

# City Life

We are Planet Sailors. since 1986

# 04

2021 APRIL

vol.448

北摂EAST

高槻・茨木  
摂津

3月25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。

発行 株式会社シティライフNEW <https://citylife-new.com> E-mail [info@citylife-new.com](mailto:info@citylife-new.com) 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0640 FAX06-6368-3505



P.20~21  
に掲載

この春  
話題の

## おいしいも 楽しむもう

表紙／撮影協力：蔵出し熟成焼き芋 すえひろ・POTATOLABO  
撮影：山口真一 ディレクション：前出安洋

コロナに負けない!がんばろう!  
北摂ワンチーム

### 巻頭特集 P.2~3

#### 良い仕事には理由がある プロの仕事のこだわり

確かな技術をもつ職人、信頼できるプランナー、豊富な知識をもつ専門家…人気があるのには理由があります。



### 特集 P.6

#### 総持寺・太田さんぼ

新しい施設が誕生するなど、新たな盛り上がりを見せている総持寺・太田エリアの魅力的な施設・お店を紹介します。



### 子育て P.8~9

#### 名物先生に聞きました 子どもの可能性を広げるために 心がけていることは?

スクールや学習塾で活躍する名物先生取材しました。意欲的に学ぶため、様々な趣向が凝らされています。スクール選びの決め手は先生にあり!



### グルメ P.26

#### レトロな雰囲気 愛され続ける純喫茶

美しくカットされたフルーツパフェや色鮮やかなメロンソーダ、具だくさんのサンドイッチ、レトロな純喫茶の懐かしのグルメを紹介します。



### 特集 P.14~15

万博記念公園だより えきすぼさんぼ

### ニュース P.28~31

City Life News

髪の毛から健康チェック

吹田市的美容院が研究、実現に成功

### P.16~19

## EXPOCITY press vol.55



※消費税込みの総額表示の義務化により本紙で表示されている価格はすべて税込みとなります。



シティライフは今年で35周年を迎えます

### イベント

## 西日本最大級のおいもの祭典 おいもEXPO in万博公園 4/24(土)・25(日)

P.20~21

今、全国でブームとなっているおいものに注目した西日本最大級のおいもの祭典。スイーツやおいも料理、各地のさつまいも販売や加工品、やさいもブースなどこだわりの名店約30店が登場します。日本の食文化の原点ともいえる美味しいおいもの魅力を楽しんでください。



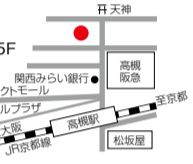
住まいに、もっと「自分らしさ」を。このコンセプトのもと住まい全般をプロデュースしているOCTAVE。代表を務めるのが一級建築士であり宅建士でもある濱野さんだ。一般的なりノベーションでは、物件探しは不動産会社、リノベはリノベ会社、お金のことは銀行、家具雑貨はショップでと、それぞれやり取りする会社が分かれていくが、同社ではこれらをひとまとめに請け負っている。それが実現している大きな要素は濱野さんが考案した物件費用からリノベ費用、さらに家具等にかかる

費用までまとめて住宅ローンに組み込む仕組み「ルセット」。費用をトータルで考えることができるので、全体のバランスを考えながら、設計からデザイン、リノベ、家具家電まで総合的な住まいづくりが可能となっている。「高い物件を買ってしまったので、やりたかったリノベができなかった。という話しを聞くことが多い。何とかできないかと考えてこの仕組みを採用しました。理想の住まいができれば予算オーバーしてもいいというわけではありません。予算内でいかに希望を叶

えるかが重要です。理想とする住まいのカタチは人それぞれ。何を一番優先するのか、立地なのか、デザインなのか、費用なのか、施主とじっくりと話をしながら、ベクトルの答えを一緒に探してくる。「提案したものが、お客様の抱く理想の家のイメージに、予算内でピタッとハマったときの喜びはひとしおです」。濱野さんは、あくまでサポートに徹しながらも、長年培った住まいに関する知識をフル回転させて理想の住まいを叶えてくれる。

**OCTAVE**

(オクターブ)  
本社 / 高槻市天神町1-6-18  
大阪オフィス / 大阪市中央区高麗橋2-3-5 5F  
営業 / 9時~17時  
定休なし  
☎072-668-4794  
オクターブ リノベ で検索



施工事例はこちらから▶

さらに深い仕事のスタイルに迫る記事は右記をチェック▶

**スケルトンマンションのオープンルームを開催**

日時 / 希望にあわせて相談  
場所 / 高槻市別所本町17-7 サンハイツ高槻マンションの内装を解体した状態で内覧。マンションで、できることできないことなどの質問もOK。購入希望なく見学だけでもOK。  
※感染症対策のため1組ずつの案内(要予約)  
詳細はTEL or メールにてメール/info@8va.co.jp



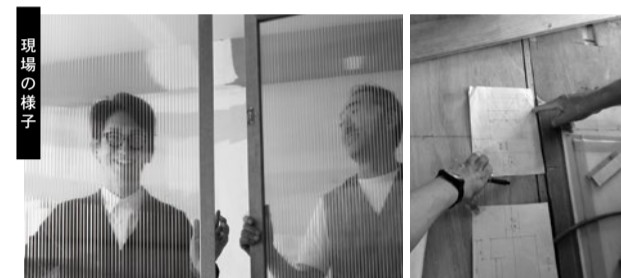
Professional Work  
**OCTAVE**

**PROFESSIONAL**

OCTAVE  
Architect | 濱野 哲夫 tetsuo hamano

京都大学工学部卒。大手ハウスメーカー、デザイン事務所勤務を経たのち同社を設立。「ルセット」考案後は、物件探しの段階から全体予算のバランスを考え、設計、デザイン、リノベーション、家具家電を総合的に提案している。

物件探しからリノベまで、住まい全般をプロデュース



一級建築士、宅地建物取引士の免許を持つ濱野さん。リノベーションでは、珍しい建具や照明など、古い家だからこそそのポテンシャルを生かしながら、大胆なアイデアもプラス。施主が思い描く理想の住まいを形にしている。

# プロの仕事のこだわり

人気があるのには理由があります。そこにはプロならではの、こだわりや想いがあるからです。

仕事のこだわりを深堀りします。

4月でちょうど保険業界30年を迎えるファイナンシャルプランナー(以下、FP)の北野美也子さん。今ほど女性が社会で活躍していなかった時代に、結婚や出産を経験しながら仕事を継続。相談者と共に年を重ね、現在は介護や老後の話も聞かれるようになるなど、たくさんの人生を見つめてきたからこそ分かる「リアル」がある。豊富な経験と知識に加え、柔らかい人柄に信頼を寄せ、孫やひ孫を紹介する相談者も多い。FPへの相談で多いのが保険の悩みこと。北野さん曰く、保険は

「最悪を考えて最善を尽くす」ものだが、実際に病気や事故をするまで分からないことも多い。北野さんはこれまでに、病気になった際の現実的な医療費などお金の問題とあわせて、当事者や家族の心境の変化を目的にしている。並行して常に最新医療の情報もセミナーなどで学ぶなど、過去の事例と現在の選択の両方を知っていることで、一番さわしい提案ができるという。また、北野さんは、お金の話をきっかけに相談者の人生をよりよくしたいと考えている。プライベートで学んだ

「選択理論心理学」で「自分が幸せにできるのは自分だけ」ということを知り、「まずは自分を満たすこと。そうすれば、家族や知人も幸せにできることを伝えたい」と話す。若かった頃の厳しい仕事環境の中でも、楽しむことを忘れず継続してきた北野さん。自身の理念「働く女性の”転ばぬ先の杖”でありたい」という言葉にも説得力がある。「どういう人生を過ごしたいか、それを決めて実行すれば必ず叶います」。自身も仕事を通じて自己実現を遂げた北野さんに、人生設

**ファイナンシャルプランナー 北野 美也子**

大阪市北区梅田2-2-2  
ヒルトンプラザウエストオフィスタワー18F  
受 / 10時~18時  
☎090-3871-5330  
Mail: kitano@lifepiazza.co.jp

さらに深い仕事のスタイルに迫る記事は右記をチェック▶

ホームページはこちらから▶

Professional Work  
**Financial planner**



**PROFESSIONAL**

Financial planner | 北野 美也子 kitano miyako

「継続は力なり、を超えて”自信なり”。今の仕事を心から楽しんでます」という北野さん。仕事は自己実現の場でもあると言い、自分がこれまで試してきた良いと思ったものをお勧めしている。

「女性の“転ばぬ先の杖”になりたい」業界30年、人生の“リアル”を知るFP

計を手伝ってもらって豊かな日々を手に入れよう。

5月開催予定のシティライフ主催「生活向上セミナー」にも登壇が決定!

詳しくは4月末発行のシティライフ5月号にて。



定期的にマネーセミナーを開催している北野さん。お金に関する身近な悩みごと、困りごとについてわかりやすく答えてくれると評判。

学生時代にアルバイトとして入店し、現在は店長を務める力安紀幸さん。入店当時、調理の経験はほぼゼロだったが、「新しく見聞きする」とばかりでしたが、野菜の洗い方、皮の剥き方から学びました。これをきつかけに家でも料理をするようになり、次第に店の新メニューの試作も任せられるように。現在は弁当作りのイロハをすべて習得。仕込みから調理をメインに担当し、新人スタッフの育成にも力をいれる。

店のこだわりは、昆布・しいたけ・うめいわしから丁寧に作った「出汁」。しっかりと出汁の味をきかせた総菜は「出汁からとっているのがわかる」と常連客からも好評だ。米は季節に応じた最適なブレンドを使っており、「このお米が一番おいしい」との声も。弁当は「からあげ弁当」や「シヤケ弁当」など定番のものから、カレーや丼ぶり、ミニサイズのお子様弁当などバラエティ豊富に取りそろえる。中でも人気はワンコインの「だしまき弁当」。アンケートでもNo.1を獲得した「だしまき」をメインに、からあげ、ほうれん草、サラダなどが彩りよく並び、「毎日、卵80個分くらいは焼いています。う



前日までの予約弁当「エビフライと焼肉弁当」1,280円(税込)

つすら焼き目が付くか、付きかけ……くらいを意識して、それぐらいが一番おいしく食べていただけます」。昼間はビジネススマン、夕方は買い物婦りの主婦など地元の常連客が多く通う。力安さんは「この街にあってよかったと思ってもらえるお弁当屋さんを目指して、これからも地域の人たちに美味しいお弁当をお届けしていきたいです」と語る。

弁当総菜の製造販売・宅配  
デリカショップ  
モリガキ

茨木市双葉町14-8  
営/10時~20時  
日曜定休(土曜・祝日営業)  
☎072-634-3272



さらに深い仕事のスタイルに迫る記事は右記をチェック▶



予約・注文はホームページから▶

Menu

1,500円以上より配達OK(配達料別途100円 ※2,000円以上のご注文で配達料無料)  
配達は茨木市の指定エリア(詳細はホームページにて、指定エリア外の配達是要相談。

Professional Work  
Delica Shop  
Morigaki



PROFESSIONAL

Morigaki  
Manager | 力安 紀幸 Rikiyasu noriyuki

学生時代にアルバイトとして入店。その才能をオーナーに見込まれ、現在は店長を務める。主に仕込みから調理、盛り付けを担当。笑顔で元気のいい接客を大切にしている。「お客さまから感謝の気持ちを伝えてもらうと、やっていて良かったなって思います」。

「美味しい・安全」には理由がある、力安店長の仕事のこだわり



(左)おいしい弁当を毎日作るには、スタッフ同士のチームワークが不可欠。コミュニケーションを取りながら限られたスペースで効率よく調理。

(右)忙しいときは力安店長も配達へ。丁寧に作った弁当を地域のご家庭へ安全に早く届けるのも大切なプロの仕事。

Commitment of Professional Work

良い仕事には理由がある

確かな技術をもつ職人、信頼できるプランナー、豊富な知識をもつ専門家…  
そこで今月号では、さまざまな分野の第一線で活躍するプロにフォーカスし、

Professional Work  
Kutsusenka

右)修理屋とは思えないオシャレな店内。納得いくまで相談してみても。下)手前半分に色補正を行った。買った時の輝きが蘇る。

PROFESSIONAL

Owner | 釜洞 健 kamahora ken

職人と言うと少し取っ付きにくいイメージがあるが、オーナーの釜洞さんはとてもフレンドリーな人柄。それもそのはず、前職は長年病院の事務長をしていたという。ネット上でも丁寧な対応をしてくれる店との評判の理由を尋ねると「お年寄りの患者さんが多かったの、よくお話を聞かせて頂いて分かりやすく説明する事が身に付いているのかも」との事。「病院



では裏方の仕事でしたが、この仕事はお客様の喜んでくれる顔が見れるのでやりがいがあります」と話す。最近では新サービスとして「LINE見取り」も導入。オンラインでの修理見積が可能なので、一度思い出の品の見積もってみたいが。

- Menu
- 靴クリーニング .....2,700円~
  - 財布クリーニング ..... 3,300円~
  - バッククリーニング.....5,500円~
  - ※色補修は+1,400円~
  - バッグ持ち手作成.....11,000円~
  - バッグ内袋交換.....14,300円~
  - ※すべて税込み
- 特典 「シティライフを見た」でクリーニングメニュー20%OFF ※一部対象外あり(4月末まで)

靴専科 高槻店

〈くつせんか〉  
LINE見積りはこちらから  
高槻市高槻町10-15  
営/10時~20時  
火曜定休  
連携駐車場あり  
☎072-668-6026  
靴専科 高槻 で検索



Professional Work  
LifeSupportService

物腰が柔らかく、どんな小さな相談も親身になって対応してくれる。点検をしてほしい場合にもすぐに駆け付けてくれるので安心。

PROFESSIONAL

Owner | 今村 英明 imamura hideaki

生活には欠かせない物の1つである給湯器。「年々高機能・高単価になっていいますが、その家族のライフスタイルに合っているとは限りません」と話すのは、給湯いちばんの代表今村さん。業界18年間、大手企業との取引で培った経験から、お客様のライフスタイルに合った機能の給湯器を提案してくれる。生活レベルに合わせた機能にすることでガス代の節約にも繋がる。給湯器は生活もらってみたいは。

生活には欠かせない物の1つである給湯器。年々高機能・高単価になっていいますが、その家族のライフスタイルに合っているとは限りません」と話すのは、給湯いちばんの代表今村さん。業界18年間、大手企業との取引で培った経験から、お客様のライフスタイルに合った機能の給湯器を提案してくれる。生活レベルに合わせた機能にすることでガス代の節約にも繋がる。給湯器は生活もらってみたいは。

お湯のことなら給湯いちばん  
ライフサポートサービス株式会社

摂津市鳥飼本町3-12-34  
営/9時~17時  
☎0800-222-9101  
https://www.lifesuppos.com



確かな技術で生活にあった給湯器の交換を

## 駅近・最短10分の iPhone 修理専門店

3月に2周年を迎えたテレスマアル・プラザ高槻店。JR高槻駅直結のアクセスの良さに加え、バッテリー交換が3,000円〜と安いのも魅力。また、最短10分で修理が終わるので、多くの人が買い物ついでに訪れる。iPhone・スマートフォンの修理はもちろんのこと、iPadやiPod、任天堂Switchの修理もやっている。携帯の不調が気になる方は一度相談に行ってみては。

**テレスマ**  
アル・プラザ高槻店  
高槻市芥川町1-2 C-201  
アルプラザ高槻2F  
☎050-3579-7147



Professional Work  
**Telesma**

PROFESSIONAL



オリジナルスマホケースやその他のアクセサリも充実している。

- Menu**
- バッテリー交換.....3,300円〜
  - 画面修理.....3,630円〜
  - 充電端子修理.....4,400円〜
  - ※すべて税込
- 特典**
- この記事持参で修理された方に  
●充電器セットまたはガラスフィルムプレゼント(6月末まで)

## 分別不要・丸投げでOK 遺品整理、不用品回収、買取

この道10年以上のベテランスタッフの迅速丁寧な対応が評判で、お客さん同士の紹介多数!人気の「積み放題メニュー」なら、急な引越や遺品整理など大量の不用品が出たときに超お得。自社工場で分別するので、自分で事前に仕分ける手間も省けて楽々。「家具や家電など安くいっぺんに持って行って助かりました」と喜びの声も。まずは無料見積もりを!

**中岩商事株式会社**  
(ナカイショウジ)  
受/8時~20時 年中無休  
古物商許可No.大阪府公安委員会  
第621120162063号  
大阪本社 ☎06-6854-0520  
http://www.amanesangyou.com



Professional Work  
**Nakaiwa Syouji**

PROFESSIONAL



関西全域(大阪・兵庫・滋賀・奈良・和歌山)に対応してくれる。

- Menu**
- 軽トラック積み放題(1量分).....13,000円
  - 2トントラック積み放題(3量分).....33,000円
  - ※すべて税込(規定量を超えた場合追加料金有り)
- 特典**
- 「シティライフを見た」と積み放題メニューをご利用の方、エアコン取り外し工事処分費何台でも無料!

Professional Work

## 暮らしのプロフェッショナル

### 墓じまいは新たな供養 完全自社施工で 最安価格を実現

永代供養の増加に伴い、墓じまいを考える方が増えている昨今。同店は関西エリアで年間260超の実績があり、見積もりから施工、手続き面のサポートと最初から最後まで丁寧な対応が特徴。遺骨の乾燥や僧侶の手配も可能で、安心して任せることができる。まずはお気軽に問合せを。



Professional Work  
**Mikage**

PROFESSIONAL

Mikage  
Owner | 末吉 智明 sueyoshi tomoaki



まごころ込めた温かく丁寧な対応が評判。代表は終活カウンセラーの資格保持者。「今の暮らしに最適な墓所へお引越しの手伝いをさせていただきます。」

### お墓と終活のみかけ 池田店

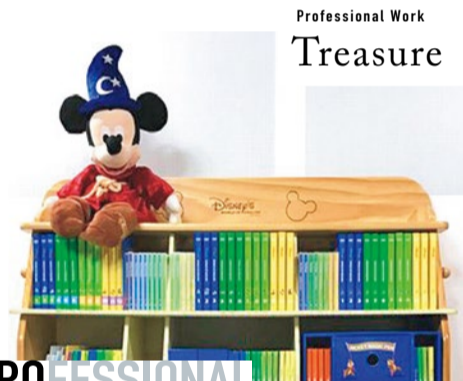
【公式LINEアカウント】  
池田展示場  
池田市空港1-3-21  
営/9時~19時  
☎0120-933-852  
https://www.mikage-ishi.com/



- 特典**
- 「シティライフを見た」でお見積もり価格10%OFF  
※現地確認・お見積りは無料  
(4月末まで・要予約・新規の方)

### 使用済みや欠品があっても査定OK 無料出張で 買い取ってもらおう

使わなくなった子ども用教材やおもちゃ、ゲームなどが自宅に眠っているなら、無料で出張買取をしてくれる「トレジャー」に相談するのがオススメ!年間50万点以上の買取実績を誇り、使用済みや欠品のある教材でも査定OK。送料無料の宅配買取もしているので問合せをしてみよう。



Professional Work  
**Treasure**

PROFESSIONAL



15年前のディズニー英語システムでも買取OK!ワールドワイドキッズや七田教材、キュボロやクアドリラ、ネフなどの木製玩具も買取OK!超合金やフィギュア・プラモデル・エアガンなど昭和の玩具は高額買取中!

### 玩具・ゲーム・フィギュア・エアガン買取 買い取り専門店 トレジャー

#### 関西買取センター

受/9時~20時 年中無休  
古物商許可No.大阪府公安委員会  
第622010123619号



▲おもちゃ用 webはコチラ



▲教材用 webはコチラ

☎0120-977-719

- 買取例**
- 仮面ライダー系変身グッズや戦隊ロボ・レゴ・フィギュアなど
  - シルバニア・セーラムーン・リメンバー他
  - プラモデル・超合金・昭和玩具なども
- 特典**
- 「シティライフを見た」で買取額20%UP! (4月末まで)

## CROSS WORD

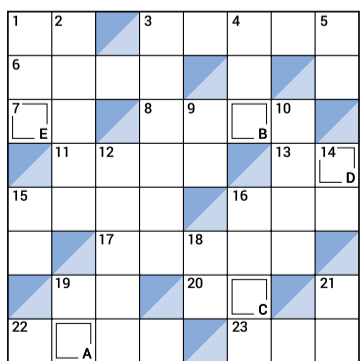
応募方法/はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日締切)

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

●3月号の答え ヒナマツリ

### ノーマルクロス

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)



解答

A	B	C	D	E

#### タテのキー

- 1 昭和の日、2006年までは○○○の日
- 2 春の選抜大会が行われる野球場
- 3 4月の誕生石
- 4 林檎は歌手、誠は作家、桔平は俳優
- 5 早春の花。実は漬物や果実酒に
- 9 「当を得る」と「○○○を射る」は間違いやすい
- 10 世界一長い○○○○○鉄道
- 12 鐘一つでは不合格
- 14 恩返しといえばこの鳥
- 15 王様の耳は○○の耳
- 16 食事なし、宿泊のみ
- 18 十二支の2番目。今年のえと
- 19 必要は発明の○○
- 21 シューベルトの歌曲にも登場する魚

#### ヨコのキー

- 1 神に仕える乙女
- 3 女子生徒がいない
- 6 名字が同じ。○○○同名
- 7 貯金や借金に付く
- 8 県庁所在地は甲府
- 11 五稜郭にこもり「蝦夷(えぞ)共和国」を建てた○○○武揚
- 13 分けること、異なること
- 15 霧の都と言われたイギリスの首都
- 16 ひやひやする気持ち。ジェットコースターは○○○満点
- 17 前に立つとすっと開く
- 19 喜劇俳優チャーリー○○
- 20 アイランド、縄張り
- 22 1年の1/2は半期、1/4は
- 23 木の枝などを編んで作った輪飾り

北摂エリア限定

クローゼットに入れっぱなしの衣類

1,000円で必ず出張買取します

45ℓ 1袋分

先着200名

無料出張 1世帯1回1袋限り

45ℓゴミ袋1袋分の衣類(5枚程度~OK)

リサイクルショップでは無理な物でも現金化!!

まずはお電話ください。「シティライフを見た」と伝えてください!

TEL.06-6967-8732

受付/10時~18時 kotobuki.kaitori@gmail.com

リサイクル寿 守口市西郷通4-16-4 営/10時~18時 日曜定休

腰痛・ぎっくり腰・座骨神経痛・関節の痛みなど

## 腰痛専門院だからできる治療 慢性腰痛を諦めず根本改善を

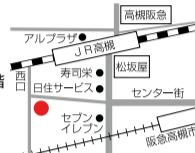
慢性腰痛やぎっくり腰の治療を得意とする紅葉堂。「正しくない」座り方や立ち方を続けていると、知らない内に腰に負担がかかり続け、症状が長引く。同院の治療は、腰痛専門院だからこそ分かる痛みの本当の原因にアプローチをするので、自分で動けず運ばれてきた人が歩いて帰れるほどに。再発ないように「正しい」身体の使い方の指導もしてくれるので、腰痛の方は一度行って見ては。



JR高槻駅西口より徒歩2分

### 完全予約制

腰痛専門施術  
筋肉整体 紅葉堂 (モミジドウ)  
高槻市上田辺町7-17 東ア第2ビル1階  
営業/9時~20時  
月曜定休  
☎050-7131-3306



【得意とする症状】  
ぎっくり腰、関節痛、椎間板ヘルニア、  
脊柱管狭窄症、座骨神経痛など

### 特典

「シティライフを見た」で  
●初診料……………3,100円→**無料**(4月末まで)  
●施術(45~90分)……………**一律6,100円**  
※都度払い ※症状による金額変動や回数チケット販売なし

肩こり・腰痛・五十肩・冷え症・むくみなど

## 本場の中国整体で、頑固な痛みを改善 免疫力アップでアレルギー(花粉症)対策にも

指や掌、肘を使った様々な手技を用いた施術を得意とする「楽楽堂」。普通の整体マッサージとは違い、全身のバランスを調整することに重きを置く本場中国仕込みの手技なので、肩・腰・関節の頑固な痛み改善はもちろん、人間本来のパワーである免疫力を高めてアレルギーや感染症に強い体を養う効果もあるそう。「病院に行っても治らなかったのに、ここに来て良くなった」という声も多数。保険治療対応もしているので、持病をお持ちの人や慢性的な不調を感じている人は、一度相談に訪れてみよう。



足裏には内臓と同じ反射区があり、冷えやむくみの改善に効果的



院長 李占法(リセンホウ)

中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道30年のベテラン。東洋医学の経路とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。

### Menu

全身整体・足裏・ダイエット・吸玉・刮痧の各コース  
●40分……………4,500円 ●70分……………7,000円  
●60分……………6,000円 ●90分……………8,500円  
※すべて税込 ※お得な回数券あり

「楽楽堂整骨院」にて各種保険取扱  
手やヘッドのアルコール消毒などコロナ対策万全

### 特典

「シティライフを見た」で  
●各コース(初回のみ)**2,000円OFF!**(4月末まで)

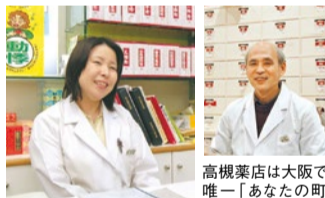
中国整体 楽楽堂  
茨木市西駅前町5-36 高橋ビル6F  
受/9時半~20時半  
無休 予約優先  
☎072-623-6789  
http://raku-ibaraki.jp/  
JR茨木 楽楽堂 | 検索



不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫(免疫細胞)など

## 赤ちゃんが欲しい方、1人目も2人目も 漢方で授かりやすい体質に改善

病院治療を長期間続けてもなかなか赤ちゃんを授からず、却って体調を崩し悩んでいる方がいる一方で、高齢でも自然妊娠されている方もいるとのこと。「西洋医学も大切ですが、本来は元気な赤ちゃんを授かりやすい体質に改善することが重要です」と戸田先生。漢方は血液の巡りを良くし、体温を整え、合成ホルモンでは無く、自身のピュアなホルモンで質のいい卵子を育て、着床、妊娠、出産を通して母体も赤ちゃんも健康ですぐすための体づくりをしていく。子宝相談はもちろん、アトピー性皮膚炎、自律神経、低体温、神経痛、寝たきり予防、免疫力アップなど諦めないで一度相談して見ては。



高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」に掲載された藤本先生。茨木薬店は女性の漢方アドバイザー戸田先生が優しく親身に相談のってくれる。

### 国際漢方 茨木薬店

茨木市真砂1-11-35(平和堂1F)  
無休 相談/10時~18時  
☎072-638-9939

### 漢方瑞雲 高槻薬店

高槻市芥川町1-11-1(JR高槻徒歩3分)  
水曜・講習会日休 相談/10時~18時  
☎072-686-0090  
※各店予約制の為相談前に一度連絡を

## 梅花は愛なる女学校です

### 梅花中学校

【進学チャレンジコース】  
【舞台芸術エレガンスコース】

梅花新体操スクール  
& 新体操部



### 梅花高等学校

【リベラルアーツコース】  
総合進学専攻  
国際教養専攻  
子ども保育専攻  
調理・製菓専攻  
舞台芸術専攻  
アートデザインマンガ・イラスト専攻

【アドバンスコース】  
特進S専攻  
医療看護専攻

## 梅花中学校・梅花高等学校

花と緑のキャンパスで開催!  
茨木ガーデンキャンパス

## オープン キャンパス

事前申込制  
4/29 5/30  
(木・祝) (日)

全学生対象 全学科で取得可能!

