



上:かずとよ御膳[お造り4種盛り合せ、天ぷら5種盛り合せ、選べる魚(煮付・塩焼・酒蒸し)、季節の小鉢一品、ごはん、味噌汁、香の物] 下:一豊おまかせにぎり10貫(仕入れ状況により内容は変更有/土日祝限定)

大満足「かずとよ御膳」登場 さすが、地元で愛される魚食処

旨い魚を食べたいと思ったら地元常連客にも人気の一豊。毎日大阪中央卸市場直送で色々な種類の魚が味わえる。魚通のお客さまからの熱い要望に応えるべく登場したのが、プチ贅沢な「かずとよ御膳」。種類豊富なお造りと天ぷらが愉しめ、さらにメインの魚を選んで、調理も煮・焼き・蒸しから選べる御膳だ。このボリュームが手頃な価格で食べられる。また、週末限定の「一豊おまかせにぎり10貫」もオススメ!コースメニューも充実で家族やママ友とぜひ。



活魚はもじゃぶ(1.5人前1,280円)、はもじゃぶコース(4,200円)も人気!

魚食処 一豊(かずとよ)

服部緑地公園店
吹田市春日1丁目1-1
TATSUMI緑地公園101

営/昼11時~15時(L014時45分)
夜17時~22時(L021時45分)
月曜定休(月曜が祝日の場合翌火曜休)
駐車場3台あり 禁煙(店外に灰皿)

☎06-4798-5113
http://ichi-ho.co.jp



Menu

- かずとよ御膳 2,300円
 - 一豊おまかせにぎり10貫/土日祝限定 1,800円
 - 昼のみ定食(全8種) 1,000円
 - 季節の旬魚コース(前菜3品、季節の一品、お造り5種、焼物又は煮物、茶碗蒸し、揚げ物、お食事、デザート) ... 3,200円
- ※全て税別 ※詳しくはホームページにて



ランチで人気のワンプレートランチはドリンク付で980円!



夏限定 ヒリックと辛いファイヤーシュリンプがオススメ。



甘み、サシ、柔らかさが絶妙な四元豚のサイコロステーキも夏限定で登場!

ママ友の集まりに最適 掘りごたつ個室充実 創作和食処

「子連れでの外食はいつもここ!」と気兼ねなく集える雰囲気とバランスのよい定食や子どもも好きなメニュー、パイヤーが全国をまわって集めてきた厳選素材のメニューなど豊富なので3世代でも楽しめる。掘りごたつや半個室が充実、小学生以下は100円でソフトドリンク飲み放題なのも嬉しい。

Menu

- <限定10食> 週替わりプレートランチ 980円
- <限定15食> 限定おすすり膳ランチ 1,350円
- 当日飲み放題 1,500円

特典

- この記事持参で
- <昼のみ>980円以上のご膳 **100円OFF**
- ※1グループ全員OK/セット除く/他券併用不可
- <夜のみ>お会計より **10%OFF**
- ※割引上限1,000円/他券併用不可※全て税別表記(6月末まで)

ごちそう村 豊中上新田

豊中市上新田4-29-3
営/ランチ11時半~15時(L014時半)
ディナー17時~23時(L022時半)
金土祝前日は~23時半(L023時)

☎06-6155-4147



MY LIFE'S Good Season

~50歳から始まる人生で最も楽しい時~

期間限定お得プランが登場 新緑の箕面で優雅なひと時を

箕面の自然と大阪の街並が一望できる風の杜は、お料理目当てで宿泊する人が多いほど会席が評判。5/29~7/4限定で、4,500円の花会席付き1名様10,000円~のお得な宿泊プランが登場。ゆったり過ごしたい人には部屋食がおすすめ。この機会に父の日や記念日にご両親を誘ってはいかが。



花会席の一例。旬の味覚をいっぱい、素材の旨みを引きだした品々。

- 日帰り昼食プラン(部屋食・入浴付)12時~15時
花会席4,500円、雅会席6,000円、扇会席8,000円
※前日までに要予約
- 期間限定宿泊プラン(2食付・お一人様)~10,000円~
※本館客室のみ、2名利用時は11,000円

特典 「シティライフを見た」で
日帰り昼食プラン...お飲物**20%OFF**
宿泊プラン...お飲物**50%OFF**
(6月末まで、1グループ6名様まで)



夜は大阪平野が一望できる夜景が楽しめる。

みのお山荘 風の杜

箕面市箕面2-14-71
受付/8時半~20時

☎072-722-2191
http://www.minoo-kazenomori.com

詳しくは公式SNSで

みのお山荘 風の杜 で検索



地域サークル NPO法人 豊中市民エネルギーの会(豊中市)

