

City Life

We are Planet Sailors. since 1986

5

2022 MAY

vol.229

北摂WEST

吹田・豊中
箕面・池田

4月30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 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0640 FAX06-6368-3505

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

心地よく暮らすために ウチ・ソトアップデート

読者が感じた暮らしの悩みについてのアドバイスを「ウチ」と「ソト」それぞれに分けてご紹介。おうちをアップデートするプロの技もお届けします。



子育て

P.6~7

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ Kids&Mam

子どもたちは様々なことに興味津々。習い事を通して楽しい時間を過ごしながらか、その子の持つ可能性を引き出してみませんか。



セミナー

P.10~11

日々の生活が“もっと”豊かになる プロから学ぶ生活向上セミナー

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、技術や知識を学ぶことができるセミナーです。暮らしにおける悩みを相談してみてください。



コラム

P.33

よしもと芸人が書く好き勝手コラム

今回はR-1ぐらんぷり2018王者の濱田祐太郎さんが登場。SNSを始めた濱田さんが感じた事や発見について教えてくれました。



ビューティ

P.12~13

コレで同世代と差がつく
きれいな私にChange!

ニュース

P.34~35

City Life News
「箕面市船場東が商業地で
上昇率1位に」

P.18~21

EXPOCITY
press Vol.67



カレー好き、



集まれ。

P.30-31に掲載



表紙/撮影: 山口真一 ティレクション: 前出安洋 撮影協力: Zipangu Curry Café

イベント

西日本最大級のカレーの祭典 カレーEXPO 5/7(土)・8(日)、5/14(土)・15(日)

P.26~27

西日本最大級のカレーの祭典「カレーEXPO」が今年も開催。9回目となる今回も、関西の名店をグルメプロガーが厳選し、約30店舗のカレー店が出店します。カレーの他にもスイーツEXPOやおいもEXPO、よしもとお笑いライブなど楽しいイベントが盛りだくさんです。



ウチ・ソトアップデート

心地よく暮らすために

コロナ禍に入り2年が過ぎました。おうち時間が増えてきたからこそ「もっと快適に暮らしたい」と思っている方は多いのではないのでしょうか。そこで今月号では、読者アンケートで寄せられた暮らしの悩みを「ウチ」と「ソト」に分けて、すぐにでも取り入れられる快適ポイントを専門家にアドバイスしてもらいました。

CityLife読者アンケート

QUESTION

暮らしの中で気になるウチ(屋内)・ソト(屋外)

ウチ	1位 リビング (28%)	ソト	1位 庭・ベランダ (28%)
	2位 キッチン (27%)		2位 玄関 (20%)
	3位 風呂 (11%)		3位 駐車場 (7%)

[2022年4月号CityLife読者アンケートより] 応募総数: 373票



よく座る場所に棚やグリーンを置くと、緩やかな区切りができる。しっかりと区切りたい場合は、パーティションなど高さのあるものを置くと良い。

UCHI update

視線を意識した空間を区切るインテリア

「ウチ」の中で、まず見直したいと挙がったのはリビング。家族と過ごす時間が増えたことで、「距離感が近すぎてストレスが溜まる」「視線や動作が気になって落ち着けない」という悩みが多かった。そこで、まず取り入れたいのが「視線」を意識すること。「例えば、パーティションや観葉植物を活用して、空間を区切る方法。視線を遮ることで適度な距離感を保てます。ただし高さには要注意を。座ったときの目線の高さ(約120cm)を意識して、圧迫感を感じないように上の空間を残す。もしくは視線の抜けるデザインにするように」。

SOTO update

視界に入る高さグリーンを配置

「ソト」の見直しで多かったのが、庭やベランダの活用法。「グリーンを置いたものの枯らしてしまう」「どこに置けばいいのかわからない」といった声が。「これらもウチと同様に視線を意識しましょう。吊り下げ式のプランターや屋外用の棚を活用してみてください。常に視界に入る高さであればインテリアとして効果的ですし、世話を怠りにくくなります」。



視線に合わせることで、インテリアとしても効果的で、水やりを忘れることも防げる。

アドバイスしてもらいました



インテリアコーディネーター
ICA関西 正会員
Calm Interior Design
林 千恵さん

ハウスメーカーにインテリアコーディネーターとして入社。工務店・ビルダーなどを経て2021年に独立し、吹田市でCalm Interior Designを立ち上げる。

Update

リフォーム リノベーション

吹田市山田南にモデルルームがOPEN “工事の見える化”で納得のリフォーム・リノベを

リフォーム&リノベーション(以下リノベ)を専門とする「スペースR」が手掛けるモデルルームが吹田市山田南にニューオープン。訪れた人が生活環境を具体的にイメージできることをコンセプトに、同社事務所をフルリノベした。同社の強みは依頼主に「工事の見える化」をすること。「リフォーム後、仕上がりは綺麗に見えるのに、壁や天井を外すと雑な工事をされているケースがあります。そうしたトラブルを避けるため、具体的な工事内容の説明は欠かせません」と話す代表の藤井さん。藤井さんは「一級建築施行管理技士」の資格を持つ。これは建築工事の施工計画や現場の工程・安全・品質の管理など、工事に関するあらゆる管理を高いレベルで行える資格。しっかりと依頼主に確認しながら作業を進めることで、納得できる工事を手掛けている。現在、リフォーム・リノベを考えている人はもちろん、見学だけでもOK!「『リフォームって、こんなことまでできるんだ!』...と思っていただけで幸いです」

株式会社 スペースR

吹田市山田南45番A-603
営/9時~18時
不定休
☎0120-611-268



モデルルームの詳細や
リフォームのポイントを藤井さんに取材!
コチラをチェック!

特典 「シティライフを見た」とモデルルーム来場で
サンサンスポンジをプレゼント!
(5月末まで・初回のみ・1組につき1個)



築40年のマンションの一室をフルリフォーム&リノベーションしたモデルルーム。3LDKの間取りにはポイントを押さえた工夫が盛りだくさん!

uchi update

モデルルームの見学はコチラから

事前申し込みをすれば誰でも見学OK(見学は5/6からスタート)。申込みは左記の電話、またはコチラのQR(ホームページ)にアクセスし「お問い合わせ」まで。



5/26(木)開催のシティライフ主催「生活向上セミナー」に登壇!セミナーでは、代表の藤井さんが住まいの悩み事やリフォームの落とし穴、気を付けるべきポイントを講演。詳しくはP.10~11へ。



関西全域(大阪・兵庫・滋賀・奈良・和歌山)を対応してくれる。

Menu

- 軽トラック積み放題(1量分).....13,000円
- 2トトラック積み放題(3量分).....33,000円
(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!
(2022年12月末まで)



特典 「シティライフを見た」で屋根・外壁塗装をご契約いただいた方**工事代金5%OFF**(5月末まで)

不用品処分

お得に不用品処分 遺品整理、買取もお任せ

ベテランスタッフの迅速丁寧な仕事ぶりが評判で、お客様同士の紹介多数。引っ越しシーズンが落ち着くこの時期は断捨離する絶好のタイミング!格安で不用品処分してもらえ、さらに買取まで。自社工場で分別するので事前にゴミを仕分ける手間が省けて嬉しい。大阪・兵庫・奈良・和歌山・滋賀を対応。LINEで無料見積もりを。

uchi update

悩みの種だった不用品を処分してスッキリ!

重たいテレビやソファ、食器、布団類など大量でしたが素早く運んでくださり、追加料金なし。駐車も近い場所ではなく、ご近所の迷惑にならない位置に停めて作業してくださり心遣いを感じました。予約の対応もスムーズです。(豊中・50代)

中岩商事 (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

☎06-6854-0520(大阪本社)
https://www.fuyouhin1.com/

写真を撮って送るだけの簡単見積もり↓



LINE

外壁塗装

塗装専門店の直接受注だからこそ 実現できる高品質・低価格塗替え

経験豊富なプロ塗装職人がいる直営店なので、高品質・低価格での提案が可能。厳選塗料を使用し、標準が4回塗りなので、仕上がりのキレイさ・もちの良さが圧倒的。お客さんからの紹介が多いというのが満足度の高さの証明となっている。依頼が殺到しており予約が埋まってきている状況のため、後悔のない塗替えをしたい方は早めにお問合せを。

soto update

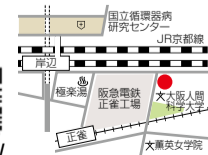
施工実績多数・塗装のプロに任せて納得の塗替えを

摂津市塗装専門店No.1ショールームもあり、施工前にカラーシミュレーションが可能。断熱セラミックGAINA提携施工店でもあり、ニーズに合った塗料や施工方法を提案してくれる。

屋根・外壁塗装専門店 (株)ホクセツペイント

摂津市庄屋1-15-13 1F
営/9時~19時

☎0120-62-4116
https://www.hokusetsu-paint.jp/



住まいの相談窓口

北摂在住・女性ならではの視点でアドバイス
住まいの悩み事にこたえる相談室がOPEN

「リフォームがしたい」「インテリアを変えたい」など、住まいの悩みは人によって様々。「アレもコレも気になる!」という人もいるのでは?「そもそも誰に相談すればいいのかわからない」という声も多い中、気軽に住まいのプロに相談できる場所「北摂 暮らしの相談室」が新たにオープンした。

「北摂 暮らしの相談室」は専門業者ではなく、住宅・建築業界の経験が豊富な北摂在住のプロと繋がる窓口。相談者のニーズに合わせて、それぞれ得意分野が異なるフリーランスのプロが担当してくれる。発起人の高橋さんは「体や病気の悩みで、かかりつけのお医者様に相談するように、住まいについても気軽に相談できる場所を作りました」と話す。下記のチェックリストに当てはまる人がいれば、まずは電話やホームページから相談してみよう。

西宮 登喜子さん
Harunohi(ハルノヒ)
代表。大手建材メーカー、インテリア販売などでの経験を経て独立。自身の家事・育児・共働きの経験から「忙しくても片付きやすく、ラクに楽しめる住空間」を提案する。

高橋 真美子さん
+Comfort(プラスコンフォート)代表。住宅・リフォーム業界30年以上の豊富な経験を持つ整理収納×リフォームのプロ。50代以降のセカンドライフ・シニアライフへのアドバイスに定評がある。



整理整頓から空間作り、リフォーム・リノベなど、幅広いニーズに対応できるのも得意分野が異なるプロが揃っているから。

uchi update

こんなことでモヤモヤしたことはありませんか?

- 片づけても片づけてもすぐに散らかる
- 日に日に部屋が狭くなっている気がする
- 家の中を何も変えていないのに最近なぜか落ち着かない
- 直すほどではないけど気になる箇所がいくつかある
- 家ではリモートワークがはかどらない

北摂 暮らしの相談室

(ホクセツ クラシノソウダンシツ)

箕面市箕面6-5-2 箕面マンションプラザ202
AnotherRoom内
営/10時~18時 不定休

☎072-746-8542



住まいのお悩み解決
キャンペーン中!
詳しくはコチラのQR
(ホームページ)を
チェック!

エアコン

エアコン早割キャンペーン
夏の準備を今からはじめよう

エアコンの本格稼働の日が近づく5月。使い始める前に掃除をしておかないと部屋中にカビや花粉をまき散らすことに。高い技術と丁寧な対応が評判の同店なら、普段手の届かない奥に潜んだカビや花粉などを専用の高圧洗浄機で徹底洗浄。合わせて室外機も手入れしておくことでよりキレイな空気になり、安心してエアコンが使える。夏に向けて早めのお手入れをしよう。



uchi update

セットでお得に

エアコンだけでなく水回りもキレイにしたい方はセットメニューも。詳しくはお問い合わせを!



特典

茨木駅前店限定
エアコン早割20%OFF
大人気エアコンクリーニング1台目20%OFF

- 「シティライフを見た」で
- 壁掛けエアコン(一般タイプ)1台目.....9,980円→ **7,984円**
 - 壁掛けエアコン(お掃除機能付き)1台目18,700円→ **14,960円**
 - 天井式エアコン(ご家庭用)1台目.....20,900円→ **16,720円**
 - 天井埋め込み式エアコン(業務用)1台目26,400円→ **21,120円**
(2台目以降は通常価格より2,000円引き)
- <オプション>
- 室外機.....3,300円
 - 防カビ抗菌コート.....2,750円
 - 除菌クリーニング.....1,000円
- (5月末のお問合せまで)
※詳しくはお問合せを ※全て税込価格

おそうじ革命
茨木駅前店

茨木市西駅前町14-19
茨木第二ビル7F
営/9時~19時
HPにて「お客様の声・おそうじブログ」公開中!

☎0120-034-117
https://osouji-osaka.com



外壁塗装

外壁塗装工事が評判

1戸建て35坪以内59万8千円(税込)



代表取締役 原元 進さん「ご縁のあったお客様とは一生のお付き合いをモットーに丁寧な仕事をお約束します」

Menu

無金利ローン実施中
(100万円、36回払いまで)

特典

「シティライフを見た」で
6帖洋室1室の壁
クロス張り替え無料!
(外壁塗装された方、5月末まで)

soto update

プロ目線での気をつけるべきことを聞くと「なるほど!」と納得。「実は」なことを取材した記事は右記QRコードからチェック



1つでも当てはまるなら外壁診断を

- 前に塗り替えてから8年以上経過している
- 塗り替え時期、建物の状況を知りたい
- お値打ちに済ませる方法を提案してほしい
- 他社で見積もりしたが、妥当かどうか知りたい
- 「今すぐしたほうが良い」と言われたが本当?

進和リフォーム株式会社

(シンワリフォームカブシキガイシャ)

吹田市南吹田5-2-5

営/9時~20時 水曜定休

☎0120-46-7760

mail:info@shinwa-reform.co.jp

街の外壁塗装やさん 吹田店 で検索

部屋に"一本の線"を引く、
新しい空間の使い方

箕面市今宮で3月にオープンしたばかりのNAGI LIVINGでは、エストニアをはじめとした、北欧テイストの家具とくらしの雑貨を取り揃えている。ミニマルな空間づくりを得意とし、この春は「DRAW A LINE(一本の線を引く)」というアイテムを使ったライフスタイルを提案している。突っ張り棒のようなイメージで、ベッドルームの端など、ちょっとしたスペースがあれば活用できるという。メガネや目覚まし時計、スマホを置くなど小物置きや、ランプアームにワイヤータイプのシェードを組み合わせると、雰囲気のある照明としても使える。空間に一本の線を引くだけで、充実の寝室へとアップデートできる。位置により硬さの異なるフォームを使用した、ノンコイルのマットレスもおすすめ。



Geltex QT220
セミダブル
198,000円

NAGI LIVING

(ナギリリビング)

箕面市今宮3-26-28
営/10時半~18時半
火・水曜定休

☎072-737-6166

https://nagiliving.com



Tension rod c 6,270円
Table A 5,170円

Lamp arm S 16,170円
Wire Shade 4,180円

部屋を整えるアイテム

空間を有効活用したインテリアやアクセントに使えるグリーンなど、部屋をアップデートしてくれるアイテムを紹介します。

古道具にグリーンを合わせて
新しい使い道を

信楽焼や丹波焼などの植木鉢や昭和の古道具に、多肉植物や観葉植物が並ぶ。「樹形のユニークな観葉植物やちょっとレアな多肉植物にデッドストックの植木鉢や古道具を組み合わせたモダンなインテリアを提案しています」と店主の仲村さん。



(上)小ぶりながら雰囲気のあるガジュマルの木。
(右)多肉植物の種類も豊富。

Sora to Tane 宙と種

(そらとたね)

池田市上池田2-2-1
営/11時~17時
水曜・日曜定休

☎072-746-9142

Instagram@SORATOTANE



賢く使ってお得!

今話題のカーシェアライフ

Car sharing
life of
the topic now

コロナ禍で公共交通機関の利用を避けたい人や、ガソリン代高騰により家計を見直す人が増える中、再び注目を集めている「カーシェアリング」。今回は市場最大手のタイムズモビリティ株式会社運営するカーシェアリングサービス「タイムズカー」について人気のワケを取材しました。

レンタカーと違い24時間いつでも利用できるタイムズカー。15分220円と、短時間利用ができ「雨の日の送迎で」「月4回親の介護で」などマイカーやセカンドカー感覚で使えるのが特徴だ。店頭での面倒な手続きもなく、会員カードをかざすだけで空きさえあれば最短3分前の予約で利用できるという。利用料金にガソリン代と保険料も含まれており、給油が必要

な場合は車内にある専用のカードで処理すればいいという点も嬉しい。さらにタイムズカーの最大の魅力はステーション(拠点)数の多さ。北摂地域だけでも約430カ所、約1000台(2022年3月時点)もあるのは最大手ならではの物価やガソリン代が高騰している今、ムダな出費は避けたいもの。この機会にカーシェアという選択を考えてみては。

近くのステーションを探そう!



取材後、近所のマンションやコンビニの駐車場にもタイムズカーがこんなに近くにたくさんあるならちょっと使いに便利ですね。



こんな時に使っています! 利用者の声



子どもの習い事や送り迎えに

雨の日の幼稚園への送り迎えにとっても助かっています。第2子を妊娠中で自転車に乗れず、習い事の送迎にも使っています。(30代・女性)



休日のまとめ買い、ママ友と大型スーパーへ

ママ友何人かとかける時に便利でした! ガソリン代とか気を遣わなくてよかったのも嬉しいポイント。(40代・女性)



流行りのキャンプや旅行に

以前はレンタカーを使用していました。長時間でも料金が安いので24時間返却OKなので最近ではタイムズカーでキャンプに。全国で使えるから、旅行先での移動手段としても便利です。(30代・男性)

自家用車とタイムズカーの維持費を比較!