3つのメディカル  
インストラクター



## 梅花女子大学

# カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

今月のテーマは「腰痛」。筋肉整体 紅葉堂 南 院長にお話をお伺いしました。

## 筋力トレーニングをしたら ぎっくり腰や慢性腰痛は治るのでしょうか?

**A** 残念ながら筋トレだけでは治りません。  
身体の癖や使い方の改善が必要です。

重い物やクシャミなど1回の動作が原因でぎっくり腰になったと思っている方が多いのですが、ぎっくり腰は常日頃の身体の使い方の結果起こる症状です。腰痛が酷くなってから気づく方は、朝起きた時などに痛みを感じたことが半年から1年の間にあるはずなのですが、身体に元々備わっている機能が腰以外の場所でバランスを取っているため痛みがごまかされています。そのため、酷くなってからしか気づけません。本気で腰痛の改善、腰痛にならない体になりたいのであれば身体の使い方を見直すことが必要になります。

日々の積み重ねが腰痛の原因にも、改善にもつながります。



筋肉整体 紅葉堂 南 政和 院長  
柔道整復師

側弯症・骨と関節の変形性疾患(変形性膝関節症など)

## 背骨が曲がる側弯症でお悩みの方へ 子どもの未来を見据えた治療を

背骨が曲がっていく「側弯症」は、以前は手術でしか改善できないと言われていたが、今では側弯症の原因をみつけ、取り除き、個別に対処すれば改善する疾患であることが証明された。「側弯症治療でなにより大切にしていることは、もし自分の子どもが患者であったらどんな治療と説明を受けたいかということです。それは一時的な審美(見た目)だけでなく、その子の将来を見守っているのか?一生にわたり命の活力低下、運動障害や内臓疾患をまねくことなく、治療できているのか?時間をかけて支え丁寧によりそい、子どもが自信をなくさないように根本から改善できる治療が必要ではないかと感じています。お子さんの将来の幸せを考えた治療を親子で頑張ってみませんか」と山田院長。



### いこい治療院

高槻市上田辺町2-12  
VIVID BLDII(ヴィヴィッドビルドツー)  
JR高槻駅西出口徒歩20秒  
受/9時~19時 完全予約制  
日曜午後、祝日休診  
☎072-685-5414



JR高槻駅西口  
徒歩20秒

### Menu

施術費  
●初めての方……………10,000円  
●2回目以降……………3,000円  
※すべて税込

# 伝言板

掲載お申込みの  
締切 毎月10日

### 教えます

- 琴・三弦教室 菊志乃 史  
☎072-624-4060 JR茨木駅東200m
- 中国語・韓国語 会話  
入門~上級 グループも個人も  
阪急茨木市駅 ☎072-622-8322
- 尺八・琴・三弦教室 西田・菊富沙  
曜日・時間相談 ☎072-696-6750
- 腹式呼吸・発音・発声 歌唱指導  
出張・個人指導 石井072-623-6568
- ウクレレ教室(個人月2回)  
高槻市駅近く ☎070-1764-0627
- 中高年のAEC英会話→検索  
入門~高槻駅近二工ミ07041734891

### 着付け&個人レッスンHPあり

高槻市さゆりおばさん  
問合せ 090-5093-7905

### 箏・三絃教室 淀の会 長野雅子

090-3996-9514 JR千里丘駅  
http://www.yodonokai.com

### 民謡・新民謡教室(入門~上級)

月額 3,000円 見学、無料体験可  
TEL080-5313-6384 茨木 村尾

### ピアノ・ボイストレーニング・フルート・ギター・バイオリン・サクソフーン・トランペット・ウクレレ体験有

☎06-6876-1871 松本楽器

### 結婚

■ 縁はタイミング!お世話します  
0798-74-0359 苦楽園仲人松本

### 申込方法

「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字(初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。)2,750円  
「教えます」のみ1,650円。新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23  
シティライフ・伝言板係  
FAX 06-6368-3505  
Eメール dengon@citylife-new.com  
問合せ/06-6338-0640



北摂を代表する文化創造拠点  
「追手門学院茨木総持寺キャンパス」

茨木市東部の太田東芝町周辺では「スマートコミュニティ構想」のもと、新たなまちづくりが行われている。北摂を代表する文化創造拠点を目標として、2019年4月、最初に進出したのが追手門学院大学と追手門学院中・高等学校。「追手門学院茨木総持寺キャンパス」の名称で、甲子園球場と同じ規模の逆三角錐の形をした、全国の大学でも例のない大学棟・アカデミックアーク、客船のような中・高棟・スマートパレット、それに地域にも開放（現在はコロナ禍で休止中）される食堂棟の3つの建物を整備している。

このような、学校としては前例のない外観をしている理由は、従来型の「先生から生徒・学生に対して講義形式による一方

的な教育"からの脱却をはかり、「学びあい、教えあい」による先生・生徒・学生の双方型の能動的な学びによる教育イノベーションの象徴だからだという。

大学、中・高とも校舎の中心に図書スペースを配置し、常に調べものができるほか、全館Wi-Fiを整備して電子図書システムも導入。学生、生徒はPCやタブレットを携帯し、いつでもどこでも学ぶことができる。昨年からのコロナ禍でもこうした先進的な取り組みが奏功し、全国的に授業開始が延期になる中、例年どおり遠隔授業で学びを継続したとのことだ。地域に開かれたキャンパスなので、学園祭など、施設が開放される時に一度訪ねてみてはいかがだろうか。

官民一体で推進している茨木市の土地利用計画  
「茨木スマートコミュニティ構想」



# 総持寺・太田 さんぽ



新しい施設が誕生するなど盛り上がりを見せている  
総持寺・太田エリアの魅力的な施設・お店を紹介します。



(2019年4月撮影)

インスタ映えする素敵な空間

大学は経済、経営、社会、心理の各学部1年次と地域創造と国際教養学部1~4年次の学生、合わせて3,500人が学んでいる。中・高の生徒も含めると約5000人が集う一大キャンパス。写真はアカデミックアーク1階のWILホール。

## TOPICS



(2019年4月撮影)

カフェを併設する食堂の席数は600席。その一角には追手門学院や近隣自治体の広報誌やパンフレット、昔の茨木市の写真などを展示している「まちライブラリー@追手門」がある。

追手門学院  
茨木総持寺キャンパス  
(オウテモンガクイン)

茨木市太田東芝町1-1

<https://www.otemon.ac.jp/>



## 01 パンカフェ むぎむぎ

乳化剤など不使用、国産小麦を使った生地から全てが店内手作りのパンカフェむぎむぎは、やわらかく食べやすいと地元住民に愛されて12年。毎日50種類以上のパンが店頭並び、店の外まで美味しい香りが漂う。小麦アレルギーの方でも食べられるようにと米粉を使ったお菓子も誕生。どれも手軽な値段で懐かしい味が揃う。心があったかくなるパンをぜひ一度食べてみて!

昔ながらのワイイパン屋  
総持寺で愛されて12年

あのアニメを思わせる  
天婦羅の作り上げのパン



「バーガー  
専門店も  
信頼のふっくら  
パンズ」

[ Menu ]  
クリームチーズデニッシュ 140円  
エビカツバーガー 367円  
お米のシフォンケーキ 86円  
※すべて税込み

茨木市庄2-25-23  
営/10時~19時  
日・月曜定休

☎072-623-5543



## 02 焼き芋スイーツを研究するお店 ごっつおさん

オープン以来焼いもスイーツの研究を続けるごっつおさん。常に新商品を生み出す同店の中でも昨年大人気だった「おいしいチーズケーキ」がこの春再登場。ケーキの底に甘みたっぷりの焼いも、上にクランブルと“逆転の発想”がお芋の良さを引き出す。2021年の新発売の「芋スティック」はごま入りと紅茶パウダー入りがあり、芋の風味がより引き立つ組み合わせとなっている。お芋好きなら目を離さないでね!

進化が止まらないごっつおさん  
他にはないお芋スイーツを



[ Menu ]  
おいしいチーズケーキ ..... 440円  
本気のスイートポテト ..... 320円  
芋スティック ..... 270円  
干し芋 (80g) ..... 580円  
焼いも (1本) ..... 240円~

[ 特典 ]  
「シティライフを見た」で  
500円以上購入の方5%OFF (4月末まで)  
※すべて税込み

茨木市総持寺駅前町5-29  
営/10時~18時半  
日祝は11時~15時  
☎072-646-8898  
Instagram@gottuosan



阪急総持寺駅徒歩1分

## 03 明石焼きたこ焼き MAHALO

オープンして一年が経ち茨木のたこ焼き屋さんの中でも「美味しい」と評判のMAHALO。北摂では珍しい明石焼きはテイクアウトも可能。毎日煮出す合わせ出汁につけて食べるとトロトロで癖になる味。たこ焼きは何も付けずに食べる「すっぴん」も人気だが、その日の気分で選べる期間限定のソースも登場し、今なら「GO(5)+TWOキャンペーン」で2種類各5個ずつ違う味を楽しむことができる。

フワトロ明石焼きと  
ダシの効いたたこ焼きがクセになる

フワッとジュュー  
関西の味



「アツアツ2  
待って  
2分!!」

[ Menu ]  
明石焼き (8個) ..... 600円  
たこ焼き (6個) ..... 350円~  
GO+TWOキャンペーン (10個入り) 600円  
〈期間限定〉  
にんにく醤油 (6個) ..... 400円  
..... (8個) 470円  
※すべて税込み

〈マハロ〉  
茨木市中総持寺町3-31  
営/昼11時半~14時半  
夜16時~21時  
(日・祝 19時まで)  
火曜定休  
☎072-636-6050



## 04 お好み焼き・鉄板焼 'OHANA

阪急総持寺駅からすぐのお好み焼き屋さん。リピートNO.1豚しそ玉や、某番組の人間国宝さんにも登場したとうふ玉等オリジナルのお好み焼きが人気。一品メニューも豊富で、柔らかく炊いた角煮が入ったとん平焼きやお刺身感覚で食べれるしっとり蒸し鶏など、アルコールもすすむメニューが揃っている。ハワイの雑貨などが彩る明るい店内なのでカウンターでお一人様でも、BOX席で家族連れ様でもゆっくりくつろげる店内になっている。

テレビにも登場した駅近人気店  
豊富なメニューが食欲をそそる

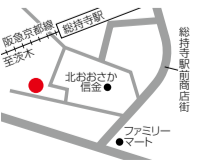


「店の外まで  
香る  
ソースの  
ええ匂い」

[ Menu ]  
お好み焼・焼きそば ... 660円~  
MIX塩焼きそば ..... 990円  
豚しそ玉 ..... 880円

[ 特典 ]  
「シティライフを見た」で  
ミニアイスプレゼント  
(4月末まで)  
※すべて税込み

〈オハナ〉  
茨木市中総持寺町7-18  
営/昼11時半~14時  
夜17時~22時半  
火曜定休 日祝ランチ休み  
☎072-647-8848



# Hello! Next new life.

イオンタウン  
茨木太田で  
ちょっと  
特別に。



## イオンタウン茨木太田

# 3.27 [sat] GRAND OPEN!

イオンタウン茨木太田の  
ホームページ、フロアガイド、  
アクセス情報はこちらをチェック!



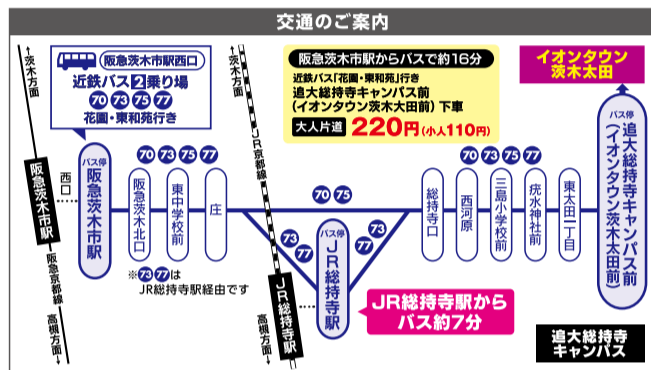
3.27 [sat]・3.28 [sun] あさ9:00 オープン!

※閉店時間は店舗により異なります。

3.29 [mon] あさ10:00 オープン!



・イオンフードスタイル・ウエルシア・スターバックス  
・日本鮮魚・牛乳・まつかわは9:00オープン



### お客さまへのご協力のお願い

KEEP DISTANCE	3段を目安	4人まで	手指の消毒の実施をお願いします
館内ではマスクの着用をお願いします	館内換気強化実施中	体調がすぐれない時は来店をご遠慮ください	会話は控えめにお願いします

当日は周辺道路や駐車場の混雑が予想されます。また、周辺は住宅地になっておりますので生活道路への進入はご遠慮ください。ご来店の際は公共交通機関をご利用ください。

From CityLife

## 関テレ×シティライフ 特別企画 「劇場版シグナル」公開記念でエピソードを募集

2018年に放送された連続ドラマ「シグナル 長期未解決事件捜査班」が、3月30日(火)よりスペシャルドラマを放送。そして、劇場版が4月2日(金)より全国の映画館で順次公開される。坂口健太郎演じる“現在”を生きる刑事と北村一輝演じる“過去”を生きる刑事が、過去と現在を繋ぐ無線機を頼りに、長期未解決事件に挑む!



映画公開を記念して、シティライフでは関西テレビ(以下、関テレ)と素敵な商品が当たるコラボ企画を実施。映画にまつわるエピソードを募集します!

テーマは「あなたの”やりなおシグナル”」。「あの時〇〇していたら、××だったのに」というような皆さんの変えたい過去、「たられば」のエピソードを教えてください。

### 【応募方法】

氏名、住所、電話番号、エピソード(150字以内)などを明記の上、下記URLのフォームから応募ください。締め切りは4月12日(月)18時。3/29までの応募作品は、3/30ドラマ生配信イベント内で出演者が特別賞を決定!

坂口健太郎サイン入り映画ポスターなど豪華賞品がプレゼント! 結果発表は5月号と、作品の公式HPなどで発表を予定しています。



## LOHAS café

カラダとココロにやさしく  
おいしい時間をお届けします



日替わりプレートランチ 1,000円 ※毎日メニューが替わります

おすすめは、オープンから続けている彩り豊かなお惣菜を少しずつ楽しめる日替りプレートランチ(1,000円)。毎朝、茨木の中央市場で選ぶ国産食材を使ったメイン料理に、具だくさんのみそ汁や新鮮野菜のサラダ、玄米ごはんがセットで食べ応えあり。プラス200円でコーヒーorデザートが付くので、ぜひゆったりとした時間をお過ごしください。



焼きいも(甘たくん)も販売中。



感染防止対策のため、セルフスタイルに。広めの席は、パーティションで仕切られています。

またテイクアウトのお弁当(700円)もあるので、おうちでもロハスカフェの味をお楽しみいただけます。

### LOHAS café (ロハスカフェ)

摂津市千里丘1-13-23  
営/モーニング8時半～、  
ランチ11時半～、営業は16時まで  
日祝定休

☎06-6155-6830



LOHAScafeのLINE公式アカウント

LINEだけのお得な情報を配信予定。「友だち追加」QRコードで読み取り



大阪/兵庫で新築・リフォームを考えている人のための住宅情報サイト

## LIFE PLUS [WEB]

巻頭特集 vol.45 (2021年2/15号)  
「ニューノーマルなワークスペース」

家の中で仕事をすることも増えてきた昨今。「新しい常識・状況」という意味で捉えられるニューノーマルな暮らしとは? 家族の幸せを何よりも大切に、家と暮らしを柔軟に変化させ続けている妙子(まなこ)ファミリーの日常取材した。

https://lifep.net/

ライフプラス 検索

スマホでもCHECKできる

巻頭特集はこちらからご覧いただけます→

あなたの住まいづくりに役立つ豊富な施工事例やイベント情報が随時更新!



FOLLOW US



フェイスブック



インスタグラム



Pinterest



From CityLife

## アンケートに答えてプレゼントをGET

### 「コロナ後の暮らしで体調の変化はありませんか?」

ペア10組



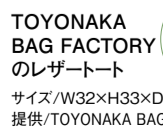
木下大サーカスの鑑賞券  
奇跡のホワイトライオンショーや夢のダブル空中ブランコなど、世界を感動させたサーカスが進化して3年ぶりに大阪で公演!

開催期間:6月20日(日)～9月5日(日)  
※詳細は木下大サーカスの公式HPにて提供/木下大サーカス



カーキグレー 各1名

TOYONAKA BAG FACTORYのハンドバッグ  
サイズ/W40×H28×D10cm  
提供/TOYONAKA BAG FACTORY



ホワイト&デニム 各1名

TOYONAKA BAG FACTORYのレザートート  
サイズ/W32×H33×D18cm  
提供/TOYONAKA BAG FACTORY

下記QRコードから応募ください。



「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ  
Kids & Mam



名物先生に聞きました

子どもの可能性を広げるために心がけていることは?

スクールや学習塾で活躍する名物先生取材しました。  
これからスクールを探す方は参考にして下さい。

グローバルヴィレッジ インターナショナルプリスクール



オーエン 先生

イギリス出身のオーエン先生は、グローバルヴィレッジ3校を統括する園長先生。「子どもとの人間関係を重視し、子どもの個性を伸ばす」というイギリス幼児教育の基本を全校の理念に。

子どもの可能性を広げる上で大切なのは、子どもたちの興味を尊重すること。子どもの興味を引き出し、楽しみながら問題を解決し、力をつけていく学習方法をプロジェクトラーニング(課題解決型学習)と言います。子どもがポジティブに自ら問題解決に取り組めるように導いてあげるのが大人の役割です。子ども自身のポジティブな姿勢が本人の可能性を大きく広げて行くのです。

め塾



長島 先生

独自の学習ノウハウを長年研究・実践し続けている長島先生は、大学生時代から、受け持つ生徒の成績が軒並みアップするので家庭教師のアルバイトに困らなかったそう。

勉強を頑張っているはずなのに結果が出ないという子は勉強のやり方が間違っている場合がほとんどです。勉強は正しいやり方を実践しないと意味がありません。私たちは、まず勉強ができる子が実践しているやり方を教えます。それは「話をちゃんと聞く」などの基本的なことがほとんどです。それさえ身につけばやる気も育まれ自然と学力は上がっていきますよ。

イングリッシュワールド



アラン 先生

1歳半から大人のクラスまで幅広く受け持つベテランの先生。「来年もアランのクラスがいい!」と親しみやすいNo.1。保護者へ子どもの様子を積極的にフィードバックしてくれるので安心して任せられる。

「英語が好き」「レッスンが楽しい!」と感じられる環境作りをしています。シャイな生徒もアニメの話なら心を開いてくれたりと、一人ひとりの個性を見て興味のあることと英語を結び付けています。生徒から英語を話したくなるような安心感とリアクションが大切。今はマスクで表情が見えないのでジェスチャーを多く付ける工夫をしてやる気を上げています。

無償化対象園  
英語の幼児園

英語を無理なく吸収できる2歳入園がベター  
3歳~小学生のサタデースクールも生徒募集中



英語幼児園の様子

子どもに英語を習得させるには、耳からの吸収能力が良い2歳までに英語の生活環境を作ることが大切。グローバルヴィレッジでは、ネイティブ講師がクラスを担当。保育士、幼稚園教諭など日本の有資格者と連携し、日本の幼稚園のカリキュラムから、コンピュータ、音楽、ダンスなどのプログラムを全て英語で行う。同校のプリスクールは入園希望者のウェイトイングが多いため、子どもを2歳で入園させるには、1歳までの早い時期の見学がおすすめ。また、同校ではサタデースクール、そして千里丘での春開園の保育園でも園児募集中。見学説明会の予定はHPでチェック。

グローバルヴィレッジ  
インターナショナルプリスクール  
http://www.global-edu.jp 園の様子はブログ!  
千里山田校 吹田市津雲台7-4 ☎06-6831-8996  
千里丘校 吹田市長野東3-15 ☎06-6878-6874  
高槻茨木校 高槻市宮田町3-4-10 ☎072-694-6000



新開園の保育園

一斉+個別指導  
学習塾

毎日コツコツ、オンラインで勉強をしながら  
週1回は通塾して面談&チェックテストを実施



小5対象「飛び級講座」  
小6対象「中学生準備講座」  
飛び級を受講した生徒たちの驚異的な点数UPはホームページをチェックしよう。詳しくは右記QRコードから!



自分で勉強できるように指導する学習塾  
め塾  
茨木市舟木町3-12  
福寿ビル2F  
☎072-632-7773  
UPW(オンライン塾)  
☎072-609-1636  
http://www.mejuku.com



独自のスタイルで子どものやる気を刺激して成績アップへと導くめ塾では、新しいスタイルのオンライン塾「UPW」がスタートしている。毎日コツコツ勉強ができるオンライン個別指導と、週1回(土曜日)の通塾による面談&チェックテストを行うハイブリット型の学習法。家庭学習の習慣が付き、保護者にとっても子どもの勉強の様子が分かって安心という声があるなどオンライン学習は多くのメリットを生み出している。しかし「オンラインだけでなくコミュニケーションをとるのが難しかったですね。面と向かって話しをすることでしか得られないものがあります。時には叱ってあげなければ子どもは本気になりません。それをパソコン越しの授業だけでやることはできません」と長島塾長。受講生は毎日30分、長島塾長自らの授業を視聴し、分からないこと等を受け答えする個別指導を受ける。そして週1回は通塾して面談・チェックテストを受けることを必須とした。驚異的な点数アップ実績もある人気の小5、小6向けの飛び級講座にも対応。まずはお問い合わせを!

英会話スクール

英語4技能を楽しく学ぶ  
保護者満足度99%の確かな実績



イングリッシュワールド

[姉妹校]千里中央校、緑地公園校、豊中校、塚口校、天王寺校 http://english-w.jp  
英検・英検Jr 受験準備会場認定校  
●茨木校 茨木市末広町1-1 井原興産ビル5F  
受付/11時~20時(土曜日:10時~18時) 月・日・祝定休

☎072-632-5578  
●高槻校 高槻市紺屋町 6-5イマホビル2F(駅前郵便局前)  
受付/10時~21時(土曜日:10時~18時) 月・日・祝定休  
☎072-685-7212

「英語の発音がキレイになった」と喜びの声が聞こえる実力派スクール。ネイティブ講師の英会話コースは1歳半から、年齢やレベルに応じた幅広いクラスで、振替制度あり。日本人講師は文法クラスを担当。フォニックス、英文法の定着を重視し、バランスよく4技能を伸ばす。感染拡大防止策も徹底しているので、安心して無料体験へ。

- 特典「シテイライフを見た」で(4月末まで)
1. 入会金→100%OFF ※即日入会以外は50%OFF
  2. ペア割引(2名以上同時入会)→教材費100%OFF
  3. 体験レッスン予約時に申し出のあった方のみ適用
  4. スクールバッグ(小学6年生まで)プレゼント
  5. 入会セットプレゼント
  6. 体験レッスン初回無料
- ※各特典利用は、レッスンを3ヵ月以上継続される方に限る。

卒園卒業・入園入学キャンペーン'21 5/5まで / シンプルプラン! 6切1ポース+キャビネプリント

お得プラン A 8,580円 6切1ポース台紙 + 3ポース3面冊付 デザインフレーム3ポース入り + キャビネプリント

選べるプラン B 13,200円 ①スイートアルバム + 6切1ポース台紙 + キャビネプリント  
②6切2面台紙 + キャビネ2面 + キャビネプリント  
③ファインアート2面 + キャビネプリント

5,500円 2データ付

七五三前撮りキャンペーン'21 6/6まで / 七五三前撮りの特典

すばるの8大特典

- ①撮影料無料
- ②メモリーフォト(20cm×25cm)プレゼント
- ③L判6面アルバムプレゼント
- ④撮影全カットデータプレゼント
- ⑤着付けヘア無料。ご兄弟のお着替えも無料!
- ⑥お出かけ時に家族写真6切1ポースプレゼント
- ⑦パパママ撮影用着物レンタル無料! お着付け代お一人2,500円

家族みんなでお着物好評受付中!

⑧ 秋のお出かけレンタル(着付けヘア込)が70%OFF  
3才女児/男児 3,960円 7歳女児 5,400円

おすすめプランA 10,200円 6切2面台紙 + 8データ付

おすすめプランB 20,200円 ファインアート2面+キャビネ2P2冊+16データ付

完全貸切で安心 来てね!

