

短時間で全身スッキリ!! この気持ち良さをまずは体験!!

「フーセラピー」は手を使わずに、足で全身の筋肉をやさしくほぐす美容健康法。踏まれているとは思えない心地よさで眠ってしまう人も多いこの技術。血流やリンパの流れが促されて代謝がアップし、スリム効果が期待できます。

***** 受ける側のメリット *****

- むくみが取れてその場で脚がスッキリ!
- 血流がアップし、2~3分で全身が温まる!

***** 施術側のメリット *****

- 足の施術なので体力に自信がない人も大丈夫
- 有酸素運動により脂肪の燃焼率アップ!

フーセラピーアカデミー

☎ 0120-3229-20

電話受付:9時~18時 **フーレ** 検索

【無料トライアル開催】

日時 12/12(木)・13(金)・14(土)・15(日)・1/18(土)・19(日)・20(月)・21(火)開催
1.10:00~ 2.13:00~ 3.16:00~ 4.19:00~(各2時間)

場所 フーセラピーアカデミー 大阪校 大阪市北区芝田1-4-8 北阪急ビル2F

梅花がお贈りする、こころ温まる降誕祭

クリスマスイブニング

12/14 SAT

梅花女子大学 茨木ガーデンキャンパス

入場無料

人形劇



クリスマスプレゼント「バレエ体験」要予約

元レニングラード国立バレエ団ソリスト坂本慶子先生によるワークショップ。バレエの名作を華麗に踊ってみませんか?初めての方も経験者の方もお気軽にご参加ください。

[時間] ①14:15~ ②15:45~(各回1時間)
[対象] 5歳以上~大人 [定員] 各回20名程度

クリスマスプレゼント「バレエ体験」要予約

元レニングラード国立バレエ団ソリスト坂本慶子先生によるワークショップ。バレエの名作を華麗に踊ってみませんか?初めての方も経験者の方もお気軽にご参加ください。

[時間] ①14:15~ ②15:45~(各回1時間)
[対象] 5歳以上~大人 [定員] 各回20名程度

梅花女子大学 企画部 TEL:072-643-6343 E-mail:kikaku@baika.ac.jp

梅花中学校・高等学校・梅花女子大学

CROSS WORD

ノーマルクロス

応募方法 / はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日頃切)

応募先 / FAX:06-6368-3505 〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23 シティライフ「クロスワード」係

●11月号の答え プンカノヒ

誰もが楽しめるノーマルクロス。二重枠の文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか。(作・あさみ順子)

タテのキー

- 1 冬至に食べると風邪を引かないとか
- 2 「九層楼」のもうけの元
- 3 太公望がしていること
- 4 「黒い森」から黒海に注ぐ大河
- 5 インターネットに資金を募る○○○○ファンディング
- 7 冬鳥。東京・新橋・豊洲駅を結ぶ新交通システム
- 10 ここの芝生は青くて、客はよく柿を食べる
- 11 シェークスピアの戯曲、ボードゲーム
- 13 ジンギスカンに使う肉
- 15 イレギュラーだと捕球を失敗すること
- 16 他人に貸している家の持ち主
- 18 プレアデス星団の和名、山村新司のヒット曲
- 20 風邪や花粉症の人がつける
- 22 秋の果物。幸々、二十世紀といえ

ヨコのキー

- 1 分度器で測るもの
- 3 本を買ったのに読む時間がなくて...
- 6 親分、上司、缶コーヒーも
- 7 カノコ、タカサゴ、テップウなど
- 8 あおによし、の部
- 9 ほうきで集めたゴミはこれを取る
- 11 東北地方の「背骨」、○○山脈
- 12 東京・浅草寺の前にある商店街
- 13 阿寒湖のは特別天然記念物
- 14 プレーメンの音楽隊で一番大きい動物
- 16 耳で聞くもの
- 17 医師が使う刃物
- 19 ボタンはイノシシ、モミジは鹿、サクラは
- 21 ことわざでは三界に家がなく、三人寄ればかましい
- 23 崩すと転倒したり落下したり
- 24 台紙からはがしてベタンと貼る
- 25 食らわば皿まで

解答

A	B	C	D	E

思い立ったら 習い事をはじめよう

〈 習い事・スクール特集 〉

英会話初心者から厚い支持 実践的な英語を身につけよう

「簡単なあいさつにも自信がない…」という超初心者からはじめられる同校のレッスンは、アメリカ人講師による90分間の少人数制。クラスは身近なテーマから始まり、テキストに沿った体系的な学びができる充実のプログラムだ。話題が尽きないから楽しみながら自然と英語でのコミュニケーション力や対応力が身につく。初級から上級まで約100クラスもあるので、自分のペースで無理なく学べるのも好評。まずは気軽に無料体験へ!



