

レッスンが楽しくて、グングン上達 まずは30分の無料体験から始めよう

歌を習うのは初めてという初心者の方から、本気でプロを目指したい!という方まで、幅広い層の生徒さんが通うUSボーカル教室。親切丁寧な先生による楽しいレッスンで、上手に歌える喜びが実感できると好評を得ている。30分の無料体験を随時実施しているので、ぜひ問い合せしてみよう!



独学ではなかなか難しい、ボイトレーニングのテクニックも教えてくれる。



ボーカル教室

自分の好きな曲で練習ができる。30分の無料体験レッスンを実施中!教室の雰囲気を知ることができるので、安心して通うことができたという声も。

コース内容

- グループレッスン(2~3名)月謝8,640円(4回)
 - 個人レッスン(1名)月謝10,800円(2回)
- 30分の無料体験を随時実施中。申込・詳細は左記ホームページより

特典

- 「シティライフを見たで」
 - 初月謝3,000円引き
- 上記コース料金より割引(5/31まで)

吹田 USボーカル教室江坂駅前校

(ユーエスポーカルキョウシツ)

吹田市豊津町1-25
森田ビル3F
受/10時~20時
お申込みはコチラ▶

☎0120-1692-88

http://www.us-owners.com/onten/



健康は日々の運動から... 気軽に通える良心的ヨガスタジオ

骨院が母体となり、「健康なカラダをつくるのが大事!」との想いで月4回通っても良心的価格で設定している同スタジオ。「健康のためにカルチャースクールのヨガに通っているけど人数が多すぎて...」「でもヨガスタジオは高そう」そんなモヤモヤを覆す、少人数制のスタジオ!1レッスン10人前後の少人数のため講師が一人ひとりをしっかりと見てくれ「なんだか身体のだるさがなくなった!」「姿勢がよくなった!」など効果を実感している人が多いみたい。ヨガマットやヨガブロックなど必要なものはすべて完備!気軽に気持ちでまずはやってみて。



ヨガ・ピラティス

POINT 10代~70代までの人が通っています!

- 新クラス「親子ヨガ」
お子さんと一緒に普段忙しいお母さんもリラックスしましょう。スキンシップがはかれます。
- 他バランスヨガ、ピラティス、マタニティヨガなどもあり。

コース内容

- 月謝制 月4回5,000円、月8回9,000円
- チケット制 1回1,600円~、20回は20,000円とお得

特典

- 「シティライフを見たで」
 - 体験1回1,600円→1,000円にさらに入会の方は入会金3,000円が無料!(5月末まで)
- 電話またはHPで気軽に予約を。

箕面 ヨガ健康スタジオ SUN場

箕面市栗生新家3-7-10 火曜定休
電話受付 9時~12時半、15時~20時
近隣コインPの割引あり (詳細は問い合わせを)
☎072-726-0020



【求人概要】

①介護職員【正社員】給月給22万円~25万円(各種手当、夜勤5回分込)時6時半~9時、9時~10時半~のいずれかスタートで実働7時間45分/夜勤17時~翌9時【パート】給900円~1,000円 ※別途処遇改善手当あり

②正・准看護師【正社員】給正社員月給 25万円~時8時半~、9時半~いずれかで実働7時間45分※夜勤なし【パート】給1,500円~1,600円

※シフト制(正社員月9日休み、パートは時間曜日相談)、夏季・年末年始・有給・産休・育休充実、交通費規定支給、各種社会保険完備、制服貸与、マイカー・バイク・自転車通勤OK

「初めての方へのサポート充実!主婦の方も多数活躍!温かなスタッフの対応が喜ばれています。」

資格があり介護職が好きな方も、未経験の方でこれから介護の現場に取り組みたい方も当施設なら安心。※産休・育休制度あり、時短勤務もOK、ライフスタイルの変化に柔軟に対応できる、女性が働きやすい職場です。

プランク有りも大歓迎!露天風呂もあり、広々とした綺麗な有料老人ホームです。イキイキと過ごされている入居者様との触れ合い、優しいスタッフばかりの働きやすい職場です。

介護付有料老人ホーム ファンライフ箕面

箕面市栗生間谷東1-14-8
☎072-728-8875
(担当/清水)
http://www.altidea.com/funlife-minoh/

人気魚料理のお店のスタッフ

時給 860円~

週1回からOK、時間の融通ききます。嬉しいかないもあるかも!?

ホール・キッチンスタッフ 時10時~22時の間で1日2時間~、週1回からOK 給860円~昇給あり、制服有、まかないあり、自動車・自転車通勤OK、交通費応相談 アルバイト、パート、フリーター歓迎、未経験歓迎、平日夜・土日入れる方歓迎 必ずはお電話ください

銀蔵(ぎんぞう)
箕面市小野原東5-2-1
☎080-1400-3527

新鮮な魚が食べられるお店として評判の当店で一緒に楽しく働きますか?ママさんも楽しく働いています!



編集後記

今月からスタートしたシティライフNEWS!地域の出来事や暮らしに必要な情報をお届けしていきます。全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか?そんな視点で取材していきたいと思っております。今回は硬派なネタが並びましたが、カテゴリーを幅広くする予定ですので今後にもご期待ください。(コサウ)

今回は巻頭で女性ホルモン特集していますが、年々健康への意識は高まっているようです。私も「食」から始め、夜12時までには寝る、週1回は運動をするなど、睡眠や運動も意識するようになりました。おかげで身体のダルさなどが軽減されている気がします(気持ちの問題?やまだり)

3年前から初釜に招かれたのをきっかけに、御茶会を着物を着るように。花嫁道具の一つとして親が準備してくれた訪問着や母が着ていたものを受け継いだり。そして自分に着る物と帯を購入!(ローンです!)着物だと気持ちがシャキとします。日本文化を大事にしたいですね。(着付け教室に通いたいよしみん)

熊本、大分両県で4月14日から続発している地震で避難されている方は計約20万人だという(4/18現在)。今必要とされているのは、水と食料とお風呂で、これからさらに様々なものが必要になってくるはず。自分には募金くらいしかできることはないけれど...。とにかく一刻も早い余震の終息を願うばかりです。(まっつー)

新生活も落ち着き 次は自分のために...

