低下するため、同じ治療を続けすぎないことも重要です。

Q クリニックでの治療や不妊鍼灸と、 漢方での不妊治療の違いを教えてください



漢方薬局
柚花香房
井上 貴文 先生

病院での治療は特定周期において卵子と精子の出会う確率を上げること。鍼灸は巡らせたり体の力を引き出したり。漢方の最大の強みは体の力を補うことです。体力をつけたり胃腸を丈夫にしたりはご存じだと思いますが、低下した卵巣や子宮の力を補って強くすることができます。難しいと言われる40代の妊娠が多いのもそれが理由です。漢方専門薬局では通常は目にしないような腎(妊娠力)を高める特殊な漢方を使います。

Q AMH値が低いと言われました 妊娠は難しいのでしょうか？



園田桃代
ARTクリニック
園田 桃代 院長

AMHが低いからといって、必要以上にショックを受けないでください。値が低い＝妊娠できない、というわけではなく、低くても妊娠されている方はたくさんいます。大切なのは、その数値に合わせた治療方針を立てていくこと。ただし数値が低い場合は、治療を先延ばしにせず早めに進めていく必要があります。早い段階でわかれば、それだけ対処法を考える時間や選択肢も増えます。まずは今できることから始めていきましょう。

Q 不妊検査で原因不明と言われました 鍼灸では何を診て施術するのですか？



ワタナベ
鍼灸整体院
渡邊 香聖 先生

検査で異常が見つからない場合でも、東洋医学では身体全体のバランスに注目します。脈や体質などから五臓(肝・心・脾・肺・腎)のどこに弱りがあるのかを見極め、不足している部分を補うように一人ひとりに合わせて施術します。鍼灸は血流を促し、自律神経を整えることを得意としています。リラックスした状態に導き、ホルモンバランスを整えながら、妊娠に向けた身体づくりをサポートします。

刺さない鍼と高周波トリートメント “真に寄り添う”16年目を迎える鍼灸院

「やっと私に合う治療法に出会えた」と喜びの聲が続々と寄せられている同院。体外受精でも授からない…と悩む女性にも評判で、N.O.E(高周波治療器)で体内深部の細胞を活性化させ女性が本来もつ「赤ちゃんを授かる力」を高め、さらに鍼灸(無痛療法)で体本来の力を取り戻しベストな状態へと導く。今年で16年目を迎え、1400人以上の妊娠実績があり、40代の妊娠も多いそう。プライベート空間で温かく迎えてくれるので、一度ご相談を。

不妊カウンセラーが広い視野で、一人ひとりに寄り添うカウンセリングをしてくれる。



●妊活カウンセリング	……………(60分)2,200円
●子宮トリートメントコース	……………(40分)8,800円
●妊活コース	……………(約120分)13,000円
●3回体験コース	……………(120分×3)30,000円



不妊治療用に開発されたN.O.E. 高周波による作用が子宮の深さまで届くので、体内深部から全身に広がっていく温熱効果を得られる。

喜びの声

●38歳で不妊治療を重ねるも結果が出ず、心身ともに限界の中、無理を続けていました。遠回りに思えた東洋医学でしたが、辻野夢鍼灸院での治療は一番の近道でした。通ううちに冷え症が治り、追いつめられた気持ちから解放され、余裕も生まれました。クリニックを転院し、のんびり構えた矢先に妊娠が発覚。出会えたことに深く感謝しています。(Mさん・大阪市)

不妊治療専門 辻野夢鍼灸院 新大阪院

大阪市淀川区西中島7-1-3
チサンマンション第8新大阪ビル 1109号室
営/火・木・土10時～22時(20時最終受付)

☎070-6507-4158(院直通)
大阪メトロ・御堂筋線「新大阪駅」から徒歩4分
大阪メトロ・御堂筋線「西中島南方駅」から徒歩5分



薬剤師・国際中医師の資格を持つ井上先生夫妻。完全予約制のためお子様連れも可能で二人目希望で来られる方も多い。

喜びの声

- 体外受精もダメで体が問題ではと思い柚花さんへ。漢方飲んでからは疲れにくくなり基礎体温が上がったり肌ツヤもよくなったと言われるようになりました。もしかしらいいけるかもと思いついたら自然妊娠。最後までお世話になり無事出産できました。(摂津市 45歳女性)
- 落ち込む娘に少しでも力になってやれることはないかと思ってこちらを紹介して本当に良かったです。保険の体外受精も全てダメだったのにまさか自然で授かるかと思ってもみませんでした。本当に有難うございました。(大阪市 35歳女性のお母様)

漢方薬局 柚花香房

(ユズハナコウボウ)

吹田市山田西3-57-20 ビアパレス王子101
営/平日9時～19時、水曜9時～13時 土曜9時～17時
日・祝定休 P2台あり

☎06-6816-9677(漢方相談は電話でご予約を)
<http://wu-xiang-dou.co.jp>(完全予約制)

「年齢だから…」と諦める前に 追いたてられる妊活から体をいたわる妊活へ

40代、FSHが高い、着床しない、いい卵子が採れない、流産を繰り返すと悩んでいる方が全国から訪れる漢方薬局。小さな街の薬局ながら授かった方は500名にのぼる。授かるには、頑張りすぎるよりも、心と体をいたわることが大切と貴文先生。漢方は100人いれば100通りの処方があると自分に合ったオーダーメイドの漢方を飲みやすい粉薬で調合してくれる。妊活に行き詰まったら一度ご相談を。



HPIはこちら
数多くの妊娠実績あり。喜びの声など、詳しくはHPで。



統一医療生殖学会学術理事の貴文先生。不妊治療の勉強会では講師を務める。「ここで妊娠生まれた赤ちゃんに会えるのがすごく嬉しいです。」



From
CityLife

Instagram @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！



編集後記

今年も夏まつりの季節がやってきました。全国的には担い手不足や猛暑で規模縮小や休止が目立ち寂しいですが、ここ北摂は今も活気あるお祭りが健在です。行政や民間によるイベント型も賑わう今、形は変われど郷土愛を育むあの「特別な高揚感」は次世代へ繋ぎたいもの。熱中症に十分注意して、夏の夜を楽しみましょう。(コサオ)

梅雨が明けて一気に夏が到来ですね。昔から好きな季節なのですが、働く母としては子どもたちの夏休み一体どう祭りが健在です。行政や民間によるイベント型も賑わう今、形は変われど郷土愛を育むあの「特別な高揚感」は次世代へ繋ぎたいもの。熱中症に十分注意して、夏の夜を楽しみましょう。(コサオ)

巻末の特集で取材をした「ハムと本と」。買い物も楽しめる店でありながら、居場所にもなるという自由な発想に刺激を受けました。月号さまざまな企画で取材に訪れますが、まだまだ面白い人や場所に出会える。改めて、北摂の奥深さを感じる取材となりました。(まえて)