【自家用車概算】

- 車両購入費.....月額30,000円
- 車両代2,000,000円を頭金900,000円で購入した場合
- ・駐車代.....月額20,000円
- ・ガソリン代.....月額5,040円
- 36㍑x単価140円
- ・自動車税.....月額3,300円
- 排気量1500cc以上2000cc以下の場合、39,500円/年
- ・任意保険.....月額5,000円
- ・消耗品・メンテナンス代 月額4,000円

月額合計 67,340円

【タイムズカー】

基本料金 月額880円 無料利用料金 -880円

【利用料(一例)】

- ・6時間利用/月2回.....月額8,580円
- ・12時間利用/月2回.....月額11,000円
- ・距離料金.....月額3,840円

月額合計 23,420円

※ベーシッククラス利用の場合 ※6時間を超えると、距離料金16円/kmが課金

月間 約4.4万円
年間 約52万円お得!

あそこまでいくら? / 簡単料金 シミュレーション



法人入会も受付中!

タイムズのカーシェア

シティライフ読者向け 2か月お試しキャンペーン特典

- ・カード発行手数料(1,650円)→無料
- ・月額基本料(880円)→2か月無料
- ・30分カーシェアチケット2枚プレゼント(2022年10月31日まで)

※期間中に「個人プラン」「学生プラン」「家族プラン」で入会した方に限る ※「法人プラン」は対象外 ※入会後の家族追加は対象外

入会手続きはこちら



だから選ばれる!

タイムズカーの3つのポイント

- 1 ガソリン代0円** 利用料金はガソリン代込み。満タン返しも不要。
- 2 月額基本料金は実質0円** 個人会員は月額基本料880円を利用料として使うことができ、乗った月は基本料が実質0円。
- 3 利用料金は使った分だけ** 実際に使った時間のみご請求。



編集部 M

住みなれたこの街で ライフスタイルにあわせた働き方

お仕事紹介

お母さんが日々行っているようなことをする「グループホームの世話人」という仕事を、ご存知でしょうか?

今回ご紹介するのは、豊中市内で9箇所、知的障がい・精神障がいを持つ方向けのグループホーム(共同生活)で働くお仕事です。専門的な知識や経験が無くても始められ、要望は可能な限り聞いてくれる働きやすい環境とのこと。実際の仕事内容を働いている方々に聞きました。



豊中市中桜塚にある さくら庵・菜の花邸。

自分の都合に合わせて働けるのが助かっています



渡部さん

(笑)。夕食が終われば、みなさんはご自身のお部屋で過ごすので、見回りの時間に各部屋の様子を確認したら、私たちも仮眠します。渡部さんのように通して働く人もいれば、都合に合わせて3つの時間帯のどれかで働くこともできる。「月2回、日10時で、入居者さんのお母さん代わりとして、食事の用意やお風呂の準備、洗濯、掃除、薬の管理が主な仕事です。ここは若い入居者さんが多いので、作業所や会社から帰ってきたら、今日の出来事や好きなアイドルの話で盛り上がることも

普通の経験を活かして無理なく楽しく働ける場でした



小林さん



「私から見れば70代~50代はまだまだ若い。一緒に楽しく働きましょう。」

世話人として5年のキャリアの渡部さん。「勤務時間は15時~翌日10時で、入居者さんのお母さん代わりとして、食事の用意やお風呂の準備、洗濯、掃除、薬の管理が主な仕事です。ここは若い入居者さんが多いので、作業所や会社から帰ってきたら、今日の出来事や好きなアイドルの話で盛り上がることも

颯爽と家事をこなす小林さんは、なんと85歳。「10年前からこちらで働いています。週3回など、自分のペースで働けるのがうれしいですね。」



女性専用の菜の花邸。広々とした庭があり、そこで洗濯を干すので動線もラク。

「私が作ったごはんをおいしそうに食べてくれる入居者さんを見ると、最初は先輩の世話人と一緒に入って仕事の流れを実践できるほか、わかりやすいマニュアルや本部スタッフのサポートもあるので安心。まずは問い合わせしてみてください。」

ここがポイント!

- 時給：1,000円~1,200円
- 未経験者大歓迎 ● 正社員登用あり
- 15時~20時、20時~翌日7時、7時~10時の勤務も可
- 本部にスタッフが常駐、いつでもサポートしてくれる
- 就業中の食事は無料
- 都合を聞いてからシフト作成
- ダブルワークOK!
- シニア、中高年の方が活躍中。平均年齢は57.8歳
- 学歴不問、無資格歓迎、ブランクOK



《さくら庵》

豊中市内にある9つのグループホームは、女性専用、男性専用と分かれており、同性をお世話するので、安心して働ける。一つの施設での勤務というわけではなく、都合にあわせて選択することも可能。

- | | |
|-----------------|--------------|
| 本邸(豊中市南桜塚) | 菜の花邸(豊中市中桜塚) |
| 南邸(豊中市南桜塚) | よつ葉邸(豊中市中桜塚) |
| 西邸(豊中市南桜塚) | 秋桜邸(豊中市中桜塚) |
| アパートメント(豊中市南桜塚) | 曾根邸(豊中市曾根東町) |
| ユニハイム(豊中市南桜塚) | |

【お問合せ】
グループホーム さくら庵
あん株式会社
豊中市南桜塚3-6-3
☎06-4865-3030
(受付:平日10時~17時)
メールでもOK info@unkk.jp

Webでも紹介



お2人へのインタビューや施設概要など、さらに詳しくご紹介しています。

読者プレゼント

CityLifeのアンケートにお答えいただいた方に抽選で下記の賞品が当たります。

カフェ&バイキング「シャガール」ペアランチ券 2組



提供:千里阪急ホテル

クリームわらびもちミックス引換券 5名



提供:とろり天使のわらびもち

健民ダイニングピリ辛汁ビーフン&焼ビーフンシリーズ7食詰め合わせ 5名



提供:ケンミン食品株式会社

木工作家手作りの桜と木のスプーン(2本セット 5,000円相当) 1名



提供:植物といろいろのお店 Sora to Tane

大人の女性向けメガネ「ココロ」(23,800円相当) 2名



提供:ビジョンメガネ

さくらサーカスA席無料招待券 10名



応募方法・賞品詳細は右記QRコードをチェック
応募締め切り:
5/22(日)まで
「シャガール」ペアランチ券のみ応募締切は5/10(火)
プレゼントの当選は発送をもって代えさせていただきます

無印良品 トナリエ南千里アネックス

2022.4.15. Fri. OPEN



4月15日に関西最大級の売場面積がある
トナリエ南千里アネックス店がオープンしました。

無印良品

1F /

レトルト食品

人気のカレーは全52種類からお選びいただけます。ルーロー飯やロコモコなど、その他のレトルト商品も多数ご用意しています。



2F /



家具展示コーナー

広い売場面積をいかし、ベッドやソファ、テーブルなど大型の家具を数多く展示しています。店内の家具は当日そのままお持ち帰りいただくこともできます。※一部商品を除く。



冷凍食品

人気のキンパや餃子、キッシュなど冷凍食品はフルラインナップです。

関西最大級の
売場面積4,600㎡。

ゆっくりと
お買い物を
お楽しみください。



MUJI Labo

北摂地域で初展開のMUJI Laboでは性別や年齢、体型に関係なく着用できるサイズ感の服をご用意しています。



お菓子の量り売り

北摂エリアの無印良品では初登場となる「お菓子の量り売りコーナー」。1g4円で合計20gからご利用いただけます。



レストスペース

1Fと2Fに小休憩でご利用いただけるスペースをご用意しました。お菓子やバウムクーヘン、飲料など無印の商品を自動販売機で買うこともできます。



無印良品週間

4月22日|金|~5月9日|月|

店内商品

10%OFF

※MUJI Card, MUJI passport, MUJI.netのメンバー会員、LINEの公式アカウントいずれかの登録が必要。※一部割引対象外商品があります。

つながる市



1階、2階それぞれのオープンスペースを利用し、週末を中心に「つながる市」を開催予定です。地域で活躍されるさまざまなジャンルの方々や連携し、マルシェ販売やワークショップのイベントなどを開催していきます。地元の方々・モノ・情報・場所を紹介することによって、生産者や生活者、住民の方向士の交流の場となり、お客様に楽しくお買い物いただける空間づくりを目指します。



トナリエ南千里アネックス店

吹田市千里山西6丁目56-1
トナリエ南千里アネックス1F・2F
営/10時~20時
TEL:06-6105-8852

阪急北千里線 南千里駅 徒歩10分



ららぽーとEXPOCITY店

吹田市千里万博公園2-1
三井ショッピングパーク
ららぽーとEXPOCITY 1F
営/平日10時~20時、土日祝10時~21時
TEL:06-4864-8438

イオンSENRITO店

豊中市新千里東町1丁目1-3
イオンSENRITO専門店 2F
営/10時~21時
TEL:06-4860-6214

イオンモール茨木店

茨木市松ヶ本町8-30-4
イオンモール茨木 1F
営/10時~21時
TEL:072-620-1301

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



6歳までに子どもの「集中力」と「個性」を伸ばしておこう

生まれてから就学までの0〜6歳の間に、子どもたちは大きく成長します。この時期、発達段階に応じた行動を取ることで、さらに能力を伸ばすことができると思います。専門家の伊藤美佳さんにお話を聞きました。

Check
 何かに没頭できる
 子どもは成果を残すことができる

Check
 様々な経験で
 非認知能力を高めよう

これからの世の中は予測不能です。何か問題があった時に、自分で試行錯誤しながら、解決を目指して行動し、仮に失敗をしても次なる方法を見つけて行動し続ける。こういった力が必要になってきます。才能を伸ばす乳幼児教育の目的は「集中力アップ」と「個性を伸ばす」ことです。子どもの頃に、集中して達成する経験をたくさんしてきた子は、いざという時にもすごい集中力を発揮して、成果を出すことができます。まずはフロア状態（没頭している状態）をたくさん経験できる環境を整えてあげてください。

大人の決めたことではなく、子どもが自ら「したい！」と思つたことをとことんやらせる、自主性を育むことで、自発的に行動できる力や考え学び続ける力が身につくと考えています。「子どもがイタズラばかりするからイライラする」といった状況も実は子どもは才能を伸ばしたがっているだけ、と考えれば子どもの才能を発見することになり、あなたが目で見守れるようになります。幼少期はとくに様々な遊びや友だちとの関係性の中から内面的なスキル（非認知能力）を高めていくことを重視してください。



[取材協力]

一般社団法人
輝きベビーアカデミー
<https://tensaikosodate.com/>

3歳までの寝方で天才スイッチがオンになる、「輝きベビーメールマガジン」はこちらから(無料)



data
 一般社団法人 輝きベビーアカデミー代表

伊藤 美佳さん

幼稚園教諭1級免許、日本モンテッソーリ協会教員免許、保育士国家資格。小学校英語教員免許 他資格多数。0歳からの乳幼児親子教室「一般社団法人輝きベビーアカデミー」代表理事。著書多数。



こちらに
 聞きました

【年齢ごとの成長キーワード】

0歳 探究心

寝ている状態からハイハイやつかまり立ちなど、「体」の成長と、好奇心、探究心が芽生える時期。

1歳 自分で決める

自分で決めて行動し始める、自己確立のスタート地点。「1個ちょうだい」など「1」の概念もわかるように。

2歳 やる気満々

自我が目覚め、なんでも「自分でやりたい!」と自己主張するように。やらせてあげることによって自信がきます。

3歳 達成感(やり抜く力)

走ったり、跳んだりの「運動能力」と、「言葉」の能力が伸びる時期。最後までやり抜く力もついてきます。

4歳 待てる力

4歳は自分を確立していく最終段階。自己確立ができるとお友達とかかわることができ、待てるようになります。

5歳 新しいものを創る

すべての能力が総合的に伸びる時期。なんでもやりたいことをやらせてあげるとよいでしょう。

6歳 協調性

「誰かと一緒に」が楽しい時期。仲間と共に何かを作ったり、体験してやり抜けることに喜びを感じます。

英会話スクール



バスもあって大助かり!

対象年齢:年少~中学生
 (一部教室により異なる)
 ※対象地域の詳細はHPを確認

イングリッシュワールド

【姉妹校】高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
<https://english-w.jp>
 英検®、英検®Jr.受験準会場認定校
 ●千里中央校
 豊中市新千里東町1-1-5
 大阪モノレール千里中央ビル6F
 受付/10時~21時(火曜:11時~21時、土曜:10時~18時)
 月・日・祝定休
☎06-6833-0507
 【英語学童】
 受付/11時~20時(土曜:10時~18時) 日・祝定休
☎06-6832-0071

バランスよく英語力を伸ばし「世界で生きる力」を育む

合格実績多数の英検®対策クラスが人気!目に見える変化に保護者満足度99%と非常に高いスクール。フォニックスや英文法も重視し、着実に4技能を伸ばしてくれる。ネイティブ講師の英会話コースは1歳半~年齢やレベルに応じたクラスがあり、便利な振替制度も嬉しい。無料体験へ!

- 特典** 「シティライフを見た」で(5月未まで)
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. **スクールバッグ**(小学6年生まで)**プレゼント**
 4. **入会セットプレゼント**
 5. **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

●緑地公園校
 豊中市東寺内町5-38
 緑地東タハシハイム
 受付/11時~20時(土曜:10時~18時)
 月・日・祝定休
☎06-6338-5554

●豊中校
 豊中市本町3-1-57 ルミエール豊中4F
 受付/11時~20時(土曜:10時~18時)
 月・日・祝定休
☎06-6858-5571

「くもんの先生」募集説明会受付中

くもんの先生がはじめてやすくなりました!

- 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。



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。※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
吹田市	5/18(水)	10:00~11:30	大阪シティアカデミー
豊中市	5/23(月)	10:00~11:30	千里朝日阪急ビル14F
高槻市	6/3(金)	10:00~11:30	高槻現代劇場

WEB説明会
 5/17(火) 5/26(木)
 5/30(月) 6/9(木)
 10:00~11:00・13:00~14:00

上記以外の希望日時がございましたら、ご相談ください。

※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・採用テストは実施いたしません。KUMONのこの取り組み、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

☎0120-834-414 (9:30~17:30 土・日・祝除く)

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

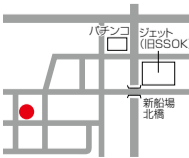
くもんの先生 検索



辻川 薫 院長
 KAORU TSUJIKAWA
 眼科専門医
 医学博士
 日本眼科学会
 日本小児眼科学会所属

辻川眼科

(ツジカワガンカ)
 箕面市船場西2-8-13
 診療時間(受付は終了時間30分前まで)
 【午前診】月・火・水・金・土 9時~12時
 【午後診】月・火・水・金 16時~19時
 木曜・日曜・祝日・第4土曜休診
☎072-735-7272



発達過程で変わる眼の症状

子どもがかかりやすい眼の病気は、発達過程で異なります。0歳だと目や二や先天性の病気、2、3歳から幼稚園にかけては斜視や遠視、弱視、ケガも増えてきます。この年齢の時に症状を見つづけるのが難しい場合があり、その理由として、良い方の目で補いながら日常生活を過ごしてしまい、本人が症状を自覚していなかったり、周囲が気づけないことが多いからです。そのため、「小学生になるまで気づかなかつた」という親御さんもいます。早期発見のために、乳幼児健診や3歳児健診などで再検査の通知をもらった際は、必ず眼科に行きましょう。異常は判断しづらいため、気付かなかつたとしても自分を責めないでください。小学校以降は近視が多くなります。急増する近視を意図して対策を小学生以降に急増する近視については、時代背景も拍車をかけています。特に最近では、GIGAスクール構想で一人一台タブレットが支給されたり、幼少期からスマホに接しています。体の大きさが30cm以上画面と距離を取るのが難しいお子様も多いです。近視の予防策としては、まず「外で遊ぶこと」です。これは研究が進んでいる諸外国でも近視抑制効果があると報告されています。また、画面との距離を十分



年齢と時代で変わる子どもの目への対策

知っておきたい子育て知識

に取れない場合はタブレットやスマホを斜めに立てられるスタンドを利用しましょう。また、十分に睡眠を取り、目を休ませることも大事です。再検査の紙をもったり、少しでも異常を感じたりしたときは気軽に町の眼科を受診してください。検査で現状をしつかり把握して、適切な処置をすることが治療への第一歩です。

幼児の視力や目の異常を数秒で測定できる専用機械。



児童発達支援教室

あそびを通し「脳×体×心」を育む
新しい児童発達支援教室



「IQLino」では、教材用のブロックを使った「ブロック遊び」を入れ替えている。ただ遊ぶだけではなく、「作る」という体験を通じ、子どもの潜在能力を引き出していく。



教室ではインストラクターが子どもたちの遊びをしっかりサポートしてくれるので、のびのびと学ぶことができる。

IQLino <イクリノ>

【吹田校】
吹田市千里山西2-7-22
ベルビュー千里山参番館1F
営/平日12時～18時
土11時～17時
日祝定休
☎06-6192-8623
※都島・宝塚・西宮にも教室あり。詳しくは問合せを。
※無料送迎あり

【豊中校】
豊中市刀根山3-1-30
営/平日12時～18時
土11時～17時
日祝定休
☎06-4865-5602

子どもの発達について悩み始めている保護者に向け、児童発達支援教室では様々なサポートを行っている。「IQLino」は、あそびを通したカリキュラムで発育を促す新しい児童発達支援教室。脳は「手で触る、目で見ると、頭で考える」といった内外の刺激を組み合わせることで感覚統合を行うことから、あそびに着目。ブロックをメインとしたSTEAM教育(理数系教育をもとに創造性や課題解決力を身につける教育)を実践するのも同教室の特徴。感じることで脳を育て、運動で体を作り、心を育てていく。あそびに詰まったそれらの要素を効果的に取り入れ、子どもの「できた」を引き出す。無料送迎があるので通いやすい。まずは子どもの気になることを含めて、相談から始めてみては。

体験レッスン随時受付中!