スタジオすばる 茨木市 稲葉町5-12 Pあり 営/9時半~18時半 火曜定休 ☎0120-927-753 表示価格は全て税込です

6大特典 お宮参り★キャンペーン 2021年/期間限定

- ①三つの中から選べるプレゼント L判2面アルバム or 手足のフレーム or キャビネプリント2枚
- ②命名写真プレゼント ③画像データ
- ④1才のお誕生日にメモリーフォトプレゼント券
- ⑤増やせるアルバムプレゼント(3ポース以上購入) 撮影料3,300円+
- ⑥お祝いの無料レンタル 撮影と別日でもOK! 6切2面台紙 13,500円~

命名写真(20cm×25cm)

おかけさまで10年目! 専門店だからできる高価買取!!

ゴールド プラチナ 宝石 ブランド品

3/17(水)現在の金相場による買取価格 K18 → 4,903円

千里丘西口より徒歩約2分 入りやすい1階路面店 目の前にコインパーキング有り! (有料)※1時間無料駐車場券お渡しします(ご成約の方に限り)

金券・テレカなども絶賛買取中! 買取&販売 ボスフル千里丘店 摂津市千里丘1-10-3 営/11時~18時30分(日祝~17時) 定休/毎週木曜日、第2・4水曜 ☎06-6330-5011 www.bosfull.com



フォトスタジオ

いよいよバルーンの七五三前写しスタート  
秋のおでかけが6月末迄の前写しで30%引



七五三のお出かけ前撮りプランがスタートしたバルーン。ロコミ人気が高く、一度撮影した方はほとんどがリピーターになっている。七五三から婚礼フォトまで幅広く衣裳を揃え、美容・撮影まで店内で全てがOK。七五三おでかけ衣裳レンタルは今なら30%引の18,000円(税込19,800円・男児)~のお得なプランが登場。6月末迄の前写しで秋の好きな日におでかけできる。6大特典つきの大ボリュームお宮参りお得プランなど、詳細はお得情報満載のWEBもチェックしよう!

**【七五三】秋にお出かけ+6月末までの撮影プラン**  
バルーンの着物で秋におでかけ。前写しなら洋装や兄弟お子様衣裳無料  
3歳女児被布.....19,400円(税込21,340円)  
5歳3歳男児着物袴...18,000円(税込19,800円)  
7歳女児.....22,900円(税込25,190円)  
台紙付き6つ切2ポーズ+6ポーズハーフキャビネ台紙付き  
+CD画像8カット(1000×1400ピクセル)  
衣裳一式、着付け、ヘアを含む。お出かけ日はお好きな日を指定OK。  
+1,000円(税込1,100円)でシチュ6ポーズ(デザインアルバム)プランにも変更OK

**6大特典付お宮参りお得プラン**  
●2ポーズ...12,800円(税込14,080円)  
●3ポーズ...17,800円(税込19,580円)  
●4ポーズ...22,800円(税込25,080円)  
**6大特典付**  
①台紙が増やせるカメオアルバム(31×31cm) ※4ポーズ以上  
②デザインフォト(20×25cm) ③フォトカード(9×6cm) 3枚  
④ポーズ分のCD画像(1000×1400ピクセル)  
⑤お祝い着無料貸し出し(外出OK)  
⑥6つ切写真(25×20cm)焼き増しプレゼント

**【七五三】人気のスタジオ内衣裳レンタル(美容着付き)**  
可愛いポーズが8種類8ポーズ  
台紙付8ポーズプラン.....12,800円(税込14,080円)  
6つ切2ポーズ、ハーフキャビネ6ポーズ、CD8画像  
バルーンオリジナルデザインお名前入り  
デザインアルバム2面.....14,800円(税込16,280円)  
(30×30cm×2面)6カット挿入。CD6画像  
(画像はいずれも1000×1400ピクセル)

**シティライフ特典** この記事持参で  
**七五三4月撮影限定**  
**ビッグキーホルダープレゼント!**  
(4.5×6.8cm)  
撮影時この記事を携帯してください。  
※他特典の併用不可

バルーンの価格は表示価格のみ、撮影料等は無し

フォトスタジオ バルーン ☎0120-753-317 定休日/木曜日、及び水曜不定休  
茨木スタジオ 茨木市園田町8-18 ピアリッツ茨木 P有り 営/10時~18時半 阪急茨木市駅下車12分 イオン新茨木店より東へ200m ☎072-638-6088  
高槻スタジオ 高槻市千代田町5-5 P有り 営/10時~18時半 阪急高槻市駅より徒歩約15分 ☎072-668-7456

ピアノレッスン  
幼児リトミック

カワイ音楽教室で心豊かに"個"を育もう  
只今、参加無料の体験・見学会を随時実施中



60年以上の豊富な実績を持ち、演奏技術を習得するだけでなく「音を通して表現することの楽しさ」、「より豊かな人格の形成」を目指すレッスンを展開しているカワイ音楽教室。オリジナルテキスト「サウンドツリー」を使用したピアノレッスンは4歳から受講可能で、3歳からピアノを始めたいという方にはピアノを始める前の「3歳ソルフェージュ」も実施している。また、グランドピアノの生演奏で行うリトミックは、1歳から4歳まで年齢にあわせたカリキュラムがあり、考える力や感じる力、豊かな感性などの"個性"が育まれると評判。今春は少人数の定員制で感染症対策の徹底を行いながら、高槻センターで無料体験・見学会が随時実施される。詳細はWEBをチェックしてみよう。

**充実のピアノ個人レッスン**  
年齢にあわせた多彩なコース  
・ピアノを始める前の「3歳ソルフェージュ」ソルフェージュとは音楽の基礎教育。  
・個人レッスン「4歳からのピアノコース」4歳はピアノを始めるのに最適な年齢!  
・はじめよう!「小学生からのピアノコース」小学生だからこそ、もっと楽しめる。

**気軽にお試し3回レッスン「ピアノチャレンジ」**  
「子どもがピアノに興味を持つか心配」というママにおすすめ  
おためし3回レッスン 通常7,700円→**3,850円**  
おためし期間は**教材費無料! 運営管理費無料!**  
※3回おためし終了後に入会して**入会金無料!**(4月末まで)

**カワイ音楽教室**  
◎茨木センター 茨木市双葉町8-1 奥村ビル5F ☎072-635-8866  
◎高槻センター 高槻市紺屋町7-9 ☎072-681-2731  
Webを  
チェック  
お問い合わせ時間/火~土(日・月・祝除く) 10時~17時  
※高槻市津之江町の教室で積極募集中!  
宮之川原、藤の里町、総持寺駅前町にも教室あり  
<http://music.kawai.jp/> カワイ音楽教室 で検索

**豊かな感性を育むカワイのリトミック**  
・親子でふれあい  
「1歳からのクーちゃんランド」  
・お友達と一緒に  
「2歳からのくるくるクラブ」  
・リトミックと鍵盤  
「3歳のピコルわーど」  
・グループ鍵盤  
「4歳のピコルわーど」

特典 「シティライフを見た」で  
・3歳ソルフェージュ: 4月末までの入会で**入会金無料!**  
・子どもピアノコース: **入会金最大無料!**(一部教室)  
・リトミックの無料体験会・見学会参加で  
4月末までに入会お申込みの方**入会金無料!**  
※マスクの着用、楽器や備品の除菌消毒、積極的な換気など、感染症拡大防止対策を実施中。

**わが家のアイドル自慢**

シティライフ読者のかわいいお子さまを紹介するコーナーです。普段の何気ない仕草からお気に入りのポーズまで、かわいいわが子の写真をお送りください。投稿いただいた写真は抽選のうえ、翌月号とWEB媒体CityLifeNewsでご紹介します。下記の応募方法を確認のうえ、QRコードよりご応募ください。

**応募方法**  
【対象】北摂地域在住のお子さま  
【締切】2021年4月14日(水)まで  
【掲載】CityLife 5月号・CityLife News Web (紙面はWEST版に載る場合もございます)

※応募多数の場合は抽選。一度掲載されたお子さまは対象外となります。掲載可否に関する連絡は原則行いませんので、予めご了承ください。応募はこちらから▶

HPで動画配信中  
スマートフォンサイト

子どもえいご館アップル  
茨木市上野町2-25  
☎072-643-5874  
えいご館アップル で検索

【プログラミングレッスン内容】  
・ロボットづくり  
・プログラミング  
・パズルトレーニング  
【身につく能力】  
・実用的な英語力  
・創造力・論理的思考  
・整理力・協調力  
・空間認識力・集中力

**英会話スクール&英語プログラミング**

**W講師による実用英語とプログラミング**  
置いてけぼりにならない安心サポートつき

子ども英会話教室として30年以上の実績を誇り、子ども目線での教育が評判のアップル。実用的な発音や聞き取る力が身につく通常レッスンに加え、プログラミングレッスンが人気。同スクールのプログラミングはSTEAM教育をネイティブ講師が全て英語で教えてくれるので、理系の基礎能力と英語能力を同時に身につけることができる。全てのクラスがネイティブ講師と日本人講師のW体制で、一人ひとりの習熟度を見極めるサポートも充実。21世紀で生きる能力を身につけよう。

専用アプリを使ってレッスンの様子を見ることができます!

スクールバスにも講師が添乗。車中でもDVDを上映したり、歌やゲームを通してのレッスンをしたりして通学中も英語に慣れる時間を提供している。

☎072-643-5874  
えいご館アップル で検索

**「くもんの先生」募集説明会受付中**  
説明会は予約制です。開催日の3日前までにお申込みください。

くもんの先生が  
はじめやすくなりました!

**あんしんサポート制度**

2年間一定の  
奨励金を支給

2年間  
会場費を援助

開設時の  
教室備品やPRの費用を援助

応募要項▶▶  
●55歳迄の女性の参加をお待ちしております。

仕事内容▶▶  
●教室は週2回(午後の5時間程度)  
●教科は算数・数学、英語、国語  
●収入は生徒数により異なります。

★...お子さま連れ可 ※感染予防のため、マスク着用にご協力をお願いいたします。

地区	日程	時間	会場
豊中市	4/12(月)★	10:00~11:30	千里阪急ビル 14F
吹田市	4/15(木)★	10:00~11:30	大阪シティアカデミー(吹田さんくす1番館4F)
高槻市	4/16(金)★	10:00~11:30	高槻現代劇場 市民会館
新大阪	4/22(木)	10:00~11:30 14:00~15:30 17:00~18:30	公文教育会館

WEB説明会 ▶▶ 4/9(金) 4/27(火) 10:00~11:00・13:00~14:00

※上記以外にも多数開催しております。詳細はWebサイトをご確認ください。説明会当日は、面接・採用テストを実施いたしません。KUMONのことを知り、疑問・不安を解消していただく場ですので、お気軽にご参加ください。

説明会のご案内

公文教育研究会 大阪事務局  
〒532-8511 大阪市淀川区西中島5-6-6  
公文教育会館2F

くもんの先生 検索 KUMON

☎0120-834-414  
受付/9:30~17:30(土・日・祝除く)

説明会のお申し込み・資料請求・お問い合わせはWebサイトもしくはフリーダイヤルより

コレで第一印象UP!

# 春美活にとっておきのメニューはコレ!

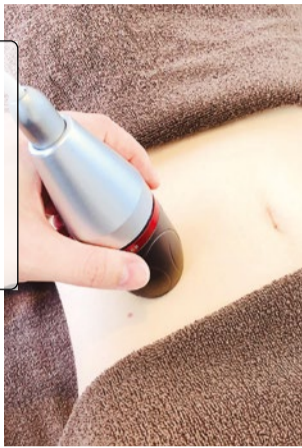
春は新生活のはじまり。心新たにあなたのキレイを磨いてみませんか? サロン自慢のとおきメニューをご紹介します。

## 春美活メニュー

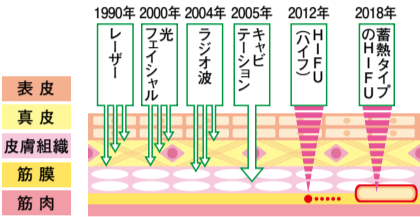
### スーパーハイフPro (4,000ショット)

90分 9,800円

これまでのマシンでは無理だった筋肉の層までのアプローチを叶えた最新マシン。部分痩せを短い回数で叶える。



筋膜・筋肉に直接刺激を届けることができるようになったので、効果が出るのが早い。



## 高槻店拡大移転リニューアルオープン 最新マシンでさらにパワーアップ

医療機関提携のサロンとして39年の信頼と実績があるファニービー茨木本店。今年12年目を迎える高槻店は、ゲストの数が増え続けていることから拡大移転リニューアルオープン!!それを記念して、新メニュー「スーパーハイフPro」が誕生。ドクターサポート付きの同メニューは、これまでの超音波マシンでは成しえなかった筋肉の層までのアプローチを実現。皮膚と筋肉の間にある脂肪細胞と凹凸セルライトを「高密度焦点式超音波」で破壊するため、自力では無くするのが難しい皮下脂肪もキレイに無くなる。脂肪細胞の後に生まれる細胞は活動が活発なので、施術は自然と脂肪が燃焼されるようになる。マシンの後には効果を更に高めるために骨格調整を行う。フェイシャルからボディまで全身どこにでも使える今話題のハイフマシンで部分痩せ・短期間のダイエットを始めよう。

### BODY

Before After

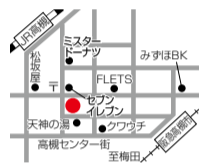
1ヵ月間の施術の変化。施術前にあった背中側の筋肉とあばら骨付近の脂肪がスッキリと無くなっている。

### FACIAL

写真右側の顔に2000ショット施術。フェイスラインがスッキリし、目尻の高さも上がっている。

## 医療機関提携サロン ファニービー

■高槻店  
高槻市高槻町13-24  
VIVIDビル2F  
営/月曜～金曜11時～20時  
土曜・祝日10時～18時  
日曜定休 Pあり  
☎072-681-5580



http://www.funny-bee.jp/

■茨木本店  
茨木市西中条町1-1  
ハタセビル3F  
営/月曜～金曜11時～20時  
土曜・祝日10時～18時  
日曜定休 Pあり  
☎072-645-1107



特典 「シティライフを見た」で

- スーパーハイフPro(90分)4,000ショット 19,800円→9,800円
  - 痩身モニター(90分) .....5,500円
- (4月末まで・初回の方限定) ※すべて税込

ゲストの喜びの声はHPに掲載!



Instagramをチェック



## 感染症対策(一部)

- スタッフのマスク・フェイスシールド着用
  - 従業員の検温
  - 常時換気
  - 強力アルコールでの徹底した店内消毒
- ※施術中・来店時のマスク着用協力をお願いします。



## 「頭皮のたるみは顔のたるみ」 1回で効果実感、圧巻のハンドテクニック

リンパ詰まりや表情筋のゆるみだけでなく、頭皮のコリも「たるみ、しみ、しわ、くすみ、毛穴の開き」の大きな原因のひとつだそう。全コースに含まれる独自のハンドテクニックで頭皮から肩までのコリをほぐし、循環機能を高めて肌質までも改善していく。リンパケアは「オーナーのハンドテクニックが別格!」と人気を集め、その実力に遠方から通う方や10年以上通うファンもいるほど!悩みや好み別の施術で、生まれ変わったようなスペシャル肌を手に入れて。

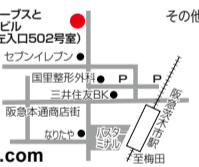


施術中も感染対策はしっかり。肌に直接触れるからこそ細やかな心づかいを。

カウンセリング・施術時は、飛沫対策としてマスクとフェイスシールド着用。

## Eternal Beauty (エターナルビューティー)

茨木市宮元町7-22  
※カブスと隣ビル  
仲辻ビル502(左入口)  
営/10時～18時 不定休  
その他の時間も相談可能  
駐車場あり  
☎072-623-5025  
http://esthetic-eternal.com



## 新型コロナウイルス感染対策について

- 換気の徹底。入店時の検温対策(スタッフ・ゲスト共に)・消毒も3種類用意。
- 完全プライベート空間。他のゲストと来店間隔を空けての予約対応。
- 救急車など多方面で使用されているタムラテコのオゾン発生器を設置。

特典 「シティライフを見た」で

- 「極上の約40分リンパケア」 + マシンで毛穴洗浄コース .....5,000円
  - オールハンド石膏パックコース .....5,000円
- (要予約・新規の方・4月末まで ※全て税込)

## 春美活メニュー

### オールハンド or マシンスペシャルケアコース

常連ゲストが絶賛する「極上の約40分リンパケア」に、「マシンでの「毛穴洗浄」+「エレクトロポーション」orオールハンドでの「石膏パック」\*を選べるプランを读者限定で用意。



### 頭皮のタルミは顔のタルミ 極上の約40分リンパケア

オールハンドでデコルテ、肩、首、顔、頭、耳までしっかりケア。老廃物、毒素の排出を促し、リンパの詰まりを徹底改善!

### マシンでしっかり毛穴ケア&エイジングケア



- 1 毛穴洗浄  
自分では取り除けない肌深部の汚れと古い角質をスクライバーで除去。



- 2 エレクトロポーション  
イオン導入の約10～20倍の効果と言われる導入方法で内部まで有効成分を届ける。

### オールハンドで陶酔、贅沢なリフティング

肌状態に合わせた保湿効果ばっちりのマリアギャラン石膏パック  
肌質に合わせるオーダートリートメント。胸元・首～顔全体を撫で上げながら、贅沢に石膏を塗布。42℃の温熱作用で夢心地、乾燥肌も改善し、プルプル肌へ。



## 気になるキレイのひみつ

今回のテーマ

# 口の中からキレイを目指す オーラルストレッチ

「リモートワークの導入」や「マスクの着用」など、新しい生活スタイルが定着している。実はこれらの生活スタイルが、口元の緩みを招き、豊かな表情を作る「表情筋」の衰えにつながる可能性があるそう。そこで、口腔ケアの専門家に表情筋のストレッチを教わった。



教えてくれた人

渡邊 彩さん  
歯科衛生士・NDL mint-seminar公認インストラクター  
歯科衛生士として働くなかで「顎の周りが疲れる」「口元のたるみが気になる」といった訴えにアプローチしたいと「オーラルストレッチ」を考案。2015年よりNDL mint-seminar講師を務める。

## いつもの歯ブラシでできる 「表情筋」のストレッチ

口周りや顎の筋肉が衰えると、口角が下がったり、ほうれい線が濃くなったりと美容に悪影響が。また口の中が乾くため、口臭の原因にも。

そこで注目されているのが「オーラルストレッチ」。歯ブラシを使って、表情筋の一部と咀嚼筋の緊張を和らげる運動のこと。美容効果が期待できるほか、咀嚼や唾液分泌など口腔機能の促進効果も。歯磨き前後や入浴時に手軽にできるのもポイントだ。

いつもキレイでいたいけど、仕事に家事に忙しい…。そんな思いに応えるため、美容にまつわる気になるトピックをCity Life編集部が専門家に取材。プロの力を借りながら、セルフケアも取り入れてキレイを目指しましょう。

「リフトアップ」「エラ張りの解消」ストレッチはココから



### 顔全体の緊張を緩め、ほうれい線を薄くするストレッチ



引っかかる部分では動きを止めて、全体をならすように3～5回行う。



頬を持ち上げ、頬骨の下に緩やかなアーチを描くように心地よい圧をかけてなぞる。

#### POINT 1

口の中の粘膜を傷つけないよう、ブラシ背面が膨らんだカーブヘッドの歯ブラシが最適。

#### POINT 2

口の内側から頬を持ち上げるのは1cm～1.5cmでOK。

#### POINT 3

週に2～3回、1週間程度でほうれい線が薄くなる効果が期待できる。

※効果には個人差があります

思い立ったら  
習い事をはじめよう



パーソナルジム

人気上昇中駅前ジムで  
パーソナルジム無料体験

高槻の駅前という好立地にありながら、手軽な値段でレベルの高い指導が受けられると人気のスワン高槻。短期間でのダイエットやスタイル向上を目指す女性に寄り添う同店では、-10kg以上のダイエット成功者も多数。大手フィットネスクラブでトップトレーナーとして活躍したオーナーを始め、医療の国家資格を持ったトレーナーたちが『楽しみ』と『安心感』のあるトレーニングをしてくれる。30分のプランから通い放題まであるので安心。20名限定のパーソナル無料体験で気軽にはじめてみよう。



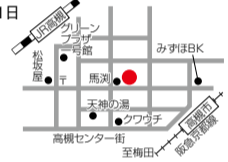
トレーニング前に筋肉のコリや関節の可動域を広げることで、トレーニング効果が上がる。医療国家資格を持ったトレーナーによる施術なので安心。



今の身体の状態や食生活について詳しくカウンセリングを行う。それを元に短期間で痩せられるメニューを作る。

スワン高槻 パーソナルトレーニング

高槻市高槻町11-16 第一領家ビル4F  
営/9時半~22時  
休/日曜・29日・30日・31日  
(月末5週目)



さかなや道場の横に入り口あり  
0120-947-068  
スワン高槻 で検索

- Menu**
- パーソナルトレーニング 30分4,400円/45分6,600円/60分8,800円
  - 最速ダイエット 月5回6,578円/通い放題10,978円
  - シニア向け健康運動 月2回コース3,278円/月5回コース6,578円/通い放題10,978円
- ※価格はすべて税込み
- 特典** 「シティライフを見た」で
- パーソナルトレーニング(45分)6,600円→**無料**
  - 入金金11,000円→**無料**(先着20名 4月末まで)



LINE友だち追加で簡単予約

クチコミ来店が多いのには理由がある  
紹介したくなる Hair Salon



1.ボリュームをコントロールして、根もとから、ふんわり軽やかな髪へとみごとく

リピート率90%以上  
技術はもちろん、  
薬剤もこだわる実力派

JR高槻駅直結の高槻阪急にある創業1963年の実力派サロン。経験豊富で高い技術を持ったスタイリスト達が髪の毛の悩みを解決し、髪を痛ませない施術を心掛けてくれるので安心してお任せ出来ると評判。エイジングケアも叶うオーガニックカラーは幅広い年齢層から支持を得ている。

私の髪質にあわせたアドバイスしてくれるので、頼りにしています。感染症対策もきちんとしていて安心ですし、駅チカ＆駐車場もあるのでとっても便利です！  
高槻市 Sさん



2.贅沢気分が味わえる上質空間  
3.V3ファンデーションなどの販売もしている。商品購入のみの来店もOKなので、お気軽に

ビューティ堀出 高槻阪急店

(ビューティホリデ)  
高槻市白梅町4-1 3F  
営/10時~20時  
(最終受付ストレート16時、カラー・パーマ18時、カット19時)  
定休日なし(月曜も営業)  
072-683-1767  
ビューティ堀出 高槻阪急店 で検索



- 特典** 「シティライフを見た」で(新規の方限定・5月末まで)
- グレイカラー(白髪染め)+美フォルムカット(S.B込)…12,430円→**7,370円**
  - オーガニック艶カラー+美フォルムカット(S.B込)…14,630円→**9,570円**  
上記ともにハイライト相談OK
  - 美フォルムデザインカット(S.B込)……………5,830円→**3,850円**
  - トリートメント…+2,200円〜 ●ロング料金あり ※すべて税込み

**MAMA'S 茨木店**

Always Happy

**Menu**

- カット……………1,980円
- ウエラグレーカラー……………3,300円〜
- オーガニックグレーカラー……………3,520円〜
- イルミナグレーカラー……………5,170円〜
- ウエラファッションカラー……………4,950円〜
- イルミナファッションカラー……………5,940円〜
- ベーシックパーマ……………3,300円〜
- ウェーブパーマ……………4,400円〜
- 縮毛矯正10,780円

※全て税込価格※カラーはロング料金あり※カラーメニューは同店でカラーした場合のみタッチ対応します。カラー料金より1,000円引きになります。

**シティライフ限定**  
このクーポン持参で  
2,000円以上のメニュー  
**500円OFF**  
4月末まで  
※リタッチ対応には使用不可  
※その他割引との併用不可

**MAMA'S 茨木店**  
茨木市双葉町8-21  
カット受付/9時~18時半  
パーマ・カラー受付/9時~18時  
TEL.072-635-2459

至河原町  
KTV  
三住会ビル  
みずほ銀行  
TSUTAYA  
コスタ咖啡店

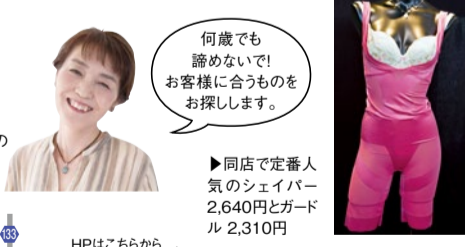
女性の魅力を引き出してくれる  
北摂キレイ応援 Beauty SHOP

安くていいものが揃う専門店  
ボディラインが整えば気分も上がる

薄着になり始めるこの季節、下着からは肉は老け見えの原因に。加齢による体形崩れや授乳後の削げた胸も、身体にぴったり合う下着を付ければ一瞬でスタイルアップ!気さくなオーナーが相談に乗ってくれ、納得いくまで何度でも試着できる。国内メーカーなのに「こんなに安い?」と驚くほどリーズナブルなもの嬉しい。完全予約制でお子さん連れも大歓迎!



