

神戸
阪神間で
評判の

健康スポット



「布団に入っても寝つけない」「頭痛やオフィスワークの疲れが目辛い」などの方はぜひ一度!

【住吉】レイス整骨院

神戸市東灘区住吉宮町6丁目14-12
六甲住吉プラザ1F
営/9時~12時 14時~19時
木・日曜・祝日定休

☎078-862-6928
http://sumiyoshi.leis-seikotsu.jp

不眠・肩こり・目の疲れ・骨盤の歪み・血行/血流改善 など

アーユルヴェーダ医学を基に作られた インド式ヘッドケア「チャンピサージ」

「チャンピサージ」はリラックス効果の高いケアで血液やリンパ液の流れを促す効果が!頭部を中心にストレスと緊張にさらされやすい背中の上、肩、上腕部、首、顔に施術。極楽気分で施術中に寝てしまう人も。頭痛や不眠からはつきりしないイライラなど、ストレスを感じている人におススメ。

- 特典 (3月末まで・再来の方もOK・要予約)
- 基本料金 ヘッドケア・柔道整復術・鍼灸 ……1,000円/10分毎
 - 「シティライフを見た」で
 - 30分以上のコースが1,000円OFF
 - 例)ヘッドケア30分 ……3,000円→2,000円
 - ヘッドケア30分+鍼灸20分 ……5,000円→4,000円
 - オイルマッサージ60分 ……5,000円→3,000円



教えます

▶英語教室 上甲子園・鳴尾・仁川
ココペリイングリッシュ
進学塾勤務経験豊かな米人講師
4才~無料体験06・7501・6270
kokopelienglish.web.fc2.com

▶甲子園口駅近【極真カラテ】
春のキャンペーン中
連絡先 090・9256・6212 山本

▶お琴教えます 出張可
☎06-6852-3395 今井

募集

▶レンタルスタジオ阪神西宮すぐ
ダンス各種、楽器練習等1時間千円
http://studio-marimita.com

結婚

▶良縁いだ 078-855-5757
豊富な情報で確かなお相手を紹介

▶ご縁むすびさせて頂きます
0798-74-0359 苦楽園仲人松本

このコーナーへのお申込みは「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。
1行15文字2,700円「教えます」のみ1,620円。
新規の場合は振込確認後の掲載となります。

T566-0001 摂津市千里丘1-13-23 シティライフ・伝言板係
FAX 06・6368・3505
Eメール dengon@citylifene.com 掲載お申込みの
締切:10日
【問合せ】06-6338-0640

意外と知らない 歯の健康知識



「アソライナー」は人前でも口元を気にせずすむのが特長。

歯には1本1本役割があり、ムダな歯はありません。当院の矯正は「共生」。できる限り「健康な歯を抜かない」矯正治療を行い、理想の歯並びと一緒に



本田 由馬院長
平成10年大阪歯科大学卒業。様々な医院を経験し、歯を抜かずに治療する方法を学ぶ。平成15年ゆうまデンタルクリニックを開業。

割が、年々代わらず利用可能です。お悩みによってはセラミックも対応しています。治療費が不安な方には、無料相談会を毎月実施。お気軽にご相談ください。

- 特典 無料相談会にご予約の方(全て税別)
- 「アソライナー」上下片方20万円
 - セラミック治療 e-max:1歯5万円、ジルコニア:1歯10万円

矯正・噛み合わせ

目立たず、抜歯しない矯正で理想の歯並びへ無料相談で納得

【無料相談会開催日】

場所: 雅ホリスティック歯科内
神戸市中央区三宮町3丁目9-15-401号
日時: 4/3(日)・5/8(日)
上記以降の日程は要問合せ。

場所: 猪木歯科 堂島診療所内
大阪市北区堂島浜2-2-28
堂島アグニスビルB1F
日時: 3/12(土)・4/9(土)・5/14(土)
※上記以降の日程は左記まで問合せを。無料相談会はゆうまデンタルでも毎日開催!

