

街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

# City Life

We are Planet Sailors. since 1986

シティライフ 阪神・神戸版



発行 株式会社シティライフNEW www.citylife-new.com E-mail info@citylife-new.com ■〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0640 FAX06-6368-3505

毎月1日発行 無料  
シティライフは再生紙を使用し、植物性インキで印刷しています。

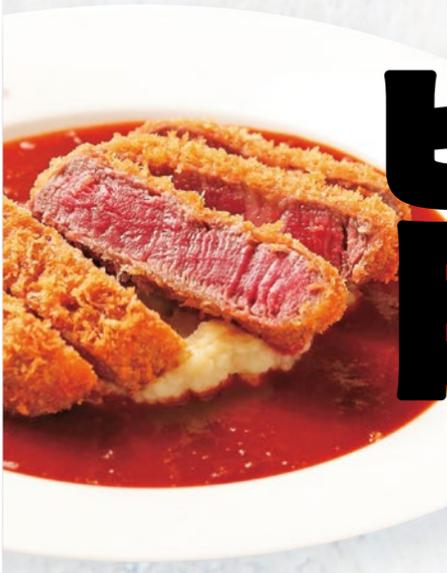
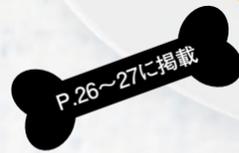


No meat,

## 幸せを呼ぶ

# 旨い肉

## Meat



No life



表紙撮影/兄弟エレキ 福羅広幸  
表紙ディレクション/吉見梨恵

- 2~4 巻頭特集  
気になるウワサのSPOT
- 5 睡眠の重要性を今一度考えよう  
ぐっすり眠って健康になろう
- 8~9 カラダの調子を整える
- 12 「髪ストレス」にサヨナラ 秋髪美人

- 13~17 秋美活のススメ特別編  
美肌・美顔へ導く  
フェイシャルメニュー、  
今こそ美の極め時
- 21 エエもんエエとご出あい隊 最終回  
阪神甲子園周辺
- 24~25 阪神間・神戸のおすすめグルメ