▲ブラ&ショーツ…3,850円

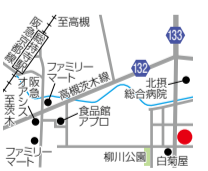


何歳でも諦めないで! お客様に合うものをお探します。

▶同店で定番人気のシェイパー 2,640円とガードル 2,310円

ランジェリーショップ  
**Hikaru'16**  
(ヒカル ジュウロク)  
高槻市柳川町1-12-8 2F  
営/10時~17時  
不定休 建物1FにPあり  
完全予約制  
(電話かHPにて受付)  
072-646-9908

ブライダル補正下着の接客経験があるオーナーの佐藤さん



HPはこちらからチェック!  
QRコード

**特典** この記事持参で  
合計5,000円以上ご購入の方、  
**500円キャッシュバック**  
(すべて税込・4月末まで・他券併用不可)

**編集後記**

4/24(土)・25(日)に「おいもEXPO」を開催します。最近のさつまいもの中には、蜜が溢れるほど甘く、驚くほど美味しいブランド芋があります。この美味しさをもっと堪能してもらえよう、様々な芋スイーツを万博公園に集結させました。コロナ禍の今、生産地の応援になればと思います。(P.20~21参照コソオ)

昨年4月に小学校に入学した娘もあつという間に2年生に。「クラス替え寂しい。ずっとこのままが良い」という言葉を聞き、子ども達は1年間コロナ禍でも、毎日精一杯たくさんの想い出を作ってきたんだと頼もしい気持ちになりました。(私も毎日大切に過ごさねば、と)

緊急事態宣言も終わり、色々なものが動き出しました。僕はずっと公開が延期になっていた「シン・エヴァンゲリオン劇場版:∞」を鑑賞しに行ったのですが、朝7時半でもすごい人の数でした。少しずつ全てが元に戻ってきているのを実感することができましたが、もう少し一緒に頑張りましょう。(たろう)

今日は純喫茶をめぐってきました(P.26参照)。どのお店もオープンから40年、50年経っていて、地元の人たちに愛され続けていることがわかりました。誰かに行くのももちろんいいのですが、たまには1人でノスタルジックな雰囲気になってみるのもおすすめです。(まつっ)

この街の未来をひらく

この街の未来をひらく  
**北おおさか信用金庫**  
お取引のない方もお気軽にご相談ください

**北おおさか信用金庫** 検索

気になったら早めに相談

この病気、症状はこの Doctor

「なんだか体調が優れないな。でもどこの病院に行けばいいの」と迷っている方へ。身近で相談できるドクターを紹介します。

セルフケアポイント

- バランスの良い食事をとりましょう
- 適度に歩くなど、運動をしましょう
- 日光にあたると、カルシウムの吸収が良くなるビタミンDが生成されます

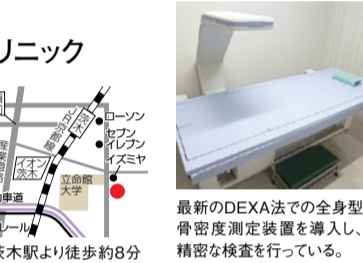
50歳代以上に多い病気といわれていますが、最近では若年層でも見られるようになってきました。日頃から身体を動かして、骨を強化することを意識しましょう。

骨粗しょう症とは、骨密度が低下することによって組織がスカスカになり、軽い力でも骨折しやすくなる病気を指します。骨はその名の通り、全身を支える骨格です。骨が脆くなると全身疾患への影響も懸念されますので、注意が必要です。女性の発症者も多く、これは女性ホルモンの変化が影響するためと言われています。加齢が原因の原発性と、他の病気からの併発などが原因となる続発性の2つのタイプに分類されます。

他の病気と同様に早期発見・薬による早期治療・予防が大切です。当院では、腰のレントゲン撮影による骨密度測定と、2種類のX線をあてて全身の骨量を測る「DEXA（デкса）法」で検査を行っています。どちらも痛みなく5分以内で検査できます。必要な場合には、血液検査で骨代謝マーカーの測定もしております。高額な費用は必要ありません。近隣の大病院などとの連携もしておりますので安心して受診してください。

しおみ整形外科 痛み・関節クリニック

茨木市新中条町1-30 ビエラ茨木新中条2F  
 診療時間 / 月・火・水・金 9時～12時半  
 16時～18時半  
 木・土 9時～12時半  
 木曜午後、土曜午後、日曜、祝日休診  
**☎072-631-6580**  
<https://shiomiclinic.com/>



最新のDEXA法での全身型骨密度測定装置を導入し、精密な検査を行っている。

お悩み:01  
**骨粗しょう症とは、どんな病気でしょうか？**  
 どのような検査がありますか？  
 50代 Fさん



このドクターに聞きました  
**しおみ整形外科 痛み・関節クリニック 塩見 俊行院長**  
 大阪大学医学部卒業。人工関節を専門とし、大阪大学整形外科の関連病院で15年以上勤務後、2019年に開院。痛みを和らげることを大切に、痛みを悩む患者に寄り添った治療を目指す。日本整形外科学会認定専門医 日本骨粗鬆症学会認定医

ADHDの主な症状

- 不注意（気が散ってしまう）**
- 仕事などでケアレスミスをする
  - 忘れ物、なくし物が多い
  - 約束や期日を守れない、間に合わない
  - 時間管理が苦手
  - 仕事や作業を順序だてて行うことが苦手
  - 片付けるのが苦手

- 多動性（じっとしていられない）**
- 落ち着かない感じ
  - 貧乏ゆすりなど、目的のない動き
- 衝動性（思いついたらすぐ行動してしまう）**
- 思ったことをすぐに口にしてしまう
  - 衝動買いをしてしまう

〔環境調整の具体例〕

- 用事を先送りしてしまいがちな人 → 作業を小分けにしてみる
- 忘れ物が多い人 → 必要なものは玄関やドアの前などの通過道に置いてみる
- 失音が多い人 → 頭に浮かんだことをメモにとってみる
- 約束や期日を守れない人 → 人目につくところに表を貼ったり、タイマーをかけてみる
- 片付けられない人 → 完璧を目指さず、出来る事から手をつけよう
- 衝動買いをしやすい人 → 持ち歩くお金を減らし、買い物をする日を決める

医療法人 法橋心療内科

(ホウキョウシンリョウナイカ)  
 高槻市城北町2-14-28 関西城北ビル303  
 診療時間 / 月・水10時半～14時半  
 月・水・木18時半～21時半  
 金17時半～21時半  
 土16時～20時  
**☎072-674-1114**



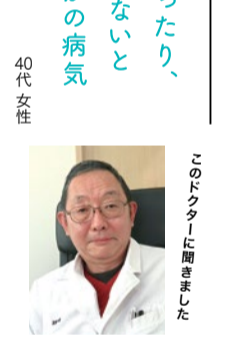
近年、「大人のADHD」が注目されています。主な症状として「不注意」「多動性」「衝動性」の3つがあり、個人差はありますが子どもの頃のADHDと比べて大人の場合は「不注意」が目立つ傾向があります。これらの症状は一昔前なら個人のクセや性格だと言われていた。現在はインターネットで簡単に調べられ、適切な薬物療法も必要ありません。現在インターネットで調べてみると、生活を送る上で困るようでしたら一度専門医に相談してみてください。

生活に支障があり、ご自身が困るのであれば検査を受けましょう。近年、「大人のADHD」が注目されています。主な症状として「不注意」「多動性」「衝動性」の3つがあり、個人差はありますが子どもの頃のADHDと比べて大人の場合は「不注意」が目立つ傾向があります。これらの症状は一昔前なら個人のクセや性格だと言われていた。現在はインターネットで簡単に調べられ、適切な薬物療法も必要ありません。現在インターネットで調べてみると、生活を送る上で困るようでしたら一度専門医に相談してみてください。

生活に支障があり、ご自身が困るのであれば検査を受けましょう。近年、「大人のADHD」が注目されています。主な症状として「不注意」「多動性」「衝動性」の3つがあり、個人差はありますが子どもの頃のADHDと比べて大人の場合は「不注意」が目立つ傾向があります。これらの症状は一昔前なら個人のクセや性格だと言われていた。現在はインターネットで簡単に調べられ、適切な薬物療法も必要ありません。現在インターネットで調べてみると、生活を送る上で困るようでしたら一度専門医に相談してみてください。

生活に支障があり、ご自身が困るのであれば検査を受けましょう。近年、「大人のADHD」が注目されています。主な症状として「不注意」「多動性」「衝動性」の3つがあり、個人差はありますが子どもの頃のADHDと比べて大人の場合は「不注意」が目立つ傾向があります。これらの症状は一昔前なら個人のクセや性格だと言われていた。現在はインターネットで簡単に調べられ、適切な薬物療法も必要ありません。現在インターネットで調べてみると、生活を送る上で困るようでしたら一度専門医に相談してみてください。

お悩み:02  
**昔から忘れ物が多かったり、周囲から落ち着きがないと言われますが、なにかの病気なのでしょうか？**  
 40代女性



このドクターに聞きました  
**法橋心療内科 法橋 明先生**  
 和歌山県立医科大学卒業、医学博士、精神保健指定医、日本精神神経学会認定医指導医、日本医師会認定産業医

摂津市商工会

商工会の無料専門相談

事業を営んでおられる方なら、どなたでもご相談いただけます。相談無料の事前予約制(直前予約は対応できない場合あり)です。  
**<法律>** 4月30日(金) ※毎月最終金曜日(予定) 取引上のトラブルや相続、贈与の問題等なんでもご相談ください。  
**<金融>** 4月14日(水) ※毎月第二水曜日(予定) 日本政策金融公庫の融資相談会です。以下の相談会の日時はご相談に応じます。

- 登記 不動産登記(売買、相続、財産分割等)、商業登記(会社設立、役員・組織変更等)
  - 労務 就業規則の作成や労働関係の紛争、各種助成金など
  - 知財 特許や商標、出願の支援など
- お問合せ 摂津市商工会 TEL06-6318-2800

茨木商工会議所

皆様の創業を、お手伝いします!

～茨木市での創業は魅力がいっぱい!～  
 茨木商工会議所では、茨木市で創業したいという方を全面サポートしております。お気軽にお問い合わせください。  
**●メリット【その①】 補助金!**  
 改装工事費の1/2 50万円(最大) テナント賃貸料の1/2 ※6カ月分(最大5万円/月) その他創業融資の金利1%分、法人設立費用の1/2  
**●メリット【その②】 無料相談!**  
 当会議所や市商工労政課で随時受付 創業者向けセミナー等も、今後随時開催予定 創業融資に必要な計画書作成支援も!

【創業相談申込、問合せ】  
 茨木商工会議所 TEL 072-622-6631  
 茨木市岩倉町2-150  
 立命館いばらきフューチャープラザ内  
[www.ibaraki-cci.or.jp/](http://www.ibaraki-cci.or.jp/)

高槻商工会議所

あなたの街のビジネスかけこみ寺 無料個別相談会 実施中!!

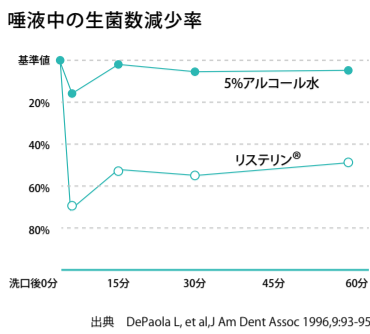
<経営>経営全般に関することなど当所専門相談員の中小企業診断士が相談に応じます。  
**【日時】**4月6日(火)・20日(火)、5月11日(火)・25日(火)各13時～16時  
 <金融>日本政策金融公庫の融資制度など、同公庫吹田支店の担当職員が相談に応じます。  
**【日時】**4月9日(金)、5月14日(金)各13時～15時  
 <労務>労務に関することなど大阪府社会保険労務士会、大阪北摂支部所属の社会保険労務士が相談に応じます。  
**【日時】**4月21日(水)、5月19日(水)各13時～16時  
**【会場】**高槻商工会議所内  
**【時間】**1事業所1時間以内  
 ※事前予約制のため下記までご連絡ください。  
**【申込・問合せ】** 高槻商工会議所 TEL:072-675-0484

**商工会 商工会議所 通信**

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは?そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します!

### リステリン®の抗菌性スペクトラム



リステリン®は数多くの試験によって、グラム陰性菌、陽性菌、真菌、単純ヘルペスウイルスやインフルエンザウイルスを含むウイルスに対しても、30秒以内に殺菌または不活性化し、幅広い抗菌スペクトラムを示すことが実証されています。リステリン®での洗口は、口腔内全体に入り込んで抗菌性を発揮します。そのため、唾液中の菌数を減少させることができます。また、口臭の原因となる細菌の殺菌性に働き、硫化水素や揮発性脂肪酸の産生を抑えることができます。

新型コロナウイルスは、まだまだ世界中で猛威を振るっています。過去の細菌感染の歴史を紐解いてみると、14世紀のペストの流行によってヨーロッパだけで全人口の1/4〜1/3である2500万人が死亡しました。20世紀初頭にも、スペイン風邪の流行により世界の全人口の約2%（4000万人）がパンデミックで死亡しています。とても多くの人々が亡くなりました。しかし多くの生存者がいたことも事実です。この生と死を分けた原因が何だったのかはわかって

ませんが、多くの人の移動が感染を広げた事実を歴史が示しています。現在は飛行機などによる交通手段の進歩により、瞬く間に世界中に広まってしまうことが示されており、感染予防の基本は、病院や医院に来院されるすべての人が感染源であると考え、感染症対策を行うこと「スタンダードプリコーション」が基本とされています。

### 健康寿命と口腔ケア

1999年、要介護高齢者において、生と死を分ける要因が論文で発表されました。その論文の内容がランセットという世界で最も権威のある医学雑誌に掲載されるなど国内外で大きな評価を受けています。その論文では、要介護高齢者に対して口腔ケアを実施有無によって誤嚥性肺炎による死亡者数に明らかな差がでたことが発表されています。発表したのは日本人歯科医師の米山武義氏。この研究により、健康寿命の延伸に口腔ケアの重要性が示されました。誤嚥性肺炎だけでなく、口腔内細菌がさまざまな全身疾患の誘因となる可能性を示す基礎研究や臨床研究が数多く報告されています。健康寿命を延ばすためには、口腔ケアがしっかりとされた高齢者施設を選ぶと良いかもしれません。

### 感染予防と食事の管理

生と死をわけるもの一つの要因は「栄養」。特にこの1年のコロナにおいてビタミンC、ビタミン

医療法人 貴志会 赤木歯科  
再生医療認可施設  
高槻市高槻町 7-25  
☎072-682-0190  
http://www.akagi-implant.com/



## 意外と知らない歯科知識 生と死を分ける要因

正しい知識で健康寿命を延ばそう！

口腔ケアを怠ると、口の中だけではなく全身に影響を与えられたいま。口腔ケアの大切さについて赤木先生にお話を伺いました。

この先生に聞きました！



赤木歯科 赤木 啓院長  
歯学博士。1984年赤木歯科開設。35年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

## シネマ情報

CityLifeシネマ担当(デコジュン&nanako)が選んだおすすめ作品をご紹介します。

### 砕け散るところを見せてあげる

4月9日(金)より  
全国ロードショー

推薦者:デコジュン



高校3年生の清澄は、いじめの標的にされている1年生の璃璃を救い出そうとする。掴みどころのない彼女に戸惑う清澄だったが愛らしさと心の美しさに気づき、璃璃も彼に感謝と憧れの想いを抱き、二人は心の距離を縮めていく。だが、璃璃には誰にも言えない恐るべき秘密が…。

監督・脚本・編集: SABU  
出演: 中川大志、石井杏奈、井之脇海、清原果耶、原田知世、堤真一

### 映画 きかんしゃトーマス おいでよ! 未来の発明ショー!

3月26日(金)公開  
イオンシネマ茨木ほか

推薦者:nanako



英国で原作絵本が誕生して75年、時代に合わせて変化してきたシリーズに、日本から世界最速のケンジが登場。トーマスの住むソドール島で発明ショーが開かれるため、準備に大忙しの機関車たち。ワクワクのショーが始まるとそこで騒動が…みんながどんな活躍をするのか、今回も楽しみ。

監督: イアン・チェリー&ジョーイ・ソー  
声の出演: 比嘉久美子、田中完

※PG12…小学生には助言・指導が必要となっております。 ※R15…15歳以上の方がご覧になれます。 ※R18…18歳以上の方がご覧になれます。

春の訪れとともに、入社・入学の季節です。健康的な白い歯は好感をもたれ、笑顔にも自信が持てます。□元の美しさ、身だしなみ、健康意識向上になりホワイトニングをする方が増えてきています。ホワイトニングは、過酸化水素を塗布すると口腔内で分解されフッ素が色素分子



山真由美 先生  
朝倉歯科本院 副院長  
日本アンチエイジング  
歯科学会認定医  
ホワイトニングコーディネーター

ポータ式  
ホワイトニング  
デンタルエステ

入学や入社への門出は綺麗な□元で  
第一印象は目元、□元で決まります！

と結合し、除去され白くなります。当院のホワイトニングは医薬品である本物のホワイトニング薬剤を使用します。年齢を問わず歯の内側から確実に白くし、痛みなくブリーチシールドへと導きます。施術スタッフも国家資格を持つ歯科医師・歯科衛生士が担当します。又、従来のホワイトニングのようにコーヒ―や紅茶などの食事制限は不要でストレスなく歯を白くできます。詳しくはご相談下さい。

ホワイトニングサロン 朝倉歯科  
☎072-623-5519  
■あさくら小児歯科HAPPY CLUB  
歯みがき教室、フッ素塗布、母親教室  
☎080-1510-5546(直通)  
■朝倉クリニック歯科/駅前分院  
茨木市駅前4-3-26 あさくらビル  
■朝倉歯科医院/春日丘本院  
茨木市南春日丘1-1-19  
朝倉デンタルビル 春日丘交番隣り  
☎072-625-2001

【歯科セカンドオピニオン外来】  
口臭、歯周病、咬み合わせ、入れ歯、矯正診療などお気軽にご相談ください。  
歯の悩み相談は春日丘本院で院長が行っております。  
☎0120-468-321

【ホワイトニング キャンペーン中】  
4月末までに予約の方限定で、半額料金にて実施。(先着10名)詳しくはお問い合わせください。  
駅前分院、春日丘本院どちらでも施術OKです。

# コープこうべだよ!



創立100周年を迎えるコープこうべ。次の100年に向けてのプロジェクト「CO・OP NEXT100」の中で生まれたオススメの商品と、2030年に向けたコープこうべのビジョン「ターゲット2030(に・まる・さん・まる)」づくりを紹介します。

## コープ蛭池

豊中市蛭池中町3-2-1  
06-6842-3711  
営/10時~22時 無休(元日、1月2日を除く)

地域の台所として  
身近な存在に  
笑顔と笑声で接客



本元 禎子さん  
(店長)

## 美味しさはもちろん 産地の環境づくりや 被災地支援にも貢献

産地の岩手県宮古市田老では、わかめの育つ海が養分豊富な環境になるよう森に植樹をしており、1袋につき3円をこの活動に役立てることができます(対象期間6/17まで)。2019年にはコープの職員も植樹に参加し募金を届けました。また田老は10年前の東日本大震災で甚大な津波被害を受けた地域。わかめを採る方々の雇用確保、復興支援も大切に考えています。

SDGsな商品 /

岩手県田老の  
芯つき塩わかめ  
(90g/税込278円)  
若いわかめを選んでいるので芯の程よい歯ごたえも楽しめる。水にさらしてサラダや炊き合わせ、竹の子煮などに。

こんな取り組みをしています

2017年の改装をきっかけに「サービスオブサイヤー」を指標に接客レベルを磨いています。特に今はマスク生活なので、笑顔と共に明るい声=笑声(えごえ)を心がけています。

コープこうべ  
オリジナル電子マネー  
COPICA (コピカ)

使い方は簡単!  
コープこうべキャラクター「コピカ」

あらかじめ、レジ又はサービスコーナーで、コピカに現金をチャージしていただくと、コープこうべの各店舗で買い物ができます。  
※ネットスーパー、移動店舗では使えません。

コピカで便利!  
おトクにお買い物

小銭いらすでお会計が楽らく!  
コピカがあれば、お財布が小銭だらけ…なんて事も解消!

組合員証にポイントが貯まる!  
組合員証の提示+コピカでのお支払でさらにポイントが貯まります!  
※コピカご利用ポイントは、ポイント2倍・5倍の際も本体価格300円のご利用につき、1ポイントとなります

本体価格300円で  
合計2ポイント  
組合員証に進呈!

カード発行手数料は無料!  
ご使用前に、あらかじめカードに現金をチャージ

出かけたくなる! エキスポエリアの旬な情報



# えきすぽさんぽ



Spring festival

## 桜まつり

日時 **3/20** (土・祝) ~ **4/11** (日)

9:30~17:00 (入園は16:30まで)  
 ※3/26(金)~28(日)、4/2(金)~4(日)は9:30~18:00(入園は17:30まで)  
 [期間中3/24(水)のみ休園]

場所 | 自然文化園の東大路を中心とした公園内各所  
 料金 | 無料 ※別途入園料が必要

「日本さくら名所100選」にも選ばれている、万博記念公園の桜。  
 3月の中頃からカンヒザクラやヒガンザクラが咲き始め、ソメイヨシノなどが園内をピンク色に染め上げます。  
 ぜひお花見をお楽しみください。

※万博記念公園のホームページで開花状況をご確認の上、ご来園ください。

桜まつり期間中は周辺道路が大変混雑しますので、公共交通機関でのご来園にご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から  
 宴会を伴うお花見はお控えください

### 桜まつり × EXPOCITY

桜まつり期間中、万博記念公園入園時に三井ショッピングパークカードをご提示いただくと通常大人260円が190円、小中学生80円が60円になります。  
 ※1枚につき2名様まで。

桜の見頃カレンダー	主な場所	3月中旬	3月下旬	4月上旬	4月中旬	4月下旬
彼岸桜(ヒガンザクラ)	桜の流れ付近	※	※			
寒緋桜(カンヒザクラ)	春の泉	※	※			
西洋実桜(セイヨウミザクラ)	生産の森	※				
染井吉野(ソメイヨシノ)	東大路		※	※		
十月桜(ジュウガツザクラ)	水すましの池北側		※	※		
大島桜(オオシマザクラ)	桜の流れ			※	※	
枝垂桜(シダレザクラ)	せせらぎ広場			※	※	
山桜(ヤマザクラ)	桜の流れ			※	※	※
里桜(サトザクラ)	松の洲浜北側				※	※

※上記の見頃は開花情報により前後します。詳しくは万博記念公園のホームページをご覧ください。



### 日本庭園茶室「汎庵・万里庵」特別公開

3/20(土・祝)~4/11(日)の土日祝の8日間 10:00~16:00

桜まつり期間中の土曜・日曜・祝日には、人間国宝・中村外二が設計した茶室「汎庵・万里庵」を特別公開します。武家住宅様式の書院造をイメージして作られた汎庵と、檜皮葺の小さな建物の草庵をイメージして作られた万里庵が互いに添景となるように建てられています。

#### 茶室「汎庵」呈茶 特別公開の同時開催(受付は15:30まで)

桜まつりの開催期間中「汎庵・万里庵」の特別公開とともに呈茶を行います。本格的な茶室「汎庵」で美味しい和菓子とお抹茶をお楽しみください。(畳の間でのお点前による抹茶体験も実施)

- 日本庭園
- 季節の和菓子と抹茶セット700円 ※別途入園料が必要



割引入園券付抹茶券販売  
 (大人890円・小人760円)  
 ※各入園ゲート窓口で購入可

### 38品種、約9万5千本が咲くチューリップフェスタ

4/3(土)~25(日) 9:30~17:00(入園は16:30まで)

※桜まつり該当期間は上記のとおり  
 赤、白、黄色、ピンク、紫と、色とりどりにきれいに咲き誇るチューリップの花園。珍しい品種を集めたゾーンも新設しています。ネモフィラとチューリップの共演もお楽しみください。

- 自然文化園 チューリップの花園
- 無料 ※別途入園料が必要

斜面一面に広がる約7,500株のネモフィラ。



チューリップ・ネモフィラ・桜・太陽の塔との共演も楽しめます。

### 花の丘一面に広がる約38万本ポピーフェア

4/3(土)~5/5(水・祝) 9:30~17:00

(入園は16:30まで)  
 ※桜まつり該当期間は上記のとおり  
 豊富な花色が特長で、同じ株でも違う色の花が咲くアイランドポピー。今年は約1万5千株のアネモやネモフィラとの共演も楽しめます。春風に揺れる可憐な花畑を堪能してください。

- 自然文化園 花の丘
- 無料 ※別途入園料が必要



### 伝統芸能 ~林家笑丸の松づくし~

4/4(日) ①11:30~②13:30~

落語家:林家笑丸(はやしやえみまる)  
 NHKの朝ドラ『わろてんか』で「踊りの指導と出演」をした林家笑丸が、めでたい松の扇を次々と繰り出す舞踊「松づくし」を披露します。ぜひご覧ください。

- 日本庭園中央休憩所特設ステージ (雨天の場合:日本庭園中央休憩所内)
- 無料 ※別途入園料が必要



### 春の山野草展

4/4(日)~11(日)

9:30~17:00(入園は16:30まで)  
 ※桜まつり該当期間は上記のとおり  
 ※最終日4/11(日)は16:00まで

約300点の山野草を使った作品が展示されます。山野草苗の販売、山野草栽培の相談コーナーも併設します。

- 日本庭園 ● 無料 ※別途入園料が必要



### 日本の春咲えびね展

4/29(木・祝)~5/5(水・祝)

9:30~17:00(入園は16:30まで)  
 ※最終日5/5は16:00まで  
 エビネは日本の野生ランの中でも一般的に広く栽培され、身近な山野草として人気があります。展示会では様々な品種のエビネを展示します。

- 日本庭園 ● 無料 ※別途入園料が必要



入園料 | 大人260円、小中学生80円 (自然文化園・日本庭園共通)  
 休園日 | 水曜定休 3/25(木)~5/5(水・祝)は無休 ※5/6(木)は振替休園  
 時間 | 9:30~17:00(入園は16:30まで)  
 問合せ | 万博記念公園コールセンター ☎0120-1970-89 ☎06-6877-7387 E-mail: info@expo70-park.jp  
 H P | https://www.expo70-park.jp  
 制作 | 万博記念公園マネジメント・パートナーズ

※桜まつり期間中は上記の開園時間をご確認ください。



# Pickup Event

※水曜定休(3/25(木)～5/5(水・祝)は無休 ※5/6(木)は振替休園)  
 ※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、変更・中止になる場合があります。  
 ※荒天中止 ※詳細はイベントの公式ホームページでご確認ください。

## 国立民族学博物館

### 特別展「復興を支える地域の文化—3.11から10年」

開催中～5/18(火) 10:00～17:00(入館は16:30まで)



東日本大震災では、復興の原動力としての「地域文化」に大きな注目がよせられました。しかし、日常のくらしの営みのなかでは、地域文化の存在は当たり前のものであり、ほとんど意識されることがなく、容易に忘れ去られる危機に常に直面しています。そこで、本展示では災害からの復興を支える地域文化をめぐる活動について、東日本大震災から10年が経つ今、あらためて振り返ります。また、豊かな社会の礎(いしずえ)となる地域文化の大切さとその継承について考えていきます。

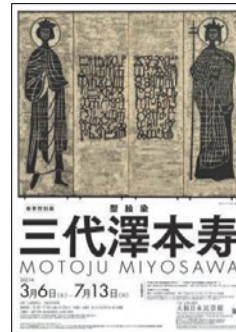
- 国立民族学博物館 特別展示館
- 一般880円(600円)、大学生450円(250円)、高校生以下無料
- ※( )は割引料金。詳細はホームページを参照ください。※本館展示もご覧いただけます。

## 大阪日本民芸館

### 春季特別展「型絵染 三代澤本寿」

開催中～7/13(火) 10:00～17:00(入館は16:30まで)

長野県松本市に生まれた三代澤本寿(1909年～2002年)は、染色家として数々の優れた作品を手掛けたと共に、長野県松本の民藝運動の普及に尽力した人物でもあります。図案の考案から染めまでの全工程を一人で行う型絵染を用い、屏風やパネル、のれんに着物など実に多彩な作品を残しました。本展は、関西において150点以上の三代澤作品をご覧いただける貴重な機会です。時に愛らしく、時に大胆に、時に詩的に。生き生きとした色とかがちが織りなす三代澤本寿の世界をお楽しみください。



- 大阪日本民芸館 ● 一般710円、高大生450円、小中生100円(当観覧券で、自然文化園・日本庭園にもご入園可です)

## EXPO'70 パビリオン

### プレイバック1970～大阪万博のあった時代～

3/20(土・祝)～10:00～17:00(入館は16:30まで) ※展示終了日は未定

日本中が大阪万博に熱狂した1970年。当時の大阪万博グッズやレトログッズを中心に、大阪万博があった時代を懐かしく感じていただける展示です。また大阪万博にまつわる記念館「EXPO'70/パビリオン」に収蔵されており、普段は一般公開されていない資料、模型、展示物なども一部特別に公開します。ぜひこの機会にお越しください。



- EXPO'70 パビリオン ホワイエ
- 常設展チケット同時購入の場合 200円、単独券 300円 ※中学生以下無料 ※別途入園料が必要
- ※詳細は万博記念公園公式HPをご覧ください。

## 約50万点のやきものを展示販売

### 全国大陶器市

3/27(土)～4/11(日) 10:00～17:00



有田焼、波佐見焼、備前焼、信楽焼、美濃焼など全国有名産地から約50万点が展示販売される大陶器市!