「いつか」のために、今できることがある 卵子凍結という選択肢

東京都・池田市・大阪府で助成制度が広がる卵子凍結。
将来の妊娠に備え、今のうちに知っておきたい基礎知識とリスクを、
園田先生から話を聞きました。

園田桃代ARTクリニック
日本生殖医学会認定 生殖医療専門医・指導医 院長 園田 桃代さん

凍結しておいた卵子を使って、将来の妊娠を目指す「社会的卵子凍結」。この選択をする方は年々増えており、東京都では2023年10月、池田市では2024年8月から助成制度が導入されました。2025年からは大阪府でも、AMH値が低い方や早発卵巢不全の方を対象にした助成が始まっています。さらに2026年度には、国主導の新たなモデル事業のスタートも予定されています。

「いつか子どもを」と思っている、妊娠は思い通りにいくとは限りません。卵子は年齢とともに数も質も変化し、妊娠のしやすさも

変わります。卵子凍結は、今のキャリアや生き方を大切にしながら、将来の選択肢を残す方法です。ただし必ず妊娠・出産できるわけではなく、年齢が上がるほど母体や赤ちゃんへの負担も大きくなりやすい点を知っておく必要があります。当院では卵子凍結に加え、子宮や卵巣の状態を知るプレコンセプションケアにも力を入れており、子宮筋腫や内膜症の有無、AMH検査などで妊娠力を把握できます。食事やメンタル面のサポートも行います。「自分は大丈夫?」と思った今こそ、体と向き合ってみませんか。

少人数セミナー開催 [場所] 当クリニックにて

体外受精セミナー

7/18(土)・9/19(土) 14時～15時15分
※奇数月の第3土曜日 14時に開催

妊活応援セミナー

8/15(土)・10/17(土) 14時～(約30分)
※偶数月の第3土曜日 14時に開催

通院前の個別相談を受付しています。※「シティライフを見た」とお伝えください

[漢方外来] 初診：月曜・水曜・金曜 11時半
再診：月～土(火曜以外)の午前診
月曜・水曜・金曜の16時

[男性外来] 男性泌尿器科医師による診察を実施しています。
診察日：第2・第4土曜日

[プレコンセプションケア] ●管理栄養士による栄養カウンセリング
●公認心理師による心理カウンセリング
●プレコンセプション検査
※申込・詳細はHPをご参照ください。

園田桃代ARTクリニック

豊中市新千里東町1-5-3
千里朝日阪急ビル3F
診療時間／[午前]10時～14時
(土曜は15時まで)
[午後]15時～18時半

火・木・土曜日は午前のみ 日祝休診
不妊治療ブログ
はコチラ

☎06-6155-1511
http://www.sonoda-art.com
【不妊治療の指定医療機関】



公式LINE
始めました

Instagram
始めました

当クリニックは、「先進医療※」実施施設です。
※タイムラプス、SEET法、二段階胚移植、子宮内膜検査等



妊娠への最短距離を考える 「オーダーメイド」の不妊治療

うめだファティリティークリニック 山下 能毅 院長

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

当院が大切にしているのは、一人ひとりに合わせた「オーダーメイド治療」です。年齢や卵巣機能、卵管の状態、精子所見などを踏まえ、最も適した治療方針を患者様と一緒に考えていきます。同じ年齢でも、AMH値が異なれば卵巣刺激の方法も変わります。妊娠の可能性だけでなく、身体への負担や通院回数、費用、時間も考慮し、その方に合った治療計画をご提案しています。

治療にはタイミング法、人工授精、体外受精、顕微授精、凍結融解胚移植など様々な選択肢があり、必要に応じて先進医療も取り入れています。当院では、生殖医療専門医と培

養士が連携し、最新の技術や知見を積極的に取り入れながら、より良い医療の提供に努めています。また、専門の看護師による不妊カウンセリングも行っており、医師には直接聞きにくい悩みや治療への不安についても、十分な時間を確保してご相談いただけます。

患者様の状態やご希望は一人ひとり異なるからこそ、納得して治療を選択していただくことを大切にしています。右記のチェックリストで現在の治療方針を確認し、治療を見直すことも大切です。その時々に必要な治療を見極め、患者様とともに進めていくことが、より良い結果につながると考えています。



5名の女性医師が在籍

診療部長 井川 佳世恵 医師
大阪医科大学医学部卒業

どの医師も患者様一人ひとりのご要望にお応えし、お気持ちに配慮した治療を大切にしています。

不妊治療で遠回りしないための チェックリスト

- ☐ 年齢に合った治療スピードになっているか
- ☐ AMHや卵胞数など、卵巣予備能を確認しているか
- ☐ 卵管の検査を受けているか
- ☐ 精液検査を定期的に確認しているか
- ☐ 人工授精を何回まで行うか、あらかじめ目安を決めているか
- ☐ 体外受精や顕微授精に進むタイミングを相談しているか
- ☐ 妊娠だけでなく、出産までを見据えた治療計画になっているか

不妊治療専門クリニック 医療法人聖誕会 うめだファティリティークリニック

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

☎06-6371-0363 https://umeda-fc.org/

凍結融解胚盤胞移植の 臨床妊娠率

移植周期 当たりの成績	移植周期数	胎囊確認	妊娠率
2025年	540	207	38.3%

患者様ごとの 成績	移植周期数	胎囊確認	妊娠率
2025年	379	205	54.1%



安静室 2階待合室



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

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

★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。



きたしんくん

※ 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



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。



渡邊さん(中央)は3,000件以上の施術実績を持つ、妊活鍼灸のスペシャリスト。



「ハリは痛いというイメージでしたが、施術中は寝てしまうくらいです」との声。

喜びの声

不妊治療を6年間続け、原因不明の不妊症・不育症で顕微授精や流産を繰り返し、諦めかけていた時に来院しました。通い始めると顔色や慢性的な肩こりが改善し、3カ月後に胚移植を実施。アドバイスを受けながら臨んだ結果、1回目の移植で妊娠することができました。妊娠後もつわりや耳鳴り、腰痛のケアで通院し、現在は妊娠5カ月を迎えています。(42歳)

ワタナベ鍼灸整体院

吹田市豊津町11-37 真建ビル3F
営／火・水・金:10時～20時半
土・日:10時～18時
月・木・祝日定休
近隣P有り
☎06-6339-4000



HP



Menu

●初回カウンセリング＋施術
…………… 4,980円

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!