教室では無料の体験レッスンの参加者を随時受付中。カリキュラムの楽しさを実感してみよう!

レッスンについての詳細はこちらのQRから→



特典

「シティライフを見た」で無料体験・見学の参加時に教材用ブロックのサンプルをプレゼント!(5月末まで、数量に限りあり)

リトルプレスクール
プレスクール

経験を積むことで広がる子どもの可能性
親身な子育て相談も人気のプレスクール



みんなすわって集中!フラッシュカード。

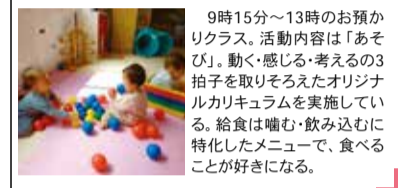


リトミックでみんなで合奏



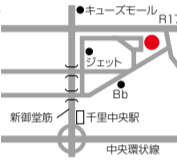
福わらい「お顔できるかな?」

0歳10ヵ月～を対象としたプッチスクール



9時15分～13時のお預かりクラス。活動内容は「あそび」。動く・感じる・考えるの3拍子を取りそろえたオリジナルカリキュラムを実施している。給食は噛む・飲み込むに特化したメニューで、食べることが好きになる。

スマイルキッズ
リトルプレ・プレスクール
箕面市船場東1-15-8-201
☎06-6875-2366
FAX:06-6875-1617
Mail:school@ukkhawaii.net



日本ベビーコーチング協会監修の知育・リトミック・体育・絵画・英語といった多彩なエデュタイム(曜日別の学習時間)が人気のスマイルキッズ。生活様式が変わって、はや2年。子どもを取り巻く状況が大きく変わったなか、様々な心配をしているお母さんも多いはず。「私たちは、子どもたちの今に必要な経験をプレゼントしています。どんな時代でも楽しみながら色々な経験を積ませてあげることが子どもにとって一番大切なことです。そして新たな経験は、みんな夢中になって取り組み、吸収していきます」と話すのは同スクールの浦部先生。今年度からは0歳児を対象に一人歩行、食事、生活、遊びなどに関して豊富な知識でアプローチしてくれる、半日お預かりの『プッチスクール』が新たに開講。5月、6月、7月に教室説明会が開催されるので、まずはご参加を。

プッチスクール・リトルプレスクール
2022年度生説明会を開催

- 日程:5/28(土)・6/18(土)・7/23(土) 各日午前10時～
- ※要予約
- 対象:0歳10ヵ月～2歳の子ども
- 内容:教室システムやエデュタイム(学習時間)の特徴、給食や料金についての説明
- ※感染症予防対策のため5家族限定
- ※オンラインシステムZoomでの参加も可
- ※2022年度プレスクールは満席につき申込締切済み
- ※リトルプレ入会生は、2023年度プレスクールへの優先申込あり



アフタースクール

「自ら考え行動する力を育む」
新しい英語教育のアフタースクール



(上)英語でのコミュニケーションをベースに、子どもの自主性と子ども同士の関わりを大切にしている。



(左)リスニング・スピーキング・リーディング・ライティング・アンダースタンディング(読解力)に焦点を当てて。
(右)教師が丁寧にサポートするので初めてでも安心。
(左)「読み」「書き」だけではなく、創作活動や運動など様々な学習を英語で行う。

Aiwin Academy Club

(アイウィンアカデミークラブ)
豊中キャンパス
豊中市東豊中町2-8-3
☎06-6845-3010
三国キャンパス
大阪市淀川区西三国1-36-21
☎06-6397-3010
アイウィンインターナショナルで検索



Aiwin Academy Club 生徒募集中

現在、生徒を募集中!
体験や見学など、気軽に問い合わせを!
詳しくはホームページ(右記QR)から。



ソニー生命 で お子さまの教育資金のご準備を。

進学・進級などに合わせて備えたいあなたに /
学資保険

選ばれ続けて
150万^{※1}件

払い込んだ保険料より
多くの学資金が
受け取れます

※1 2021年5月現在(ソニー生命調べ)

<ご契約例>学資保険(無配当) 22歳満期 契約者30歳男性・被保険者(お子さま)0歳、基準学資金額40万円の場合

	保険料 払込期間	保険料 払込方法	1回ごとの 払込保険料	払込保険料 総額	受取学資金 総額	返戻率 [※]
ご契約例1	18年	個別毎月払	9,020円	1,948,320円	2,000,000円	102.6%
		個別毎年払	107,428円	1,933,704円		103.4%
ご契約例2	10年	個別毎月払	15,788円	1,894,560円	2,000,000円	105.5%
		個別毎年払	188,036円	1,880,360円		106.3%

※返戻率=受取学資金総額÷払込保険料総額×100(小数点第2位以下切捨)

- ◎ご契約条件によっては、返戻率10.2、6%を下まわる場合があります。受取学資金総額は、進学学資金を自動積蓄としない場合を例示しています。
- ◎保険期間中に契約者が万が一の場合、以後の保険料の払込は免除されます。
- ◎保険期間中に被保険者(お子さま)が死亡された場合、死亡給付金として既払込保険料相当額が支払われます。
- ◎このほかにも、I型とII型もあります。
- ◎上記は、商品の概要を説明しています。詳しくは商品パンフレットをご覧ください。ご契約の際は、「ご契約のしおり・約款」「契約概要」「注意事項」を必ずご覧ください。
- ◎ご契約後、短期間で解約した場合には、解約返戻金等が払込保険料総額を下まわることがあります。
- ◎上記は、2022年2月1日時点の保険料および会社の取扱いに基づき作成しております。

学資保険
相談
キャンペーン
実施中!

2022年
4月1日～6月30日

問合せ先

☎06-7632-8315

受付担当ライフプランナー
四方(しかた)・佐伯(さえき)

【資料請求・無料相談】直接面会かリモート面談どちらかをお選びいただけます

ソニー生命保険株式会社 大阪ライフプランナーセンター第2支社大阪府北区梅田2-2-22 ハービスENTオフィスタワー15F

SL2504-4730-0227 右記二次元コードより空メールをお送りください。担当者より折り返しご連絡させていただきます。



スクール生大募集!
春の入会キャンペーン
まずは気軽に無料体験を!
※前日までに電話にてご予約ください。

5月入会の方に
テニスゲームシャツプレゼント!
男性・女性はゲームシャツ。ジュニアはTシャツ

おすすめのクラス紹介

火曜 TL(トーナメントレディース) 藤井コーチ
12:50~14:30 大会出場の経験を生かして試合実践中心の練習をします

木曜 TL(トーナメントレディース) 田口ヘッドコーチ
14:10~15:50

木曜 J1(ジュニア年長~小2) 田口ヘッドコーチ
16:00~17:00

日曜 エントリークラス
15:20~16:50 初めてテニスをされる方大歓迎
入会をおまちしています!

レッスン料金	
一般(初心~中上級)	7,500円/月4回(税別)
TL(トーナメントレディース)	8,500円/月4回(税別)
ジュニア(5歳~小学6年生60分)	4,800円/月4回(税別)
ジュニア(小学5年生~中学生90分)	7,800円/月4回(税別)

詳しくはHPをご覧ください。

お問合せは
服部緑地ミズノテニススクール TEL.06-6868-3223まで

梅花は愛なる女学校です

梅花中学校 梅花高等学校

【進学チャレンジコース】
【舞台芸術エレガンスコース】

【リベラルアーツコース】
総合進学専攻 国際教養専攻
こども保育専攻 調理・製菓専攻
舞台芸術専攻 NEW
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

オープンキャンパス
中学校 5/28(土) 高等学校 6/11(土)

梅花も参加します
大阪私立中学校フェア2022
5/8日 大阪府立国際会議場

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)
5/29 6/12
(日) (日)
梅花女子大学
オール梅花1Day Campus
エメラルドパフォーマンス
6/19日
グランフロント大阪北館1階 ナレッジプラザ



豊かな緑を感じる校舎は天井が高く、やわらかい自然光がさし込む。人口芝のグラウンドや電子黒板などの最新の設備も整っており、質・量ともに期待に応える授業が展開されている。

子どもと進路を考える

RISEISHA HIGH SCHOOL

100周年を迎え、新しい学びがスタート 履正社高校で過ごす充実の3年間

今年、創立100周年を迎えた履正社高校。昨年準備を進めていた「新しい学び」が本年度入学した新1年生からスタートしました。高校での新学習指導要領が導入されるなか、変化する社会で生き抜く力を身につけるために、同校がめざす姿を松本透校長にお聞きしました。

自分の力で答えを導き出せる学びへ

2022年、高校の学習指導要領が変わり、今後は「主体的に学びに向かう力」が求められる。今年で創立100周年を迎える履正社高校では、4月入学の新1年生からカリキュラムを一新。「ティーチングとコーチング」という言葉があります。これまでの履正社はどちらかと言えば「ティーチングスタイル」だったかと思いますが、これから目指していくのは、生徒自身が

しっかりと考えて、自分で答えを導き出せる「ティーチングとコーチング」を基本とした指導や育成です」と松本校長は話す。

「選べる」放課後の「選べる」放課後の

そのために放課後の過ごし方を大胆に変更。「授業は6限で終了し、放課後は自分が学びたいことを選択できるカリキュラムにしました。国立大学や医学部への進学をめざすゼミのほか、英語やプログラミングのスキルアップ系のゼミは必ず



学校法人履正社
履正社高等学校
松本 透 校長
TORU MATSUMOTO

大阪府立高校の教諭を経て、大阪府教育委員会に赴任。その後、大阪府教育センターの首席指導主事、大阪府教育委員会事務局教職員企画課企画グループ参事などを経て、2016年から千里高校、四條畷高校の校長を歴任。2020年4月より現職に就任。

も無料で、部活動と組み合わせることが出来ます。また選択をせず、学外の塾やクラブに入ることも可能です」と松本校長。

ICTを活用 学びの個別最適化

ICTを活用した「学びの個別最適化」も昨年より全学年でスタート。タブレット・PCを活用し、これまで先生がしていた板書に代え

さらに、学力の底上げを目指したい生徒のために、新たにAIを用いた個別学習システム「atama+（アタマプラス）」ゼミも開講。「個々の学習進度に応じた『自分専用レッスン』で基礎学力を着実に伸ばし、学ぶ楽しさを実感できれば、自ら学ぶ姿勢も自然に身につくと期待しています」。

「学びはもちろんですが、生徒の皆さんには学校生活を楽しくしてほしいと思っています。そのために、生徒会を中心に楽しい学校行事も企画中です。履正社高校は、生徒一人ひとりが主役。高校3年間で得られる様々な経験や体験を通して、履正社に通ってよかったと思っただけのような学校にしていきたいと思っています」。

教務部長の中本さんに教えてもらいました！ 履正社高校の「新しい学び」



履正社高等学校
教務部長
中本 直樹 さん

放課後の過ごし方を自分で選べるようになりました。ICT教育も導入、ゼミのラインナップも特徴を持たせ「履正社にしかないもの」にしていきたいと考えています。

履正社学びの2種コース

学藝コース

平日は15時5分、土曜は12時30分までの授業をコアタイムとして、放課後に専攻ゼミと部活動を自由に選択し、組み合わせることが可能なコースです。時間が重ならなければ2つのゼミを掛け持ちすることも可能です。

競技コース

平日は15時5分、土曜は12時30分までの授業。全国レベルの競技実績と、学業の両立が特徴。3年間で102単位の授業は、公立の普通科を上回る学習量。道をきわめる人を育む文武両道のコースです。

学びの個別最適化

ICTを活用し、一人ひとりと向き合うことで学びの意欲が起動するよう、しっかりコーチングを行います。

タブレット、PCを活用したICT教育

個人カルテの活用

ネット担任制度の導入

AI学習ソフトを利用した「個別レッスン」

多様な進路希望に対応

学藝コースの生徒は個人の目標や進路に沿って、放課後の過ごし方をアレンジできます。自分で選ぶことが、主体的な学びにつながります。

専攻ゼミ

- ☑ 国公立進学ゼミ (週3日)
- ☑ 医学部進学ゼミ (週3日)
- ☑ スタンダード進学ゼミ (週3日)
- ☑ グローバルゼミ (週3日)
- ☑ プログラミングゼミ (週3日)
- ☑ atama+ゼミ (週1日～)



組み合わせは自由で、専攻ゼミの2種受講もOK

部活動

- ☑ 軽音楽部 (週3日)
- ☑ チアリーディング部 (週3日～)
- ☑ サッカー(フットサル)部 (週3日)
- ☑ バスケットボール部 (週3日)
- ☑ バドミントン部 (週3日)
- ☑ 卓球部 (週3日)
- ☑ バレーボール部 (週3日)
- ☑ マンガ研究部 (週3日) など

国公立進学ゼミ (週3日) 東京大学、京都大学等のトップ国公立大学をめざす生徒に特化した進学ゼミ。大手予備校から講師を招く予定。	医学部進学ゼミ (週3日) 医歯薬系大学への進学に特化したゼミ。医学部現在在籍する大学生などによる少人数制授業を行う予定。	スタンダード進学ゼミ (週3日) 放課後は「塾へ行かず」に学校で学び、私立大学への現役合格を実現したい生徒におススメのゼミ。	グローバルゼミ (週3日) ネイティブ教員がオーラルイングリッシュで行うゼミ。英会話を中心に伸ばし、英語の4技能をバランス良く鍛える。	プログラミングゼミ (週3日) 新学習指導要領で小学校から必修化されているプログラミングを学べるゼミ。授業では補いきれない専門スキルを磨く。	atama+ゼミ (週1日～) atama+は、AIを用いた学習システム。世界にひとつの「自分専用カリキュラム」で驚きの学習効果が期待できる。
---	--	---	--	---	--

※専攻ゼミと部活動の内容は予定であり、変更の可能性があります。※専攻ゼミ、部活動への参加は任意(選択制)となります。※学藝コースの部活動は競技コースの強化クラブとは異なります。

取材協力

学校法人履正社
履正社高等学校

豊中市長興寺南4-3-19
☎06-6864-0456 (代)
https://riseisha.ed.jp/



阪急バス「履正社高校前」バス停すぐ

2023年度 オープンスクール日程

各回ともに、オンライン型と来校型の自由選択になります。変更の可能性もございますので、最新情報はホームページをご覧ください。

- | | | | |
|---------------------|---------------------------|---------------------|--------------------|
| 【第1回】7月30日(土)9時半～ | 【第2回】8月6日(土)9時半～ | 【第3回】8月20日(土)9時半～ | 【第4回】8月27日(土)13時半～ |
| 【第5回】9月3日(土)9時半～ | 【第6回】9月10日(土)13時半～ | 【第7回】10月8日(土)13時半～ | 【第8回】10月22日(土)9時半～ |
| 【第9回】11月5日(土)13時半～ | 【第10回】11月19日(土)9時半～ | 【第11回】11月27日(日)9時半～ | 【第12回】12月3日(土)9時半～ |
| 【第13回】12月17日(土)9時半～ | 【個別相談】12月10日(土)、12月26日(月) | | |

完全プライベート空間で満喫 高性能シミュレーションゴルフ

JR茨木駅から徒歩5分のところに4/29(金・祝)にオープンする「GOLFDOM 茨木ゴルフ倶楽部」。高性能シミュレーターで全世界120のコースをラウンドしたり、練習することができる。傾斜地なら床が動き、本番環境を再現してくれるので、苦手なショットも特訓可能！ハイスピードカメラと赤外線センサーで、ヘッドスピードや弾道、スイングの確認もできプロさながらの練習環境が揃う。快適なプライベート空間で80分打ちっぱなしも可能で、同伴使用もできるので友達や家族での練習にも最適だ。



- GOLFDOMの特徴**
- ① 月額制の利用し放題
 - ② 1ブースだけの完全個室プライベート空間
 - ③ 完全予約制・完全無人運営
 - ④ スマホ一つで入退室・予約完結
 - ⑤ 限られた人数の完全メンバーシップ制
 - ⑥ 同伴利用可能(会員1人につき5名まで)
 - ⑦ ゴルフ以外にも個室空間として利用可能



最新クラブ「STEALTH(ステルス)」や女性用、左打ち用、子ども用の貸出クラブもあるので、買い物や仕事帰りに手ぶらで気軽に立ち寄れる。

- MENU**
- 【月額制】
 - フルタイム会員(平日・土日祝5時半～23時50分) 24,800円
 - デイトタイム会員(平日5時半～23時50分) 19,800円
 - デイトタイム会員(平日昼間のみ5時半～17時40分) 14,800円