アットホームな雰囲気だから初心者でも緊張せずどんどん発言できる。少人数制なので話す機会が多く、自分と同レベルの生徒と共に励まし合いながら学べるのもポイント!



「先生がうまくリードして一人ひとりに話をふってくださると好評。講師はネイティブなので、標準的できれいなアメリカ英語を教えてください。」

- #### 初心者におすすめできる理由
- 生徒の英語がたどたどしくても先生がじっくりと向き合ってくれる。
 - 英会話はもちろん、基本的な文法や言い回しもしっかり身につく。
 - 間違いを恐れずに学べる雰囲気が良い。

夙川クリスチャンセンター 英会話

西宮市大井町3-2 専用Pあり
受/9時半~21時半(火曜~土曜)

☎0120-02-6055
☎0798-72-6055

教会が母体だからこのクリスマスイベントも充実。詳しくはHPをチェック

夙川クリスチャンセンターで検索



特典
この記事持参で、12/14(土)までに無料体験レッスンを受けた方は入会後**レッスン1回分プレゼント**

60分で縫える夢の洋裁教室!

●型紙500型 ●ニット生地600種以上



30th Anniversary

佐藤貴美枝 ニットソーイングクラブ

全国200店舗 ニットソーイングクラブは女性限定のクラブです。

三ノ宮店 ※日・祝休み
神戸市中央区三宮町1-3-21 Kビル 3F
☎078-321-7818

住吉店 ※日・祝休み
神戸市東灘区住吉本町1-4-4 ASビル2F 202号
☎078-843-0808

西宮北口店 ※日・祝休み
西宮市南昭和町3-15 サビオ西宮5F
☎0798-65-6404

チュニック or ドレーナー 手ぶらでOK!

まずは体験!

日程: 12/9(月)~14(土)
費用: 1,000円 税別(材料費込)
※入会金・月謝は各6,000円税別

ご予約は 体験の詳細はこちら!

お電話かインターネットで

ニットソーイング 検索

https://www.knit-sewing.com/special/qevent/

最新の情報をお届け! 始めました!
LINE ID @iao6453n
(LINE@友だちも追加はこちら)



シティライフポイント

CLポイント加盟店募集

12/3(火) 13時からスタート

City Life

情報紙シティライフが運営する「CLポイント」は、地元の加盟店を利用すると、「CLポイント」がもらえ、そのポイントは加盟店で1ポイント=1円として利用できる、地域限定のポイントアプリです。今回この「CLポイント」の加盟店を募集します。**初期費用、月額費用は、ともに0円。**スマホを使ったポイントサービスを無料で導入できるシステムです。ぜひご登録ください。

初期費用 + 月額費用 全て無料

発生する費用について

- 貴店から発行されるポイント分の金額
- CLポイント会員が提示するQRコードの読み取り用の端末に関わる費用

登録はホームページから

<http://cl-point.com/store>

Download on the App Store | GET IT ON Google play



加盟店になると...

CLポイントアプリで貴店の情報を掲載

CLポイントに加盟するとアプリ内で貴店の情報を掲載することができます。ジャンル別やマップ上で加盟店の情報が検索でき、また特集などの企画にもご参画できます。

情報紙 シティライフで特集

情報紙シティライフでCLポイント会員の利用促進をするだけでなく、CLポイント内の特集も掲載します。

北摂・阪神間のニュースサイト「Citylife News Web」に掲載

貴店の情報はCLポイントアプリだけでなく、「Citylife News Web」にも掲載します。写真や文書で貴店の魅力をWebでもPRします。