

地元で楽しむ食と暮らし

高槻マルシェ

高槻阪急 地階
食料品売場

日々の暮らしの中心にある“食”。食べることは、生きるためだけでなく、心豊かな暮らしを送るためにも欠かせません。食に精通するナビゲーターが、“食”を楽しむためのあれこれを提案します。今回は、みそソムリエの太田智子さんに、オリジナルレシピなどを教えてもらいます。



今月のナビゲーター 太田 智子さん

芥川町にある食のセレクトショップ&カフェ「デマピマ」の店主。日本各地から集めた民藝の器や暮らしの道具の販売と、みそソムリエの資格をもつ太田さんが作る味噌や発酵食品を使った料理が評判の人気店。

健やかな食生活に欠かせない「味噌」の魅力とは

日々の食生活に欠かせない味噌。一言で味噌といっても産地や素材、熟成期間などで様々な違いがあるのはご存知でしょうか。あまり知られていない意外な知識や、アレンジレシピをみそソムリエの資格をもつ太田さんに聞きました。「味噌汁を作る時にしか使わない…」という方は必見です。実は、ドレッシングやクッキーなど、様々なアレンジに使えるんですよ。

WEBと動画でさらに詳しく

太田さんが提案するレシピの詳細はWEBと動画をご覧ください。



webは左記よりご覧ください



動画で味噌玉の作り方を紹介



地階フードイベントでは地元の飲食店が出店 3/31(水)~4/8(水)

Enoteca Identità
(エノテカ イデンティタ)
現地から直接仕入れたワインが豊富に揃う、イタリアワインの専門店から、希少なぶどう品種「ピニョーロ」のワインなどをご用意。
Pignolo Tre Venezie
(ピニョーロトレヴェネツィエ)
1本 3,080円



低糖質プリン
1個 410円

ローカーボキッチン 然-zen-
薬剤師がプロデュースする、低糖質食専門店。糖質を抑えながらも、おいしく健康にいい商品をご提供。



キッチンステージでナビゲート
4/2[金]~4[日]
各日:午後1時、午後3時の2回(各回約30分)
場所:地階 食料品売場 キッチンステージ

みそソムリエならではの発想で、合わせ味噌や白味噌、麦味噌などそれぞれの特徴を活かしたレシピを披露します。

高槻阪急

高槻市白梅町4-1
営/午前10時~午後8時
※営業時間に変更になる場合もございます。
☎072-683-0111

庭木1本から承ります!



お客様とのお約束

- ☆庭木1本より明瞭料金
- ☆土日でもOKです
- ☆トイレはお借りしません
- ☆お茶はご遠慮します

シティライフをご覧の方へ

生垣剪定幅1m(高さ2m)
通常 2,200円を **先着10名様**
(税込) **1,100円**

見積無料

1本からの
お庭サービス **ガーデンエクスプレス**
大阪支店/茨木市桑田町4-1 営業時間/9:00~17:00 ☎072-665-8371



「私は自宅で夢を叶えました。」

「先生に出会ってよかった」と言ってもらえる一生のお仕事です。学研教室の先生募集中!

- 1| **在宅でお仕事ができます。**
在宅ワークだけでなく多くの人と関わり、ご自身でコミュニティを広げていけるお仕事です。
- 2| **たくさんの教え子ができます。**
たくさんの教え子たちの成長が、自分の子どものように嬉しいと感じられるのも醍醐味です。
- 3| **学研教室が大切にしていること。**
教材は全て年次で分けられたものではなく、「〇級」という等級式。一人ひとりに合わせた長期的な成長支援を行うことを大切にしています。

まずは説明会へご参加下さい!
土曜日説明会、オンラインイベントも開催しております。
ご自宅から参加いただける
オンライン説明会も随時開催中! 詳細はこちらから▶

お子さんが小さくて外出しにくい方、日時の都合が合わない方もお気軽にお問合せ下さい。別途個別にご説明いたします。
学研教室 0120-889-100
受付時間 月曜~金曜日 9:00~17:00(祝休日を除く) ハイク ヒュクケン
学研教室 大阪北事務局 吹田市江坂町1-23-101 大同生命江坂ビル11F
24時間のホームページよりお申込みいただけます 学研先生 検索



今! **SMALIO**
公社賃貸住宅 スマリオ
にお引越すと...
40歳以下または子育て世帯なら
家賃補助が最大

18.2万円

敷金と
初回保証料
0円

一般世帯なら/
家賃と駐車場料金
最大2ヵ月
0円

保証人
なし
OK

下田部団地・B団地・C団地

高槻市登町12/高槻市登町14/高槻市登町2

家賃(月額) **3.77万円~5.12万円**

1LDK+F/2LDK/3DK
44.66㎡~45.84㎡

- JR京都線「高槻」駅 バス約20分
又は阪急京都線「高槻市」駅
バス約17分(バス停)
下田部団地 徒歩約5分
- 管理開始/
1969年9月~1970年8月
- 管理戸数/90~590戸
- 階層/鉄筋5階建
- 駐車場/10,230円
- 共益費/720~900円
- 住宅設備/ケーブルテレビ、
光インターネットサービス、
3箇所給湯、追焚機能付浴槽



月額10%の家賃補助で
(当初3年間)
3.4万円~

柱本団地

高槻市柱本新町8番

家賃(月額) **3.97万円~4.90万円**

2LDK/3DK
46.68㎡~49.23㎡

- 阪急京都線「茨木市」駅
バス約20分(バス停)柱本団地
徒歩約1分
- 管理開始/1973年3月
- 管理戸数/570戸
- 階層/鉄筋5階建
- 駐車場/8,580円
- 共益費/1,000円
- 住宅設備/BSアンテナ、
ケーブルテレビ、
光インターネットサービス、
3箇所給湯、追焚機能付浴槽



月額10%の家賃補助で
(当初3年間)
3.6万円~



スマリオ 千里募集カウンター
06-6203-5454

〒560-0082 豊中市千里東町1-1-5 大阪モノレール千里中央ビル2階
【窓口営業時間】9:00-19:30
【電話受付時間】9:00-20:00 土・日・祝も営業(休業日 12/29~1/3)

公社賃貸住宅は大阪府下に多数! 詳しくは **スマリオ キャンペーン** **検索**