- 特典**
- 「シティライフを見た」で無料体験後、入会の方限定
契約期間中ずっと下記の料金適用
- 入会金……………30,000円→**無料**
 - フルタイム会員……………24,800円→**19,800円**
 - デイトタイム会員……………19,800円→**14,800円**
 - デイトタイム会員……………14,800円→**9,800円**
- (先着各10名、5月末までの問合せ対象)※全て税込み

NEW OPEN



詳しくは公式HPをチェック

体験予約やお問い合わせは公式LINEが便利

GOLFDOM
茨木ゴルフ倶楽部
茨木市中穂積1-1-56
営業時間 5時半～23時50分
隣に有料コインパーキング有り
☎050-7115-3100
https://golfdom.jp
お問い合わせ10時～19時

思い立ったら 習い事をはじめよう

暮らしを豊かに彩ってくれる、大人のための習い事を紹介します。

在宅で稼げるスキルを習い事感覚で フリーランスのwebデザイナーを目指す

丁寧な指導に定評があるパソコンスクール wisdomで「webデザイナーフリーランス養成コース」が新たにスタート。プログラミングとwebデザインという在宅で仕事ができるスキルをしっかりと身に付けられる。また、未経験からフリーのwebデザイナーになったスーパーバイザーによるサポートもあり、フリーでも活動できる実績作りと、仕事を受注していくためのノウハウも学べる。実際に案件を新規獲得できるまでしっかりサポートしてくれる。受講料は月謝制なので気軽に始めることができ、自分の好きな時間で通うことができる。子育て中の主婦の方が在宅で仕事をするためや、副業の手段としてなどで通われている人が多い。



- wisdomパソコンスクールのここがおすすめ!
1. 家事や仕事の合間など、自分の好きな時間・好きなボリュームでスクールに通える。
 2. プログラミング講師とスーパーバイザーによる徹底サポート。
 3. フリーランスコースの仲間作りをサポート。

Wisdom パソコンスクール南千里
(ウイズダム)
吹田市津雲台1-1-30 tonarie南千里2階
営業時間: 火～金: 12時～20時, 土: 10時～17時
日・月・祝日定休
☎06-6872-7705
wisdom南千里で検索

- MENU**
- 入会金: 16,500円
 - フリーランス養成コース 19,800円～/月 (プログラミングクラス+フリーランスコース)
- 特典**
- 「シティライフを見た」で
●入会金…**10,000円OFF** (5月末まで)

自分を高める 資格を取ろう

資格講座

今だけの割引キャンペーン実施中 将来のステップアップに繋がる 7月開講・介護福祉士実務者研修

職業支援センターならではのバックアップで高い合格実績を誇る同教室が、7月開講の通信制介護福祉士実務者研修受講生を募集。通学最大8日間、どの教室も交通至便で振替無料受講もできる(条件あり)ため忙しい人も安心だ。「受講料全額キャッシュバック制度(諸条件あり)」や「ペア割引」などオリジナルの割引制度も実施中。資格取得後の就職サポートも手厚く、介護業界は初めてという方も大歓迎!ニーズの高い資格で育児や身内の介護にも活かせる知識が身につく。



WEBで課題提出ができ、実技の動画も見られるから自宅や移動中に予習復習ができる。

7月開講・介護福祉士実務者研修

【募集】6/27(月)※定員になり次第終了
【会場】豊中教室(アリス千里内)
豊中市新千里北町1-18-2



【別会場】
[高槻駅前校] 高槻市高槻町4-3 高槻サテライトビル4F
[京都伏見校] 京都市伏見区石田桜木11-21 ヴィラ伏見1F
[枚方教室] 枚方市渚西1-24-1 なぎさカーム

就職支援センターはな

受/月～金: 9時半～17時半
土・日・祝日定休
☎075-644-6868

未経験でも全10回で着付けを習得 少人数制でアットホームな教室

着物の着方から帯の結び方、TPOなど、経験豊富な先生達が優しく丁寧に教えてくれる着付け教室。着こなしや所作、着崩れしにくい着方などをレクチャーしてくれるので、一人で着物を着ておでかけができる自信がつくという。レッスンは少人数制でしっかり2時間。教室で着物の着方のレッスンをするだけでなく、実際に着物を着て講師とおでかけをする「おでかけ実践講座」もある。授業料は全10回で8,800円とお手頃価格。着物や帯の購入義務はないので、安心して通える。初心者向け「基本コース」から「レベルアップコース」も用意されているので、レベルに合わせたレッスンが可能だ。振替レッスン無料。まずは無料体験会へ。



「優しくとにかく丁寧に教えてくれるので、楽しく通えます」と評判の先生。豊富な経験から教えてくれるポイントが的確だという。

無料体験受付中
申込は随時受付。
電話かQRコードから予約を→

- MENU**
- 基本コース(10回)……………8,800円
 - レベルアップコース(10回)……………11,000円
- 特典**
- 「シティライフを見た」で
帯締めプレゼント(5月末までにお申込みの方)

千里きもの学院
摂津市千里丘6-5-8
セントラル千里丘2F
※岸辺駅より徒歩10分 P有
営業時間: 10時～17時
☎06-7896-8530
http://www.senrikitsuke.jp/

あなたも“声”出演にチャレンジ 新規カタリスト募集5月15日(日)まで

FM千里(コミュニティ放送)では、今年も人気企画「新規カタリスト」募集(年1回)がスタート。プロ講師による研修(月3回・3ヵ月・有料、梅田近辺)があるので、未経験の方も大歓迎!受講者からも「楽しい!」と好評だ。ラジオの番組をやってみよう、朗読やラジオドラマなど声の出演に興味のある人はぜひ応募して、あなたの夢を叶えてみては。



パーソナリティのもりふみこさん

- コロナ時代に対応した安心・安全のレッスン**
- 施設内の消毒・清掃の徹底
 - スタッフ及び来客者の検温、消毒、手洗いの徹底
 - 室内換気・空気清浄機・アクリル板の設置等

応募方法

メール・FAX・LINE・ハガキ
いずれかで応募。〒、住所、氏名(よみがな)、年齢、電話番号(自宅・携帯)、FAX番号、メールアドレス、職業を明記してください。
(締切)2022年5月15日(日)
(詳細は説明会(少人数開催)にて)

- LINE: 検索・電話番号(右下)入力
- FAX: 06-6377-0122
- メール: catalyst837@senri-fm.jp (メールに返信されるのでドメイン指定受信をしている場合は「@senri-fm.jp」が受けられるように設定を)
- ハガキ
〒531-0072 大阪市北区豊崎1-11-9
FM千里カタリスト S係
※応募後、2週間以内に事務局より連絡あり。

FM千里カタリスト事務局
詳しくはこちら
(千里ニュータウンFM放送株式会社)
大阪市北区豊崎1-11-9 Alte Casa
問合せ/10時～18時(平日)
☎06-4802-8771
https://fmsenri-catalyst.com/

応募時の個人情報については、上記の目的以外に使用いたしません。

伝言板

教えます

- 川上ギター教室(初心者より)
066380-8673千里丘6イズミヤすぐ
- 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
- 箏・三絃教室 淀の会 長野雅子
090-3996-9514 JR千里丘駅
http://www.yodonokai.com

■腹式呼吸・発音・発声 歌唱指導
出張・個人指導 石井072-623-6568

■英検対策!入試合格への近道
ドロシーEQプラザ 千里山駅近く
070-9018-5496 体験あり

売ります・買います

■レコードCD楽器書籍買取します
「スノーレコード」←検索
06-4862-4684 SnowRecords.jp

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文字。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。
ず。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
Eメール dengon@citylife-new.com
FAX 06-6368-3505
問合せ 06-6338-0640

シティライフ主催

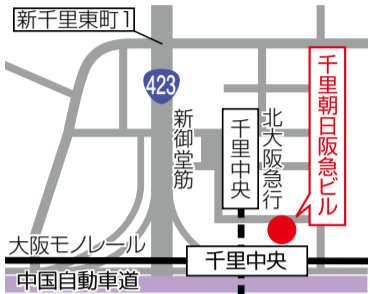
グルメ券付き

日々の生活が“もっと”豊かになる

参加無料
複数受講歓迎

プロから学ぶ「生活向上セミナー」

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、技術や知識を学ぶことができるセミナーを開催します。



5/25 水・26 木

各セミナー
定員24名

10:00 ~ 15:40

千里朝日阪急ビル 14F

(豊中市新千里東町1-5-3) 大阪モノレール千里中央駅すぐ

事前申し込みが優先です

申し込みフォームもしくはお電話で
申し込みください。

※各セミナーの状況によって、当日参加も可能です。
※事前申し込みをキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。
※同業者の情報収集、勧誘を目的とした参加はお断りします。

プロから学ぶ生活向上セミナー [検索](#)

申し込みは
こちら ▶



■お問合せ

TEL.06-6338-0640

(生活向上セミナー担当係まで) ※平日10時~17時

新型コロナウイルスの感染状況により、内容を変更または中止させていただく場合がございます。

事前予約して来場された方にグルメ券をプレゼント

事前にご予約いただき、当日セミナーを受講された方には左ページに記載の店舗で使用できるグルメ券(1,000円分)をプレゼント。各店舗先着30名までとなります。以降はセミナー受講のみとなります。

- 利用期間は5/27(金)~6/30(木)まで
- 希望の店舗はセミナー事前予約の際にお選びいただけます(当日の店舗変更等はできかねますのでご了承ください)
- 複数受講された場合でもお一人様一枚限りのお渡しとなります
- お釣りは発生しませんので予めご了承ください
- チケットは受付時にお渡しいたします
- 店舗都合により休業もしくは営業時間が変更になる場合がございます。ご了承ください。

5/25 水

セミナー室 A

セミナー室 B

10:00
~
11:00

1 不動産をコントロールして円満な相続の実現を

相続においては、早くから不動産について考え自分でコントロールできるようにしておくことが大切です。マイホーム等の不動産を誰の名義にするのか、どう活用するか、いつ売却するのが最善か。円満な相続実現のため、不動産をコントロールするためのポイントを学びましょう。

講師 株式会社エフピーコンパス 代表取締役 平井 寛さん

ファイナンシャル・プランナー(CFP®)、終活アドバイザー。千里NTに住んで50年。「家族の想いをつなぐ“円満な相続”を実現する」を信念に中立的な立場で活動。ライフプラン実現に向け、実務作業を税理士・司法書士等専門家と協力して行う。



2

2 初心者でも『簡単!効果的なお金のふやし方』

「なかなかお金が貯まらない」「何がいか解らない」そんなお悩みありませんか?これから先の長い人生を豊かに楽しく過ごしたいけど、iDeCo?NISA?人生100年?難しいし不安ばかりでも正しい知識があれば何が自分に合うのか見つけられます。初心者でもわかる貯蓄法とマインドをお伝えします。

講師 ファイナンシャルプランナー 大木 由加里さん

常時800人以上のお客さまを抱える業界20年以上の大木さん。2人の子育て経験とやわらかい雰囲気、気軽にマネー相談がしやすいと評判。



11:10
~
12:10

3 「中古住宅を買ってリノベーション」のイロハをお教えします

“中古住宅を購入して理想の住まいを”と考えている方に大切な2つのポイント「物件選び」と「リノベーション」の優先順位をお教えします。さらに、物件費用も工事費用も「住宅ローン1本でまとめる」賢い方法を使った全体の予算の組みかたや、家具の選びかたもご紹介。この機会に、無理なく楽しい住まいづくりについて考えましょう!

講師 Recette(ルゼット) 代表 濱野 哲夫さん

京都大学工学部卒、一級建築士・宅地建物取引士。物件選び・チェックからリノベ、住宅ローンとりまとめまで、お客さまのコンシェルジュのように「暮らし」をプロデュースしている。



4

4 幸せな人生を生きるためのマネープランを考える!

皆さん、幸せな人生を生きるためには、何を考えたらよいのでしょうか?叶えたい夢や目標は人により様々ですが、避けて通れないのがお金の話です。今も未来も幸せに過ごすために、今考えておくべきこと、やるべき事を整理し、iDeCoやNISAなどの投資信託の基礎をわかり易く、またその資金の作り方をお伝えします。

講師 ファイナンシャルプランナー 竹内 愛さん

日々変動する様々な金融商品をチェックするのが日課という勉強熱心な性格。相談者に寄り添った具体的な提案やわかりやすく説明するセミナーが好評。



12:20
~
13:20

5 『人生100年』時代に役立つ女性のためのマネー実践術

物価は上がるのに金利は上がらず、今や「長生きすること」もリスクの1つになりそうな世の中…。将来に向けてお金を貯めたり殖やしたりする方法があります。積立NISAやiDeCoなどの投資信託や、外貨の活用など、あなたに合ったお金の殖やし方をアドバイスします。

講師 ファイナンシャルプランナー 植田 ひとみさん

営業事務・秘書・経理などの職業を経験。お金に関する豊富な知識はもちろん、様々な人との関わりで培われたコミュニケーション力で相談者の信頼を得ている人気の講師。



6

6 “がん検診を受ける前に”知っておいてほしいこと

“がんの診断を受けてからでは手遅れなお金のこと”を知っていますか?2人に1人はがん罹患すると言われていた現代。「本当に受けたいと思う治療法」へ辿り着けるよう、“がん検診を受ける前”に知っておきたい最新の情報をお届けします。

講師 東京海上日動あんしん生命 崎山 浩行さん

電力会社からの異色の転職を強みとした、「分かりやすく、専門用語を使わないセミナー」が定評。年間300名を超えるお客様からの相談を、お客様の価値観に寄り添って一緒に解決している保険のプロ。



13:30
~
14:30

7 50~70代の方向け!医療保険、生命保険の選び方

新聞広告などに出ている保険は本当に安い?健康な方はもちろん、健康に不安があったり、高齢を理由に保険の加入を諦めていた方の為の間違いない、保険の選び方セミナーです。今時の保険を分かりやすく解説。気軽に質問や相談もできます。

講師 ほけんチェック シニアライフコンサルタント 石原 誠さん

お笑い芸人からファイナンシャルアドバイザーに転身。20年の経験から培ったプロならではの的確なアドバイスと、相談しやすい気さくな人柄に定評あり。笑いの絶えないセミナーも人気。



8

8 「知らないで損!相続対策の落とし穴」まるわかりセミナー

相続問題とは「見えている問題」だけでなく「隠れている問題」があり、100人いれば100通り。人生100年時代は、「介護・認知症対策」~「相続対策」までをワンストップで“トラブルを未然に防ぐ対策”が必要です。今すぐ一緒に“トラブルを未然に防ぐポイント”を見つけませんか?

講師 相続コンサルタント 浅野 真弓さん

親が認知症や要介護になったとき、真っ先に影響を受ける50・60代の女性のサポートに手腕を発揮。「親の認知症や介護にまつわる不安がワンストップで解消される」と評判。



14:40
~
15:40

9 お金との付き合い方、賢い貯め方を学ぶセミナー

金利が上がらないにも関わらず消費税と物価は上がります!使えるお金の量が縮小し、お金の価値は下がっていく一方…。iDeCoや積み立てNISAなどの投資信託、外貨積み立て、何が自分に合うのか、初歩から一緒に考えてみませんか?