矯正歯科・予防歯科・インプラント・一般歯科・1日入れ歯 ゆうまデンタルクリニック

☎078-453-0828

神戸市東灘区深江南町2-12-8-104
受/月~日 9時半~13時
月・火・水・金・土 16時~21時
木・日曜日の午後休診 不定休
http://www.yumadental.jp



編集後記

今年にはリオ五輪、先日のサッカー日本代表U23の最終アジア予選は全試合、すべてTV観戦しました。毎回ヒーローが生まれる劇的な展開で、無事五輪出場を決め、アジアチャンピオンにも輝きました。そのメンバーのひとり、ヴィッセル神戸の岩波拓也選手です。ぜひスタジアムと一緒に応援しましょう!!(まっつー)

最近、個人的に「投資」に興味があり各金融機関の方にお話を聞いています。シティライフでは、3/17に「プロから学ぶ生活向上セミナー(P.4参照)」を開催します。健康、美容、マネー情報など普段の生活に役立つ知識がいろいろ学べる内容です。皆さんもぜひこの機会にご参加ください。(おく)

おいしいパン屋さんがひしめく神戸~阪神間は、ご飯よりパン派の私にとってまさに理想郷。特に自分好みのパンに出会った時は1~2日は幸福が持続します。今月号のパン特集(P18~P19)にも選りすぐりのお店を紹介していますので、ぜひ巡ってみてください!!(カレーはライスよりナン派 だあ)

P.2で紹介している手帳特集。手帳といってもたくさん種類があるんですよ。今回はビジネスやファミリーなどに目的別に紹介するとともに、意外と知られていない正しい手帳の使い方なんかもお教えします。4月から始まる新生活に向けて活用してください。(まえて)

神戸のJリーグクラブ・ヴィッセル神戸を応援しよう

ヴィッセル通信



協力/ヴィッセル神戸
取材・文/シティライフ編集部

10名の新戦力の活躍に期待が高まる ホーム・ノエビアスタジアム神戸へ行こう

皆さんが暮らす神戸の街にはJ1でプレーする「ヴィッセル神戸」があります。まだ、スタジアムでサッカーを観戦したことが無い方は、ぜひ今年こそは迫力あふれる試合を体感してみてください。ゴールの瞬間は最高ですよ!!



新ユニフォームに身を包んだ新加入選手とネルシーニョ監督。1月31日から2月9日までは沖縄キャンプを敢行。そして、気になる今シーズンのキャプテンは昨年大活躍のFW渡邊千真選手に決まった。

●新加入選手10名が「抱負」を語ってくれました!

2016シーズン新加入発表記者会見
1月27日(水) 於: 神戸新聞松方ホール



「中学、高校と6年間お世話になったチームに、プロサッカー選手としてプレーすることができて、うれしく思います。早くチームの勝利に貢献したいです。」



「自分自身の成長を促してくれた。チームの中心を担ってきた中板選手。『チームのために自分ができることを精一杯やりたいと思います。』」



「楽しいキャラクターで会場を湧かしていた田中選手。『昨年、クロス率がナンバー1だったので、左足のキックを武器に頑張ります。』」



「韓国代表のレギュラー-GKで素早い反応でのシュートセーブが得意。『タイトルを取れるように僕自身ベストを尽くしていきたいです。』」



「A代表にも召集されたことのある藤田選手。『僕自身は初めての移籍。すぐフレッシュな気持ちで、プレーすることを待ち遠しく思っています。』」



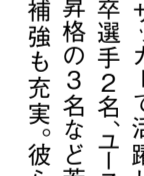
「サガン鳥栖でキャプテンだった藤田直之選手をはじめとする実力&キックも充分な選手や、大学サッカーで活躍した大卒選手2名、ユースから昇格の3名など若手の補強も充実。彼らへ応援に行ってみて!」



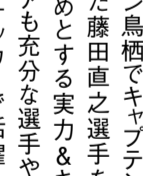
「再びヴィッセル神戸でプレー出来るチャンスに感謝しております。神戸でやり残してきた思いを成し遂げたいと思っています。」