今は始めるなら

この習い事が

オススメ!

Culture & School

新生活も落ち着きだした頃。趣味やスキルアップなど、習いごとを新しく始めることで充実した日々を過ごしませんか?



よし、がんばるゾ!

充実した、自分らしい人生を送るために 今から始める私に合った筋力トレーニング

「いきいきとした毎日を送るために体力をつけたい!でも一人では中々難しい」。そんな悩みを持つ人はまずトレーナーに相談してみれば。同店のトレーニングは女性トレーナーと1対1で行うため、人目も気にならず筋力初心者でも安心。20代30代はもちろん、70代も通うなど幅広い層から支持されている。



パーソナル加圧トレーニング

1対1のトレーニングで要望に合わせて親切に指導。プロフェッショナルと二人三脚で理想を目指す!

豊中 Fresta68

(フレスタロクジュウハチ)
豊中市桜の町7-10-7 豊中オスカールビルB1F
営/10時~19時 火曜定休 P有
☎06-6855-0806



特典

- ①平日の12時~16時限定体験。(予約制) 加圧30分+カウンセリング20分 →5,000円のところが1,900円
 - ②木曜日12時~16時限定。(予約制) 身体のお悩み相談→無料
- (5月30日まで)

「色」が好きな人集まれ 似合う色で今の自分を変える

これまで約1万人の似合う色を診断してきた実績ある同スクールでは、初めて色を学ぶ人からプロコースを目指す人まで幅広い層に人気。自分に使える色から専門的なことまで確実に活かせるスキルが身につく。卒業後は自宅サロンや色彩講師など、多岐にわたる分野で活躍の場をサポート。自立した女性を目指す。

カラスクール



北区 Bloom Color School(ブルームカラスクール)

大阪市北区中津1-18-18 若杉ビル702
地下鉄中津駅より徒歩1分、阪急中津駅より徒歩5分
☎06-6131-4018
http://bloom-color-studio.com/ [ブルームカラスクール] で検索

保育士付き無料託児サービス(保険料別途要)を用意、子育てママを積極的に応援している。

特典

- 「シティライフを見たで」
 - お友達2人以上の説明会参加でご本人とお連れ様に「似合う色診断」を無料
- (5月末まで・要予約)

「住みなれた街で働きたい」そんなアナタを待ってます!

マチシゴト

職種 待遇 時間 勤務地 資格 給料 諸条件

求人コーナーへの掲載お申し込み・お問い合わせは
☎06-6338-0640 「求人コーナー係」まで

地元で働く女性のための求人サイト



毎月更新→

http://machishigoto.citylife-new.com/

正ハア アパレル雑貨販売

時給 正17万円~ハア 時給1,000円~
北大阪急行 千里中央駅 徒歩3分

主婦の方も歓迎!キッズセレクトショップで活躍ください。

アパレル雑貨販売 正社員10時~20時の間でシフト制(実働8時間)、パート・アルバイト 応相談 ※勤務日数も相談に応じます。昇給・昇与有り・交通費支給(月額2万円まで)・社会保険完備・産前産後休暇制度(実績有)・育児休暇(実績有)・リフレッシュ休暇制度・社員割引有・服装自由 必ずはお電話ください。(他エリアの勤務も有り。ご相談ください)

レキャトルサンク千里阪急店 20~40代までの女性が活躍しております。
豊中市新千里東町 1-5-1
☎06-6281-1117 担当/株式会社ノーザンスカイ 福留



内①(内職)自宅できるプラスチック磨き作業

出来高制 1個40円~

主婦の方歓迎!
お家でのちょっとした空き時間を有効に活用できる人気のお仕事です。

車のプラスチック製品の磨き作業 時空いている時間にご自宅です 給出来高制 1個40円~ 資格なし、丁寧に仕事していただける方 必ずはお問い合わせください。

内②(事務所に)事務作業・軽作業

時給900~1,000円

30代のママさんが活躍中!
人気職種のため久しぶりの欠員募集です。

事務所で車のアクセサリーに関する簡単なお仕事です。(リングパーツなどの両面テープ貼やスワフスキーなどの取付など) 時10時~16時の間3~4時間 時間相談可。土日祝、木曜定休 給時給900円~1,000円(細かい作業が好きな方、20代~40代の方が活躍中です。 必ずはお電話ください。 <正社員同時募集>

有限会社 ハルトデザイン 受/10時~19時 木曜・祝日定休 箕面市西宿1-1-5 ☎072-796-7701 担当/鼻戸

正 週1~でもOK!オーガニックカー...など髪に優しい自然派ヘアサロンです。

時給 900円~
阪急山田駅 徒歩10分

自然派サロンだからスタッフにも優しい環境を整えています。 定時上がり、希望すれば駅からの送迎可。プランク有でも安心して下さい。

ヘアサロンでもアシスタント、スタイリスト 給900円~ 正18万~(これが最低ラインです) 昇給有、自転車・バイク通勤可、交通費支給(駅からの送迎可) 美容師免許所持の方 必ずはお電話ください

Ceres(セレス) 山田店
吹田市山田東2丁目24-9 シャルム88 1F やさしいスタッフが 多いです。
☎06-6878-7040 (阪急バス山田市民体育館前下車可)