- 東の広場 西側園路 特設会場
- 無料 ※別途入園料が必要
- 全国大陶器市振興組合
- 090-4777-6520 (10:00～17:00)

## 元プロ野球選手・星野伸之が教える

### 野球アカデミー 4/1から毎週木曜日 16:30～18:00(90分間)

体が小さくても、球速が遅くても大丈夫。キャッチボールをはじめとする基礎練習やピッチングの技術などプロで培った技術を徹底的に教えます。技術のみならず子ども達が心身ともに成長できる場とします。右のQRコード、または下記のお電話でお申し込みください。



- スポーツ広場No.1 対象 小学4年生～6年生 30名
- 7,000円(月4回) [初回のみ入校料 4,400円、スポーツ保険 800円が別途必要]
- 万博記念公園マネジメント・パートナーズ 運営・制作 吉本興業株式会社 ☎ 06-6643-1122



## 芸人と楽しむ

### 昆虫観察ツアー in moricara

4/17(土)・18(日) ①10:00～12:00 ②13:00～15:00

自然豊かな万博記念公園西側エリアで吉本興業所属のお笑い芸人と一緒に昆虫採取を楽しもう!昆虫大好き芸人と一緒に昆虫を観察したり、芸人と一緒に楽しめるゲームや実習などのレクリエーションも開催します。楽しみながら昆虫に触れていただける120分となっています!ぜひお越しください!



- 自然観察学習館(moricara)に集合のうえ、万博記念公園西側エリアで実施
- 3歳以上500円(3歳未満無料) ※別途入園料が必要
- ※要予約(応募方法・詳細は万博記念公園公式HPをご覧ください) ※雨天中止 ● 吉本興業株式会社

## 世界最大のアスレチックタワー 万博BEAST

ドイツ発の独自技術、六角形の足場を生かしたアスレチック施設です。クライミングやスラックラインなど120種類のアクティビティが楽しめます。



- 大人3,500円 子ども3,000円(身長125cm以上の小学生) ※別途入園料が必要
- ※1時間あたりの料金です。(安全器具装着・安全説明時間を含む)
- ※小学生の方は18歳以上の保護者との同伴(有料)プレイが必要。(保護者1名につき、お子様2名まで) その他、HPをご確認ください。
- 万博BEASTコールセンター 050-5576-8086



まるで家のリビングにいるかのような空間がコンセプト。バーベキュー利用やピクニックフードが楽しめるカフェも併設しています。

- 利用人数 1区画2～10名 運営区画数 15サイト
- 利用料金 8,000円/区画～(6H利用/要予約)、時間貸し1時間1,500円/区画(当日のみ) ※別途入園料が必要
- オプション パブリックBBQプラン(食材持込み) 1,000円/グループが別途必要。他あり
- 予約方法 LIVINGPARKのHPより、ご予約をお願い致します。 URL <https://living-park.com/>

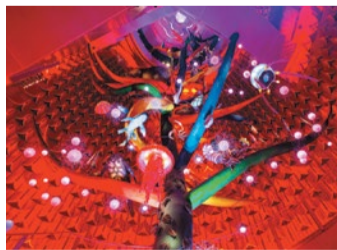
## Information

万博記念公園の関連施設の情報は、公式ホームページ内のリンクページからご確認ください。



### 太陽の塔 入館予約受付中!

1970年大阪万博テーマ館の一部として、芸術家・岡本太郎のデザインにより設置された太陽の塔。塔内には、プロローグ空間に復元された「地底の太陽」や「生命の樹」など「生命のエネルギー」を感じられるアート作品があります。一度に入館できる人数に限りがあるため、事前予約をお願いします。



- [写真撮影について] 1階展示空間での写真撮影が可能です。安全のためスタッフの誘導のもと、楽しくご撮影ください。
- 10:00～17:00(入館は16:30まで)
- 水曜定休
- 大人720円/小中学生310円 ※別途入園料が必要
- 0120-1970-89
- <https://taiyououtou-expo70.jp/>
- 太陽の塔オフィシャルサイト [検索](#)
- ご予約は「太陽の塔オフィシャルサイト」で受付けています。
- 当日券販売のお知らせ ※予約に空きがある場合に限り、当日券の販売を実施しています。※空き状況のお電話でのお問い合わせはご遠慮ください。※予約に空きがない場合は当日券の販売を行いませんので、確実にご覧いただくためには、これまで通り前日まで事前予約をお願いします。詳しくは太陽の塔のオフィシャルサイトをご確認ください。

### 大阪万博50周年記念 万博記念公園Instagram(インスタグラム) フォトコンテスト入選作品ギャラリー

2020年11月27日(金)から2021年1月15日(金)までInstagram(インスタグラム)においてハッシュタグを利用して投稿を募集した当コンテストは、おかげさまで1000件を超える多数の投稿(応募)をいただき、そのうち20作品を最終審査にて入選とさせていただきますので、HPにて公開しております。投稿(応募)いただきました皆様に 関係者一同心より御礼申し上げます。



### 新型コロナウイルスの感染拡大防止に向け、ご来園者の皆さまへ以下のご協力をお願いします。

- 1 「密閉・密集・密接」を避ける
- 2 マスクの着用
- 3 咳エチケットの徹底
- 4 手洗い・手指消毒の徹底
- 5 「大阪コロナ追跡システム」への登録

### 万博記念公園へは公共交通機関で!

イベントやガンバ大阪のホームゲームがある日は、駐車場が満車になり、公園外周道路が大変混雑します。さらに駐車場の出入庫に数時間かかる場合がありますので、公共交通機関でのご来園にご協力をお願いします。

<https://www.expo70-park.jp/guide/parking>

### 受動喫煙防止について

万博記念公園では受動喫煙防止のため、指定された場所以外での喫煙(加熱式たばこ等を含む)を禁止しています。特に、子ども、妊婦、健康上の問題を抱えている方への配慮のため、ご協力ください。

<https://www.expo70-park.jp/guide/smokingarea/>

# EXPOCITYpress

2021 APRIL Vol.55  
エキスポシティプレス 4

クア・アイナ人気No.1ハンバーガーに、フレンチフライとドリンク(S)が付いたセットメニュー。人気のとろ〜り濃厚チェダーチーズをたっぷり使用し、完熟アボカドと組み合わせた、ボリュームたっぷりのバーガーをぜひ。

クア・アイナ

ららぽーとEXPOCITY 3F FOOD PAVILION  
☎06-4864-8243

厚切りチェダーアボカドランチセット  
※販売時間10:00~17:00  
(3月末までは1,520円、4月以降は1,550円)



ボリュームたっぷり  
ハワイ生まれの人気バーガー



## TAKE OUT GOURMET!

お店の味をおうちでも気軽に楽しめるテイクアウトグルメが勢揃い!  
春だからお天気の良い日はピクニック気分でも楽しめますよね。

フードコート「FOOD PaviLION」とレストラン街「EXPO KITCHEN」のテイクアウトグルメをご紹介します。

FOOD PaviLION 編

大正11年創業、大正14年に「オムライス」を考案して以来、おいしさとやさしさを包んできた元祖オムライス。チキンオムライスは北極星直伝のトマトソースをかけ、一人前ずつ丁寧に仕上げた飽きのこない味付け。もも唐揚げ3個+スープorドリンクSをプラス500円でセット可。

元祖オムライス 北極星

ららぽーとEXPOCITY 3F FOOD PAVILION  
☎06-4860-6254

おいしさとやさしさを包んだ  
元祖オムライス



チキンオムライス  
(950円~)

創業昭和8年、80年以上続く大阪玉出 会津屋のたこ焼きは、生地を和風だしの味付けをしてソースをつけないのが特徴。冷めても美味しいたこ焼きを守り続けています。その他、焼きそばや会津屋流ねぎ焼きとのセットメニューも。

たこ焼き発祥のお店  
大阪玉出 会津屋

ららぽーとEXPOCITY 3F  
FOOD PAVILION  
☎06-4860-6586

元祖たこ焼き  
(12個入 600円)

「冷めても美味しい」  
和風だしが効いたたこ焼き



イタリアンBENTOBX  
(1,078円)  
※テイクアウトは箱代として別途110円が必要です。

PIZZERIA Tana Forno FRESCA  
(ピッツェリアターナフォルノフレスカ)

ららぽーとEXPOCITY 3F FOOD PAVILION  
☎06-4860-6247

窯で焼き上げたピザや  
パスタが楽しめるBOX



Loft・無印良品でお買い上げ時に  
万博記念公園の入園券をご提示いただくだけ!



無印良品

にて、その場で  
すぐに使える

お買物券 **500**円分プレゼント!

Loft・無印良品での、それぞれのお会計時にレジにて万博記念公園の入園券をご提示いただくとその場で使える500円券プレゼント!



※お買物券有効期限:2021/4/30(金)

※各日・各店舗、先着500枚限定で、なくなり次第終了いたします。  
※期間中の平日の入園券(大人のみ)が対象です。  
※万博オールパスポートは対象外です。  
※お一人様、各店舗1会計1枚のみの配布となります。  
※入園券の裏に利用済み印をスタンプさせていただきます。  
※お買物券はららぽーとEXPOCITY店以外ではご利用できません。

期間 4/9(金)までの期間中の平日限定 ※土日は対象外

※掲載内容は予告なく変更になる場合がございます。



豚肉本来の旨味が堪能できる  
看板メニュー弁当

お店の味をおうちでも

**EXPO KITCHEN 編**

**TAKE OUT GOURMET!**

**ロースかつ弁当 (650円)**

当店一押し!のロースかつ弁当は、良質のロース肉を使用し、外はサクサク、中はジューシーな食べ応えのある看板メニュー。食パンを自家挽きたした生パン粉と上質の純正植物油で丁寧に揚げています。

**かつ工房和幸**  
EXPO KITCHEN 2F  
☎06-4864-2015

eat at home

**万博洋食 デラックス弁当 (1,296円)**

子どもから大人まで大好ま  
人気洋食弁当

当店人気No.1メニューをおトクな価格でお弁当に。自家製デミグラスソースが美味しさを引き立てる、牛肉100%使用したハンバーグをはじめ、ピフカツ、エビフライ、サラダと食べごたえたっぷり。ライスは無料で大盛りに変更可。事前予約も対応可。

**ミツケキッチン**  
EXPO KITCHEN 2F  
☎06-4860-6189

**ガーリックシュリンプ ~ノースショアスタイル~ (3月末までは1,814円、4月以降は1,810円)**

食欲そそぎ香りと味わい  
ハワイの代表的料理

当店オープン以来の人気メニュー。大振りのエビにガーリックをたっぷり効かせ、プレートスタイルで食べるオアフ島ノースショアで生まれたハワイの代表的な料理をおうちでも。


**Eggs 'n Things (エッグスンシングス)**  
EXPO KITCHEN 2F  
☎06-4860-6573

TAKE OUT

/ ランドセル展示・お話し会 /

EXPOCITY内一部店舗で販売開始した2022年度ランドセル約30点を展示。そして、一部商品は、会場にて実際に背負っていただくことができます。お子さまにぴったりのランドセルを選びに、ぜひいらしてください。  
※詳細は4月中旬ごろ公開予定の施設ホームページにてご確認ください。


**開催日** 4/29(木・祝)~5/2(日)  
**場所** ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場




/ ガンバ大阪 優待チケットキャンペーン開催 /

EXPOCITY内対象店舗にて税込3,000円以上ご利用いただいたお客様に、パナソニックスタジアム吹田で開催される対象試合(カテゴリー6)のチケットが20%OFFで購入いただけるクーポン券をプレゼント。

**開催期間** 4/1(木)~4/30(金) ※クーポン券が無くなり次第終了  
※対象店舗・対象試合など詳細は、ららぽーとEXPOCITY ホームページにてご確認ください。(3月下旬公開予定)

詳しくはコチラ 



/ LIFE STYLE EXPO /

LIFE STYLE EXPOであなただけの新生活の準備を日々の生活を彩るアイテムを取り扱うショップが集結。ららぽーとEXPOCITYが、あなたらしいライフスタイルづくりや新生活の準備をお手伝いいたします。「アプリde支払い」にてお支払いいただくとポイントアップでさらにオトクに!!

**日時** 3/27(土)~4/4(日) 10:00~20:00 ※最終日のみ19:00まで  
**場所** ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場  
**店舗**

3/27(土)~30(火)    3/27(土)~4/4(日)    4/1(木)~4(日)

BeBe    TEMPUR    DOCTOR AIR    ASOKO

/ NEW OPEN SHOPに注目 /

**ORIHICA HALF MARKET**  
50%OFF

**3/10 (水) OPEN**

ORIHICA

**ORIHICA HALF MARKET**  
〈オリヒカハーフマーケット〉  
【ファッション】  
ららぽーとEXPOCITY 2F

ブランドコンセプトは「Key to the new lifestyle」。ORIHICAは、世代の、時代の、そして次世代のライフスタイルの「鍵」となるビジカジブランドです。今回は、期間限定POP UP SHOPとして「ORIHICA HALF MARKET(オリヒカハーフマーケット)」を開催いたします。Withコロナ時代となり、働き方や服装が変わっていく中、その大変さや労苦を分かち合い、全ての働く方に向けたスマートワークスタイルをハーフプライス(2,900円+税以上)にてご提案致します。

**3/26 (金) OPEN**

**L.L.Bean**

L.L.Bean(エルエルビーン)  
【ファッション】  
ららぽーとEXPOCITY 1F

「仲間や家族と一緒に外で過ごす時間は、多いほどいい」と思うL.L.Beanは1912創業の米国メイン州創業のアウトドアブランドです。この度、エキスポシティ1Fに期間限定店舗として再登場することになりました。100年を超える長い歴史の中から生まれた商品は、時間と、自然に磨かれて、親から子と世代を繋ぎながら世界中の多くのアウトドアファンに親しまれています。時は流れても、アウトドアという非日常の中で得られる喜びを多くのひとに知ってもらいたいという熱意は創業当時から今も変わりません。さあ、L.L.Beanに着替えて、季節の移ろいを、楽しさに変えましょう。

**EXPO fun!fun! Workshop**

参加される方は新型コロナウイルス対策にご協力ください。詳細はwebにてご確認ください。

**4/6(火)「春のフレッシュグリーンを束ねるブークスワッグ」**  
**4/13(火)「ミモザとユーカリのアロマワックスバー」**  
**4/20(火)「壁掛けフレームアレンジ」**  
**4/27(火)「手縫いdeオリジナルキーケース」**


詳細は近日公開予定 


メンバーズページ スタート記念!登録するだけ!全員もらえる!!

/ 総額1億ポイントプレゼント /

期間中、メンバーズページに登録完了された方全員に**総額1億ポイント**をプレゼント!  
〈同時開催〉期間中、メンバーズページに登録完了された方で三井ショッピングパークポイント対象施設、対象店舗にて3,000円(税込、合算可)以上お買上げの方に抽選で1,000名様に**10,000ポイント**プレゼント。

**期間** 4/11(日)まで

詳しくはコチラ 



**EXPOCITY** | 吹田市千里万博公園2-1

**営業時間** 新型コロナウイルス感染拡大防止対策に伴い、営業時間を変更させていただきます。

当面の間 **全日10:00~20:00**、EXPO KITCHENは**11:00~21:00**  
※一部店舗、その他エンターテインメント施設は、施設ごとに異なります。

お客様の安心・安全のため混雑する時間帯を避けてのご来館にご協力ください。(13:00~16:00が混み合いやすい時間帯となっております)

**混雑する時間帯の詳細はこちらからご確認ください。**

※ご来館前に最新情報をご確認のうえ、ご来館いただくようお願いいたします。

**問合せ先** 06-6170-5590 (代表/10:00~18:00)    最新情報はHPをご覧ください 

<https://mitsui-shopping-park.com/lalport/expocity/>

**エキスポシティのInstagram公式アカウント**    Follow me!

「遊ぶ、学ぶ、見つける」楽しさをひとつに!  
エキスポシティのおすすめアイテムやイベント、お得情報をお届けしています!

定期的な最新情報を更新しています。ぜひフォローください!

**Instagram** @expocity\_official        [https://www.instagram.com/expocity\\_official/](https://www.instagram.com/expocity_official/)

弊社の商業施設では、ご来館のお客様に安心してご購入・お食事をお楽しみいただくため、新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた様々な取り組みを実施しております。お客様にはご不便おかけいたしますが、お客様および従業員の健康と安全確保のため、ご配慮・ご協力をお願いいたします。また、政府および自治体の協力要請などにより、営業時間・駐車場利用時間・営業内容に変更が生ずる場合がございます。ご来館の際には、施設ウェブサイトをご確認のうえ、お越しく下さい。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

ニフレルパスが新しく生まれ変わりました！

## NIFREL FAMILY CLUB

ニフレルをおトクに何度も楽しんでその入館料を生きものへのサポートに！

**おトクにリピート！**  
2枚目以降は翌月から使える **新回数券**、登場！

**2枚回数券**  
通常大人2,000円×2枚  
**4,000円**  
800円OFF  
**3,200円**

**3枚回数券**  
通常大人2,000円×3枚  
**6,000円**  
1,800円OFF  
**4,200円**

有効期限：2022年3月31日(木)まで  
販売期間：2021年3月12日(金)～2022年1月11日(火)まで  
※各回数券の2枚目以降は初購入月の翌日より使用可能

入館料は生きものたちのエサ代や健康管理費に

**Nurture** 健康に育成  
**Clean** 清潔な環境  
**Food** 新鮮で安全な食事

入会費  
大人 5,000円 (16歳以上・高校生)  
子ども 2,000円 (小・中学生)  
幼児 500円 (3歳以上)  
※入会費、会員入館料のお支払いはチケット窓口までお越しください。  
※価格は全て税込です

入館料 **500円**  
ご入会後はご本人様のみ何度でも一律  
大人：4回入館で  
子ども：5回入館で  
幼児：6回入館で  
おトク！ 定価より

販売期間  
2021年3月12日(金)～  
2022年1月11日(火)まで

有効期間  
2022年3月31日(木)まで  
(休館日を除く)

有効期限：2022年3月31日(木)まで  
販売期間：2021年3月12日(金)～2022年1月11日(火)まで  
※各回数券の2枚目以降は初購入月の翌日より使用可能

今月は、ニフレルパスが生まれ変わって、3月12日(金)より新たにスタートした「ニフレルファミリークラブ」のほか、お得にリピート・シェアができる新回数券、そして春を告げる魚「シロウオ」の展示についてご紹介！ニフレルの新サービスで心機一転、暖かくなるこれからの季節を楽しみましょう。

まいにち奇跡。  
**5th ANNIVERSARY**  
NIFREL

シティライフ NEWS で検索

有効期限：2022年3月31日(木)まで  
販売期間：2021年3月12日(金)～2022年1月11日(火)まで  
※各回数券の2枚目以降は初購入月の翌日より使用可能

吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内  
営/10時～18時(最終入館17時)※変更になる場合があります。年中無休  
入館料/大人(高校生/16歳以上)2,000円  
子ども(小・中学生)1,000円 幼児(3歳以上)600円  
駐車場/約4,100台(¥200/30分) ニフレル入館で120分無料

0570-022060 (ナビダイヤル)  
f t i n 三フレル で検索

1.動物取扱業の名称:株式会社海遊館 2.事業所の名称:NIFREL 3.事業所の所在地:吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内 ニフレル 4.登録に係る第一種動物取扱業の種別:展示、登録番号:第2899-5号、登録の年月日:平成27年8月11日、有効期限の末日:令和7年8月10日 5.動物取扱責任者の氏名:小畑洋

## GAMBA NEWS

北摂のJリーグクラブ  
ガンバ大阪を応援しよう！

# ガンバ通信

取材協力/ガンバ大阪

**今こそ「TOGETHER as ONE」**

3月3日(水)に、トップチーム選手4名、スタッフ1名がPCR検査の結果、新型コロナウイルスの陽性判定を受けた旨を発表したガンバ大阪。感染拡大防止の観点から、当日予定されていた明治安田生命Jリーグ 名古屋グランパス戦(＠豊田スタジアム)を皮切りに、3月に開催予定だった計6試合の中止が発表された。その後も陽性判定者が増えたため、3月9日(火)から2週間程度、トップチームに関する活動を休止することに決まり、今後の活動に関しては、Jリーグおよび大阪府、吹田市保健所との協議を重ねた上で活動再開を目指すこととなった。

今シーズンのJリーグやYBCルヴァンカップでは、中止となった試合の代替開催日やスタジアムが確保できない場合、当該試合は開催したものとみなし、中止原因によって対応が変わる。今回のガンバ大阪の場合、代替試合が開催できなければ一方のチームの責に帰すべき事由による中止として、0-3で敗戦扱いとなる。ACL(アジアチャンピオンズリーグ)への出場も予定されているガンバ大阪にとって、代替試合の開催は容易でない状況で、タイトル獲得に暗雲が立ち込める。さらに選手たちは行動制限もあり、選手たちが受けた重圧、精神的ダメージが心配される。

「TOGETHER as ONE」。これは今シーズン開始時に発表されたガンバ大阪の今シーズンのクラブスローガンだ。このスローガンには、選手、スタッフはもちろん、スポンサーやファン、サポーター、ホームタウン、そしてガンバに関わる全ての人たちの思いを一つにしてシーズンを戦い、1位をつかみ取るという

止原因によって対応が変わる。今回のガンバ大阪の場合、代替試合が開催できなければ一方のチームの責に帰すべき事由による中止として、0-3で敗戦扱いとなる。ACL(アジアチャンピオンズリーグ)への出場も予定されているガンバ大阪にとって、代替試合の開催は容易でない状況で、タイトル獲得に暗雲が立ち込める。さらに選手たちは行動制限もあり、選手たちが受けた重圧、精神的ダメージが心配される。

「TOGETHER as ONE」。これは今シーズン開始時に発表されたガンバ大阪の今シーズンのクラブスローガンだ。このスローガンには、選手、スタッフはもちろん、スポンサーやファン、サポーター、ホームタウン、そしてガンバに関わる全ての人たちの思いを一つにしてシーズンを戦い、1位をつかみ取るという

試合情報など最新情報はガンバ大阪公式サイトでチェック!  
<https://www.gamba-osaka.net/>

チケットの詳細・購入は  
ガンバチケット 検索

写真1/18(月)、新体制発表記者会見で今季のクラブスローガン「TOGETHER as ONE」を発表する小野代表取締役社長。2021年も新型コロナウイルスとの戦いは続いていくとし、共に心をつなぐことがより大事になるという思いとともに新スローガンの発表となった。

## クラブ創立30周年プロジェクト 第1弾 ガンバ大阪初のクラウドファンディングがスタート！

**30th ANNIVERSARY**  
1991-2021

ガンバ大阪創立30周年  
～10年の感謝を込めて、百億をともに未来へ～

クラブ創立30周年という節目である2021年。皆様と共に、30年の歴史を振り返り、皆様への感謝を伝えたい。皆様とともに、「ガンバラしさ」を未来につなげていきたい。そして、この先の未来も皆様とともに歩んでいきたい。ガンバ大阪は、皆様とともに未来への第一歩を踏み出すため、クラブ初となるクラウドファンディングに挑戦します。

2021年はガンバ大阪クラブ創立30周年になります。コロナ禍により皆様も我々クラブも大変な時期にありますが、このような時だからこそ、これまで応援いただいた感謝の気持ちを表し、また未来に向けて記念に残るクラブ創立30周年事業を実施いたします。今シーズンはこれまで獲得してきたタイトル数「9」にちなみ、9つのプロジェクトを年間を通じて実施いたします。

その第1弾としてクラブとして初めての試みとなるクラウドファンディングを実施します。支援者様には金額に応じてグッズや権利などのリターンをご用意しています。※詳細は受付ページをご確認ください。

**【クラウドファンディング概要】**

プロジェクトタイトル 「ガンバ大阪創立30周年クラウドファンディング ～30年の感謝を込めて、皆様とともに未来へ～」

ページURL <https://readyfor.jp/projects/gamba-osaka2021>

実行者 ガンバ大阪

目標金額 5,000万円

公開期間 2021年3/2(火)18:00～4/30(金)23:00まで

形式 購入型/ALL-IN形式

資金使途 ガンバ大阪創立30周年記念事業実施費用

※目標金額の達成の有無に関わらず、集まった寄附金を受け取ることができる形式です。

## 大阪モノレール ガンバ大阪1day乗車券 (2021年版) 発売中

ガンバ大阪主催のホームゲーム開催日に、大阪モノレール全線が乗り放題になるお得な乗車券を発売！ご購入の際は、当日の観戦チケットをご提示ください。

**発売価格** 600円(大人のみ) ※購入当日限り有効  
**発売期間** ガンバ大阪主催ホームゲーム開催日(天皇杯を除く)  
**発売場所** 大阪モノレール各駅改札窓口  
**お問合せ** 大阪モノレール千里中央駅 TEL.06-6833-8951

★ガンバ大阪1day乗車券でガンバ大阪の応援に行こう！  
抽選でレプリカユニフォームや2021年Jリーグ公式試合球など、ガンバ大阪選手のサイン入りグッズが当たるキャンペーン実施中！

キャンペーンについて詳しくは

## 大阪モノレール 「モノレール沿線 ぶらり1dayチケット 2021年度版」 を発売します

大阪モノレール沿線の魅力を1日丸ごと楽しめる「モノレール沿線ぶらり1dayチケット」を発売します。沿線施設の特典つきで、お出かけにお得なチケットです。

**発売価格** 大人700円、小児300円  
**発売場所** 大阪モノレール各駅改札窓口  
**発売日** 4・5月は第3土曜日、6月以降は毎月土・日・祝  
※発売当日限り有効

**お問合せ** 大阪モノレール千里中央駅 TEL.06-6833-8951

※大人券1枚につき小児券2枚までご購入いただけます。小児券のみの発売は行いません。

詳しくは、大阪モノレールホームページをご覧ください。

ABC HOUSING

4月 マンスリーフェア

新型コロナウイルス感染症 拡大防止への取り組みと お客様へのお願い

感染拡大防止と安全・安心のための対策を行いながら営業してまいります。ご来場を予定されているお客様におかれましては、咳エチケットや手洗い、マスク着用など、感染症対策にご協力いただき、体調管理にご留意ください。当日の状況によりイベントを中止する場合がございます。ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。  
※感染症の今後の再拡大の状況によっては会場を休業とする場合がありますので、予めご了承ください。休業が決定した場合には、ABCハウジングホームページにてお知らせいたしますので、随時ご確認くださいませようお願いいたします。休業となった場合、プレゼントは中止させていただきます。

イベント開催 11:00~17:00  
※イベントの参加チケット-先着プレゼントは10:00-配布、1世帯1名様限りとなります。

ご来場プレゼント

4/1(木) → 23(金) ※水曜日を除く

期間中、住宅公園受付で「住まいのアンケート\*」にお答えください。モデルホームご見学後、ご覧の賞品をプレゼントします。



レジかご用 バッグ

レジかごにすっぽりと収まる、便利でオシャレなエコバッグをプレゼント!