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」「ふく＆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 光るサンリも

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

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。

入館特典
光るリストバンド
プレゼント

※「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。

チケットはweb限定販売！

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）
f x i n 三フレ で検索

1.動物取扱業者の名称: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 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

NIFREL

にふれる

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ンリや夜行性の生きものに会う、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

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楽しみませんか？

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

たきのみちゆずるダンス 12:00～

かえっこバザール

紙芝居 14:00～

かえっこオークション

ワークショップ 有料

①13:00～ ②15:00～
※カエルポイントが必要です

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

100組様

小学生以下限定

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。

※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～)や水のオモチャ探しも！

※天候等により開始・終了時間が変動します

夏空へ大冒険！

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、アンケートへの回答が必要です。

ABC HOUSING

WELLBe

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ライフィズ 朝日新聞社

詳細はこちら

リアル謎解きゲームイベント

「ナゾもののレール ～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

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。

高槻本店	箕面店	Coupon
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	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	今月のシティライフ持参で珈琲生豆 100gにつき100円の割引

夏トラブルをリセット

とっておきの **美** レスキューサロン 教えます

紫外線による肌や髪ダメージ、ゆるみが気になるボディライン……。そんな夏特有の美容トラブルをケアしてくれる「レスキューサロン」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アン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/>

■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



■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



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!**

Before After



バリ政府認定クリームスパ資格取得の鈴木さん。ヘッドスパ講師として2,000軒をプロデュース。

▼HP

夏でも靴下が手放せなかった私が
体質改善され、冷え性を卒業！

一年中、靴下を履かないと眠れなかった私が、ある日履き忘れていたことに驚きました。髪だけでなく、身体の巡りも良くなったように感じます。(箕面市・40代)

急なのぼせ、自律神経の乱れに
カラダも頭皮もほぐすヘッドスパ

北摂では珍しい「テラピック」の施術が受けられるヘッドスパ専門店。本場・バリでは医療の一環としても用いられる手技で、頭部の筋肉や筋膜を丁寧にほぐし、全身の血行を促進。自律神経のバランスを整えるサポートが期待でき、不眠や夏バテぎみの人にもおすすめ。ミネラルたっぷりの美容クリームを使ったマッサージは、艶髪や健やかな頭皮づくりに一役。悩みに沿ったオーダーメイドの施術を提案してくれる。

ヘッドスパ専門店 PUTICA

(プティカ)

箕面市白鳥1-7-25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



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

驚くほど健康的にスルスル痩せて
前向きな毎日を送っています

5ヵ月で-14.6kg、お腹周り-18.5センチ実現!山本さんが励まして背中を押してくれす。一人じゃこんなに痩せられなかったです。(Hさん・吹田市・50代)

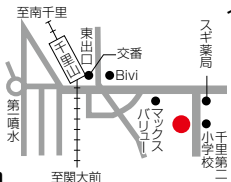
「もういい加減痩せたい」実現
人生逆転-20kgダイエット

3ヵ月平均10kg・半年で20kgのダイエット成功者が続々誕生する、4月で16周年を迎えたダイエット専門サロン。幅広い年代が通い、お腹周りのサイズダウンも実現。運動なし、3食しっかり食べて健康に痩せる方が続出。実績多数の同サロンで、人生逆転ダイエットに一步踏み出してみてください。

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>



LINEでの予約はこちら↓



特典

「シティライフを見た」で
●ダイエットカウンセリング**無料**
●カウンセリング無料+耳つぼ施術
.....3,080円→**1,000円**
(新規予約で7千以上痩せたい方・8月末まで)

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～1,300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が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!

片山町サンゼリア店 吹田市片山町3-32-3 ☎06-6380-6405
蛸池店 豊中市蛸池中町2-4-17 ☎06-6843-0589
桜塚店 豊中市南桜塚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 高槻市大蔵司3-14-4 ☎072-698-4130

From
CityLifeCityLife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するこ



CityLife で検索

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

ボスフル

検索

古物商許可番号:
第622352303922号
(大阪府公安委員会)



「どんどんキレイになるけどなんで？」 老化STOP“美”を進化させる圧倒的な技術

20年以上結果を出し続け、「ゲストがキレイすぎる」と噂のアンマン。1度通うとその結果に驚き、リピーターになる方が続出。その上、そのゲストを見て、「何してるん？」とクチコミで来店する方が後を絶たない。40代以降一気に加速する老化。顔の筋肉が緩んでフェイスラインがもたついてきたり、まぶたも下がって目が小さくなる。同じだけ食べているはずなのに太る一方、お腹はもちろん背中や肩にも脂肪がつき始める。そんな大人の世代に、多数のメニューからその人に合うものを選び結果を導いてくれる。「老化をSTOPさせるのは大前提、そこからさらに“美”を進化させるので、みなさんご自身はもちろん周囲からも驚かれていますよ」とオーナーの稲田さん。同世代に圧倒的な差をつけたい方はアンマンへ！



肌状態を見て貴女にベストの施術を！

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



稲田オーナー（62）もダイエット成功させて10年以上リバウンドなし。「喜びの声をいただく度にもっと結果を出したいという気持ちになりますし、ゲストのみなさんの期待に応えたいという気持ちが強くなっています」。

特典

【Facial】

- 切らないフェイスリフト“SKIP”（1,000ショット） …… **5,500円**
- 最上級美肌テクノロジーメタジェクト …… **5,500円**
- 悩み特化型・光フェイシャル（シミがポロツと落ちる感激!） **3,300円**
- 小顔リフトアップフェイシャル …… **3,300円**

（顔全体のリフティングで“上がる”が続く）… **3,300円**

【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**

（8月末まで・要予約・新規の方のみ）

Body

脱おばさん体型 メリハリのあるボディに！

写真に写った後ろ姿にショックを受けてアンマンに。1回でウエストが－5cmで「え!？」と驚きの声。気になる箇所をボディメイキングしてくれ、太ももにも隙間が生まれ、パンツもスルツと入りました！
（Tさん・箕面市・50代）



脂肪を燃焼させる働きを持つ「褐色脂肪細胞」に熱を加えて活性化させ、奥深い脂肪にも高い効果を発揮。セルライトを柔らかくして老廃物と一緒に流すので確実にサイズダウンが叶う。



スマホを毎日使うことで背中や肩、首まで太くなってしまうので、若いのに体型が老けてしまっている人も多いそう。無駄な贅肉や、滞りによるセルライトを脂肪溶解!自己流でどうにもならないぽっこりお腹と背中から肩のラインもお任せ。

Facial

先生の立場で同窓会にいったら 生徒よりも若いと言われた！

教師をしていたのですが、20年ぶりくらいに同窓会に参加をすると、10歳下くらいの生徒よりも若いとみんなに驚かれてすごい気分が良かったです。アンマンに通って、どんどん若くなるので、教えてあげた生徒が堺から2時間かけて通っているくらいなんです。 （Hさん・豊中市・60代）

厳選して導入したメニューから
ぴったりの施術を提案!

切らないフェイスリフトSKIP

蓄熱式タイトニング超音波で熱拡散とクールダウンを繰り返すことで、コラーゲンやエラスチンを生成し肌を修復。さらに、5種類美容成分が入ったプレミアムジェルを導入。肌質改善とリフトアップが同時に手に入るスタッフ押しメニュー！



最上級美肌テクノロジーメタジェクト

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。マシンで不可能だった唇・目の際までの施術が可能！



全身脱毛は毎回9,900円の都度払い。顔・VIOまで、気になる箇所は無駄毛がスッキリキレイになり美肌効果も!