講師 ファイナンシャルプランナー 豊福 勝彦さん

生命保険・資産形成のプロとして具体的なライフプランの提案に定評がある。これまで1,500世帯以上を担当してきた経験をもとに目からウロコのマネーセミナーを開催する。



10

10 これってほんとにリウマチ? ~手の痛みの治療とケア~

手の痛みやこわばりを感じると「もしかして関節リウマチ?」と心配になりませんか?または「薬を飲んでるのに効かないな…」と思うことも。関節リウマチだけでなく、腱鞘炎、手根管症候群なども手の痛みの原因に。病気の見分け方、治療やケアの方法などをお伝えします。

講師 たけうち整形外科リウマチ科 院長 竹内 英二さん

大阪大学医学部卒、医学博士。日本整形外科学会専門医、日本リウマチ学会専門医/指導医。NTT西日本大阪病院、大阪警察病院では整形外科部長を務めるなど豊富な臨床経験を携え、2021年2月吹田市に同クリニックを開設。



グルメ券が
使える
グルメ店



野菜とつぶつぶ
アブサラカフェ
LABI千里中央店
豊中市新千里東町
1-2-20 LABI 4F



Italian
Campanio
(イタリアン カンパニオ)
吹田市江の木町
2-26 2F



和韓料理
ブルコギ専門店
じゅるく
箕面市小野原西
6-5-38

写真はすべてイメージです。

5/26 木

セミナー室 A

セミナー室 B

10:00
~
11:00

1 相続専門家による「専門用語」を使わない生前贈与セミナー

開催すれば毎回満席の人気セミナー。「生前贈与を始めたい」「今やっているけどこれでいいのかな?」「そもそも何をどこに相談していいのやら…」とお悩みの方へ、相続専門税理士が生前贈与のヒケツをお伝えします!専門用語を使わず分かりやすくご説明します。ご希望の方には講師による無料個別相談も承ります。

講師 一般(社)ひかり相続センター 税理士・司法書士 鎌田 諭さん
税理士と司法書士のダブルライセンスを持つ数少ない相続の専門家。これまでに合計で150件以上の生前対策、相続手続き、相続税申告を行っている。



2 「認知症予防」と「介護準備」のための資産形成の方法

長生きをするために何か準備はしていますか?長生きすることとは「健康」と「お金」、両方の準備が必要です。その為にすぐ出来ること、これから準備していくこと、認知症の予防と介護の準備に対してどんな方法や考え方があるのか?誰にでも分かりやすくお伝えします。

講師 ファイナンシャルプランナー 北野 美也子さん
保険業界31年を迎えた業界一筋の北野さん。プライベートでは2人の子供を育て上げた母の顔を持つ。女性ならではの人生の悩みを始め、共感と呼ぶセミナーはわかりやすいと評判。



11:10
~
12:10

3 相続した不動産を売却して、手取りを増やす2つの流儀

親から相続した不動産を売却する時の税金と言えば「相続税」を思い浮かべるかもしれませんが、実際に対策が必要なのは「譲渡税」です。今回は、相続発生後、不動産を売却して手取りを増やす対策と、民法上で気をつけたいポイントをわかりやすくご紹介します。

講師 センチュリー21ウエストエリア株式会社 代表 大村 武司さん
不動産業界歴26年。宅地建物取引士・上級相続診断士・ファイナンシャルプランナー。センチュリー21では、大阪・奈良・和歌山地区の会長を務める。不動産相続や相続専門家向けセミナーの講師依頼も全国から多数寄せられる。



4 知っているかどうかで大違い!貯蓄も保険も出口が9割

お亡くなりになると預金口座が凍結される事があるのはご存じの方も多いと思いますが、認知症になっても凍結される事があるのはご存じですか?貯蓄や保険などの商品を選ぶときは経済的優位性だけを見て選びがちですが、どうやって使うのかという出口を見失い、意味の無いものにしてしまわないための必見の講座です。

講師 ソニー生命保険株式会社 ライフプランナー 佐伯 忠史さん
豊富な経験をもとにした、的確なアドバイスが好評のファイナンシャルプランナー有資格者。自治体主催のライフプランセミナー等で講師も務めている。



12:20
~
13:20

5 介護の専門家が伝える「老人ホームの選び方とお金」

「要介護になったらどうしよう?今の住まいは?ホームには年金だけで入れるの?」という不安はありませんか?老人ホーム・高齢者住宅の選び方、費用などのお金の話について、わかりやすく解説します。ご希望の方には、無料個別相談も承ります。

講師 株式会社カラフル 代表取締役 石井 英彦さん
高齢者住まいアドバイザー・福祉用具専門相談員・宅地建物取引士・相続支援コンサルタント。パナソニックにて約15,000人の要介護高齢者の住環境を整備。介護業界での豊富な経験を活かし、高齢者住まいの紹介を北摂エリアで行っている。



6 お金持ちが実践している「ほったらかし投資」3分法

コロナ禍で情勢が不安定な今、大切なお金をどのように活用すれば良いのか判断するのは難しいものです。そこで、タイミングを気にせずに「ほったらかし」で資産を増やす方法をお伝えします。内容は初心者向けですので投資未経験の方でも気軽に参加ください。

講師 ファイナンシャルプランナー、社会福祉士 武田 拓也さん
有料老人ホーム管理者と外資系金融機関を経て、独立型FPとして中立な立場で投資ノウハウを提供中。自身も株式投資を皮切りに投資信託や不動産投資、海外投資などを経験し、投資歴は16年。所属:株式会社FAMORE 出身地:淡路島



13:30
~
14:30

7 「その工事、ちょっと待って!」知って差がつくりフォームの話

「築年数が経ち、家のあちこちが古くなってきた」「子どもたちが家を出たので今の間取りでは広すぎる」など、住まいの環境を変えたいと思っている人はいませんか?リフォームに興味がある人に向け、気をつけるべきポイントや思わぬ落とし穴、気になる費用について、実際の事例を交えてわかりやすくお伝えします。

講師 株式会社スペースR 代表 藤井 健太さん
一級建築施工管理技士。リフォーム・リノベーションを専門とするスペースRの代表として数多くの工事を担当。セミナー・相談会は初心者でもわかりやすいと好評。



8 子どもの才能発見講座&子育て世帯ライフプラン講座

「イライラして怒鳴ってしまう・・・」「良い叱り方・褒め方って?」子育てで悩むママパパに役立つお子様の才能や個性の伸ばし方、さらに、今知ってほしい教育資金や老後資金、ライフプランの考え方について、子育て診断士の資格を持つ現役ママFPが楽しくお伝えします!

講師 子育て診断士 ファイナンシャルプランナー 岸麻美さん
新卒で証券会社に入社し資産運用の提案・アドバイス業務に従事。自身の経験からライフプランの必要性を実感し、転職後FPとして子育て世帯向けに各地でセミナーを行う。お金だけでなく、子育てや家族関係にも寄り添う体験型のセミナーが大好評!



14:40
~
15:40

9 「大人の目の病気」と「子どもの目の病気」

内科と小児科があるように、眼科でも大人に多い病気と子どもに多い病気は違います。知っているつもりで、実はよくわかっていないという事はありますか?年齢別に目の病気についてわかりやすく解説し、特に子どもの病気について注意すべき点を中心にお話しさせていただきます。

講師 辻川眼科 院長 辻川 薫さん
淀川キリスト病院、箕面市立病院で勤務。その後、ハーバード大学へ留学し、2020年2月に箕面市船場に辻川眼科を開院。気軽に相談できる「まちの眼科」を目指している。



次回の「プロから学ぶ生活向上セミナー」は7月開催を予定しています。



箕面公園 いいね!プロジェクト 〈イベント案内〉

箕面公園自然観察会

参加者募集中

「新緑の森をたのしもう!」

新緑の滝道(たきみち)や森の中で、生きものや植物を観察するよコバルトブルーに輝くオオルリに出会えるかな?!



対象 ▶ どなたでも(小学生以下は保護者同伴要)
日時 ▶ 5月8日(日) 10:00~12:00
雨天中止
集合 ▶ 箕面公園昆虫館前
定員 ▶ 15名(要事前申込み・先着順)
参加費 ▶ 100円/ひとり(一部山道を歩きます。歩きやすい靴・服装でご参加ください ※ベビーカーの使用はできません)

お申込みは お電話にて Tel.072-721-3014
箕面公園管理事務所 (9:30~17:30)

昆虫館

企画展「世界の蝶」と「パラダイス放蝶園」は5月9日(月)までお見逃しなく!

企画展「世界の蝶」
世界のチョウ552種716点がずらりとせいぞろい!
この機会にその美しさと多様性をご覧ください(標準展示)
会期 ▶ 開催中~5月9日(月)まで
場所 ▶ 館内企画展示コーナー

放蝶園をより楽しむための企画展「パラダイス放蝶園」
一番人気のコーナー「放蝶園」をより楽しめる観察ポイントと飼育の裏側について紹介しています。これであなたも放蝶園マスターに!
会期 ▶ 開催中~5月9日(月)まで
場所 ▶ 館内キッズルームよこのコーナー

【5月11日(水)からの新企画展は・・・「身近にせまる虫」
わたしたちの暮らしの身近にせまる「害虫」といわれる虫たちを徹底分析正しく知ること対策にも役立ちます
会期 ▶ 2022年5月11日(水)~9月5日(月)
休館日 ▶ 火曜日
入館料 ▶ 高校生以上280円 中学生以下:無料
障害者手帳の提示で本人と介助者1名:無料
※お子様には保護者(大人の方)の同伴が必要です



新型コロナウイルス感染拡大防止感染予防のために

▶ 昆虫館は入館者数の制限をおこなっています。(再入館はできません、館内一部コーナー利用制限あり)
▶ 昆虫館の入館、見学時はマスクの着用をお願いします。
▶ 入館前の検温、手指の消毒にご協力ください。

昆虫館 5月ゴールデンウィーク期間中の開館・休館について
箕面公園昆虫館は火曜が定休ですが、5月3日(火・祝)は開館いたします。
なお振替休として5月6日(金)はお休みとなります。ご注意ください。

キレイな私に Change!

肌の露出が多くなる夏を前に、引き締まったボディラインやキレイな肌へチェンジしませんか。そんな理想をかなえてくれるプロの技をご紹介します。



今始めるとココで差がつく

「ハミ肉・体型崩れ、定着してしまう前に
圧巻のプロの技で痩せボディへ」

オーナー 稲田さん

コロナで生活習慣が変わり、過去最高の体重になってしまった、と来店される方が増えております。結果にこだわり続け徹底的に磨いた技術で理想ボディへ導きます。

最強マシンとプロの手技で引き締め "自分史上最高BODY"をつくる

アンマンの究極痩身マシン"3MAX"は、キャビテーションで脂肪細胞を死滅させ数自体を減らし、リバウンドしない身体へ。その上で硬くなった脂肪を深部から温め採み出し、4種類のクラッシュ吸引でセルライトを効果的に撃退! 気になる箇所を重点的に施術してもらえる、2部位選べる贅沢コースが人気。



究極痩身マシン3MAXはキャビテーションと4種のクラッシュ吸引で脂肪を撃退! 手技との合わせ技で理想のメリハリBODYへ。

トータルビューティサロン
サロン・ド・アンマン

箕面市如意谷1-7-41
営/10時~20時
予約制 無休 Pあり
☎072-722-2411
ダンディアップ
☎072-725-3660



特典

- 【Body】
- 攻め痩せお腹コース 3,300円
 - 冷え太り対策! スラット美脚美尻コース 3,300円
 - 背中二の腕美人コース 3,300円
 - 上記から2部位選べる贅沢コース(75分) 5,500円

【Facial】

- 光フェイシャル(シミがポロッと落ちる感激!) 3,300円
 - 小顔リフトアップフェイシャル(顔全体のリフトアップで"上がる"が続く) 3,300円
 - 最上級美肌テクノロジーメタジェクト 5,500円
 - 肌枯れ速攻リセットフェイシャル(小顔リフトアップフェイシャル+光フェイシャル) 8,800円
- (5月末まで・要予約・新規の方のみ)



今始めるとココで差がつく

「繊維芽細胞へアプローチすることで
老化を食い止め、年齢不詳の美肌へ」

スタッフ 北居さん

繊維芽細胞へアプローチをする、「本気で変わる」技術を用意しています。肌老化の原因を明らかにし、その人にベストなオーダーメイドプランをご提案するのでご相談ください。

"実年齢×0.8歳"を叶える施術力 「10年前よりも今が若い」ゲスト多数

メタジェクトは痛み・ダウンタイムなしで「医療レベルの結果が出る!」と、リピート率ほぼ100%のメニュー。1秒間に最大2,700個の微小空洞を一時的に形成し、自然治癒力でコラーゲン・エラスチンを生成。肌の奥までヒアルロン酸をまるごと1本導入し、「実年齢×0.8歳」を実現。光フェイシャルは全国一流サロンで導入されるマシンで結果も段違い。同世代に差をつけたい方はぜひ同店へ!

悩み FACIAL

シミ・しわ・たるみ・ニキビ跡などには、「悩み特化型光フェイシャル」。加齢に伴う肉落ちをぐぐっと上げる「小顔リフトアップフェイシャル」。肌状態を見て貴女にぴったりのメニューを提案してくれる。



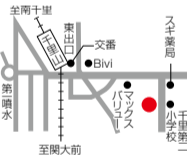
3か月で-9.5キロ、お腹周り-12cmのYさん(57歳)。「運動なしで気づけばどんどん痩せていきました!」



2 痩身カウンセラー、健康管理士、美腸セラピストの山本さんが二人三脚でサポート。

Slim & Smile
(スリムアンドスマイル)

吹田市千里山東2-16-15
ヴィラ千里山201
営/10時~20時 土曜10時~17時
日曜・祝日定休
☎06-7162-0979
https://www.slim-smile.com



今始めるとココで差がつく

「痩せない身体を諦めてしまう前に
"痩せる習慣"を味方に理想体型へ」

オーナー 山本さん

耳つぼで食欲を抑え、健康管理士による栄養学に基づく食事指導で3か月で-7~10kg実現。自力ダイエット失敗を繰り返す方も二人三脚でしっかりサポートしますのでご安心ください!

薄着の季節本番・まだ間に合う 「健康的に痩せたい」を実現

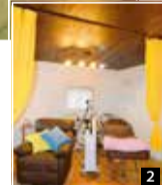
「コロナ禍でライフスタイルが変わり過ぎて戻らない」。そんな貴女には4月で12周年を迎えたダイエット専門サロンの同店がオススメ。お腹周りのサイズダウンを実現、健康的に痩せる方が続出。繰り返す自力ダイエット失敗をここでストップし、理想体型を手に入れて。

特典

- 「シティライフを見た」で
- ダイエットカウンセリング無料
 - カウンセリング無料 +
 - ① 耳つぼ施術 ② 天然はちみつ
- 全て込みで5,672円 → 1,900円
(新規予約で7キロ以上痩せたい方・5月末まで)



1 オーナーの山田さんはエステの中でも難しいとされるシミケアが得意。



今始めるとココで差がつく

「春の紫外線は真夏並み! シミケアで
年齢を感じさせないお肌に導きます」

スタッフ 山田さん

当店のシミドットクスコースはシミのメラニンをピンポイントで凝固させ、1週間前後でアカとなって自然にはがれ落ちます。肌の基礎力を底上げすることで紫外線に負けないシミクリアな肌へ導きます。

歳を重ねるほどキレイになる 自分史上最高のシミゼロ肌へ

「ここに通うようになって周りから肌のことを本当によく褒められる!」と驚異の美肌回復力が評判。何歳からでもキレイになれるシミケアメニューが受けられ、70代の方の肌もまるで40代のような艶肌に。ムダを省いた"脱ぎ捨てる美容"で時短ケアができ、「1回ですごい!」と効果を実感する人が多いのも魅力。

特典

- 「シティライフを見た」で(要予約、新規限定、5月末まで)
- シミドットクス10分あて放題 4,950円 ※目安20箇所
 - シミ1個(直径1~2ミリ)20分あて放題 8,800円 ※目安40箇所
 - さらに効果を高めたい方
 - フォト美顔プラス3,850円

私のサロン

吹田市山田西4-16-5
営/10時~19時
日・祝定休、4/29~5/5休
カード利用可
auPAY・PayPay利用可
☎06-6875-1577

気になるキレイのひみつ

素肌を守る 美容オイルの使い方

今回のテーマ

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。

そのほかの
使い方はコチラ



夏に向けて紫外線が強くなる季節。日焼け止めによるケアはもちろんだが、保湿でバリア機能高め、紫外線ダメージから肌を守ることも大切だそう。今回は、オイルを使った保湿ケアを覚えてもらった。

教えてくれた人



株式会社トゥヴェール企画部
田中 愛子さん

マーケティングや商品開発を担当。原料成分の研究に基づき、ビタミンC誘導体を配合した化粧水やセラミドに特化したオイルなどを企画。



洗顔後になじませてから化粧水を使うことで、オイルが水分を抱えながら浸透。スキンケアの効果を高めてくれる。ブースターにはアルガンオイルなど、肌への浸透性が高いものを。



最後にオイルをプラスすることで肌表面に膜を張り、スキンケアで取り込んだ水分の蒸発を防いでくれる。あらかじめ乳液やクリームなどに数滴加えて、混ぜ合わせて使ってもOK。



洗顔後の肌になじませて湯船に。温まることで毛穴が開き、オイルが肌に浸透する。ゴワついた古い角質をふやかす、ターンオーバーをサポートする効果も。最後は人肌のお湯で洗い流す。

【素肌を守る3つのケア】

ブースターとして

スキンケアの仕上げに

バスタイムに



創業40周年全国トップレベルの技術で 夏までに-3~-5kgを叶えるダイエット専門サロン

気を抜くと増え続けるセルライトは、体型が崩れる原因。ズボンに乗ったお腹のお肉、パンパンの太もも、垂れ尻を解消したいなら創業40周年を迎えた同店の「高速セルライト撃退コース」がオススメです。2021年に1,300人以上を痩せさせ、全国ダイエットグランプリに輝いた同メニューは、セルライトの破壊に効果的な5つの施術で身体深部に潜む「脂肪細胞」まで徹底的に燃焼。健康的な細胞に生まれ変わるため代謝が上がり長期的に痩せやすい身体に生まれ変わる。食生活のアドバイスもしてくれるので、生活全体が健康になるとか。「2ヵ月で10kg以上も体重が減った」「血圧やBMI、中性脂肪の値が10年以上前の正常値に戻った」「痩せやすい体質になった」など結果が目に見える!!夏前のダイエットは今始めよう。



2ヵ月で体重は-11kg、体脂肪は-8.7%を記録。ウエストは驚異の-15cm。



ひとり一人にあった効果のあるメニューを相談しながら作っていく。

2021年全国ダイエットコンテスト グランプリ・準グランプリW受賞

全国3,000店以上のサロンがエントリーする全国ダイエットコンテストでグランプリ・準グランプリを受賞。受賞の常連店として全国でも一目置かれているサロンだ。



寝ているだけでフルマラソン級!? 毒出しゲルマニウムベッド(90分 3,300円)

特殊なベッドで寝ているだけでフルマラソン完走に匹敵する1,800kcal消費できる。痩せやすい体質に生まれ変わる。



特典 「シテイライフを見た」で

- 創業40周年記念
- 5/15までの来店で高速セルライト撃退コース(90分)……3,980円(先着10名)
- 5/16以降の来店の方は高速セルライト撃退コース(90分)5,000円(5月末まで・新規の方限定)