※いずれかひとつ、カラーは選べません  
※その他の備品は含みません  
※賞品は予告なく変更される場合があります

イースターを楽しもう! エッグハント

ミニ文具やおもちゃが入ったカラフルなタマゴをゲットしよう!

4/3(土) 100組様 小学生以下限定

アタリが出たら Wプレゼントも! 15組様



※写真はイメージです

マカロンボールチェーンをつくろう

デコレーションしてかわいいマカロンボールチェーンをつくってみよう!

4/4(日) 100組様 ※いずれかひとつ



ピンクマカロン × うさぎセット

or イエローマカロン × ひよこセット

ミニショベルカー わくわく操縦体験ゲーム

本格的なミニショベルカーでボールすくいにチャレンジ!

4/4(日) 200組様

参加者には おもちゃをプレゼント!



千里住宅公園

大阪モノレール「万博記念公園」駅から徒歩すぐ

〈車でお越しの方は〉  
●万博記念公園外周道路沿い  
〈電車でお越しの方は〉  
●大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ

TEL 06-6876-1521  
www.abc-housing.co.jp/

○専用駐車場有り ○開場時間/10:00~18:00  
○住宅公園受付は毎週水曜日定休日(祝日は営業)  
※メーカーにより定休日が異なります。水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。  
主催: 朝日放送グループホールディングス ABC開発 朝日新聞社

うさぎと一緒に ハッピー撮影会



4/10(土) イースターのシンボル、かわいいうさぎさんとツーショットを!

- ①11:00~
  - ②12:00~
  - ③13:30~
  - ④14:30~
  - ⑤15:30~
- 各回約40分 ※1組ずつ撮影 ※カメラはご持参ください

動物取扱業者登録:有限会社ふれあいの里動物村/大阪府茨木市泉原572-1/展示/大阪府登録第79-5号/2016.6.13~2021.6.12/斉藤勝

\*「住まいのアンケート」はABCハウジング並びに当会場の出展住宅会社からお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得し利用します。1世帯1名様限り、期間中1回限りとさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※催し物については一部、「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。当日の状況により、内容の変更(または中止)や予定時間前に終了する場合があります。詳しくは住宅公園受付までお問合せください。※各イベントへの参加は、1世帯1名様限り。なくなり次第終了させていただきます。※掲載写真はいずれもイメージです。 [CL]

きかんしゃトーマスとなかまたち めいろふわふわ

子どもたちに大人気のエアートランポリン きかんしゃトーマスとなかまたち めいろふわふわ が会場にやってきます。



© 2021 Gullane (Thomas) Limited.

映画チケットが当たる抽選会もあるよ!



3/26より全国ロードショー

イベント&キャンペーンの詳しい情報はホームページで ABCハウジング で検索!

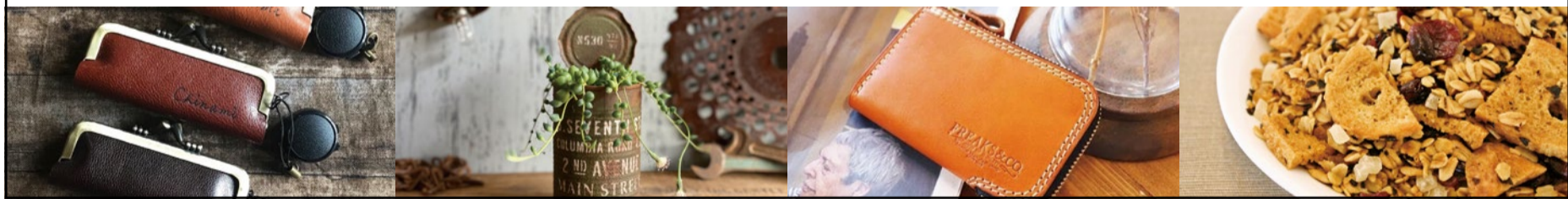


ロハスフェスタのお買物の楽しさをON LINEでも!

LohasFesta Mall

あなたがいる場所がロハスフェスタ。

https://lohasfestamall.jp



いのちモノ見つかる 全国陶器市

# 全国大陶器市

全国の有名産地、窯元のやきものが様まじりの万博記念公園に一挙に勢ぞろい!

新型コロナウイルス感染症予防対策を実施しております。マスク着用でお越しください。

50万点を展示 大型テントで雨でも濡れずにお買い物 各種クレジットカードOK 業務用も多数展示

有田焼 ■伊万里焼 ■三川内焼豆皿 ■小石原焼 ■波佐見焼 ■備前焼 ■砥部焼 ■小鹿田焼 ■萬古焼 ■美濃焼 ■九谷焼 ■京焼 ■瀬戸焼 ■織部 ■常滑焼 ■信楽焼 ■やちむん ■笠間焼 ■益子焼 ■箸・漆器

雨天も開催 大駐車場あり 有料

※やきもの産地及び写真の商品は急遽変更になる場合がありますのでご了承ください。

3/27(土)~4/11(日) 10:00~17:00 毎日開催 期間中無休

会場 万博記念公園 自然文化園 東の広場 西側園路

カーナビ参考/大阪府吹田市千里 万博記念公園 詳しくは全国陶器市 検索

天災や悪天候ほか新型コロナウイルスの感染予防のためにイベントを休止または時間変更の場合があります。  
主催: 全国大陶器市振興組合 ☎0955-43-3368 陶器市問合せ先 ☎090-4777-6520 ※桜の開花状況 https://www.expo70-park.jp/ ※万博記念公園自然文化園への入園料は、大人260円 小中学生80円が必要です。

City Life

初開催

西日本最大級のおいもの祭典

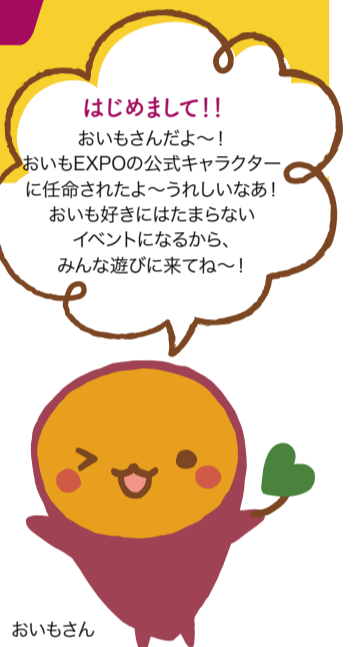
# おいもEXPO

in 万博公園

2021.4/24 sat・25 sun 9:30~17:00 (入場券販売は16:30まで)

入場料: 当日500円/前売400円 (小学生以下無料)

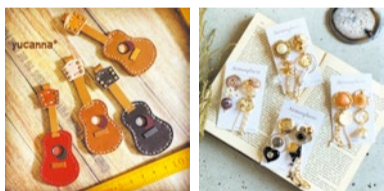
今、全国でブームとなっているおいもに注目した西日本最大級のおいもの祭典です。  
スイーツやおいも料理、各地のさつまいも販売や加工品、  
やきいもブースなどこだわりの名店約30店が登場します。  
日本の食文化の原点ともいえる美味しいおいもの魅力を楽しんでください。



おいもさん

## 手作り雑貨大集合! ロハスフェスタ蚤の市

ロハスフェスタで人気の手づくり雑貨が登場します。  
※出展者の一部紹介。



yucanna&bumi\_agate

Atmosphere

## 食事スペースも完備!

密を避けるため、席の間隔をあけてます。大きな声での会話はお控えください。



## 会場内特設ステージで無料で観覧できる よしもとのお笑いライブ in おいもEXPO

©YOSHIMOTO KOGYO, All Rights Reserved.



紅しんが

4/24 (土)



からし蓮根

4/24 (土)



ハンダーソン

4/25 (日)



あざみ



4/25 (日)

## 同時開催! バーガーEXPO

西日本ハンバーガー協会(新日本ハンバーガー協会)にご協力いただき、  
全国のご当地&グルメバーガーを集めた  
ハンバーガーイベント「バーガーEXPO」を同時開催します。



協力: 西日本ハンバーガー協会(新日本ハンバーガー協会)

約  
30店舗

いろいろなおいもを使ったフードメニュー

※出店者の一部紹介



**焼きいも おいもや**  
安納芋の焼き芋  
鹿児島県 種子島産の熟成安納芋のしっとり甘い焼き芋です。



**焼きいも よっしーのお芋屋さん**  
石川県能登半島産「熟成・かぼちゃ芋」焼き芋  
石川県で唯一継承されている前濱さんの大変希少なさつまいも!甘み、甘み、香り、深み、皮の旨さのバランスのいい焼き芋!全国で扱えるのは「よっしーのお芋屋さん」だけ!



**焼きいも 焼き芋専門店 維新蔵**  
焼き芋(さつまミライ)  
100日間熟成させた糖度50度以上で皮まで食べれる濃密な焼き芋です。



**焼きいも LOHAS cafe**  
甘太くん(大分県産)  
40日以上貯蔵することでツヤツヤの蜜が滲み出し、口含むと驚くほどのしっとりとした甘さが味わえます。常温でも冷やしても、また温めてもおいしくいただけます。



**おいも FOOD KORI CAFE**  
芋園(ユウエン)  
茹でた芋(タロイモ・サツマイモなど)をペースト状に潰し、食べやすい大きさにカット後、再度ゆでて完成。当日は、タピオカなどを添えてご提供いたします。



**おいも FOOD カノ道**  
さつまチップス  
パリッと心地よい音を立てて割れるチップスは、素朴な味でありながら噛む度に芋の甘さがふわっと広がります。



**おいも FOOD 酒馳走ころ**  
お芋パフェ  
甘味の濃い紅はるかを低温で焼き上げ、アイス、あずき、栗甘露煮を添えた贅沢パフェ。黒蜜&きな粉でどうぞ!



**おいも FOOD CRAMSBANANA**  
むらさきいもバナナジュース おいもバナナジュース  
おいもEXPO限定おいもバナナジュース!お芋の優しい甘味と食感が楽しめます!



**おいも FOOD cafe楽園**  
濃厚おいもミルクのタピオカドリンク  
紅はるかを使ったおいもミルクに、黒糖に漬けたんだタピオカを合わせました。



**おいも FOOD ほりい商店**  
もちもちポテト  
もちもちポテトは、クネクネと長く独特の食感と何とも言えない絶妙な味わいで、ポテトへ伸ばす手が止まらないクセになる一品です。



**おいも FOOD 斧屋**  
斧のいもこ  
あつあつでも冷めても美味しいお芋の天ぷら。蒸し芋にほどよい甘さの衣がやみつきに。



**おいも FOOD 蔵出し熟成焼き芋 すえひろ x Jam Jam BAKERY**  
おいもクロッフル  
バターを何層にも折り込んだクロワッサン生地をじっくり低温発酵させワッフルメーカーで焼き上げ、紫芋ホワイトチョコと特殊製法の焼き芋パウダーを使用しております。



**おいも 物販 五島商店 佐藤の芋屋**  
プレミアム安納芋ロールケーキ  
長崎県五島の土壌をイメージし、それを再現するためにブラックココアをふんだんに使用しています。ケーキの上には有機安納芋ペーストをかけ、ふかし芋をトッピングしました。



**おいも 物販 芋と野菜**  
熟成蜜芋サンド  
蜜たっぷりの焼き芋(品種 紅はるか)・あっさりした生クリーム・芋蜜・黒蜜・自家製芋餡が相まって口いっぱい幸せが広がります。

各地のおいもがそろって 産地直販「旬の駅」ブースが登場!



和泉市の「道の駅いずみ山愛の里」ブースが登場



土肥ポン太さんもやってくる!

「道の駅いずみ山愛の里」の応援隊長を務める土肥ポン太さんもやってきます。詳細はおいもEXPO公式WEBへ。

遊び・カルチャー



バンジーバンジー



古本市



ふわふわ

場所: 万博記念公園・東の広場 大阪府吹田市千里万博公園1-1  
入場料: 当日500円/前売400円(小学生以下無料) 雨天決行・荒天中止

※前売券については公式WEBにてお知らせします  
※別途万博記念公園入園料(大人260円・小中学生80円)必要  
※障がい者手帳をお持ちの方、ご本人と介助者1名半額  
※売り切れ次第終了となります

主催: シティライフ  
問合せ先: おいもEXPO事務所(株式会社シティライフNEW内)  
06-6338-0641

公式WEB: <https://oimoexpo.com>

※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます



「おいもEXPO 新型コロナウイルス感染拡大防止策」皆さまのご協力をよろしくお願い致します。

1 入場について

- ◎マスクの着用をお願いします。
- ◎並び列は十分な間隔をとってお並びください。
- ◎発熱、せきなどの症状がある方は入場できません。
- ◎大声での会話はお控えいただき、できるだけ人との距離を空けてください。

2 消毒について

- ◎会場内を定期的にスタッフが巡回し、清掃・消毒等の衛生管理を徹底します。
- ◎入場ゲート、出店ブース、トイレなど会場内各所にアルコール製剤を設置します。手指消毒のご協力をお願いします。

3 会場について

- ◎通路は広く確保し、密集・密接を防止します。
- ◎店舗ブースは、飛沫感染防止策を徹底します。

その他、新型コロナウイルス感染防止対策の追加事項については、おいもEXPO公式webにてご案内いたします。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントは中止・変更する場合があります。



初の9日間  
開催!

みんなの小さなエコを大きなコエに

総出展者数  
約800店舗

# LOHAS Festa. Bampaku

ロハスフェスタ 万博  
2021 Spring

1st 4/29 thu. 30 fri. 5/1 sat. 2 sun. 3 mon. 4 tue. 5 wed.

2nd 5/8 sat. 9 sun. 5/8~5/9は「第3回チーズEXPO」も同時開催!

9:30~16:30(入場券販売は16:00まで) 会費(入場券):500円(小学生以下無料)  
雨天決行 ※荒天により中止になる場合があります。

自分にも地球にもやさしいライフスタイル、それがロハス。

今年のロハスフェスタは万博記念公園からスタートします! 鮮やかな新緑が美しい会場にはハンドメイドクラフトやグリーン、アンティーク、カラダにやさしいグルメなど、ロハスなアイテムが集まります。ニューノーマルなライフスタイルが求められる中、世界とともに推進するSDGsの取組みにもご注目ください。また、コロナウイルス感染拡大に備え、皆さまが安心して過ごしていただけるよう、会場の準備を進めています。環境と健康、そして持続可能なLOHASなライフスタイルのヒントをぜひ見つけてください。



総出展店舗数800店舗でお気に入りとお会いしよう!

※出展者の一部紹介

**HR2**  
4/29(木祝)~  
5/5(水祝)  
資材を大切にしながらナチュラルな木工雑貨を作っています

**mz collection**  
全日  
シンプルで重ね付けにピッタリのシルバーと真鍮の指輪を多数ご用意しています

**jugo.r**  
5/8(土)~  
5/9(日)  
刺繍糸を使ったアクセサリーを作っています

**Mon petit jardin**  
4/29(木祝)~  
5/5(水祝)  
小さいのから大きめなアシメトリーアクセサリーを編んでいます

**CRU**  
4/29(木祝)~  
4/30(金)  
全て一点物のバッグやポーチです

**dimple**  
4/29(木祝)~  
5/2(日)  
ほっこりできるキャンドルを作るよう心がけています

**HARS.**  
5/3(月祝)~  
5/5(水祝)  
様々な素材を使ってデザインしたアクセサリーです

**Aplysia**  
全日  
カラフルな帆布のバッグを販売します

**CHN**  
4/29(木祝)~  
5/5(水祝)  
木を使った暮らしの道具を作っています

**竹灯笼工房**  
5/8(土)~  
5/9(日)  
竹灯笼づくりのワークショップは、お子様でも作る事が出来ます

**KEN HAND MADE WATCH**  
4/29(木祝)~  
5/2(日)  
個性的で深みやぬくもりを感じられるデザインの手作り時計を販売します

**marina**  
5/8(土)  
アクセサリーを個性的なカラーとデザインを意識して作っています

**みんなのマフィン**  
5/3(月祝)~  
5/5(水祝)  
こだわりの素材を使い、ひとつひとつ愛情を込めて手作りしています

**Granon【自家製グラノーラ】**  
5/1(土)~5/3(月祝)  
5/8(土)~5/9(日)  
添加物や白砂糖は使用せず栄養価の高い美味しいグラノーラを自家製で作っています

**MorioKoubou**  
全日  
革のがま口バッグや使いやすい財布、端革を使ったキーホルダー等の小物をそろえています

**丹波篠山ジグザグブルワリー**  
全日  
麦酒は完全無ろ過のため、芳香さと、コクを存分に味わっていただけます

**小さいふ。クアトロガッツ**  
全日  
世界で一つだけシリーズ「自分らしい」小さいふを500色以上創って持っています

**布とかこ kaji**  
4/29(木祝)~  
5/5(水祝)  
カットクロスとバスケットを中心に販売、大人気のエコティッシュカバーも増産中です

**HANACAGO**  
5/3(月祝)~  
5/5(水祝)  
ナチュラル素材でありながらオフィスや街中でも着ていて馴染むものを制作しています

**acco**  
全日  
生活の中で実用性はもちろん、手に取った時笑顔になってもらえる麻ひもバッグや布小物を販売



駐車場台数が少なく、また当日渋滞が予想されます。公共交通機関をご利用ください。阪急高槻市駅から徒歩10分・JR高槻駅から徒歩13分

City Life

高槻  
初開催

西日本最大級のカレーの祭典

# カレーEXPO

in 安満遺跡公園  
(大阪府高槻市八丁畷町12-3)

2021 5/1 (土)・2 (日)・3 (月・祝)・4 (火・祝)

グルメプロガーが選んだ、カレー店が集結。  
4日間開催 **入場無料**

雨天決行(荒天中止)

START 10:00 ~ CLOSE 17:00 (L.O.16:30)

※売り切れ次第終了となります。  
※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます。

主催:シティライフ



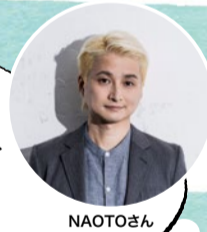
大阪発祥の「スパイスカレー」をはじめ、インド、欧風、スープカレーなどさまざまなジャンルのカレーが一堂に味わえる、西日本最大級のカレーのイベントです。奥深いカレーの世界をお楽しみください!



ET-KING  
センコウさん

5/2(日)はセンコウさんの  
レトルトカレー2種の  
試食&販売を実施します!

1999年に結成し、2006年にメジャーデビュー。代表曲は「ギフト」「愛しい人へ」。大のカレー好き。日本全国をライブし、その土地土地にあるカレーライスを食べて来た。スパイスに関する資格も2つ取得。



NAOTOさん

5/2(日)は  
ヴァイオリニスト  
NAOTOさん  
ステージ演奏

同時開催

関西の人気スイーツ店が大集合

## スイーツExpo

「プーさんの満腹日記」で人気のプロガー、プーさんが選ぶスイーツが大集合。スイーツだけでも堪能できるラインナップです。



会場内特設ステージ /  
よしもとのお笑いライブ  
in カレーEXPO

無料

カレーEXPO会場内の  
特設ステージでよしもと漫才  
が無料で楽しめる!



藤崎マーケット

学天即

©YOSHIMOTO KOGYO, All Rights Reserved.