プライベート空間で
温かいスタッフさんが
迎えてくれる。

月香館 大阪店

〈ゲッコウカン〉
箕面市牧落3丁目6-8
マノワール三番館206号
営／10時～18時
（最終受付17時）
月曜定休・P2台有り
施術中は電話対応不可
☎070-9094-7567



抜け感の違いを感じ嬉しい 都度払いで勧誘もなく安心です

1回の施術でだいぶ毛が減った感覚があり、肌も艶が出てスベスベに!スタッフさんも優しい方ばかりで、来る度ほっと癒されます。 （Hさん・箕面市・50代）

最先端LED脱毛でツルスベ肌に 1回で減りを実感・親子で脱毛も

最新LED脱毛が人気で中学生～70代の方まで幅広い年代が通う同サロン。毛周期が関係ないマシンなので、最短2週間前後での照射が可能。1回でも減ったという感覚を得る方が多く、1年前後でツルスベ肌に。全身脱毛が何度でも毎回9,900円で、都度払いで無理な勧誘なしなので安心!

特典

- 「シティライフを見た」で
●全身丸ごと脱毛・最新LED脱毛（顔、VIO込み） …… **9,900円**
- 顔脱毛・最先端LED脱毛でツルスベ肌に …… **5,900円**
- VIO脱毛・最先端LED脱毛で不快感をスッキリ… **5,900円**

（8月末まで・要予約・新規の方）



毛穴につまった皮脂や汚れをスッキリ吸引してくれる。



経験豊富なスタッフが、一人ひとりに合った化粧品や施術を提案してくれる。

メナードフェイシャルサロン

●少路北
豊中市桜の町6-10-3 3階 Pあり
☎06-6868-9466（オーナー大喜多）
営／9時～19時半 不定休（時間外要相談）
●緑丘
豊中市緑丘1-28-8 Pあり
☎06-6854-8638（オーナー中島）
営／9時～19時 不定休（時間外要相談）



鏡を見ることが楽しみに 良い感じの肌をキープできています

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、施術後はしっとりプルプル肌になり、肌にハリががます! （Hさん・豊中市・50代）

紫外線ダメージを放置しないで プロの施術で艶のある美肌へ

デコルテやヘッドケアが充実した施術『アドバンスコース』が好評の同サロン。毛穴の汚れや黒ずみを吸引し、潤いたっぷりプルプル感動肌へ。リーズナブルな価格で、続けて通いやすいのも魅力。紫外線ダメージは放っておかず、早めのケアで、自信の持てる肌を手に入れて。

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

美しく、心地よく。 人生に寄り添う歯科医療を。

「ただ治す」のではなく、将来まで見据えた治療を大切にしています。患者様一人ひとりの価値観やライフスタイルに寄り添い、オーダーメイドの歯科医療をご提案します。

幅広い治療の選択肢 ～診察内容～



インプラント



顎関節症・噛み合わせ治療



審美歯科



予防歯科



院長 | 山内 浩司

無料カウンセリング

安心して治療を受けていただくために、お悩みやご希望をお伺いしこれからのお口の健康を考えます。



美しさと
機能性の
両立

精密な
審査・診断

治療から
予防までを
サポート

ブランパ梅田 山内歯科

TEL.06-6485-8899

大阪市北区曽根崎新地2-6-11 A&SビルB1F

自費診療専門

土日・祝日診療

診療時間

10:00～19:00

月

○

火

/

水

/

木

○

金

○

土

○

日・祝

○

JR「大阪駅」桜橋口 徒歩7分。大阪メトロ御堂筋線「梅田駅」徒歩10分。

HP



Instagram





「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)

全国研修で磨かれた確かな技術

専門の技術研修で磨かれた技術の高さ、対応の良さにリピーターが続出!最新のエアコンにも対応してくれる。

特典

- 「シティライフを見た」で
- エアコン内部分解洗浄
…**7,150円**(2台目**6,050円** 3台目以降**5,500円**)
- 光触媒スーパーミチタン(抗菌コート)……**2,200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
(8月15日まで)

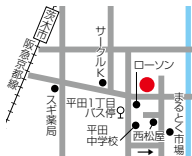


買取商品一例

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

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
フラワー星見ハイツ 1F
営/10時~17時
不定休
※市場に出ている日が多いので来店の際は電話確認。
☎072-657-9288



エアコンの悩み

掃除機能付エアコンも汚れる
プロが内部まで徹底洗浄

猛暑日が続く今年の夏!エアコンの「イヤなおい」をそのままにして使っていないだろうか?掃除機能付エアコンだからと言って掃除しなくていいわけではなく、内部では汚れやカビが発生していることも!同社では経験豊富なスタッフが専用の機材を使い、エアコン内部の奥まで徹底洗浄。ニオイや汚れの原因をしっかりと取り除いてくれる。複数台まとめての依頼にも対応しており、家中まとめてすっきりできるのもうれしい!

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/9時~18時 不定休
☎06-4981-7924

HPはこちら



家じまい・生前整理の悩み

北摂地域密着の出張買取で解決

遺品整理、生前整理を考えているなら同店の出張買取を頼んでみて。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に先に依頼して、価値のあるものは正しい価格で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15年以上の実績があり、月に10回以上古物市場に出ている。茶道具やおもちゃ、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。「これは価値があるの?」と思ったらまずは電話を。

親身になってくれると好評の店主、城野さん本人が訪問するので安心。



竹繊維を用いて
手織りの風合いの
高密度機械織絨毯!
パルtoon加工により
水・汚れをガード!



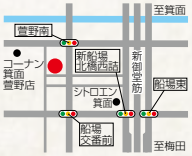
新入荷!ペルシャ絨毯玄関マット
期間限定特別価格(8月末まで)

じゅうたん売場 GaNzY

(ギャンジー)
箕面市船場西1-5-12
バッグリベアサービスビル2F
営/10時~17時
P有り
☎072-749-3201



ホームページ



Instagram

バンブーシルク100%

- 60cm×90cm ……38,500円
 - 80cm×120cm……68,500円
- ※数量限定、他サイズもございます。

プロに聞く

暮らしの悩み相談室

今月のテーマは「エアコン」について、
アイコーポレーション大阪店の小見山店長にお話を伺いました。

お悩み

エアコンをつけるとすっぱいイヤなニオイがします。
自分で解消できる方法がありますか?

(40代女性・Tさん)



エアコン内部の結露を利用して
消臭する方法があります

お答え
します!



アイコーポレーション大阪店
小見山店長

まずは窓を全開にし、設定温度を「16℃」にして冷房で1時間運転してみてください。エアコン内部の結露水が、ニオイの元となるカビや汚れを洗い流してくれます。ただ、これは一時的な応急処置。根本原因である奥深くの黒カビは、セルフケアでは落とせません。根本からニオイを取り除いて綺麗な空気を保つには、一度プロのエアコンクリーニングに頼んでみることをおすすめします。

アトピーの悩み

皮膚だけを診るのではなく、
体の内から、アトピーを改善へ

春風漢方薬局では、皮膚の状態だけでなく胃腸・冷え・睡眠・生活習慣まで体全体を丁寧に読み解き、体質の根本から整える漢方を処方する。何度もぶり返すアトピーに長年悩む方へ、自らアトピーを克服した経験を持つ西口先生が、一人ひとりにしっかりと寄り添いながら改善へと導く。



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 | 検索



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!