医療機関提携サロン ファニービー

- 吹田店 ☎06-6386-0013
吹田市片山町1-6-23 グランロゼビル2F
JR吹田駅東出口から徒歩1分
営/月曜~金曜11時~20時
土曜・祝日10時~18時
日曜定休 Pあり
- 茨木本店 ☎072-645-1107



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



ヘッドマッサージで血流がよくなり全身ポカポカ。「肌のトーンも上がった」と喜びの声。

バリ政府認定クリーム
スパ資格取得の鈴木さん。
ヘッドスパ講師として
2,000軒をプロデュース。



ヘッドスパ専門店 PUTICA (プティカ)

箕面市白島1-7-25
チアミナビル201
営/10時~19時
木金:15時~22時
不定休 P1台有

☎070-8958-3580

Instagram:@putica.headspa



今始めるとココで差がつく

春は髪を育てる一番いい季節。 まずは抜け毛の減りを実感できます

店長 鈴木さん

ヘッドマッサージでこり固まった頭皮をしっかりとほぐしてから、再生医療にも使われる**ヒト幹細胞培養液**を浸透させるので効果抜群!新しい髪が生える良い頭皮作りはお任せください。

根本改善で強く美しい髪を育てる 1日3名限定 貸切ヘッドスパ

毛髪診断と丁寧なカウンセリングで貴方の髪悩みに最適な施術内容をオーダーメイドし、最短で理想の美髪に導いてくれる。頭部の筋肉を正常な位置に戻す神技マッサージは毛根を活性化させ、顔のたるみやシワにも効果的!専門店ならではの技術を体験してほしい。

特典 「シテイライフを見た」で

- 1時間体験コース……………11,000円
- 2時間2回体験コース……………通常44,000円→33,000円
(初回22,000円、2回目は半額11,000円)
(新規限定先着10名、2回体験コースは効果を出すため1回目から1ヵ月以内)



メナードフェイシャルサロン

- 少路北
豊中市桜の町6-10-3 3階 Pあり
☎06-6868-9466 (オーナー大喜多)
営/9時~21時 不定休(時間外要相談)
- 豊中春日
豊中市緑丘1-28-8 Pあり
☎06-6854-8638 (オーナー中島)
営/9時~19時 不定休(時間外要相談)



今始めるとココで差がつく

肌にとって過酷な強い紫外線 シミになる前に美白(※)ケアを

オーナー 大喜多さん

紫外線、黄砂やマスク擦れなどで**肌ダメージ**に悩む方が増えています。自宅ケアでは限界を感じている方は、ぜひ**プロにお任せください**。※メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐ

濃密でいいねいな贅沢時間を 50分2,200円で叶える感動肌

4月~5月は紫外線が盛んになる時期。日焼けやシワ、マスクの蒸れによる毛穴の開きなどが気になる方は早めの対策を。深田恭子さんのCMでもおなじみの同店。11ものステップで、セルフケアでは落とせない毛穴の汚れや黒ずみもスッキリ、潤いを与えてくれ驚きのプルプル肌へ!

特典 「シテイライフを見た」で

- スタンダードコース50分
(イルネージュ使用)……………6,600円
- サンプルセットプレゼント→初回お試し2,200円
(5月末まで・完全予約制・要予約)

シワ取り専門外来

長期持続型「ポリューマXC」注入

ほんの少しの勇気を持ってください

5年持続
プラン
受付中!

再注入半額!

- ほうれい線・眉間・額などの深いシワ解消
- 目元・口回り・カラスの足跡などの小じわ解消
- 目の上・下、こめかみの凹み、頬のクオケのボリューム改善

厚生労働省認可ヒアルロン酸 ポリューマXC注入 注射器1本(1cc)11万円

ハイフ(超音波)でタルミ取り

- ウルセラ3D施術(両頬と額) 165,000円

切らないワキガ治療

「ミラドライ」両ワキ 363,000円

脂肪吸引(太もも・腹部等)

1ヵ所 33万円~

目の下のクマ・たるみ解消
(腫れ、ダウンタイム最小限)

- ラジオ波照射による
経結膜脂肪除去治療 33万円

上まぶたのたるみ解消

- 目の上のたるみ取り 33万円
- 目の下のたるみ取り 495,000円
- 眼瞼下垂治療 55万円

**5~8年の持続効果
アクアリフト豊胸**

- 注射のみの施術 1cc 3,300円
- シリコンバッグ除去 33万円~

シミ・老斑・イボの除去

- レーザー治療
直径1ミリ 11,000円

あさひ美容外科

大阪梅田院 阪急梅田駅 東へ徒歩5分
大阪市北区堂山町1-7-15 AXIS UMEDAビル4F

高槻院 JR高槻駅 西へ100m
高槻市上田辺町1-30 大阪住宅ビル6F

院長カウンセリング無料 <公式>www.asahi-biyou.or.jp ※全て税込表示

☎0120(889)480

新型コロナ対策融資

きたしん新型コロナ対策 「経営強化連携融資」

★日本政策金融公庫との協調商品です★

- 商品の特徴
- 事業計画書の策定から資金調達まで、お客さまのご希望に応じて北おおさか信用金庫と日本政策金融公庫が連携してお手伝いします。
- 各種相談業務、並びに公的支援施策の活用提案や、マッチング情報、セミナー情報等の本業支援に係るお手伝いもします。

※お申込みの際は、個別に審査をさせていただきます。結果によりましてはご希望に添えない場合もございます。
※詳しくは当金庫の営業窓口にお問合わせください。

きたしんくん

この街の未来をひらく

北おおさか信用金庫

不妊治療の基礎知識

不妊治療の保険適用がスタート

令和4年度の診療報酬改定にて、不妊治療が保険適用されました。基本治療以外では、保険適用されないものもあるのでチェックしておきましょう。

「治療計画書」の提出が必要

この4月より、不妊治療の保険適用がスタートしました。保険適用にあたっては、あらかじめ夫婦同席の上、クリニックで「治療計画書」の作成が必須となります。

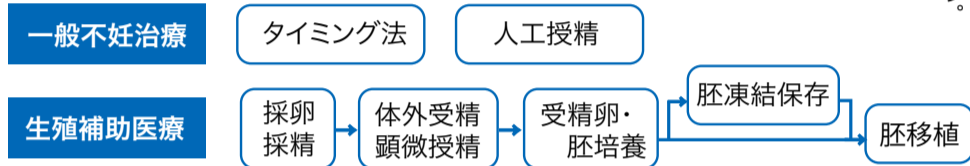
これからは、不妊治療を始めようと思われている方は、治療が進むにつれて治療費が自費(併用不可)になるので、注意が必要です。

治療計画を立てるうえで知っておいていただきたいのが、例えば生殖補助医療を受けたらと思う人が、下記(図A)の基本治療に加えてタイムラプスや子宮内膜受容能検査などの「オプション治療」を希望する場合は、そ

れらが「先進医療※1」として認定されている場合は、自費で保険と併用できません。しかし先進医療と認められていない治療を計画の中に組み込むと治療費のすべてが自費(併用不可)になるので、注意が必要です。

また一般不妊治療、生殖補助医療のどちらにおいても、医学的管理や療養上の指導等を行った場合に算定可能な「管理料」が新設されるほか、生殖補助医療では、採卵や胚移植を行った場合の診療報酬や、体外受精・顕微授精を行う患者さんへの管理料等が新設されます。

■保険適用される不妊の基本治療(図A)



先進医療(※1)とは

保険外の先進的な医療技術として認められたもので、保険診療と組み合わせ、自費で実施することができます。不妊治療に関する「先進医療」は、随時追加されることもあります。現状の先進医療は下記のとおりです。クリニックによって、申請している先進医療が異なるので、確認しておきましょう。

【顕微授精とセット】
卵子活性化、IMSI、PICSI

【胚培養とセット】
タイムラプス

【胚移植とセット】
子宮内膜受容能検査(ERA)
子宮内細菌叢検査(EMMA/ALICE)
アシステッドハッチング
高濃度ヒアルロン酸含有培養液
SEET(シート)法
子宮内膜スクラッチ
反復着床不全に対する投薬(タクロリムス等)

【参考】
厚生労働省
不妊治療に関する取り組み



多嚢胞や子宮腺筋症でも自然妊娠の実績あり

不妊症の漢方でのアプローチは、女性ホルモンのバランスを整えたり卵の質を良くするなど、本来備わる「妊娠力」を高めていく。「現代人は、食生活や生活の乱れから新たな命を生み出す力がない人が多いです」と西口先生。漢方は身体への負担が少なく、西洋医学との併用も可能。西口先生自身、漢方に助けられた経験からこの道へ進んだこともあり、患者目線にたった親身な対応が評判。諦めかけていた人が授かったケースも多数あり。

患者さんの声

- 過去2回体外受精をしましたが、着床後に受精卵が育たず、心拍が確認されませんでした。これは染色体異常など卵子の質が関係するようで、質を良くするために、漢方で体を整えることにしました。「腎」を強くし、気血を補うこと半年、年齢的にも最後まで決めた体外受精で妊娠できました。(40代女性)
- 3年半不妊で、多嚢胞性卵巣症候群と診断され、体外受精も3回失敗。さすがに思いで相談に行きました。月経不順、月経前の胸の張り、など体調も万全ではなかったので身体作りから始めました。漢方を服用して6か月後までには体の体調が改善、8か月後に自然妊娠しました!本当に良かったです。(30代女性)



薬剤師・国際中医師の資格を持つ井上先生夫妻。完全予約制のためお子様連れも可能で二人目希望で来られる方も多い。

「治療に行き詰まった」方を妊娠へ全国から訪れる自然妊娠実績も多数の子宝のかけこみ寺

北摂でも数少ない、粉薬・煎じ薬の調合も行う漢方専門薬局。子宝相談は得意分野で不妊漢方治療のエキスパート。他府県からの来局も多く、多嚢胞や高FSH、卵の質、内膜症、習慣性流産や原因不明の不妊症など幅広い原因に対応。クリニックや友人から紹介されて来店する方も多く、妊娠した4人に1人が40代という。細かく時期や体調を見ながら、「今」必要な漢方で体を整えていく。男性不妊・自然妊娠の実績も多数。

数多くの妊娠実績あり。喜びの声など、詳しくはHPで。



漢方薬局 柚花香房 (ユズハナコウボウ)

吹田市山田西3-57-20 ピアハウス王子101
営/平日9時~19時、水曜9時~13時 土曜9時~17時
日・祝日休 P2台あり 完全予約制
☎06-6816-9677 (漢方相談は電話でご予約)
http://wu-xiang-dou.co.jp
柚花香房 で検索



統合医療生殖学会学術理事の貴文先生。不妊治療の勉強会では講師を務める。「ここで妊娠した赤ちゃんと会えるのがすごく嬉しいです。」

春風漢方薬局 (ハルカゼカンボウヤクキョク)

豊中市寺内2-2-22 シャトーエデン109
営/月~金 9時~19時半、土 9時~18時
日曜・祝日休
「予約制につき、電話でご予約を」
☎06-6151-2491
春風漢方薬局 で検索



この写真の雰囲気を通り、やさしく相談しやすい人柄。国際中医学専門員の資格を持ち、これまでの経験や豊富な知識から的確に体質改善へ導いてくれる。不妊症、アトピー、自律神経失調症など不調を感じたら相談してみ。



“最先端治療と快適な環境を揃え、不妊のスペシャリストが全力サポート”

体外受精が始まって40余年を経て、現在では16人に1人の赤ちゃんが「生殖補助医療」で誕生しています。女性の社会進出による晩婚化で、卵巣機能低下や着床障害といった難治性不妊も増加しており、当院ではあらゆるニーズに対応するために患者様ファーストのオーダーメイド治療を行っています。そしてこの4月から人工授精等の「一般不妊治療」と体外受精・顕微授精等の「生殖補助医療」、また「男性の不妊治療」について、新たに保険適用されることとなりました。保険診療が始まったことをきっかけに、当院でも治療を再開される患者様が増えています。

そこで、5月からは二診制を順次導入し、待ち時間対策と院内での密状態防止を心がけます。またタイムラプスや子宮内膜着床能検査、子宮内膜・卵巣機能再生医療などの先進医療(保険適用との併用可)にも対応し、さらに希望される方のために着床前診断(PGT)などの最新医療も行っています。ただしPGTを希望される場合は、すべての不妊治療が自費となりますので、医師と相談しながら進めていきましょう。保険適用は女性の場合43歳未満までなので1日も早いスタートが望まれます。当院は男性不妊外来もあり、ご夫婦揃っての治療が可能なのでご相談ください。

6名の女性医師が在籍

診療主任 穀内 香奈 医師

「全曜の午後診を担当しております。患者様の不安やお悩みを、少しでも解決できればと思っております。」
大阪医科大学(産婦人科) 研修医
大阪医科大学(産婦人科) 後期レジデント
市立池田病院及び北摂総合病院 医師
大阪医科大学病院 准助教

「男性不妊外来」など高いスキルを持ったスタッフが対応

男性不妊外来では、不妊専門の3名の泌尿器科医が在籍し、男性専用フロアや待合室も設置。また、生殖医療専門医、臨床遺伝専門医、抗加齢医学会専門医、管理胚培養士、不妊治療コーディネーターをはじめとする高いスキルを持ったスタッフが患者様をサポートします。

患者様の声

タイミング法・人工授精・体外受精と一通り経験し、こちらのクリニックのおかげで妊娠に至りました。先生はもちろん、受付の方もわからないことを質問したらいつも丁寧に対応してくれました。主人も男性不妊専門の先生に何回か診てもらいましたが、親切に色んな情報を教えてくれるのが良かったそうです。

安安静室 男性専用フロア待合室

不妊治療専門クリニック 医療法人聖誕会
うめだファティリティークリニック
(旧宮崎レディースクリニック)

大阪市北区豊崎3-17-6
診療時間/9時~12時、13時~15時半、17時半~19時半
休診日:日曜、祝日、土曜の夜診
地下鉄中津駅下車 4番出口より徒歩約1分
阪急梅田駅茶屋町下車 徒歩約5分
☎06-6371-0363
https://umeda-fc.org/

※当クリニックは、先進医療が行える、要件を満たした不妊治療の「指定医療機関」です。



“保険適用により、治療を受けやすい体制へ”

2022年4月1日より不妊治療の保険適用が始まりました。どのような制度になっているのか、園田院長に話を伺いました。

園田桃代ARTクリニック 院長 園田 桃代さん

4月から不妊治療での保険適用が始まりました。一般不妊治療から体外受精など基本治療は全て保険適用となりますが、治療内容や適用外薬剤の使用、検査によっては自費診療となる場合があります。また、保険適用外の治療と自費治療を合わせて行う場合は全て自費となります。ただし、先進医療※1（自費）と認定された治療に関しては、保険適用の治療と同時に治療を行うことが可能です。先進医療からも除外された着床前診断などの治療を実施される場合は、採卵から全て自費となります。その他、女性の年齢制限及び年齢による胚移植回数の制限があり、40歳未満は6回、40歳以上43歳未満は3

回、43歳以上は保険適用外となります。保険適用により、これまでの助成金制度は終了となりますが、経過措置として令和4年3月31日までに治療を開始している方などは、助成の要件を満たしていれば助成金の対象となります。保険適用が始まったことで、これからは患者さん自身も情報を把握し管理していただくことが大事になってきます。当院のセミナーでも、詳しく説明しておりますので、是非ご参加下さい。また、ブログやLINEでも最新情報をアップデートしています。より良い治療を進めていけるよう共にがんばりましょう。

※1 タイムラプス・PICI・SEET・ERA・EMMA/ALICE・子宮内膜スキャン (3月25日現在)

少人数セミナー開催 [場所] 当クリニックにて
安心安全にセミナーを受けていただけるよう少人数で開催しています。定員となり次第、締切とさせていただきます。詳細はホームページをご覧ください。

体外受精セミナー 5/21(土)・6/18(土)
13時半受付開始 15時頃終了

これからの不妊治療セミナー 「保険適用でどう変わる? できる治療と費用のまとめ」
5/7(土)・6/4(土) 14時~(約30分)

漢方セミナー 5/14(土)・6/11(土)
14時半~(約30分)

妊活応援セミナー 5/7(土)・6/4(土) 13時~(約30分)

プレチェックセミナー 5/14(土)・6/11(土) 15時~(約30分)

[漢方外来] 月曜・水曜・金曜 15時~16時半 (初診の方は15時)

[男性外来] 男性泌尿器科医師による診察を実施しています。診察日: 第2・第4土曜日

園田桃代ARTクリニック
豊中市新千里東町1-5-3 千里朝日阪急ビル3F
診療時間 / [午前]10時~14時(土曜は15時まで) [午後]15時~18時半
火・木・土曜日は午前のみ 日祝休診
☎06-6155-1511
http://www.sonoda-art.com
※当クリニックは、特定不妊治療助成金の「指定医療機関」です。

全国で5万人以上の実績があるがんリスク検査

メタロ・バランス検査は、わずか6ccの採血であなたが

今がんである危険度を検査

男性6部位・女性9部位を部位別に判別

男性 / 大腸・胃・肺・すい臓・肝臓・前立腺 女性 / 大腸・胃・肺・すい臓・肝臓・乳・子宮頸・子宮体・卵巣

血中の17の金属元素濃度バランスは、がんになると変化します。メタロ・バランス検査は、この変化からあなたのがんの危険度を調べます。

検査費用 **特別価格 10,000円** (税込)
※研究目的のため年1回の簡単なアンケート調査にご協力いただける方対象 (参考: 通常実施価格 16,500円)

4/24(日)「あてなサン」でメタロ・バランス検査について放送されました。サンテレビホームページの過去の放送をご覧ください。
https://sun-tv.co.jp/antenna-sun/oa_movie

院内滞在時間は15分ほど!