### 〈新型コロナウイルス感染拡大防止策〉

#### / 入場について /

●マスクの着用をお願いします。●並び列は十分な間隔をとってお並びください。●発熱、せきなどの症状がある方は入場できません。●大声で会話はお控えいただき、できるだけ人との距離を空けてください。

#### / 消毒について /

●会場内を定期的にスタッフが巡回し、清掃・消毒等の衛生管理を徹底します。●入場ゲート、出展ブース、トイレなど会場内各所に消毒液を設置します。手指消毒のご協力をお願いします。

#### / 会場について

●通路は通常より広く確保し、密集・密接を防止します。●店舗ブースは、飛沫感染防止策を徹底します。その他、新型コロナウイルス感染防止対策の追加・変更事項については、カレーEXPO公式webにてご案内いたします。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントは中止・変更の場合があります。





2021年  
5/29(土)・30(日)  
両日  
約180ブース

みんなの小さなエコを  
大きなコエに

# LOHAS

ロハスフェスタ 淡路島

# FESTA

# AWAJI SHIMA

2021.5/29 SAT・30 SUN

9:30~17:00

(入場券販売は16:30まで)  
雨天決行  
※荒天により中止になる場合があります



海がキレイな淡路島国営明石海峡公園で開催するロハスフェスタ淡路島。

淡路花博20周年記念 花みどりフェアとの共催イベントとして開催されるロハスフェスタ淡路島2021。

会場にはハンドメイドクラフトやグリーン、アンティーク、カラダにやさしいグルメなどロハスなアイテムがいっぱい。ワンちゃんもいっしょに楽しめるエリアも登場します。ニューノーマルなライフスタイルが求められる中、世界とともに推進するSDGsの取組みにもご注目ください。また、コロナウイルス感染拡大に備え、皆さまが安心して過ごしていただけるよう、会場の準備を進めています。日本のハワイと称される淡路島でゆったりとした時間をお楽しみください。

## お気に入りとお会おう!

※出展者の一部紹介

**キッズヘアアクセ&雑貨Nacky**  
全日  
子供に笑顔を! ママに時間を! をコンセプトにママ目線の使いやすい通園通学グッズの販売

**garden & M.O.K**  
全日  
小さな端材を使った作品や落花生を使ったおもしろアートです

**tama&meo meo**  
全日  
すべて一点ものの天然石やお花の色でアクセサリを表現しています

**竹灯籠工房**  
全日  
竹灯籠づくりは、力はそのないらないのでお子様でも作ることが出来ます

**moon violet**  
全日  
同じ石はひとつない、世界でOnly oneの天然石で作られたアクセサリ

**atelier k**  
全日  
シンプルで飽きずに永く使って頂けるデザイン革のバックなどを制作しています

**kokoano-hanaya**  
全日  
ドライフラワーやブリザーブドフラワーを使ったフラワーアレンジメントなど

**Fine Day**  
全日  
一つ一つ手作したドライフラワーのブーケやリース、スワッグなど

**uberbees8**  
全日  
南アフリカのとても珍しい濃厚で香り豊かなはちみつをぜひお試しください!

## 北摂発着

ロハスフェスタ直行!  
日帰りバスツアー 5/29(土)・30日(日)  
JR高槻・JR茨木・千里中央駅

ロハスフェスタ淡路島に3時間半滞在したあとに、人気のイベント「AWAHAWA(慶野松原)」(1時間半)と「淡路ハイウェイオアシス」でのお買い物も楽しめる特別ツアー! 3つの駅まで送り迎えしてくれるので、マイカーの気疲れもなし! お酒が飲みたい! ビバママも安心!!  
大人・小人 6,990円 (公園入場料・ロハス入場料・サービス料・諸税込)



コース内容や集合時間など詳細・予約は下記QRから。もしくはロハスフェスタ公式HPにて!  
※最小催行人員 各日18人  
主催: リグロース(あそびばす)

SDGsが達成された社会を目指すために、ロハスフェスタでは、さまざまな取り組みを行っています。



**リサイクル資源をお持ちください**  
ロハスフェスタでは右記資源を回収しています。使用済み天ぷら油はバイオディーゼル燃料に精製して発電機燃料に利用します。牛乳パックは再生トレットペーパーとして使用します。



マイ食器・マイカトラリー・マイバックをお持ちいただきお越しくささい。

## <ロハスフェスタ コロナウイルス感染拡大防止策>

- 入場について**
  - ◎3密対策のため、入場制限をします。
  - ※来場者をカウントし、規定内の人数に達した場合、入場規制を行います。
  - ◎マスクの着用をお願いします。
  - ◎入場時に兵庫県新型コロナ追跡システムの登録、アルコール消毒をお願いします。
  - ◎会場入口で検温を行い、37.5℃以上の発熱がある場合は入場をお断りします。
  - ◎家を出る際に検温していただき、発熱、せきなどの症状がある場合は来場をお控えください。
  - ◎家族や身近な知人に感染が疑われる方も入場をお断りします。
  - ◎並び列は十分な間隔をとってお並びください。
  - ◎大声での会話はお控えいただき、できるだけ人との距離を空けてください。
- 消毒について**
  - ◎会場内を定期的にスタッフが巡回し、平常時以上の衛生、美化対策を行います。
  - ◎会場内各所にアルコール製剤を設置します。手指消毒のご協力をお願いします。
- 会場について**
  - ◎通路は通常より広く確保し、密集・密接を防止します。
  - ◎店舗ブースは、飛沫感染防止策を徹底します。

その他、コロナウイルス感染防止対策の追加事項については、ロハスフェスタ公式webにてご案内いたします。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントは中止・変更する場合があります。

場所 淡路島国営明石海峡公園 芝生広場 [兵庫県淡路市夢舞台8-10]

会費 500円 [小学生以下無料] ※別途公園入園料必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名半額 ※各公園ゲートでロハスフェスタ入場券もご購入できます。 ※イベントの内容は予告なく変更する場合がございます。

主催: ロハスフェスタ実行委員会 共催: 淡路花博20周年記念事業実行委員会  
後援: 環境省/兵庫県/淡路市/洲本市/南あわじ市/淡路市商工会/一般社団法人淡路島観光協会/公益社団法人ゴルフ緑化促進会/一般社団法人日本ホビー協会/神戸新聞社  
問合せ: ロハスフェスタ大阪事務所(シティライフNEW内) 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 tel: 06-6338-0641

詳しくは右記ホームページにて <https://lohasfesta.jp>  検索 LOHASFESTA LOHAS\_FESTA ロハスフェスタ ロハスフェスタは「COOL CHOICE(クール チョイス)」に賛同しています



menu  
フルーツパフェと三色トースト

美しくカットされたフルーツたっぷりのパフェ(750円)と、ジャム、チョコなど3つの味が楽しめるトースト(270円)。



menu  
クリームソーダとたまごサンド

丸みのあるグラスに入ったクリームソーダ(600円)はインスタ映え必至。ハーフサイズ(300円)も美味。



コーヒー豆の入ったドアを開けると40席のゆったりとした空間が広がる。

自慢のコーヒーで作る自家製コーヒーゼリー(550円)も人気。



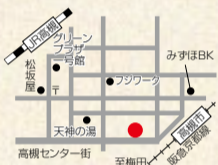
アイアンのパーテーションやランプ、モールドリングの壁が何とも言いえない趣きを感じさせてくれる。



レトロな雰囲気  
愛され続ける  
純喫茶

純喫茶 壹番館  
(ジュンキッサ イチバンカン)

高槻市高槻町15-19  
営/9時~17時  
月曜定休 4/1より全席禁煙  
☎072-685-6588

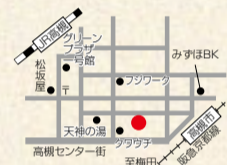


高槻センター街にある「壹番館」は、洋服店を営んでいた先代が昭和46年にオープン。石灯籠や帯が飾られた和テイストの店内でいただけるメニューはなんと80種を超える。クリームあんみつ(750円)の寒天も手作りするなど、二代目主人のおもてなしが息づく空間でくつろごう。

豊富なメニューにときめく  
これぞ王道の純喫茶

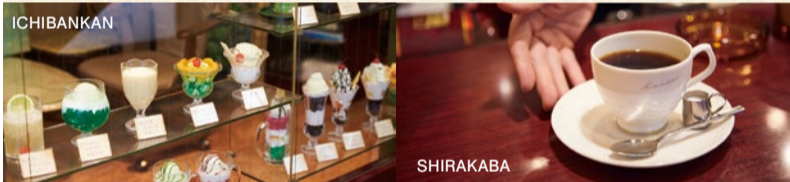
純喫茶 モン

高槻市高槻町15-5  
営/7時~17時  
※祝日は閉店が早まる場合あり  
日曜定休 全席禁煙  
☎072-685-0169



昭和41年、京都の純喫茶で修業を積んだ園田さんが姉と一緒に始めた「純喫茶モン」。現在は二代目となるお嫁さん2人がメインだが、お義母さんが店に立つことも。厚さが選べるトーストやハーフサイズのサンドイッチなど、細やかな心くばりを感じられるメニューがうれしい。

古き良き昭和の香り  
懐かしい空間で味わおう



喫茶 白樺  
(キッサ シラクバ)

高槻市城北町1-2-9  
営/8時~19時半  
木曜定休 全席喫煙可  
☎072-675-3783



自宅でもサイフォンでコーヒーを淹れていたというモダンなお母様が昭和52年に開いた喫茶店。現在は娘さん、息子さんの姉弟でその味を守っている。受け継がれたレシピで作る自家製カレーは、スパイスの効いた欧風タイプ。ブレンドからストレートコーヒー、焼きサンドまでメニューも多彩。

お母様直伝のカレーと  
おいしいコーヒーで幸せ

MAC珈琲専門店  
(マック)

茨木市元町2-23  
営/9時~17時  
第3日曜定休 全席喫煙可  
※20歳未満の来店不可  
☎072-622-4867



茨木阪急本通商店街にあるレトロな珈琲専門店。昭和54年から現マスターがオーナーに。注文が通ってから豆を挽き、熟練の技でドリッップ。「ブレンドこそ、店の個性が出ます。ぜひ味わって」とマスター。豆の選別焙煎など細かく指示を出し、心を込めて淹れる二杯にファンも多い。

愉快的なマスターが淹れる  
ブレンドでひと息つこう



苺がたっぷりのいちごパフェ(800円)は桃やみかん、サクサクのフレークなどバランスが絶妙。



サイフォン式で淹れるコーヒーにファンも多い。カウンターのほかテーブル席も。



厚切りジャムトーストやサンドイッチ、生レモンカッシュも人気。愛煙家のオアシスにもなっている。



menu  
マイルドブレンドとピザトースト

ブレンドはマイルド・アメリカン(各380円)とストロング(420円)がある。ピザトースト(450円)も厚切り。

menu  
ミックスジュースと  
ボンゴレスパゲッティ  
バナナ、みかん、桃、牛乳が入ったミックスジュース(500円)はラルティなおいしさ。スパゲッティ(各650円)は他メニュー、カルボナーラ、カレーがある。



Good taste

「今」食べたい

# 北摂グルメGUIDE

Good time

魚料理や肉料理など、編集部おすすめの美味しいグルメを紹介します。



## 大阪府中央卸売市場 仲買直営 新春スタート「挑戦」企画に大注目

「お魚が新鮮で美味しいのは当たり前なんだということを知ってほしい!」大阪府中央卸売市場内にある水産仲卸の責任者として常に発信してきた言葉だ。水産仲卸直営の銀蔵には「安心!安全!旨い!+楽しい!」が詰まった鮮魚を求め、連日多くの人々が訪れる。4月のオススメは市場の魅力が詰まった「銀蔵特選お造り定食」(1,980円)。「海鮮ランチなら銀蔵でしよ!」の意気込みが込められた自慢の定食!



(上)「銀蔵特選お造り定食」(1,980円)天ぷら付き、小鉢、ご飯おかわり無料(ランチ時)。(左)小野原本店限定の「小野原巻き」(930円)具は鰻、椎茸煮、海老、玉子焼、胡瓜。(右)1本から揚げの大振りの「揚げたて!天然エビフライ」は250円→230円とおトク!

### 銀蔵 (ギンゾウ)

#### 【サンクス箕面店】

箕面市箕面6-4-24 サンクスのお1番館 1F  
 営/昼 11時~15時(LO14時半) 平日夜 17時半~21時半  
 日祝夜 17時半~21時半(ともにLO21時)  
 土・祝日前夜 17時半~22時(LO21時半)  
 4/1(木)、7(水)、8(木)、15(木)、22(木)休  
 サンクス箕面Pまたは市営駐車場 禁煙

☎080-3846-7899 ※すべて税込み

おトクな情報満載の公式Instagramはコチラ! ▶



### 4月イベント情報

#### 新生サンクス箕面店 1周年記念!

本店&サンクス店 共通企画  
 4/2(金)・3(土)・4(日)  
 通常1,320円~1,848円のランチメニューがすべて**1,078円!** 朝昼晩注文OK!

#### サンクス箕面店の独自企画

4/9(金)・10(土)・11(日)  
 アサヒスーパードライ生中(通常528円)が何杯飲んでも**198円!**

大阪府  
中央卸売市場の  
激安朝市  
「オロイチ」  
開催

サンクス箕面店→17(土)  
 小野原本店→24(土)  
 ※各店9時~12時まで。  
 売り切れ次第終了。

### / Menu テイクアウト4月限定価格

- 天然エビフライ(1本からOK)… 250円→**230円**
- カキフライマウンテン(4月限定・25%増量) … 山盛り 1,500円・ハーフ 780円
- 虎唐マウンテン(トラフク身アラ唐揚げ) … 山盛り1,500円・ハーフ780円
- 小野原本店のみ!数量限定「小野原巻き」930円
- 銀蔵 鰻弁当(鰻2枚) … 1,300円

### 【小野原本店】

箕面市小野原東5-2-1  
 営/昼 10時~15時(LO14時半) 平日夜 18時~21時半  
 日祝夜 17時半~21時半(ともにLO21時)  
 土・祝日前夜 17時半~22時(LO21時半)  
 4/7(水)、8(木)、20(火)、21(水)休  
 Pあり 禁煙

☎080-1400-3527 ※すべて税込み



## 1度食べたら分かる旨いやつ とろとろわらび餅高槻初上陸

プルプルじゃない、とろとろのわらび餅は、いかが?わらび餅一筋の「わらび屋本舗」が実現させた「とろとろわらび餅」が、4月1日に高槻初上陸!他にはない独特なとろとろ感と、風味がより一層際立ったきな粉のコンビを口に入れると上品な甘さが口いっぱい広がる。一度食べるとまた食べたくなること間違いなし。頑張った自分やご家族へのご褒美、お土産にも好ましい一品。



上)とろとろのわらび餅とたっぷりのきな粉は一口食べると止まらない。  
 左)人気の味から期間限定まで季節ごとに愉しめるたい焼き。



### 幸せの黄金鯛焼き 高槻富田店

高槻市富田町1-12-3-1F  
 営/11時~20時

☎050-7123-4335



### / 特典

- 「シティライフを見た」で
- わらび餅 … 540円→**450円**
  - 焼芋 … 300円→**250円**
  - たい焼き(黄金あん/つぶあん/カスタード/季節限定) … 190円→**170円**
  - クロワッサンたい焼き(黄金あん/つぶあん/カスタード/季節限定) … 300円→**270円**
- (4月1日~4月末まで) ※すべて税込み



## 春らしさ満載の贅沢な京の味 予約限定のお値打ちランチ御膳

古都の風情漂う京町屋の店内で、春を感じる豪華なランチ御膳はいかが?毎年人気の「春御膳」は、料理長が厳選した旬の味覚をふんだんに使用したちらし鮎や、天ぷらの盛合せなどに加えて京月といえの「自家製汲み上げ豆腐」も楽しむことが出来る。口取りプレートは細部にまでこだわりが光っていて、目でも楽しめるようになっている。予約をお忘れなく。

口取りプレート/鮮魚造り盛り/季節の蒸し物/旬魚西京焼き/自家製汲み上げ豆腐/天ぷら盛り合わせ/彩りちらし鮎/お吸い物/デザート



歴史を感じられる京の町屋をイメージした店内は駅前であることを忘れる落ち着いた空間。

### / 特典

- 「シティライフを見た」で前日までの予約で
- 【ランチ限定】京月の春御膳3,000円→**2,500円**
  - (口取りプレート/鮮魚造り盛り/季節の蒸し物/旬魚西京焼き/自家製汲み上げ豆腐/天ぷら盛り合わせ/彩りちらし鮎/お吸い物)
  - さらに**食後のコーヒー、プチデザートをサービス!**
- ※すべて税込み(4月末まで)

### 京ごはんとろばた焼き

#### 京月 高槻店 (きょうげつ)

高槻市紺屋町7-8  
 営/11時半~14時半(LO14時)  
 17時~23時(LO22時)  
 日曜日は22時まで(LO21時半)  
 緊急事態宣言により営業時間の変更あり

☎072-685-2929



【ランチコース】牧草牛ハラミステーキ

## 糖質を抑えた美味しいメニューの数々 薬剤師がプロデュースする低糖質食専門店

「糖質を抑えた生活をしたいけど、食べるものがない!」「健康でいたいけど、美味しい料理は食べたい!」そんな想いに応えるため、薬剤師プロデュースのもと誕生したのが「ローカーボキッチン然」。全メニューに糖質量を表記し、一食あたりの糖質を極限まで減らしながらも、それを感じさせない美味しい料理を提供している。人気の牧草牛ハラミステーキは、希少価値の高い牧草のみを食した牛を使ったコース。お肉の深い味わいはそのままに、糖質は2.5g以下となっている。スタッフ全員が糖質を制限した食生活に変えてからみるみる痩せていったという同店の魅力に一度ふれてみては。



こんなにやく糖を使ったぶりんぶりん新食感のカルボナーラ



ふわふわのロールケーキは食物繊維たっぷりで糖質5.4g

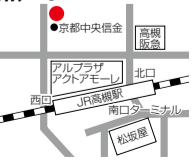
### ローカーボキッチン然-zen-

(ゼン)

高槻市芥川町1-11-9  
 営/11時半~15時(LO.14時半)、  
 18時~22時(LO.21時)

☎072-669-7435

ローカーボキッチン然 で検索



/ Menu  
 ●焼肉食べ飲み放題(90分)  
 ●大人 4,048円(中学生以上)  
 ●小学生 2,618円(幼児は無料)  
 ※すべて税込み

### / 特典

- 「シティライフを見た」と予約で
- 極上タン1人前をサービス**
- (4月末まで、ディナータイムのみ、他サービス併用不可、事前予約の方のみ)

## モリタ屋の直営店だからコスパ抜群 ワンランク上の焼肉食べ飲み放題

高槻を中心にスーパーを展開するミートモリタ屋が手掛ける炭火焼肉店。厳選上質肉がお得に味わえる飲み放題付の食べ飲み放題が人気。個室もあるので仲間うちだけで気にせず食事を楽しめる。



特典の極上タン

### 京都肉・炭火焼 ぎんすい

高槻市栄町4丁目15-8 モリタ屋栄店2F  
 営/11時半~15時(LO14時半)  
 17時~22時(LO21時)  
 年中無休 Pあり

☎0120-029-892



コロッケ・トンカツ  
 洋食のいろは  
 新鮮野菜  
 木屋青果店  
 塩干・乾物  
 八百伊食品  
 くだもの  
 ひらい果実店

たこ焼き・豆腐・お好み焼き  
 おたふく  
 石  
 ジュリアンリ  
 新鮮野菜  
 鍛冶青果店  
 衣料専科  
 いきいきハウス

安さ・新鮮・便利 センター街中央  
**ICHIBA**  
 高槻市高槻町18-1  
 ☎072-685-1755  
 営/あさ10時~よる7時まで 毎水曜は定休

**Food Net Mart**  
 毎日フードネットmart 安い!

高槻店 高槻市大蔵司3-14-4 ☎072-698-4130  
 茨木店 茨木市元町8-1 ☎072-665-4567  
 蛸池店 豊中市蛸池中町2-4-17 ☎06-6843-0589  
 山下店 川西市見野2-24-11 ☎072-795-1552  
 石橋店 池田市豊島北2-4-6 ☎072-761-7777  
 片山町サンゼリア店 吹田市片山町3-32-3 ☎06-6380-6405

SPECIAL

## SDGsを考えよう

様々なところで取り組みが始まった「SDGs」。北摂地域の企業は一体どんな取り組みをしているのでしょうか?実際に取材してきました。

SDGs(エス・ディー・ジーズ)とは、Sustainable Development Goals(サステイナブル・ディベロップメント・ゴールズ)の略であり「持続可能な開発目標」のこと。2015年の国連サミットで採択された、2030年までに持続可能でより良い世界を目指す国際目標。地球上で「誰一人取り残さない」社会を実現するため、17の目標と169のターゲットを設定している。

17の目標は大きく分けて5つに分類でき、頭文字が共通していることから「5つのP」とも言われる。人権を尊重し貧困や飢餓を終わらせる「人間(people)」、責任ある消費と生産などで環境破壊から守る「地球(planet)」、自然と調和する経済・社会・技

術の進展を確保し全ての人を受け取ることのできる「繁栄(prosperity)」、公正で恐怖と暴力のない「平和(peace)」、政府や市民社会、国際機関などグローバルに参画する「パートナーシップ(partnership)」がある。

SDGsの前身であるMDGs(ミレニアム開発目標)が、主に開発途上国向けだったのに対し、SDGsは先進国も含め、全ての国が取り組むべき普遍的な目標となっている。政府だけでなく、企業や地方自治体、教育機関や市民社会、個人まで、全ての人の行動が求められている点がSDGsの大きな特徴。普段の生活で意識できることも多く、一般市民も身近な課題としてとらえることが重要だ。



## 17の目標と「5つのP」

目標 1~6  
People(人間)



目標 7~11  
Prosperity(繁栄)



目標 12~15  
Planet(地球)



目標 16  
Peace(平和)



目標 17  
Partnership(パートナーシップ)



(パートナーシップ)

エスディー  
ジーズ  
/  
SDGs

## 木の実由来のコットンを使用 持続可能なアパレルブランド 「カポックノット」

インドネシアの「カポック」という木の実から採れる綿を用い、ダウンコートやチェスターコートなどを展開するファッションブランド「KAPOK KNOT(カポックノット)」。代表の深井喜翔さんは、子どもの頃に参加していたNPOで、世界平和について学ぶなど活動を通じ、SDGsが世間に認知される前から「サステイナブル ディベロップメント(持続可能な開発)」に関心を抱いていた。

### — サステイナブルブランドの誕生

実家がアパレルメーカーの深井さん。ファストファッションの台頭によって引き起こされた「大量生産・大量廃棄」に疑問を抱いていた。人件費を抑えようと各メーカーは海外生産を行っていたが、人件費は世界的に年々上昇。「このままモノづくりを続けるのは難しい。循環型の「サステイナブルブランド」で世界を変えたい」と立ち上がった。



商品はオンラインショップで購入可。深井さんの友人からは「想いのこもった商品を身にまとうだけで、精神的に豊かになれる。それが社会的に良いものなら、もっといいよね」という言葉も聞かれたのだとか。

### — カポックノットの取り組み

カポックノットでは「生産者」「環境資源」「消費者」の3つで課題を設定する。「SDGsで生産者や環境資源についてはよく取り上げられますが、消費者は置いてけぼりになりがちです。『環境に優しいから、値段が高いのは仕方ない』『機能的に良いと言えなくても仕方ない』では何も変わりません」と深井さん。そこでカポックの木の実から採れる「カポックコットン」に注目した。従来のコットンより軽く、冬は保温・夏は通気性の良い高機能素材だ。木の実由来のため木の伐採もなく、動物の毛皮や羽毛を使わないため、環境保全にもつながる。クラウドファンディングを実施すると多くのメディアでも取り上げられ、国内企業と共同開発によってカポックをシート状の繊維にすることに成功し、製品化にこぎつけた。家業からブランドを開始したが、「小さくやっても世界は変わらない」と会社を設立。現地農園の収穫から加工、製品化まで独自のサプライチェーンを構築し、売上の一部を植樹活動にも充てる。ブランドコンセプトを体現しながら、ほかのアパレルブランドへの素材提供も視野に入れている。



PROFILE

深井 喜翔 さん

吹田市の老舗アパレル企業「双葉商事」4代目。業界の「大量生産・大量廃棄」に疑問を抱いたことをきっかけに、「カポックノット」を設立。2018年末に活動をスタートし、自ら現地農園に行くなどしてサプライチェーンを構築。2019年にブランドデビュー。昨年実施したクラウドファンディングがメディアでも話題に。



「つくる責任つかう責任」  
毎年、実をつける植物由来の「カポック」を使用することで環境への負荷を低減。



「気候変動に具体的な対策を」  
高機能かつ付加価値のある商品を提供することで大量生産・大量廃棄に歯止めをかけ、廃棄の際に発生する二酸化炭素を抑える。

### — 商品を通じて 「参加コスト」を下げたい

深井さんは、消費者に商品の良さを知ってもらった上で「サステイナブルへの“参加コスト”を下げたい」と考える。店舗出店を機に、「『ダウンのために羽毛を取られる鳥がかわいそう』と思っていたけれど、どうしていいか分からなかった」というお客さんにも出会うなど、手ごたえを感じている。3月中旬には海外でのクラウドファンディングを開始し、世界展開を見据えて動き出



す。その一方で「家業が地元でお世話になっているので、いつかイベントをしたい」とも語る深井さん。今後は吹田での試着会開催などもあるかもしれない。



実際のカポックの実と綿。カポックの需要が増えるほど、東南アジアでの雇用創出や緑化、さらには森林保全の好循環が生まれる。

コラム  
/  
COLUMN

### フカボリ調査

## フィンランド発祥のスポーツ「モルック」 地域コミュニティの活性化を図る

[取材] 編集部 みづ

SNSで取材ネタを探していたところ、フィンランド発祥のスポーツ「モルック」の動画を投稿している「たかつきモルック倶楽部」というアカウントを発見。気になったので早速取材に行ってきました。

同チームの代表はこうのきよしさん。「芸人時代の後輩で、さらば青春の光の森田くんの動画を見て、自分もたくさんの人にそ

の魅力が発信したいと思ったのが、チームを立ち上げたきっかけですね。立ち上げたのは昨年12月。日本各地でモルックの普及活動をしている団体やサークルはありますが、高槻には無かったのも一つの理由。活動は月に4、5回ほど不定期に安満遺跡公園などで開催し、モルックを通じて地域コミュニティの場を設けているようです。誰

でも参加自由、老若男女問わず、これまで延べ100人以上が参加したとのこと。

実際にやってみると、意外と力加減が難しかったのですが、コツをつかめば誰でも楽しめることがわかりました。「適度に体を動かすと、得点の計算も同時にするので、お子さんの頭の体操や、運動不足の大人におすすです」と話すように、じわじ

たかつきモルック  
倶楽部の立ち  
上げメンバー



実際に使用するモルックとスコット



わとブームになりつつあるようです。

青空の下、仲間と一緒にモルックを楽しむ人が増えることを願いつつ、たかつきモルック倶楽部は活動を続けていきます。

コロナに負けない!がんばろう!  
北摂ワンチーム

コロナ禍の先へ 体験型学童保育「せかんどはうす」をスタート  
株式会社リグロース(高槻市) 熊田真一郎さん

子どもの頃から乗り物が好きだった。祖父と一緒に、仕事帰りの親を毎日駅まで迎えに行った。新幹線関連の仕事に従事する祖母の影響もあり、大学卒業後は一貫して交通業に携わってきた。

2018年に独立し、その翌年バスを使ったファミリー専用ツアー「あそびばす」を開始した。コンセプトは「学びと発見」。田植えや、ソーセージ作り、ランドセル工房の見学など、体験企画を盛り込み、テレビ取材を受けるなど人気を呼んだ。熊田さんは「子どもは『本物』を体験することで物の見方が変わり、考え方が変わる。そのきっかけ作りが良かった」と話す。

業績が順調に伸びるなか、昨年1月、国内で初めて新型コロナの感染確認が報道される。その影響で、春に実施予定だったツアーはすべてキャンセル。年末に和歌山電鉄の協力を得て企画した電車貸し切りツアーは、初日分が即日完売したにもかかわらず、「Go Toトラベル」の全国一斉停止、さらに帰省自粛の呼びかけにより中止を余儀なくされた。「半年ぐらい売上はほぼゼロ。でもランニングコストはかかる。国の補助金ではとても間に合わなかった」と振り返る。

これまでの経験を活かして何かできないか。思い浮かんだのが学童保育だった。以



前、自宅近くの寺で行われていた放課後事業を訪れたことがあった。そこには地元の子どもたちが多く通っていた。さらに学童保育の数が不足している現状を知った。そこで、新しいスタイルの体験型学童保育「せかんどはうす」の立ち上げを決意。4月のスタートに向けて、「プログラミング」や「世界の文化」のほか、医療やスポーツなど各分野のプロから仕事の仕組みを学べるカリキュラムを準備している。

これまで交通業の分野で多くの業績改善に取り組んできた熊田さん。社名「リグロース(再成長)」には「どんなことも再成長できる」という信念が込められている。「旅行業を通して全国各地とつながってきた。生まれ育った北摂を拠点に、各地を元気にするお手伝いがしたい」。コロナ禍の今、地域とともに再び成長を目指す。

コラム  
COLUMN

梅花から「令和」を込めて

桜の花に添えられたメッセージ

花のプレゼントに、メッセージカードを添えることがあります。万葉の時代は、カードの代わりに歌を贈りました。藤原広嗣という人は、娘子へ、桜の花と一緒に次のような歌を詠んで贈っています。

この花の一よの内に百種の

言そ隠れる凡ろかにすな

此花乃 一与能内尔 百種乃

言曾隠有 於保呂可尔為莫

(巻8・1456番歌)

「この花の(咲いている)一枝には、想う言葉がたくさん込められている、(くれぐれも)いい加減に扱うことのないように」と。伝えるべき想いは、「百種の言」だけで片付けられ、詳しく語られていません。贈った花の扱い方にまで「すな」と注文をつけているところに、上から視線が感じられます。口数少なく強い調子の言葉遣いを、男らしいと勘違いしていたのでしょうか?