職 職種 時 時給 給 給料 待 待遇 資 資格 応 応募 休 休日

バエー 一般事務

大阪モノレール線
「宇野辺」駅から徒歩12分

簡単作業のパート事務員さん急募

笑顔あふれるレクリエーションが自慢の職場で、事務員さんを募集!所長や先輩スタッフがすぐにフォローする万全のサポート体制で、勤続10年以上のスタッフも多数活躍中。雰囲気の良い環境で一緒にお仕事しませんか?

【勤務地】スマイルコート茨木紫明園 (茨木市紫明園11-45)

【職】住宅型有料老人ホームの来客対応、電話対応、パソコンを使った事務作業(簡単なエクセルワードを使用する程度です。)
【時】日勤9:00~18:00(休憩60分)シフトによる週4日程度の勤務
【給】パート・バイト時給 1,180円(土日祝勤務+50円)※試用期間:3か月(雇用条件変更なし)・賞与年2回(5,000~20,000円)
【待】社会保険完備、ボーナス・賞与あり、交通費支給(上限2万円/月)
【応】未経験可、ブランク可、無資格可、学歴不問、即日勤務OK、主夫・主婦OK!見学随時受付中まずはお電話ください。

【申込はこちら】スマイルコート茨木紫明園(スマイルコートしめいえん)
☎072-631-3985 採用担当:吉岡



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

情報紙City Lifeが発信する地域に根ざすニュースサイトです。子育て、観光スポット、面白情報など地域のタイムリーな情報をお届けします。



◀こちらから確認



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

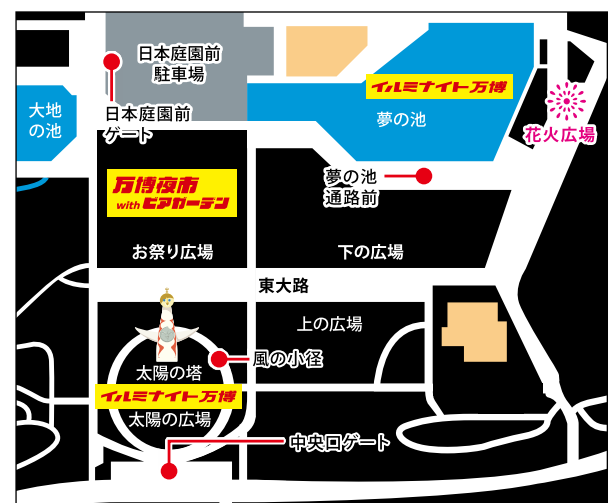
[時間] 各日17:00～22:00(入園は21:30まで) [場所] お祭り広場・太陽の塔周辺・夢の池 ほか

★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
オフィシャルサイト
(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。

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。





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。

河野家は鎌倉時代中期には「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知れない。

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「俺の愛人に出した」と言っている。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ていたものの、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

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

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。

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。

SENRITOよみうりホールのご案内

マルチユースに対応する上質感あふれるホール
質感にこだわった空間をご提供します。

会議・展示会・講演会・発表会

幅広くご利用いただいております

控室
完備！

Wi-Fi完備！

-貸出し備品：机・椅子・マイク・演台・ホワイトボード等-

【仕様】

面積：約100㎡/天井高：約5m/収容人数～130名

お気軽にお問い合わせください。

SENRITO よみうり

お問合せ先／大阪府豊中市新千里東町1-1-3（SENRITOよみうり管理事務所）
TEL.06-6834-4300 受／9時～18時



http://senrito.jp/

読者プレゼント

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

京都文化博物館
寛永行幸四百年祭
開催記念 特別展
「寛永 太平がはくくむ美」
ご招待券
ペア 2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、
君とまた会いたい。
8月7日（金）公開