大阪MBクリニック 5/28(土) 6/25(土) 7/23(土) 8/27(土)

お申込み・お問合せはこちらへ

完全予約制

検査実施クリニック募集中

5/20(金) お客様感謝デー

5/30(月) お客様感謝デー

鮮度と品質にこだわる、生鮮品を中心とした食品スーパーマーケットです。地域の皆様に食の安全と楽しさをお届けいたします。

SUPER MARKET KOHYO 山田店 吹田市山田西4丁目1-2-101 ☎06-4863-5040

5/20(金) 感謝デー!!

5/30(月) 感謝デー!!

毎月15日 GG 感謝デー!!

※メンバーさん・アルバイトさん募集中です。水産部・レジ、その他のお仕事も募集中です。まずはお電話下さい。

SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店 ☎06-6842-5040
豊中市曽根東町3丁目1-1 ティオ阪急曽根1F

スタッフ大募集

〈種別〉パート・アルバイト
〈作業〉惣菜・鮮魚・ベーカリー
〈時間〉7:00~17:00 (週20時間以内)

パート・アルバイト 時給/1,000円~ 各部門 まずはお気軽にお電話ください。

シェフカワカミ 桜塚店
豊中市南桜塚3丁目6-27 ☎06-6846-8001

子どもの保障が、月掛金1,000円から

家族みんなの コープ共済 基本の保障 《たすけあい》

CO・OP《たすけあい》はその名のとおり、組合員同士の助け合いの気持ちが形になった共済です。生協だからこそできる、組合員のくらしにやさしい安心の保障です。

コープ東豊中
豊中市東豊中町4丁目3番13号 ☎06-6848-2561

Food Net Mart
毎日 フードネットマート 安い!

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

From CityLife CityLifeはココに設置しています

設置場所の情報はwebからご覧いただけます。右記QRコードかホームページからチェックすることができます。

CityLife で検索

美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

スパイスと漢方の話

薬食同源 文笹川薬局 笹川悦子

第63回

茴香とフェンネル

今では香辛料としての呼び名の方が親しまれているフェンネルは、薬用としては基原植物 *Foeniculum vulgare Miller (Umbelliferae)* と定義されていて、生薬名「茴香」(別名小茴香)と称します。セリ科ウイキョウ属の地中海沿岸原産の多年草で、国内では、長野県や北海道などでも栽培されています。夏から秋に黄色い

小さな花を咲かせ、秋に黄緑色で見種のように見える果実を収穫します。主要な成分としてアネトールなどがあり、精油成分が一定以上であることが定められたもので、主な薬効として健胃作用や去痰作用が認められています。

薬用としての茴香は、例えば胃腸薬の成分表に芳香健胃薬としてその名を見つかる事ができます。漢方薬中の「茴香」方は「安中散」という処方方が代表的です。この安中散はやせ型で腹部筋肉が弛緩する傾向にある方の胃痛や腹痛、胸焼け、げっぷ、食欲不振、はきけ、神経性胃炎、慢性胃炎、胃アトニーに用いる事ができます。処方中茴香は、芳香性の健胃剤として食欲を増進、胃部膨満感や嘔吐を鎮める作用を期待して配剤され、香りはアネトールなどの精油由来します。またシヤククリを止める処方として丁香柿蒂湯という処方にも茴香が配剤されています。

茴香の香りは私にとって幼い頃を思い出す懐かしい香りです。人それぞれに安らぐ香りを探し出す時をもつこともいいかもしれません。

昨年より少し早く始まった今年の桜の開花。枝先いっぱい咲く花は新しい事に挑む人達を励ましてくれます。私も後回しにしていた台所の整理によりやく取り掛かると、昔使ったスパイスの空瓶、フェンネルが出てきました。蓋を開けるとどこか懐かしい香りが残っています。

妊活「授かる」「育む」をサポート

子宝漢法

~ 補陽丸 ~

これまで多数の子宝相談を受けてきた不妊漢方アドバイザーと国際中医師の共同開発により誕生した「授かる」「育む」をサポートする栄養補助食品。専門性の高い和漢ハーブを10種類配合。ぜひ一度お試しください。

TVで話題! 妊活中の方が注目! 栄養素サプリ

これまで多数の子宝相談を受けてきた不妊漢方アドバイザーと国際中医師の共同開発により誕生した「授かる」「育む」をサポートする栄養補助食品。専門性の高い和漢ハーブを10種類配合。ぜひ一度お試しください。

TVで放映されました! こちらをチェック! ▶ ベストハッピーアワード2021受賞!!

スマホで検索 → ストアーズ子宝 → #子宝 STORES → オンライン注文はこちらから → BASE → アプリ → 子宝漢法

体調向上プロジェクト

薬に頼らず自分でできる感染症予防
免疫力を高めて健やかな毎日を

新型コロナウイルスが日本で確認されてから3年目になりました。4回目のワクチン接種についての報道も出ており、「いつたいつまで続くのか」と思う方も多いのではないのでしょうか。ウイルスから身体を守る免疫力の高め方や感染症予防についてお話を伺いました。



ウイルスの感染予防として、まず基本的な「うがい・手洗い」、「早寝早起きの規則正しい生活」はしっかりと行ってください。そして免疫力を上げるためのバランスのいい食事を心がけましょう。特に「ビタミンD、ビタミンC、マグネシウム、亜鉛、セレン」はウイルスに対する免疫機能を強化する栄養素として重要です。

ビタミンDは骨の健康に欠かせないビタミンとして有名ですが、近年では免疫力を向上させる重要な役割を果たすといわれており、インフルエンザ、花粉症、糖尿病、がんの抑制などの効果も期待されています。1日に摂りたいビタミンDの目安量は5000IUで、これは干しいたけ100個(約500g)、鰹の蒲焼6.5

串(約650g)、シロ鯉3.2切れ(約320g)にあたります。1日にこの量を摂ることは大変なため、クリニックなどから処方される良質なサプリメントで摂取することをおすすめします。ビタミンCは、南米チリで行われた研究では、ウイルス性呼吸器感染の治療・予防に大きく貢献したという結果が報告されています。感染症の予防だけでなく、感染後の治療としても、ビタミンC点滴とサプリメントが効果的であるとされています。当院では、新型コロナウイルス感染後の後遺症に悩んでいる方の診察も行っておりますので、お悩みの方はご相談ください。

その他、免疫力向上のため呼吸法はとて大切で、鼻から息を吸った時にお腹を膨らませ、ゆっくり口から吐きながらお腹をへこませるといふ丹田呼吸法は、副交感神経を優位にさせ、自律神経を整えることで免疫力が高まります。散歩しながらなど日常に取り入れてみてください。

連日のさまざまニュースを見て不安を感じる方もいらっしゃるでしょうが、自分をしっかりとらえて、あまり周りに惑わされないようにしてください。すべてを我慢する必要はないと思います。他の人との感染予防はきちんと守りつつ、外に出て太陽の光や風、草花の香りを感じるなど、心身ともに気持ちいいと感じる時間をもつてください。



今回教わったのは...
直原ウイメンズクリニック 直原 廣明院長
大阪医科大学卒業。大阪大学医学部付属病院、米国オハイオ州シンシナチ小児病院等を経て、2004年に豊中市で産科・婦人科の直原ウイメンズクリニックを開業。

免疫機能に働く5つの栄養素を多く含む食品例

- ビタミンC
赤ピーマン、ブロッコリー、キウイ
- ビタミンD
きのこ類や魚類
- マグネシウム
玄米やほうれん草
- 亜鉛
魚介類、肉類
- セレン
かつおなどの魚類

一つの食品に偏らずに、バランスよく摂るように心がけましょう。

医療法人 廣仁会
直原ウイメンズクリニック
(ジキハラウイメンズクリニック)
豊中市新千里南町2-11-1
診療時間/平日・土曜 9時~12時、17時~19時(水曜:16時~18時)
木・土曜午後、日祝定休
☎06-6871-0314
http://www.jikihara.net
じきはらこどもクリニック
認可保育園 よつばはいくえん併設

「運動 × 栄養 × 休養 × 医療」を研究する 新しいカタチのフィットネス

運動不足の解消やダイエットなど、カラダを動かす目的は人によって違うもの。誰しも無理をすることなく、自分に合った方法で健康的に運動したいはず。吹田市津雲台にある「ビタレーザラボ」は、大阪大学大学院医学系研究科や医療機関と連携したフィットネス施設で、運動・栄養・休養・医療の側面からカラダ作りをサポート。トレーニング内容はもちろん、食事や休養についても提案してくれる。常にトレーナーがいる環境で安心して運動できることから、持病の

ある方や高齢の方も多く通う。経験豊富なトレーナーと二人三脚で取り組めるところも「ビタレーザラボ」の強み。入会後にカウンセリングを行い、トレーナーが一人ひとりに合った運動プログラムを作成。「痩せたい」「歩けるようになりたい」などの目的へのアプローチだけではなく、カラダのくせ、生活習慣のことまで考えてプランを提案してくれる。運動ができるか不安な方もトレーナーがついてくれるので、まずは無料の1日体験から始めてみよう!



ジム内は、トレーニングのアドバイスだけではなく、笑い声や世間話が絶えないアットホームな雰囲気。

MENU

- 入会金7,700円
- 事務手数料3,300円
- 月会費9,900円~

※月会費について詳しくはホームページにて。

特典 「シティライフを見た」で

- 一日体験→**無料**
- 入会金 & 事務手数料→**無料**
- 入会で**食器用洗剤**「ヤシノミプレミアムパワー」をプレゼント!(5月末まで)

VITALEZZA LABO (ビタレーザラボ)
吹田市津雲台5-11-2 グローバルビレッジ津雲台 つくもスクエア2F
営/平日9時半~22時 土祝9時半~17時半
※最終チェックイン時間は利用可能時間の30分前まで 日曜定休
☎06-6834-2070

(左)トレーナーのカウンセリング、理学療法士によるカウンセリング(月に一度)、同施設内にあるたけうち整形外科リウマチ科の紹介など、健康面へのサポート体制が充実。
(右)健康面の維持・運動パフォーマンスの向上には、休養が重要。ケアルームでは、酸素カプセルやパーソナルストレッチを提供している。



食事制限などの無理はせず 健康的で美しい理想のボディに

経験豊富な女性トレーナーがマンツーマンでサポートしてくれる人気のフィットネススタジオ。一人ひとりの身体の悩みやライフスタイルに合わせ、オリジナルのトレーニングメニューを用意。厳しい筋トレ・食事制限を伴う無理なダイエットではなく、健康的に美しくなることを目指す。「食べる楽しさ、運動する楽しさが伝わるメニュー作りを心がけています」(土井トレーナー)。



(上)完全マンツーマンでのトレーナーと二人三脚で理想のボディを手に入れよう!
(右)スタジオ近くにあるサラダ専門店「SYLPHY SALADE」と連携しており、サラダやプロテインスムージーで食事面もサポート!

Elfin Terrace
(エルフィンテラス)
箕面市小野原西4-10-40
P12台 予約・問い合わせは公式LINEから→
☎070-1065-8169
elfin_terrace@icloud.com

花粉症、腰痛、突発性難聴、リウマチ、 難病も任せたい身体の特シャリスト

病院へ通ってもよくならないと悩んでいる人が多く訪れる楓庵。他と違い、少ない鍼の本数で施術してくれる。鍼灸師の為沢さんは「要所を抑えれば、沢山の鍼は必要ないです」と話す。その「要所」を突き止める精度の高さが人気の秘訣だ。例えば耳鳴りに悩む方に対し「どの臓腑に負担がかかっているかなど一人ひとり違うため、不調のサインがどこから来ているかを見極めることが大切です。そして内臓の連携を整えることで自己治癒力を引き出します」。不調の根本的原因を探り施術することで大病の予防にもなり、全身の機能が整っていく。



(上)はり師、きゅう師の為沢ご夫妻。遠方から通う人もいほど信頼されている。
(左) 隠れ家のような落ち着いた雰囲気。

伝統鍼灸 楓庵
(カエデアン)
吹田市片山町3-13-2
営/10時~19時
土・日:10時~15時
完全予約制、水曜定休
※GWも営業
☎06-6170-1233

Hair Problems 大人の髪悩み Hair Solutions

このメニューで解決

プロの技で理想のヘアスタイルを手に入れよう。



CARE MENU

頑固なクセ毛が気になる人には

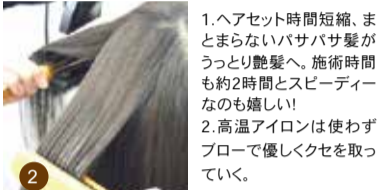
縮毛矯正ハーブ

ブローでクセを取るのがポイント! 縮毛矯正専門サロンだからその技術で、バサつくクセ毛が自然なストレートヘアへ。

専門サロンで叶える自然な艶髪ノンアイロンブローでストレート

縮毛矯正歴20年の一級毛髪診断士による施術で、くせ毛を改善してくれる縮毛矯正専門ヘアサロン。一度施術をすると半永久的にまっすぐになるので、伸びた部分だけ4~6か月ごとのリタッチでOK! 同店で使用する水は全てπ(パイ)ウォーター及び波動軟水。

- 特典「シティライフを見た」で
●縮毛矯正ハーブ+カット(シャンプー・ブロー付)
ショート..... 通常22,000円→10,500円
ロング..... 通常27,500円→12,700円
●縮毛矯正ハーブ+カット+カラー(シャンプー・ブロー付)
ショート..... 通常28,600円→16,500円
ロング..... 通常36,300円→19,800円

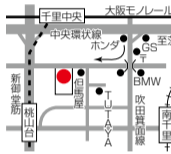


- 1.ヘアセット時間短縮、まとまらないバサバサ髪がうっとり艶髪へ。施術時間も約2時間とスピーディーなもの嬉しい!!
2.高温アイロンは使わずブローで優しくクセを取っていく。

縮毛矯正専用ヘアサロン

ヘアクリニックAPIS(アピス)

豊中市上新田3-10-10-103 サンパレス桃山台2番館1F 営/9時半~18時 月曜、第2・3火曜日定休 要予約・P2台あり ☎06-6833-8720 http://www.eapis.jp



CROSS WORD クロスワード 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日メチ) 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 ●4月号の答え さんさいとりに

EXPOCITY サステナブル・マルシェ Sustainable Marche 入場無料 日程 2022/4/30 10:00-17:00 場所 空の広場 PICK UP 北摂の野菜 渡邊ファーム 柚子加工品 くらぎスタイル 米粉 TAKAYA

意外と知らない歯の健康知識 歯は一生もの。だからこそ早めのケアを心がけましょう。 DENTAL CARE インプラント 最新インプラント治療でより精密に 治療期間の短縮も実現 片岡院長 大阪大学大学院卒/大阪歯学部招へい教員/デンマークコペンハーゲン大学歯学部留学

系球体腎炎の原因は歯周病性細菌 歯周病予防で全身疾患を予防 最近の研究で突発性腎炎は原因が不明でしたが、歯周病が引き起こす毒素が原因であることが分かりました。IgA腎症患者から抽出された扁桃で歯周病菌である Red Complex が検出されたことから、歯周病治療が有効と分かってきました。

従業員は抗原検査を実施! 安心です!! エアコンフル稼働前の洗浄で快適な夏を!! エアコン分解洗浄 1台目 5,800円 (税別) 2台目以降1台あたり 4,900円 (税別) 株式会社 アイコーポレーション TEL 06 6955-8797

EXPOCITYpress

5
2022 May



ららぽーとEXPOCITY リニューアル特集

第2弾



2019年度から大阪芸術大学と産学連携を進めているEXPOCITY。そのデザインプロジェクトの一環として、大阪芸術大学の学生による優秀作品を館内のリニューアル装飾として展示。館内に散りばめられた創造力とアイデアが光るデザインが楽しめます。



地元の魅力を発信する「インフォレストすいた」もリニューアル。食・美容・アート・スポーツ・遊びなどのジャンルに力を注ぐ人材を介し、吹田の魅力を体験・体感できる場所に進化しました。子どもや家族で楽しめるイベントなども企画予定。

3/24(木)から続々とリニューアルし、パワーアップを見せるららぽーとEXPOCITY。4月号に続き、今月号もリニューアル情報をお届けします。

新しいショップのオープンだけでなく、産官学連携の推進もリニューアルの大きなポイントです。そのうちのひとつに、「次世代人流管理システム(ひとたび)※」の導入があります。大阪大学発のベンチャー企業である株式会社HULIXと協業し、「来館者・従業員満足度の向上」「安心・安全の向上」「次世代型施設運営の推進」のため、EXPOCITY館内の人や空間の動きを一括で把握・管理できるように。館内人口や混雑度などを把握でき、より安全で安心して過ごせる施設を目指します。2021年度末までに施設の全エントランス、2022年度以降はフードコートなど館内の主要エリアへと導入範囲を拡大予定です。

※「ひとたび」は国立大学法人大阪大学の登録商標です。「ひとたび」のシステム開発・運用は大阪大学発のベンチャー企業「HULIX」が提供しています。

PEANUTS Cafe 大阪



大阪初出店!
「PEANUTS Cafe」が今春オープン!