これに娘子は、

この花の一よの内は百種の

言持ちかねて折らえけらずや

此花乃 一与能裏波 百種乃

言持不勝而 所折家良受也

(巻8・1457番歌)

「この花の(咲いている)一枝は、(込められた)言葉を支えきれなくて折れてしまったのではありませんか?」と。花はプレゼントのために準備されたのではなく、あなたの言葉の重みに耐えきれなくて折れただけではないのか?と返っています。せっかくの桜の花が、売り言葉に買い言葉で終わっては、ケンカの種にしかありません。

でもよく読むと、娘子の歌は「?」で終わっているところに目がとまります。これに広嗣が、どう応えるのかに真価が問われているようです。考えてみれば広嗣も、「桜の花のプレゼントです」と添えただけでは、「ありがとう」の返事だけで終わってしまいますから。お互いに、相手との距離を考えながら言葉を選び、贈答が続くように詠まないと、コミュニケーションになりません。ふたりの「サクサク」日は、まだしばらく先のようです。

TEXT

梅花女子大学教授 市瀬 雅之

現代訳から原文までを用いて『万葉集』に文学を楽しむほか、『古事記』や『日本書紀』等に日本神話や説話、古代史をわかりやすく読み解く。中京大学大学院修士 博士(文学)。著書に『大伴家持論 文学と氏族伝説』おうふう 1997年、『万葉集編纂論』おうふう 2007年、『北大阪に眠る古代天皇と貴族たち 記紀万葉の歴史と文学』梅花学園生涯学習センター公開講座ブックレット 2010年。ほか執筆・講演・講座多数

SELECT



1955年 神戸市生まれ。1980年「青」に入会。波多野爽波に師事。2000年「ゆう」入会。田中裕明に師事。編集担当。2010年俳誌「秋草」を創刊し主宰する。毎月発行。句集に『書信』『讀本』『木簡』がある。2018年句集『木簡』で読売文学賞受賞。日本文藝家協会会員。

選者  
山口 昭男  
やまくち あきお

俳句の応募方法

氏名・住所・年齢・明記のうえ、ハガキ、封書、FAX、下記の応募フォームのいずれかから応募ください。

宛先

〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23  
株式会社シテイライフNEW 俳句係まで  
FAX 06-6368-3505

応募フォーム

<https://pro.form-mailer.jp/fms/f413b102177160>



※締め切りは毎月25日必着 ※いずれも一人5句まで  
※掲載は次々号となります  
※佳作は掲載をもって発表とさせていただきます。  
※お名前と作品を掲載します。

「つぶやき評」  
コロナ禍の状況を俳句にという思いが伝わってくる作品が多くありました。この時事的な状況を俳句にするのは、かなり難しい。季語がいかにされないかです。逆にこの季語しかないということでもチャレンジすることも貴重です。

「佳作」  
うららかなや金平糖の沙汰見舞  
紅梅やびびく玉子の駒の音  
伽藍より高きを泳ぐ鯉のぼり  
叫びたき時もあり吾春寒し  
豆を撒く子と豆を食う柴犬と

豊中市 上杉 琴乃  
茨木市 河本 要  
豊中市 安藤 知明  
吹田市 堀田恵美子  
箕面市 高橋 真美

少しだけ空軽くなる二月かな  
一月までの冬の重たい空が二月になると急に軽くなった。いよいよ春です。

西宮市 宮部志津枝

初日浴ぶ父と息子のリュックかな  
父子が元旦に山へ出かけるということ。季語がすべてを物語っています。

西宮市 宮部志津枝

紅梅に白梅宿す屋敷跡  
紅が白い花弁に重なる色合いを「宿す」と表現しました。ぐっときます。

吹田市 福井 久美

放送のはじめバリバリ返る  
そう言えばあの音です。冴返る空気もこのような音がしているようです。

箕面市 高橋 真美

石佛に荷物あづけて土筆摘む  
「あづけて」が秀逸です。土筆摘みへの気持ちもよく伝わってきます。

吹田市 小澤 桔梗

二番目に好きなあなたと梅林に  
この俳句が成功しているのは、季語。ただ単に報告に終わっていないのは、梅林という季語がいかにされているからです。菖蒲園ではだめです。二番手の恋人なら梅林で十分だという大胆な切口もまたよいです。

豊中市 小倉 佳子

俳句  
/  
HAIKU

2月25日締切りでご投句いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

FM COCOLO × CITYLIFE / 音楽のCOCOLO Vol.22

FM COCOLOの人気DJが季節やテーマに合わせた音楽を紹介。

radiko なら、パソコン・スマートフォンでFM COCOLOが無料でクリアに聴ける!

FM COCOLO WHOLE EARTH STATION

新しいスタートに  
パワー・チャージする一枚!



ALBUM  
PARALLEL  
LINES  
—  
ARTIST  
Blondie

仕事に学業にプライベートにさまざまなシーンで変化の多い4月。心躍ったり不安になったり、心も身体も忙しい時に、パワー・アップしてくれるような一枚を選んでみました。1970年代後半ニューヨークのパンクシーンから登場したブロンディ。ヴォーカルのデボラ・ハリリーのセクシーさと、肝の座った佇まいがなんとと言っても魅力ですが、実は深みのある(長く聴いても飽きのこない)R&Rが詰まっています。そして、何より楽しい!!時代を越えて愛されている一作です。少し前に出版されたデボラの自伝「フェイス・イット」では生後3ヶ月で養子に出された事から、かなりハードな下積み時代のストーリーを彼女らしい言葉で綴られています。めげずに立ち上がる姿が立ち上ってくるようなこのアルバム、自然とエネルギー湧いて来ます。毎週土曜日の番組もぜひお付き合いください。

Blondie (ブロンディ) / 米・ニューヨーク出身のロック・グループ。デボラ・ハリリーとクリス・シュタインを中心に1974年に結成。1980年の「コール・ミー」が全米・全英1位を獲得。その後も「夢見るNo.1」「ラブ・チューン」などが全米1位となり、世界的な人気を確立。82年に解散するも、97年に再結成。99年のシングル「マリア」が全英1位となり、健在ぶりを示した。2017年5月に11作目「ポリネーター」をリリース。

SELECT DJ



ちわき まゆみ  
MAYUMI CHIWAKI

2月2日生まれ。A型。跡見学園女子大学在籍中にバンド活動を始め、テクノポップバンドのヴォーカリストを経て1985年東芝EMIよりソロデビュー。1999年には女性ロックバンド「MEAN MACHINE」(CHARA, YUKI, YUKARIE, AYUMI, CHIWAKI)を結成し話題を集めた。明るくキュートな性格と、音楽はもちろん、映画、ファッションなどあらゆるカルチャーに精通したキャラクターにも注目され、テレビやラジオの他、イベントのMCとしても多く起用されている。独自の感覚とネットワークを活かし、新しいアーティストの発掘にも余念がない。担当番組は「THE MAJESTIC SATURDAY NIGHT」(土曜21:00-23:00)

## CULTURE 高槻市の新たな観光スポット 安満遺跡公園、3/27(土)に全面開園

安満遺跡公園(高槻市八丁畷町)が、3/27(土)にいよいよ全面開園を迎える。京大農場の移転に伴い、その跡地を含めた一帯を、弥生時代の"安満遺跡"を保存・活用しながら防災機能も備えた公園として約10年かけて整備されてきた。2019年に一次開園を行いファミリー層を中心に市民の憩いの場として親しまれているが、今回の全面開園では21.8ha(甲子園球場5個分)もの広大な土地が一般利用可能になる。

旧京大農場建物をリノベーションした歴史拠点、大きな屋根のあるSAKURA広場、ふわふわドームなどがあり、カフェやベトナムビスケットなどの民間施設もオープン



※イメージ画像

する。新規開園エリアは、3/27(土)の午前9時から一般開放予定。ソーシャルディスタンスを守りながら最大1,000人の参加者があつまる「ソーシャルディスタンスセレモニー」も開催される(参加申込は終了)。緑豊かなオープンスペースでは今後様々なイベントも開催予定とのこと。高槻の新たな観光スポットとして周知されていくだろう。

## SOCIAL コロナに関する給付、 支援金など改正や新たな制度も

### 【個人向け一時支援金・プレミアム付き商品券】

対象	全国民	高槻市民
制度名	低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(仮称)	プレミアム付き商品券事業第二弾
条件内容	児童扶養手当受給者等(低所得の1人親世帯)および、住民税非課税の子育て世帯(低所得の2人親世帯含む)に子ども1人あたりに一律5万円を支給	5,000円分の商品券(500円券10枚綴り)を2,000円で販売。プレミアム率150%(購入額の2.5倍で使用可)。1世帯あたり2冊(1万円分)まで購入可能。購入引換券の送付は5月中の開始を予定

### 【事業者向け一時支援金】

2021年1月に発令された緊急事態宣言に伴う、飲食店の時短営業や不要不急の外出・移動の自粛により、売上が50%以上減少した中小法人・個人事業者などに「緊急事態宣言の影響緩和に係る一時支援金」が給付される。

給付額	2019年又は2020年の対象期間の合計売上ー2021年の対象月の売上×3ヵ月
中小法人等	上限60万円
対象期間	1月～3月
個人事業者等	上限30万円
申請受付期間	2021年3月8日～5月31日

### 給付対象のポイント

- ① 給付要件を満たす事業者であれば、業種や所在地を問わず給付対象
- ② 地方公共団体から時短営業の要請を受けた「協力金」の支給対象の飲食店は給付対象外
- ③ 店舗単位・事業単位でなく、事業者単位で給付

### 【茨木市事業者応援給付金】

「茨木市内に事業所を有している」「大阪府営業時間短縮協力金(1日6万円)の対象でない」などが条件。1律6万円を給付。3月30日まで。

### ■「雇用調整助成金」特例措置は、縮減されながらも継続されると厚生労働省が方針を発表した。

※詳細は各ウェブサイトを確認(3月19日時点)

## SOCIAL 高槻市、希望する自治会などに対して 回覧板の無料配布を実施

自治会などで使用される「回覧板」。各会が各々の費用負担で用意することが多いが、実は高槻市では希望する自治会などに対して特殊詐欺被害防止啓発を目的とした回覧板の無料配布を行っていることをご存じだろうか。用意しているのは高槻市立消費生活センター。近年増加する特殊詐欺の手口や対策、相談先を記載した回覧板。1,500冊用意されてお



り、無くなり次第終了となる。  
相談窓口/TEL.072-682-0999  
(月～金 9時～12時、13時～17時、  
土日祝日・年末年始は休み)



株式会社松本製作所の「アロマシール」 有限会社岡田工芸社の「BOSS HOBBY スクエア・プレート」

1月末に行われた第4回摂津ブランド認定式の様子

## SOCIAL 令和2年度の 「摂津優品(せっつすぐれもん)」決まる

摂津市と摂津市商工会が一体となり取り組む摂津ブランド認定制度、「摂津優品」の第4回認定式が1月26日に執り行われた。これは一定基準を満たせば「ものづくりのまち摂津」が誇る商品として認定する制度で、市内の中小企業を応援するプロジェクトだ。既に認定済みの10商品に加え、今年度は「アロマシール」(株式会社松本製作所)と「BOSS HOBBY スクエア・プレート」(有限

会社岡田工芸社)の2商品が新たに認定された。前者は、独自生産技術「定量滴下」により安定した大量生産を可能とした、マスクなどに貼って使う香り付けシール。後者は下塗り塗装の反射によって印刷画像に深みを与えた商品で、知育玩具のみならずメモリアルプレートにもなるもの。森山摂津市長は「いずれも地域性が生かされ、生産者の摂津愛に溢れたこだわりの逸品だ」と総評した。



(左)岩手県の釜石市の南部藩壽松院年行司支配太神楽(なんぶはんじゅしょういんねんぎょうじしはいだいかぐら)

(右)国立民族学博物館、広報の伊藤さん

## CULTURE 東日本大震災から10年 地域文化の力を伝える特別展開催中

国立民族学博物館(吹田市)で、特別展「復興を支える地域の文化ー3・11から10年」が開催されている。5月18日まで。

実行委員長・日高真吾さんによると、東日本大震災では、郷土芸能の再開が復興の原動力となった。そこで、第1章では三陸に伝わる郷土芸能「仰山流世崎鹿踊り」(大船渡市)、「大槌城山虎舞」(上閉伊郡大槌町)など6つの芸能を紹介。復興を後押しする地域文化の可能性を探る。会場には祭囃子が流れ、衣装をまとったスポーツ用のマネキンが芸能特有の動きを細部まで再現。現地の雰囲気も伝えている。

第2章では、被災した文化財を救出し、保管する「文化財レスキュー」の活動を紹介。石巻市釜谷地区で救出された、同地区の檀那寺「観音寺」の「大般若経」や、獅子舞で用いる「獅子頭」などが展示される。これらは同地区で江戸時代から続く「大般若経巡行行事」で用いられるもので、「大般若経」は地域住民によって自主的に瓦礫の中から拾い集められ、技術者の指導のもと

修復作業が進められた。

第3章では、宮城県西部に位置する牡鹿半島鮎川浜の捕鯨文化などを紹介し、地域文化が災害をきっかけに意識され、あらたに研究が進められていくことを伝えている。第4章では、明治29年の津波を伝える岩手県釜石市の「海嘯遭難記念の碑」など、被災の教訓を後世に伝える記録を展示する。

12枚の大漁旗が会場を彩り、復興を支えてきた漁師町の地域文化に触れることができる本展。同館の人文知コミュニケーター神野知恵さんは「地域の人のために行われてきた東北地方の郷土芸能は、これまで関西ではあまり知られてこなかった。外出が難しい状況ではあるが、たくさんの人に来てもらえたら」と話している。

関連イベントとして、南三陸町の漁村・波伝谷に密着した「願いと揺らぎ」、石川県輪島市皆月の山王祭をめぐる人々を描いた「明日に向かって曳け」の上映会なども開催。要事前申し込み。詳しくは同館ウェブサイト。

## CULTURE CityLife創刊35周年記念企画 「北摂まち本」

情報紙CityLifeの取材を通して見えてきた、北摂ならではの魅力。それらを1冊にまとめたムック本を6月下旬に発売する。「地域の魅力を再認識してもらうきっかけになれば」という思いから、まちの歴史や文化、豊かな暮らしを支える商店、さらに人に焦点をあてた特集など、様々な角度から北摂の魅力を紹介していく。



### 北摂まち本

[発売日] 6月下旬 価格:未定  
[販売] 北摂エリア、大阪、神戸、京都、滋賀の書店、  
北摂エリアのコンビニ

# City Life NEWS

全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか？身近に起きた出来事やトレンドなど、幅広い分野のニュースを紹介していきます。ネットでもさまざまなニュースを紹介しています。



シティライフNEWS  
で検索

## MONTHLY OF TOPICS

### 髪の毛から健康チェック 吹田市の美容院が研究、実現に成功

吹田市や豊中市で美容院を営むテルミーソリューションズ社の山本光平社長(66)が、髪の毛の分析で糖尿病の指標となる物質を測定する技術を開発し、事業化を目指している。大学などとの共同研究で、美容院で髪を切った人にリスクが見つければ、医療機関につなぐ。「美」への貢献に加え、「健康」という視点を美容院の役割に加える試みだ。将来的には全国の美容院、理容店で様々な病気のリスクを顧客と共有できる体制を目指す。



株式会社テルミーソリューションズ  
代表取締役社長 山本 光平さん

甲南大学法学部卒業後、ヤマハ発動機に入社。その後、1930年創業の家業である美容院の経営を引き継ぎ、開発したITシステムで、美容業界を一新させる効果を得る。2006年から毛髪による健康チェックの研究を始める。

近年、ダイエットや健康のため「糖質制限」が注目されているが、こうしたダイエット本が書店に並び、糖質ゼロのビール類や低糖質のパンなどが発売されるのも、糖化のリスクが背景にある。

山本さんらの毛髪分析の技術は、まず健康な人の毛髪中の糖化タンパク量を測定して正常値を確定。さらに糖尿病患者のHbA1c(ヘモグロビン・エーワンシー=1~2ヶ月の平均血糖値)と毛髪糖化タンパクを測って両者の相関関係を明らかにした。これにより、毛髪の糖化タンパク分析で糖尿病について、「異常」や「健康」、中間の「未病」を判断することができるようになった。毛髪は月に1cm伸びることから、1cmで1ヶ月間の状態がわかる。来年1月の日本成人病(生活習慣病)学会の会合で、この技術について発表する予定だ。

#### 論文を読み込んだAIで解析判断

実用化に当たっては、AI(人工知能)を大幅に活用する。世界中の論文を読み込んだAIによる解析で、判断の精度を上げる。結果を受けて医療機関やヘルスケア関連施設などにつなぐ際も、地域やその人の事情によりAIに最適な対応を導かせる。その点が評価され、この計画は最近、大阪商工会議所の「AIビジネス創出アイデアコンテスト2021」で、最高の「会頭賞」を受賞した。

#### 37万店の理美容業界の活性化にも寄与

山本さんによると、全国に美容院は25万店以上ある。だが、少子高齢化で業界は人手不足に悩む。一方、コロナ禍で自治体の健診実施率は低迷し、生活習慣病の増加による医療費の増大が懸念される。

そんな中で山本さんの考えるビジネス

#### 「和歌山毒物カレー事件」がきっかけ

山本さんは1930年創業の老舗美容院の3代目。大学卒業後、会社員生活を経て父の死により29歳で会社を継いだ。美容師資格は持たないが、客の次の来店時期の予測などをする顧客管理ソフトの開発に参加し、全国2千の美容院に普及させたユニークな経営者だ。

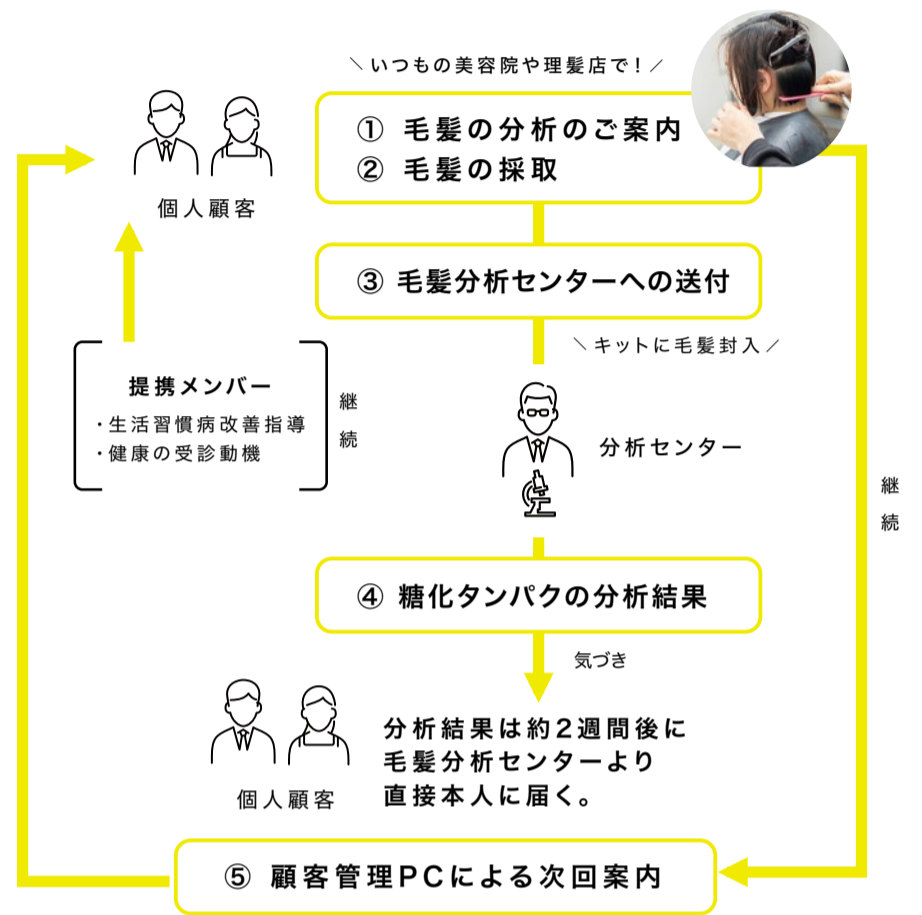
そんな山本さんが、美容院では捨てられるだけの切った髪の毛の持つ可能性に気付いたのは、1998年に起きた「和歌山毒物カレー事件」がきっかけだった。4人が死亡した事件の裁判で、大型放射光施設「スプリング8(エイト)」(兵庫県佐用町)による関係者の毛髪のヒ素に関する分析データが、証拠として提出された。

「えっ、髪の毛でそんなことできるんや」。山本さんはスプリング8の研究者に連絡を取って、佐用町に通った。その後、滋賀医大や静岡県立大との研究に発展。2017年からの藍野大(茨木市)との共同研究で、「毛髪中の糖化タンパク測定法」の実用化にめどをつけた。吹田市の補助金も受けての成果だった。現在も複数の大学と連携し研究を深める。「学者」ではないが、各国の論文を読んで仮説を立て、専門研究者に投げかけ続けている。

#### 髪の毛から糖化タンパク質を測定

「糖化タンパク」とは何か。糖化は、食事などで摂った糖質がタンパク質や脂質と結びついて細胞などを劣化させる現象だ。糖とタンパク質が結合した糖化タンパクは、老化を進めるAGE=糖化最終生成物に変化する。客と「老化」に立ち向かう美容院にとっては因縁ある物質といえる。さらにAGEは血管や内臓に作用して、糖尿病のほか、動脈硬化やがん、アルツハイマー病などの原因になるという。

#### 気づきと継続のサイクル



毛髪分析により「健康無関心層」へ新たな受診への気づきとなるサービスを提供する。分析参加日時を顧客管理システムにて管理し、定期的な継続を提供する。

モデルはこうだ。健診に行かない人も美容院には定期的に行く。そうした人に毛髪の糖化タンパク分析を提案し、店が髪を採取する。費用は1件数千円を想定。医療費を抑えたい自治体や健康づくりをアピールしたいスポーツクラブなどとも連携し、例えば自治体なら「健診に行けない人は毛髪分析を」と自治体負担での分析に誘導してもらおう。検体を採る美容院には手数料が入り、意義ある新たな社会貢献で業界の活性化につながる。12万店近くある理容業界にも広げたいという。

具体的には、決められた方法で店で切った髪数本を、提携先の分析センターに郵送。分析結果を本人に伝え、異常であれば医療と連携する。健康、未病の人にも生活習慣病への意識を高めてもらう。参加日を顧客管理システムで把握し、次回の分析の案内などで継続的な健康ケアにつなげる。

この事業は、国連が定める「SDGs(持続可能な開発目標)」にも合致すると山本さんは強調する。「すべての人に健康と福祉を」「働きがいも経済成長も」などの目標だ。「多くの人にとって身近な存在の理美容を、健康への窓口にし、社会に貢献したい。研究を続け、将来は多くの病気の対応にもつながれば、SDGsを大阪から実践することにもなる」と夢を広げる。

#### 【研究の歩み】

- 2006.02 世界最大の分析施設「Spring-8」にて研究開始
- 2010.12 国立滋賀医科大学と研究開始
- 2011.09 静岡県立大学と研究開始
- 2016.01 厚生労働省・経済産業省 グレーゾーン解消制度認定
- 2016.02 近畿経済産業局「新連携」事業認定
- 2017.12 学校法人藍野大学と研究開始
- 2018.08 吹田市 「地元企業等協同研究開発事業補助金」採択
- 2018.11 健康産業有望プラン発掘コンテスト2018 「大阪府知事賞」受賞
- 2019.01 第54回日本成人病(生活習慣病)学会学術集会にて学会発表
- 2020.11 毛髪分析特許(特許第6795850号)取得
- 2021.02 大阪商工会議所主催 「AIビジネス創出アイデアコンテスト2021」大阪商工会議所会頭賞受賞

お問い合わせ、詳細は下記URL、またはQRコードから確認を。  
http://www.senri.co.jp/hair-k/  
※4月から閲覧が可能。



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

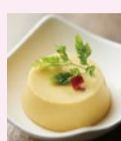


動画で味噌玉の作り方を紹介



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  
※営業時間は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

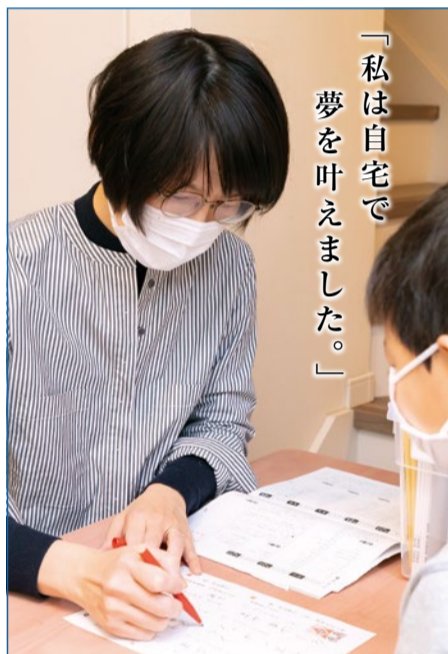
- ☆庭木1本より明瞭料金
- ☆土日でもOKです
- ☆トイレはお借りしません
- ☆お茶はご遠慮します

### 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) ハック  
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