スタート/2016年 活動/不定期 間/090-1143-6158(衛藤)
http://toyonaka-energy.net/

「原発に頼らず、持続可能な社会をつくりたい」と願う市民が集まり、保育園屋上に太陽光パネルを設置して「あつがるおひさま発電所」をスタート。市内の小学校での地球温暖化防止についての出前授業といった環境教育や、地域のイベントでの映画上映など自然エネルギーの普及活動に加え、2017年には、ベランダなどに太陽光パネルを置いて、自宅スマホの充電や小さな照明、扇風機などの電気を作る「じぶん発電」講座を開催。「無理せずできて災害時にも役立つものなので、少しずつ広めていければ」と、「発電」が身近になる暮らしを提案している。



株式会社宝塚すみれ発電との協働プロジェクトがスタート。6月1日(土)13時~16時、千里公民館にて「じぶん発電所つくり導入講座」を開催予定(参加費500円)。ぜひ参加を。

大露天風呂 ~七変化の湯~
緑に囲まれた大露天風呂は、療養泉認定の泉質です。寝湯・半身浴・肩まで...など、五つの深さで、お好みの入浴をお楽しみください。

源泉風呂 ~大地の湯~
地下700mから汲み上げた**100%天然温泉!**
源泉かけ流しで、ゆるりと癒します。

温泉パワーを実感! 心も体もほぐしてリフレッシュ

癒しと安らぎの湯場

源泉100% 関西屈指の大露天風呂&岩盤浴!!

人気No.1

ココが大好き!
色々試したけど、ここは浸かるとみるみる体が泡にふわっと包まれて、「効く」って感じ。湯上りのスベスベ感も最高です!

そうです。おゆばの炭酸泉は違うんです!
高濃度の炭酸泉に浸かると、炭酸ガスが皮膚を通して毛細血管に入り、血流量が通常の7倍も増えるとの報告も。血中の酸素・水分・栄養を増やし、老廃物の排出を促します。動脈硬化の予防にもおすすめです。おゆば温泉博士 タカマツさん

断然違う!
この高濃度炭酸泉はすごい!

ホットヨガは、遠赤外線効果の高い優しい温度の岩盤浴内で実施発汗&代謝アップ!好きな時にできるので、スクールに通うよりお得です。

朝ヨガ
必要なのは"お水"だけ!
曜日ごとに楽しめる朝活を気軽に
【月・火・木・金】10時半~ 【水・土】11時~
※通常岩盤浴12時~(日曜は10時半~)
月・火・木・金は1,200円水・土は1,500円

週末ヨガ
カップル・ご夫婦・仲間
1週間のストレス解消!
毎週金曜日(45分)1,200円
①20時~ ②21時~ 各要入浴料

お得情報
この記事持参で、
ホットヨガ
+入浴(水・土以外)
1,950円~**1,550円**

※2019年7月31日(水)まで有効

天然温泉 湯気温泉
万おゆば

入浴料金
●大人(中学生以上) 平日750円 土・日・祝 800円
●小人(4才~小学生) 370円
●幼児(0才~3才) 100円
●岩盤浴(50分) 700円

営/朝10時~深夜1時まで(最終受付0時)
吹田市千里万博公園11-11(万博公園西口第2駐車場)大駐車場完備
☎06-6816-2600 フェイスブック LINEやっています!

万博おゆば
6月入浴券
平日750円 土日800円 →
平日 **650円** 土日祝 **700円**

◎本券で3名様までご利用いただけます。
※コピー不可
(2019年6月30日(日)まで有効)

万博おゆば
6月入浴券
平日750円 土日800円 →
平日 **650円** 土日祝 **700円**

◎本券で3名様までご利用いただけます。
※コピー不可
(2019年6月30日(日)まで有効)

万博おゆば
7月入浴券
平日750円 土日800円 →
平日 **650円** 土日祝 **700円**

◎本券で3名様までご利用いただけます。
※コピー不可
(2019年7月1日(月)~7月31日(水)まで有効)

万博おゆば
7月入浴券
平日750円 土日800円 →
平日 **650円** 土日祝 **700円**

◎本券で3名様までご利用いただけます。
※コピー不可
(2019年7月1日(月)~7月31日(水)まで有効)

万博おゆば
岩盤浴(50分)6・7月入浴券
ぼっさり
1,000円

◎本券で3名様までご利用いただけます。
※コピー不可
(2019年7月31日(水)まで有効)

万博おゆば
岩盤浴(50分)6・7月入浴券
ぼっさり
1,000円

◎本券で3名様までご利用いただけます。
※コピー不可
(2019年7月31日(水)まで有効)