©2026「あの星が降る丘で、君とまた会いたい。」
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

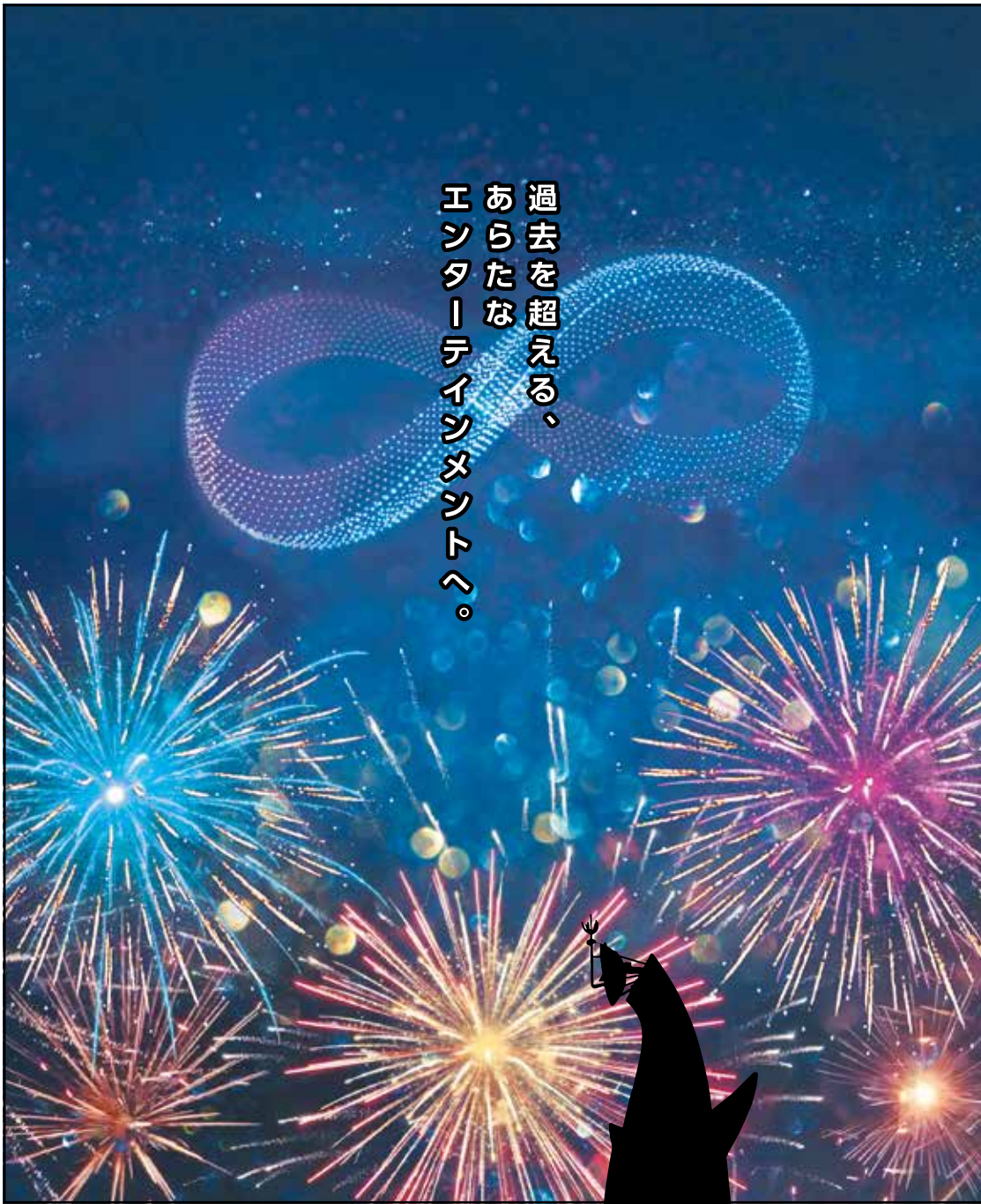
©2026劇場版「TOKYO MER」製作委員会

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





過去を超える、
あらたな
エンターテインメントへ。

ANNIVERSARY
5th
2022-2026

万博夜空が アートになる日

ART NIGHT IN THE SKY AT EXPO '70 PARK

2026.11.21 SAT

OPEN 12:00 START 19:00

@万博記念公園

ドローン、花火、音楽。
関西最高峰の興奮が、
今年もここに。

全席指定 | チケット発売中



OFFICIAL
WEB SITE

主催 | 万博花火プロジェクト実行委員会



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

VINTAGE
MARKET

万博 蚤の市

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。



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

VINTAGE
MARKET

万博 蚤の市

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。



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

VINTAGE
MARKET

万博 蚤の市

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。

City Life

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
ペットの同伴は不可となります。※その他会場でのご協力・ご注意いただきた
い点は公式WEBにてご確認ください。

web

出店者情報、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



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。

健康のために食事量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。

この方に聞きました



City Life

みんなの小さなエコを大きなコエに

LOHAS Festa

Bampaku 2026 Autumn

1ST 10.9 FRI・10 SAT・11 SUN・12 MON. 2ND 10.16 FRI・17 SAT・18 SUN.

※雨天実施／悪天候により中止になる場合があります。

この秋も心地よい秋空の下、作り手の想いに触れる特別なひとときをお届けします。
20年目を迎えるロハスフェスタが大切にしてきたことは、モノを通して人や想いがつながり、日々を丁寧に楽しむ「暮らし方」です。
今回は全国各地から、一つひとつの作品に想いを込めて活動する作家やショップが集います。
作品が生まれた背景や作り手との会話も楽しみながら、新しい暮らしの価値を見つけるひとときをお楽しみください。

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

総出展者数
約600
店舗

ゴミゼロ
チャレンジ

マイ食器、カトラリー、
マイボトル、エコバック持参で
環境に優しい取り組みに
ご協力を。



主 催 ロハスフェスタ実行委員会／City Life
後 援 環境省／大阪府／大阪府教育委員会／吹田市／公益財団法人大阪観光局／
公益社団法人国土緑化推進機構／公益社団法人ゴルフ緑化促進会／
一般社団法人日本ホビー協会（予定）

※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名様は半額 ※入場料について、割引の併用はできません。
※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。 ※本会場はペットの入場は不可となります。

会場でお買いやご注意点、
その他詳細は
公式ホームページにて。

ロハスフェスタ 検 索



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

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



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、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



Menu

- 【ディナー】シェフコース(2人〜).....4,400円(1人)
- 【ディナー】春雨のピリ辛サラダ.....960円
- 【ディナー】トムヤムクン.....1,650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!**(8月末まで、お子様ランチは除く)

**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食事会におススメのコースをはじめ、辛味と酸味がクセになる、魚介の旨味たっぷりの「トムヤムクン」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!

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



名物串焼き135円、つくね135円、他多数



ローストチキンの丸焼きは前日までに要予約。

鳥周 (トリシュウ)

【岡町店】
豊中市中校塚2-27-3
営/11時〜20時
☎070-3523-0592

【石橋阪前店】
池田市石橋1-11-17
営/11時〜20時
☎070-7421-7888

【豊中店】
豊中市本町1-13-32
営/11時半〜20時
☎070-2175-8837

【庄内店】
豊中市豊南町南3-8-9
営/土11時〜19時 平日定休
☎06-6676-7210

**ご家庭の食卓や手土産に
鳥周こだわりの味を楽しんで**

鳥周のこだわりは、焼き方・塩・手作り。専用ロースターでじっくり焼き上げ、余分な脂を落としながら旨みを閉じ込めることで、冷めてもおいしい焼き鳥を追求している。味付けには素材の味を引き立てるオリジナルブレンドの塩を使用。人気No.1の「名物串焼」と、毎日店内で丹精を込めて手作りする「つくね」は、多くのお客さんに好評だ。

【三国店】
大阪市淀川区西三国2-2-32
営/11時半〜19時
☎070-4306-4054

特典 LINEの友だち登録で

- 名物串焼1本サービス**(9月末まで)

兼六園 セット

あおりいか・本鮎大とろ・能登ふぐ・のどぐろ・数の子・おすめ白身・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

3,800円が
3,300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。

沖縄フェア開催

8月15日頃まで販売予定

あかまち海ぶどうのせ
660円

海ぶどう刺身
660円

西表島パイ
495円

兼六園セット500円引きクーポン

この記事持参で **兼六園セット**
3,800円➔**3,300円**(税込)

※2026年8月1日〜8月末まで
※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

金泥れもん寿司

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

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。



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。

かに道楽

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

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

ホームページ



彩り豊かな洋食ランチは、季節の野菜がたっぷり!



こりまきお食堂

箕面市粟生外院3-7-3
営/11時〜15時(L.O.14時)
※予約優先制
電話もしくはインスタDMから問合せを不定休 P2台有り
☎072-702-2462



**今日はどっち?和と洋の週替わり
手間ひま感じる優しい美味しさ**

今年4月、粟生外院にグランドオープンした「こりまきお食堂」は、季節の野菜を見ても食べても楽しめる彩り豊かな料理と、アットホームな雰囲気の魅力の一軒。ランチメニューは洋食と和食が週替わりで楽しめて、惣菜の日やカレーの日もあるので、何度訪れても新しい味に出会える。約8種類の副菜には、手間を惜しまない丁寧な仕事が光り、少しずつ色んな味を堪能できる。洋食、和食ともにメイン料理は2種類から選択OK。「元気になって帰ってほしい」という店主の思いが詰まった料理に惹かれ、地元主婦を中心に支持を集め、連日満席の人気店だ。来店の際はぜひ事前予約を!

