ボーカル教室

「上手に歌える」って本当に楽しい まずは30分の無料体験に参加して

全国で10,000人以上、幅広い層の生徒さんが通うUSボーカル教室。気さくで親切丁寧な先生が発声などの基礎から、豊かな表現力、テクニックなど上手に楽しく歌うためのコツを教えてくれる。まずは、30分ボーカル無料体験に参加して教室の雰囲気を体感してみよう。

お申込みはコチラ▶

USボーカル教室 江坂駅前校
〔ユーエスボーカルキョウシツ〕

吹田市豊津町1-25
森田ビル3F
受／10時～20時
0120-1692-88
USボーカル　江坂　で検索

× Menu ×

- 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 左記コース料金より割引 (8月31日(木)まで)

お気軽にお問い合わせを

Culture & School

人生が楽しくなる 習いゴト

Let's enjoy your life

知識が身についたり、技を習得できたり、仲間ができたり。

習いごとには、日常が楽しく充実した日々を過ごせるきっかけがたくさんあります。

ピッタリなスクールや教室をぜひ見つけてください。

着付け教室

着付けから礼儀作法まで手厚く指導 ベテラン講師から学べる京都きもの学院

きめ細やかな指導で着付けをマスター

京都きもの学院は、20万人以上の卒業生を輩出してきた実績ある着付け専門校。100名を超える指導経験の豊富なベテラン講師が、着くずれしない着物の着方や帯の締め方などをやさしく丁寧に指導。着物にふさわしい礼儀作法や所作までしっかり身に付く。練習用の着物は無料でレンタルでき、目標や目的に合わせてきめ細やかにレッスンを進めてくれるので、初心者にも安心。都合が悪いときは振替授業が受けられる点も魅力。

8月はゆかた着付け体験つき見学会を開催中

関西一円に80教室を展開する同学院では、毎月、参加無料の見学会を実施中。各教室とも駅から近いので、「教室はどんな雰囲気?」「レッスンの内容をみてみたい」という方は、最寄りの教室で見学会にぜひ参加してみは。

教室の雰囲気がわかる無料見学会+開講日

※見学会は8/22までにお申込ください。各教室・各回10時、14時、18時半～(教室により異なる場合あり)

教室	見学会	開講日
グランフロント大阪	8/21(月)～8/25(金)	9/25(月)～順次開講
阪急茨木	8/21(月)～8/25(金)	9/25(月)～順次開講
石橋	8/21(月)～8/25(金)	9/25(月)～順次開講
川西	8/21(月)～8/25(金)	9/25(月)～順次開講
千里中央	8/21(月)	9/25(月)
江坂	8/21(月)	9/25(月)
豊中	8/22(火)	9/26(火)

上記以外にも見学会予定あり。教室情報はWEBまたは、フリーダイヤルにお問い合わせください。

お食事会や観劇会など"きものでお出かけ"イベントでは、楽しい催しがたくさん。

和やかな雰囲気のなか、基礎からしっかりと学ぶことができる

在校生・卒業生がお勧めする京都きもの学院の魅力

- 駅チカの教室が多く通いやすいです。
- 急な用事にも振替ができるので続けやすかった!
- 所作も学べて着物を着ていて自信になりました。
- 着物の販売がないので安心して授業を受ける事ができます。
- 技術が身につき、着物の仕事につくことができました。
- 着物を着る機会を作ってくれるのがうれしいです!

京都きもの学院

受付／9時～20時
定休／土・日・祝
8／11～15お盆休み
〈お問合せ先〉
0120-02-3000
えりのマーク　で検索

× 9月本科生講座 ×

- 期間／週1回、2時間の10回コース
- 時間／朝：10時～12時
  昼：14時～16時
  夜：18時半～20時半
- 入学金／5,000円
  授業料／15,000円
- テキスト／1,500円　(全て税込)

※9/25(月)から順次開講

安田和子学院長

POINT

8/31(木)までに入学お申し込みの方は

【通　常】入学金+授業料(全10回)+きもの(授業料に含む)
→ **20,000円**(税込)
【今なら】→**10,000円**(税込)になる**お得な特典あり!**
60歳以上の方はさらに**1,000円引き**
8月の見学会では**ゆかた着付体験つき!**(事前にご予約ください。)