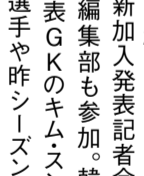
「すでに試合で活躍している藤谷選手。『ファンやサポーターの皆さんや、たくさんの方々に返返しができるようなプレーができたらいなと思っています。』」



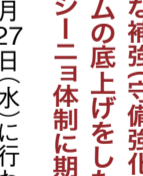
「大学選抜の中心だった松田選手。『1日でも早くピッチに立ち、チームの勝利に貢献して、サポーターの皆さんに応援してもらえる選手になりたいです。』」



「再びヴィッセル神戸でプレー出来るチャンスに感謝しております。神戸でやり残してきた思いを成し遂げたいと思っています。」



「U-18では2年生の時からレギュラーで攻撃の中心を担ってきた中板選手。『チームのために自分ができることを精一杯やりたいと思います。』」



「センターバックとして期待の高い東選手。『自分のストロングポイントを出し、先陣方を追い越していけるように頑張ります。』」



「すでに試合で活躍している藤谷選手。『ファンやサポーターの皆さんや、たくさんの方々に返返しができるようなプレーができたらいなと思っています。』」



「再びヴィッセル神戸でプレー出来るチャンスに感謝しております。神戸でやり残してきた思いを成し遂げたいと思っています。」



「U-18では2年生の時からレギュラーで攻撃の中心を担ってきた中板選手。『チームのために自分ができることを精一杯やりたいと思います。』」



「センターバックとして期待の高い東選手。『自分のストロングポイントを出し、先陣方を追い越していけるように頑張ります。』」



「すでに試合で活躍している藤谷選手。『ファンやサポーターの皆さんや、たくさんの方々に返返しができるようなプレーができたらいなと思っています。』」



「U-18では2年生の時からレギュラーで攻撃の中心を担ってきた中板選手。『チームのために自分ができることを精一杯やりたいと思います。』」



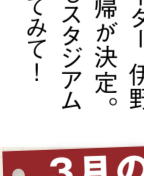
「すでに試合で活躍している藤谷選手。『ファンやサポーターの皆さんや、たくさんの方々に返返しができるようなプレーができたらいなと思っています。』」



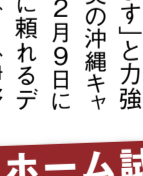
「U-18では2年生の時からレギュラーで攻撃の中心を担ってきた中板選手。『チームのために自分ができることを精一杯やりたいと思います。』」



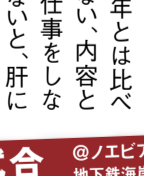
「すでに試合で活躍している藤谷選手。『ファンやサポーターの皆さんや、たくさんの方々に返返しができるようなプレーができたらいなと思っています。』」



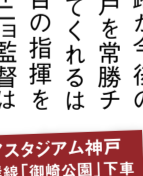
「U-18では2年生の時からレギュラーで攻撃の中心を担ってきた中板選手。『チームのために自分ができることを精一杯やりたいと思います。』」



「すでに試合で活躍している藤谷選手。『ファンやサポーターの皆さんや、たくさんの方々に返返しができるようなプレーができたらいなと思っています。』」



「U-18では2年生の時からレギュラーで攻撃の中心を担ってきた中板選手。『チームのために自分ができることを精一杯やりたいと思います。』」



「すでに試合で活躍している藤谷選手。『ファンやサポーターの皆さんや、たくさんの方々に返返しができるようなプレーができたらいなと思っています。』」

※1 村松大輔選手は期限付き移籍(期間は2016年2月1日から2017年1月31日)。

※2 伊野波選手は2月9日に新加入が発表された。

●3月のホーム試合

- 3/5(土) (KO18:30) vs アルビレックス新潟
- 3/19(土) (KO16:00) vs ガンバ大阪
- 3/27(日) (KO14:00) vs 鹿島アントラーズ

チケット&シーズンシート情報はヴィッセル神戸HPにて www.vissel-kobe.co.jp
☎078-651-1222(平日10:00~17:30) FAX 078-685-5502