Menu

- 和定食.....1,700円
- 洋食プレート.....1,700円
- ミニデザート.....+250円〜
- ドリンク.....+300円〜

特典 この記事持参で
コーヒーor紅茶1杯サービス!
(8月末まで)



スモークサーモンの旨みとほどよい塩味、マヨネーズがうまく調和。冷めても美味しい生地とともに味わおう。



(左)ほどよい甘さのディプロマツトクリームを、コクのある生地で包んだクッキーシュー。(右)黒い外観が目印。

Osteria toto
(オステリアトト)

吹田市寿町1-3-8
営/11時〜15時(L.O.14時半)
17時半〜21時(L.O.20時半)
火曜水曜定休
※バヌオッツォはランチ限定



**ヘルシー具材を味わう
ナポリ風サンドイッチ**

今年5月にオープン。フレンチとイタリアンで経験を積んだシェフが営む。看板メニューのバヌオッツォは、ピザ生地で具材を挟んだサンドイッチ。メインは「スモークサーモン」「生ハム」「週替わり」から選ぶことができ、シャキシャキ野菜とハーブが盛りだくさんのが嬉しい。モチツとした食感の生地との相性も抜群だ。サラダ、小さな一品、スープ、ドリンクもつき、イタリア風のヘルシーなランチが楽しめる。

Menu

- バヌオッツォ(週替わり).....1,320円〜
- バヌオッツォ(スモークサーモン).....1,430円
- バヌオッツォ(生ハム).....1,540円
- マリナラ.....1,210円
- マルゲリータ.....1,320円
- クッキーシュー.....550円

SOCIAL

北摂各市が進める 水道管調査

高槻市では、これまでの漏水調査では把握しきれなかった漏水の早期発見と修繕に取り組むため、7月から人工衛星を活用した漏水調査を開始した。人工衛星から地表にマイクロ波を照射し、水道水特有の反射波を検知してデータを解析、漏水の可能性がある区域を絞り込んだうえで、現地の音聴調査によって漏水箇所を特定するという仕組みだ。送り出した水を無駄なく料金収入につなげつつ、安定した給水を維持していきたいとしている。

他市でも、水道管の維持管理に先端技術を取り入れる動きが広がっている。豊中市では水中ドローンによる配水池の点検や、音や振動をとらえるセンサーとスマートメーターを使った漏水調査がすでに始



まっている。吹田市・摂津市・高槻市では、衛星画像から地中の漏水を探知する調査を検討・実施しており、来年度には本格的な検証段階へ進む見通しだ。吹田市ではこのほか、ロボットによる配水池清掃も計画中だ。池田市では老朽化した管路を効率的に見極められる取り組みとして、AIを活用した劣化診断が進められている。各市とも限られた人手と予算でどう水道インフラを維持していくかが共通の課題となっている。

SOCIAL

豊中市、文化財施設を活用する 「つかってなんぼ、文化財」

豊中市は、市民が文化財に触れ体験できる機会の充実と、企画段階から参加できる仕組みづくりを目的に、文化財施設を活用する企画の募集を開始した。貴重な地域資源の活用を後押しするのが狙いで、全国的にも珍しい取り組みだ。対象は市民団体(個人・事業者含む)で、講座や講演会、交流会、コンサート、個展、教室など文化財の価値を損なわない企画を募る。採択企画



は市が会場確保や広報を担い、協働で実施する。実施時期は2026年9月1日以降で、市と協議のうえ決定する。利用施設は西山氏庭園離れなど5カ所である。

SOCIAL

吹田市立図書館 「宿題タスケルンジャー」で学習支援

吹田市立図書館では、子どもたちの夏休みの宿題や自由研究をサポートする特別企画「宿題タスケルンジャー」を実施している。期間は2026年7月10日から8月31日まで、市内各図書館および分室で利用可能。対象は小学1年生から高校3年生で、事前の申し込みや費用は一切不要である。

同企画では、宿題のテーマや自由研究で調べたいことについて、図書館の司書が本を探すコツや調べる方法を的確にアドバイスしてくれる。児童や生徒は、調べたい内容を専用の用紙に記入してカウンターに持参するだけでよい。また、図書館のホームページ経由でレファレンス(調べ物)相談を行うことも可能であり、行き詰まりがちな夏の課題をスムーズに進めることができる。



さらに同期間中、各館・分室では特設コーナー「夏休み文庫」も併設。過去1年間に出版された児童書の中から、司書が厳選したおすすめ本を展示している。コーナーでは、幼児から小学生向けの「もう読んだかな?26」と、中学生から18歳向けの「てくてく 2026」という2種類のパンフレットも配布されている。普段は手に取らない新しいジャンルの本と出会えるだけでなく、読書感想文の対象図書を探すのにも最適だ。

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どきののかもしれません。

【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

豊中市内で最古級の瓦片と 多量の須恵器が出土

豊中市教育委員会は、2026年3～5月に実施した内田遺跡第11次調査で、須恵器が多量に出土した土坑や市内最古級とみられる瓦片を確認した。集落は古墳時代後期から飛鳥時代のもので、桜井谷窯跡群産の須恵器の集荷・選別を行っていたと考えられている。今回の発見は、当時の土器生産体制の解明につながる重要な資料となる。出土資料は郷土資料館「とよ



みゆー」で7月22日(水)から10月4日(日)まで速報展示し、7月25日(土)には調査報告会を行う。

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!



“午後のコーヒー的なシアワセ”香る、
ジブリソング



ALBUM
「カフェ・アプレミディ・
ミーツ・スタジオジブリ」

ARTIST
Various Artists

IMWCD-1832 INSENSE MUSIC WORKS INC.

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お贈りする、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。

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

MONTHLY TOPICS

石橋商店街の古民家に生まれる 新しいカタチの公民館

石橋商店街の一角にある築100年の古民家を改装した、「ハムと本と、」(池田市石橋1-11-6)が8月1日にオープンする。書店やハムの販売を行いながら、地域の居場所にもなる新しいカタチの公民館。仕掛け人は、学生時代から石橋に住む一般社団法人いしばしcommons代表理事の菱田伊駒(ひしだ いこま)さんだ。

商店街がもう一つの キャンパスだった

菱田さんが石橋のまちと関わり始めたのは、大阪大学に入学した2009年のこと。当時の大阪大学は、大学がまちに出て地域と結びつく「社会学連携」の気運が広がっていた時期だった。その流れの中で、阪大生と石橋商店街が手を組んだサークル「石橋×阪大」を発足し、商店街を「石橋キャンパス」に見立てて活動が始まった。菱田さんは創立メンバーの一人として加わり、後に二代目代表を務めた。宝塚の新興住宅地で育った菱田さんにとって、昭和の面影が残る商店街は、それまで知らなかった人間味あふれる居場所だったという。

大学卒業後、就職したものの長くは続かず、「やっぱり商店街で何かやりたい」という思いから、石橋商店街のタローパンに就職。パン職人として約10年働きながら、子どもたちと哲学を語り合う哲学塾の運営や、B型作業所の立ち上げなど、まちづくりや福祉に携わってきた。そうした積み重ねの先、2023年に非営利型の一般社団法人「いしばしcommons」を設立し、代表理事として活動を本格化させる。まちの居場所づくり、教育と対話の実践、アートによ

る地域連携という三つの柱を掲げ、学校に出向いての対話授業や、不登校支援団体との連携など、まちとの関わりをさらに深めていった。

活動を続けるなか、築100年・二軒長屋の空き家のオーナーから、「家を活用してくれないか」と話を持ちかけられた。荒れた庭と、物であふれた家を掃除するところから始まり、庭で野菜を育てたり、夏には流しそうめんをしたりしながら、学校に行きづらい子どもたちの居場所として少しずつ活用をしてきた。ただ、イベントのときにだけオープンさせるのでは、本当の居場所として成立しない。何か困ったとき、誰かと話したいときに、自由に立ち寄れる場所とは何か。そう考えたときに浮かんだのが、書店という選択肢だった。「書店って何か買わなきゃとか、用事がなくても、ふらっと入って時間をつぶせる場所だと思うんですよ。そういう場所って意外と少ないんですよ」。