美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

薬食同源

和漢薬とハーブの話

文 笹川薬局 笹川悦子

第16回

七夕過ぎての朝、涼しげな白い花弁を持つ花が露地先の足下で目に入り、「あの花は何?」と親に尋ねると「ドクダミ」との答え。「ドク」と聞いて恐るおそる美しい十字の白い花弁に触れた植物「ドクダミ」、別名「十薬」です。

ドクダミと十薬(ジュウヤク)

ドクダミは私の近隣は勿論、北海道の南部から本州、四国、九州各地の比較的日陰に普通に野生する多年草です。梅雨の頃、白色四片の十字状の花を開きますが、白い花弁状のものは総苞で、真の花は中央に棒のように伸びている花の集まり、花柱のほうです。

生の全草には特有の臭気があり、何か毒でもあるのかとドクダメ(毒溜め)の名がついたと言われています。大和本草のなかで、「十種の薬の効能があるので十薬と言う」と表されており、生薬名としても「十薬(重薬)」と称されます。

薬草としてはドクダミHouttuynia cordata Thunberg(Saururaceae)の花期の地上部を天日で一日乾燥したものを使用し、日本では重要な民間療法の薬草の一つです。市販薬としても製剤化されていますが、漢方の処方ではなく、重薬単独で利尿、緩下、解毒(化膿性の腫れ物)、特に便秘で肌荒れがひどい時などに効果が期待できます。

製品化されたお茶や食品、薬品を利用する時、「ジュウヤク」と表示されたものは医薬品、「ドクダミ」と書いている場合は健康食品と判断すると良いです。

梅雨から初夏の花が咲いている頃がドクダミの採取時期です。蒸し暑さが身体に堪える空気の中で、まっすぐピンと咲いているドクダミを見ると、私も負けずに背筋を伸ばしたくなります。

【ドクダミ/Houttuynia】

MY LIFE'S Good Season 人生で最も楽しい時

50代からが人生の"グッドシーズン"。さあ輝く毎日を始めましょう。

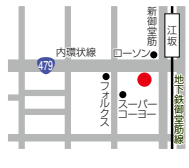
女性専用の薄毛改善サロン

「髪にボリュームがなくなり、地肌が透けて見える…」とお悩みの方にオススメの同サロン。業界初の青色LED・赤色LED・近赤外線・特定低周波の4種類でアプローチするマシンを使い、ホルモンバランス・自律神経を整えて血流を良くし、薄毛の原因を根本から改善する。薬などは一切使わず、痛みも副作用も無いから安心だ。また、頭皮や肌を活性化させる効果もあるので今ある髪も艶やかに。完全予約制・個室のプライベート空間で自分の髪をしっかり生やし、いつまでも若々しい貴方で。モニターでも多数の結果が出ている施術を1度体感してみて。

薄毛の原因はストレスや食生活など様々。一人ひとり丁寧にカウンセリングしてくれる。

最新マシンで頭皮下の深い部分に超狭帯域赤色LEDの光を浸透させ、髪を作り出す毛乳頭細胞を活性化させる。

a!priqueen
〈ア・プリクイーン〉
吹田市江の木町1-39
SERE江坂7F
営／11時～20時
(最終受付19時)
無料相談受付中!
0120-02-1128
http://a-priqueen.com



特典　「シティライフを見た」で
【スピード発毛コース】効果がなければ全額返金保証付!
- G-NEXT HAIR66分+クイックスカルプ30分(24回コース) …… 399,000円→199,000円(5名限定)

【お試しコース】
- G-NEXT HAIR66分+クイックスカルプ30分
  ……1回20,000円→ 5,000円
  ……3回60,000円→10,000円

(要予約・8月末まで・新規限定)

From CityLife

CityLife 読者モデル募集中

グルメ・スポーツ・美容・レジャーなど、読者モデルとして実際に体験をしていただける方を募集しています。親子でのご応募も歓迎です。ご応募をお待ちしております!

応募方法

ご応募はメールか郵送にてお送りください。応募の動機、郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、TELを記載いただき、上半身と全身のお写真をお送りください(随時受付)。
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23　シティライフ読者モデル係
メール info@citylife-new.com
※ご応募いただいた方は登録をさせていただき、ご依頼する際は編集部からご連絡させていただきます。