新しいカタチの私設公民館

そして8月1日(土)、この古民家に新たな拠点「ハムと本と、」がオープンする。1階には、池田市で店舗を構えていた「まがり書房」が移転するほか、石橋にハム工房を構える「ハム横山」がハムを主役とし



古民家の雰囲気を残しつつ、床を張り替えリノベーション。書店とハムやサンドイッチを販売。

た軽食も提供する。手がける横山さんは、障がいのある息子との関わりを通じて、福祉の枠にとどまらない形で人とつながる仕事を模索していたところ、菱田さんの思いに共感し、出店を決めたという。北摂産の地酒やワイン、コーヒーも楽しめるカフェバーも併設され、誰でもふらっと立ち寄って本を選んだり、買い物をしたり、商店街の一品舗として開かれている。店名の「と、」という一文字には、「これからここに関わる人や活動がどんどんつながってほしい」という思いが込められている。そして、菱田さんが「私設公民館」と呼ぶのは、公民館のような枠組みを先につくったからではなく、買い物に立ち寄れる場所として機能しながらそのまま居場所にもなる。そんな設計を意識してこの場所はつくられているからだ。

2階は「いしばし子どもブッククラブ」と名付けられた子どもの居場所だ。「学校に



阪大生ボランティアの中村衣里さん(左)といしばしcommons代表理事の菱田伊駒さん(右)



引き渡された当時の古民家。伸び放題の植木やゴミも散乱していた。

行きづらい日は書店へ、と思ってもらえるような場所を目指したいです」と菱田さんが話すように、ボードゲームや絵本の読み聞かせ、発達障害や子育てをテーマにした大阪大学の教員によるセミナーも予定している。

全国的に書店のない「無書店地域」が増え、この20年で書店の数が6割減ったとされる中、石橋阪大前からも新刊書店が姿を消していた。菱田さんは、そうした状況に危機感を抱きながら、書店として長く商店街にありつづけ、地域に開かれた居場所としても育てていきたいと考えている。

俳句 ／ HAIKU

「優秀賞」

溝渕へ噂のをとこあらはれり

茨木市 にしの泊瀬

溝渕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。

南風や壘ひとつなぎ野球場

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。

「つぶやき評」

物や人を描くと、俳句は際立つてきます。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。

SELECT



選者
山口 昭男
やまぐち あきお

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

【俳句の応募方法】
氏名・住所・年齢・明記のうえ、ハガキ、封書、FAX、下記の応募フォームのいずれかからご応募ください。

【宛先】
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23
株式会社シティライフNEW 俳句係まで
FAX 06-6368-3505

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



※締め切りは毎月25日必着 ※いつでも一人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

思わぬところに金があるかも？
資産価値として注目される金の買取を強化

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
古物許可証番号 第452520016812号
※買取時には身分証明書の提示が必要となります。

キングラム箕面店

箕面市西小路3-17-7 ☎072-721-6551
古物許可証番号 第622021504095号
※買取時には身分証明書の提示が必要となります。



世界情勢や物価高の影響もあり、資産としての価値が一段と注目されている「金」。タンスの中で眠っていたアクセサリが、お小遣いにも変わることも少なくない。実は金は、ネックレスや指輪はもちろん、万年筆のペン先や企業バッジ、金歯など、身近な品にも使われている。キングラム豊中店では、ただいま金の買取を強化中!さらに「アクセサリ-10点1,000円買取キャンペーン」も実施している。「金かどうかわからない品も、気軽に相談してください」と担当者。アクセサリを売って、今夜はちょっと贅沢な夕食を楽しんでみては?

「金を使っているものも、そうでないものも
ドンとお持ち込みください」
アクセサリ-10点・1,000円以上で買取します!

金のネックレスやブレスレットなどはもちろん、どんなアクセサリもお持ちください。
※レザー、紐製、ハンドメイドはのぞく。



ペン先に金が使われている万年筆なら1本3,000円保証!



取れた金歯をお持ちの方もぜひ! ※歯が付いた状態でOK。

ブランド品や他の貴金属も取り扱い中! ロレックス、ルイ・ヴィトン、プラチナなど、いつでも相談を。

■特典 「シティライフを見た」で
●その他商品の査定額**20%UP!** ※金券など一部対象外有。
●駐車証明書持参で**駐車場代をサービス!**
(8月末まで・他クーポンとの併用不可・掲載店舗のみ有効)

Gakken

夏の無料体験学習受付中



©学研教室

入会金 **0円**
通常5,500円→0円に!
キャンペーン実施中
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



算数・国語・英語
幼児/算数・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11F
24時間のホームページよりお申込みいただけます

学研教室 検索

参加無料
特典付き新NISA・iDeCoなど
資産形成セミナー各回16名
(抽選)ゼロから分かる、
これからのお金の増やし方・守り方

家計のやりくりや老後の備え…物価の高騰でお金に関する心配や不安が増していませんか? 大人気講師が教える「お金」「家計節約」「クレジットカード活用」「新NISA・iDeCoなど資産形成」の勉強会を開催します! 今こそ始める、資産運用から効果的な固定費の削減まで目から鱗の徹底解説。ぜひこの機会にご参加ください。

日時	会場
8月28日(金) 10時30分～	発酵イタリアン HIROSE
8月29日(土) 10時30分～	箕面市船場東3丁目 3-11 2階
8月30日(日) 10時30分～	

お申込は二次元コードから

※当選された方へ後日メールにてご案内します。
※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。



講師情報

ファイナンシャル
プランナー
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。マネーセミナー講師として関西圏を中心に活動。年間延べ1,000世帯以上のお客様の資産運用・家計相談を承る。Top of the Table会員。

特典 「発酵イタリアン HIROSE」
ランチプレゼント



米糀や乳酸発酵を取り入れ、素材本来の旨みを最大限に引き出した、心と体にやさしいイタリアンをセミナー後にゆっくりお楽しみください。

手取りを増やす/

働く女性の節税と蓄財セミナー
新NISA徹底解説!!

参加無料 定員20名

★講演内容★

- 源泉徴収票を読み解く!
- 新NISA・iDeCo
- ふるさと納税・保険・不動産

場所 グランフロント大阪 北館 5階

日程 2026.8月22日(土)

開場 13:15
開演 13:30～15:30

特典 スイーツ&ドリンク付き
抽選で高級食パン1本



講師 山下 薫
FP1級技能士
宅建士



私が変わる。私を変える。
Happy Life Money Seminar



お申込み!



当日はFP1級の講師が分かりやすくお伝えします。主催:YYAssets株式会社
ご予約お問合せは…tel.06-6766-4143 e-mail:info@yyassets.co.jp

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することができます。

CityLife で検索



「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。)

説明会参加
お申込みは
こちら



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までお仕事帰りでも参加可能!(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]

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

算数・国語・英語
幼児/算数・国語/英語

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11F

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