スヌーピーの大好きなピザや彩り野菜のデリ、公園内の緑に映えるテイクアウトメニューが充実。ライフスタイルを豊かにする食器やお土産にぴったりなお菓子、ファミリーで楽しめる大阪店限定デザインのグッズも販売予定です。

最新情報はHPやインスタグラムをチェック!

© 2022 Peanuts Worldwide LLC

関西初出店のショップも
続々オープン

NEW SHOPS PICK UP!!

FASHION & GOURMET

4/21(木) OPEN

ステーキ・ハンバーグ
1ポンドのステーキハンバーグ
タケル
ららぽーとEXPOCITY 3F
FoOD PaViLloN



「BEEFTIFUL LIFE」タケルはお肉で幸せにする...をコンセプトに掲げ、海外の厳選された牛肉を、リーズナブルに気軽にお腹いっぱいお召上がり頂けます。

4/21(木) OPEN

台湾料理・スイーツ・ドリンク
台湾甜商店 (たいわんでんしようてん)
ららぽーとEXPOCITY 3F
FoOD PaViLloN



フードコート初出店の台湾甜商店より、本場の伝統的な味を再現した魯肉飯や牛肉麵などの「台湾美食」、毎日お店で丁寧に作る生タピオカ、芋圓・豆花などの台湾スイーツで「心を癒す、台湾時間」をお届けいたします。

4/21(木) OPEN

カツ丼・カツサンド
北新地とんかつépais
(きたしんちとんかつエペ)
ららぽーとEXPOCITY 3F
FoOD PaViLloN



ミシュランビブルマン獲得の「北新地とんかつépais」がフードコートに初進出。肉厚でジューシーなとんかつを贅沢なカツ丼に仕上げたカツ丼専門店です。

4/21(木) OPEN

抹茶スイーツ
辻利兵衛本店
(つじりへいほんてん)
ららぽーとEXPOCITY 1F



江戸時代(1860年)京都・宇治に創業。茶びつの考案と玉露を完成させ宇治茶を全国に広めた貢献を称えられ平等院正門横に銅像が建立されております。店舗では、石臼挽きたて抹茶を使用したパフェやドリンクを提供しております。

4/21(木) OPEN

ラーメン
どうとんぼり神座
(どうとんぼりかむくら)
ららぽーとEXPOCITY 3F
FoOD PaViLloN



フレンチレストランのオーナーシェフであった創業者が1年以上かけて完成させた自慢のスープに程よく絡む独自の麺。あっさりしているのに素材の旨みとコクが凝縮された「おいしいラーメン」をご賞味あれ。

4/21(木) OPEN

韓国料理
VEGEGOオヌレシクタン
(ベジゴオヌレシクタン)
ららぽーとEXPOCITY 3F
FoOD PaViLloN



美容と健康は食事から。VEGEGOでは韓国の家庭料理を定食スタイルでお召し上がりいただけます。豊富な組み合わせをご用意しておりますので、毎日でもお楽しみ頂くことができ、毎日足を運びたいそんなお店です。

4/22(金) OPEN

コラボレーションカフェ
FUNTOS (ファントエス)
ららぽーとEXPOCITY 3F



「FUNTOS(ファントエス)」は、アニメや映画ほかジャンルを問わず、その世界観に沿ったコラボフード、フォトスポットなどを提供するコラボレーションカフェです。コンテンツは不定期で替わりますので、新たなお気に入りを見つけにぜひご来店ください。

ららぽーとEXPOCITY リニューアル特集

第2弾

4/21(木)
OPEN

コスメ
cos:mura (コス ムラ)
ららぽーとEXPOCITY 3F

cos:mura



まるで韓国!「cos:mura」は最新のトレンド商品を中心に有名な韓国コスメを豊富に取り扱うビューティーストアです。お客様のお肌の悩みに寄り添い、「美」への追求のお手伝いをさせていただきます。

4/21(木)
OPEN

生活雑貨
Standard Products
(スタンダードプロダクツ)
ららぽーとEXPOCITY 1F

Standard Products



「ちょっといいのが、ずっといい。」普段の生活で使う、日用品をちょっと楽しく。スタンダード+αの感動品質で、300円を中心とするオリジナルアイテムを揃えた雑貨店です。

4/21(木)
OPEN

メンズ・レディース
ANTIQUILTURE
(アンティークカルチャー)
ららぽーとEXPOCITY 3F

ANTIQUILTURE
CLOTHES, FURNITURES & ACCESSORIES



ユーロ、US等世界各国からバイヤーが直接買い付けをしたヴィンテージクローズと出会えるショップ。30's~90'sと幅広い年代のメンズ、レディース古着をセレクトしています。

4/27(水)
RENEWAL
OPEN

メンズ・レディース・キッズ・ベビー
graniph
ららぽーとEXPOCITY 2F

graniph



グラフィックで彩られたTシャツや雑貨、ファッションアイテムをリーズナブルな価格で展開。毎週リリースされる新作グラフィックアイテムを多数とりそろえてお待ちしております。

4/6(水)
OPEN

靴・レディース・メンズ・キッズ
agnes b.
ららぽーとEXPOCITY 2F

agnes b.

フレンチカジュアルを代表するパリのブランド。流行に捉われることなく、着心地の良さやカッティングにこだわったエスプリ溢れるアイテムは、世界中の人に長く愛されています。VOYAGE(雑貨)ラインを中心に、FEMME(レディース)・HOMME(メンズ)・ENFANT(キッズ)のベーシックアイテムを展開。

4/21(木)
OPEN

メンズ・レディース・アンダーウェア・雑貨
Calvin Klein (カルバンクライン)
ららぽーとEXPOCITY 2F

Calvin Klein

1968年にアメリカで創立したカルバン・クラインはクリーンで革新的なデザインを特長とし、アパレル、ジーンズ、アンダーウェア、香水をはじめとしたアイテムの数々を展開するグローバル デザイナーズ ライフスタイルブランドです。

4/21(木)
RENEWAL
OPEN

メンズ・レディース・キッズ
Tommy Hilfiger
(トミーヒルフィガー)
ららぽーとEXPOCITY 2F

TOMMY HILFIGER

トミー ヒルフィガーは、1985年にNYで誕生したプレミアム・ライフスタイルブランド。デザイナーのトミー・ヒルフィガーが慣れ親しんだ東海岸のクラシック・アメリカン・クールなスタイルにモダンなツイストを加えた、遊び心と上品さが特徴です。

4/28(木)
OPEN

靴、ファッション雑貨
COACH (コーチ)
ららぽーとEXPOCITY 2F

COACH
NEW YORK

コーチは、1941年にニューヨークで創立したグローバルファッションブランドです。クリエイティブ・ディレクターのステュアート・ヴィヴァースのビジョンと、私たちのホームタウンであるニューヨークの、誰をも受け入れる姿勢(インクルーシブ)、そして勇気ある精神にインスパイアされ、誰もが自分らしくいられるように、永く愛される美しいものづくりを行います。

EVENT INFORMATION

Mitsui Shopping Park
ららぽーとEXPOCITY

PLAY! OUTDOOR FESTIVAL

三井ショッピングパーク ららぽーと甲子園・和泉・EXPOCITYは、最新のアウトドア情報を伝える人気メディア「GO OUT」がプロデュースした「PLAY! OUTDOOR FESTIVAL」を開催! オリジナルグッズがもらえるスタンプラリーや、ボルダリング体験など、さまざまなイベントをご用意! アウトドア関連の商品もたくさん手に入るの、ららぽーとへお出かけし、これを機会に、もっとアウトドアライフを楽しもう!

期 間 4/29(金・祝)~5/29(日)



他にもアウトドア
商品の特集も公開!
詳しくはWEBサイトを
CHECK!



クレヨンしんちゃんショップ

世代を問わず愛される国民的キャラクター「クレヨンしんちゃん」の期間限定ポップアップショップ! 文房具から生活雑貨、アパレルまでしんちゃんのカワイイグッズが勢ぞろい!!



期 間 4/29(金・祝)~5/15(日)

場 所 ららぽーとEXPOCITY 1F Loft前 イベントスペース

EXPOCITY サステナブル・マルシェ

現在、世界で推進されているSDGs。地域社会にとってもサステナブルな取組みが求められています。北摂を中心とした大阪の農産物や名産品が一堂に集まり、地元の魅力を再発見できます!



日 時 4/30(土) 10:00~17:00

場 所 空の広場

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。最新の営業時間は施設ウェブサイトをご確認ください。

- 4/1(金)~の平日
ららぽーとEXPOCITY 10:00~20:00(EXPO KITCHENは11:00~21:00, Eggs'n Thingsは10:00~)
 - 4/2(土)~の土日祝及び5/2(月)・5/6(金)
ららぽーとEXPOCITY 10:00~21:00(EXPO KITCHENは11:00~22:00, Eggs'n Thingsは10:00~)
- ※一部営業時間が異なる店舗がございます。※エンターテインメント施設については各施設ホームページをご確認ください。

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が混みやすい時間帯となっております)
※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。
混雑する時間帯の詳細はこちらからご確認ください。

問合せ先 06-6170-5590(代表/10:00~18:00)
<https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/>

最新情報は
HPをご覧ください

エキスポシティのInstagram公式アカウント

「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!

Instagram
@expocity_official



https://www.instagram.com/expocity_official/

定期的に最新情報を
更新しています。
ぜひフォローください!

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、お越しください。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

2022 NIFREL FAMILY CLUB

入会費を払うと期間中は何度でもニフレルを楽しめ、入館毎に支払う会員入館料500円は生きものたちのサポートに活用されます。

入会費

大人(16歳以上・高校生)5,000円
子ども(小・中学生)2,000円
幼児(3歳以上)500円

会員入館料
500円/1回

入館料は
生きものたちの
エサ代や
健康管理費に

販売期間 2022年3月11日～
2023年1月9日

有効期間 2023年3月31日まで

オリジナルバックや
カフェ・ショップの割引など
お得な特典もたくさん!



4月28日～8月31日

まで開催される特別企画

「WAO! ワオキツネザル」についてご紹介します。



これまでの
バックナンバーは
CityLife News
から ▶



吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営/平日10時～18時 ※土日祝日の最新情報はHPでご確認ください。
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 [Facebook] [Twitter] [Instagram] [YouTube] [LINE] で検索
(ナビダイヤル)

多様性の宝庫といわれるマダガスカルに生息するキツネザル107種のうち103種が絶滅の危機にあるとされており、そこでニフレルでは、ワオキツネザルと現地の自然環境に興味を持ってもらう特別企画「WAO! ワオキツネザル」を開催。「つぎにふれる」ゾーンで暮らす10頭のワオキツネザルにスポットを当て、それぞれの個性や魅力をパネル展示や公式インスタグラムで紹介し、さらにマダガスカルからのライブ中継によるオンラインツアーや10頭の見分けにチャレンジできるぬりえワークショップなども実施。また、2Fカフェ「EAT EAT」では、売り上げの一部をマダガスカルの自然保護活動に寄付する寄付型商品「マダガスカルバナナのアイスクリーム」も販売されます。



マダガスカルの天然由来のバナナを使用



回数券が再登場!

以前も大好評だった回数券が帰ってきました。2枚で800円、3枚で1,600円お得に。自分でリピートするのもよし、家族や友人とシェアするのもよし、使い勝手の良い回数券です。



詳細は
こちらから

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

シェアサイクルを利用して スタジアムで観戦しよう

スタジアムに隣接する駐輪場(OFA万博フットボールセンター北側駐輪場)に、指定シェアサイクルの臨時ポートを100台設置。スタジアムの往復の足として利用が可能に!ぜひ、この機会にガンバ大阪デザインのシェアサイクルを利用して、通行途中での地域のお店での買い物やご自身の健康意識の向上、スタジアム周辺の交通渋滞緩和へのご協力を!! ※臨時ポートは10:00～17:30のみ利用可能

実施日 2022年5月8日(日)
J1リーグ第12節 ヴィッセル神戸戦
実施場所 Panasonic Stadium Suita
(市立サッカースタジアム)および
スタジアム周辺のサイクルポート
利用料金 130円/30分、以降15分ごとに100円
(最大1,800円/12時間)
利用特典 ガンバグッズを先着50名限定プレゼント

※利用には事前に「HELLO CYCLING」のアプリまたはWEBサイト(https://www.hellocycling.jp/)より会員登録・事前予約が必要です。
「HELLO CYCLING」はOpenStreetの提供するシェアサイクルプラットフォームです。サービスの利用者は、「ステーション」の検索から自転車の利用予約、決済までの一連の手続きをスマートフォンやパソコンで簡単に行うことができます。また、HELLO CYCLINGのステーションであれば、どこでも自転車を返却することができます。

ガンバ大阪は、シェアサイクルプラットフォーム「HELLO CYCLING」を提供するOpenStreet株式会社と協業し、スポーツを通じたSDGsと地域課題の解決に貢献することを目的としたシェアサイクルの実証実験を行うことを4月14日(木)に発表した。この実証実験は、スポーツ庁が推進する令和3年度スポーツ産業の成長促進事業「スポーツオーブンイノベーション推進事業(地域版S O I Pの先進事例形

成)」において、関西地域で開催されたアクセラレーションプログラムの一環として行われる。同実証実験は、昨年12月4日(土)に行われた際に利用者に好評だったため、第2弾として5月8日(日) 明治安田生命J1リーグ第12節 ヴィッセル神戸戦においても、臨時サイクルステーションの設置の実証実験が行われることとなった。ガンバ大阪デザインのシェアサイクルの走行および利用促進することで、試

合日の渋滞緩和、来客者の街中での回遊性向上、CO2削減および利用者の健康増進に貢献することを目的としている。また、試合日以外の利用も順次北摂地域などで促進していく。実施主体となるのは、ガンバ大阪、OpenStreet株式会社をはじめ、大阪府、吹田市、官民連携で実施し、大阪府が掲げるサイクルツーリズム推進や、吹田市における自転車利用環境整備計画に貢献す

地域課題の解決とSDGs貢献に向けた シェアサイクル実証実験を5月8日(日)に実施



「HELLO CYCLING」のシェアサイクルにガンバ大阪デザインが登場!! 電動アシスト機能付きだから坂道もラクラク!この機会に、気になっていたスタジアム周辺のお店やスポットも散策してみよう!

5月のホームゲーム日程 @ パナソニックスタジアム吹田

- J1リーグ ▶ 5/4(水・祝) 14:00 第11節
vs 北海道コンサドーレ札幌
5/8(日) 14:00 第12節 vs ヴィッセル神戸
5/25(水) 19:00 第15節 vs サンフレッチェ広島
- ルヴァン杯 ▶ 5/18(水) 19:00 グループステージ第6節
vs 鹿島アントラーズ

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/



GWはパナスタへガンバの応援に行こう!

GWは「ガンバファミリーランド」として、イベント盛りだくさん! 5月4日(水・祝)に行われる札幌戦は、小中高生特別価格として、カテゴリー1～3が1,500円、カテゴリー4・5は1,000円で販売! さらに小中高生にはオリジナルナップサックを先着2,000名にプレゼントやミニSL乗車会など、子ども向けのイベントが盛りだくさんです。また、5月8日(日)の神戸戦でもミニ動物園開催や他にもイベントを行います!ぜひスタジアムへお越しください。

ガンバ大阪公式サイトはコチラ



5/4(水・祝)札幌戦

オリジナルナップサック
小中高生
先着2,000名
プレゼント!
ミニSL
乗車会
実施!

有限会社ふれあいの里動物村
大阪府茨木市泉原 572-1 / 取扱責任者 高藤勝 動物取扱業登録 大阪府登録第 79-5 号 (展示登録年月日 平成 18 年 6 月 13 日 / 有効期限 令和 8 年 6 月 12 日)

5/8(日)神戸戦

ふれあい
ミニ動物園
開催!

ピアノEXPO2022 in万博記念公園駅 2025 大阪・関西万博応援イベント ～大阪モノレール&ストリートピアノ YouTuber FES～



日時 2022/5/14(土) 12:00～17:30

料金 入場無料

お問合せ 大阪モノレールサービス(株)お客さまサービス課
06-6319-9785(平日9:30～17:30)

5/15(日) JAZZマルシェMay.2022
in Bampaku Sta.開催

※詳細は大阪モノレールホームページをご覧ください。

大阪モノレール

お得なモバイルチケット発売中

スマホアプリから購入できるモバイルチケット2種類が発売中です。大阪モノレール沿線のおでかけに、お得で便利。利用方法など、詳しくはHPをご確認ください。

大阪モノレール モバイルチケット 検索



	価格(税込)	利用可能日時	利用可能区間
休日満喫 1 DAY モバイル チケット	大人 700円 小児 300円	4月29日以降の 休日ダイヤ運行日	大阪 モノレール 全線 乗り降り自由
オフピーク モバイルチケット	600円 (大人のみ)	5月2日以降の 平日ダイヤ運行日 10:00～16:00 (出場は16:45まで)	



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。

ステージショーについて

- イベント当日、整理券をお配りします。
- 感染予防、拡散防止のため運営方法を変更することがあります。
- 運営スタッフがマスク・手袋を着用させていただいております。

ゴールデンフェア

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

ドリマムクリエイターズフェスタ 4/30(土)

ママたちのクリエイティブなアイデアとパワーからうまれる人気のフェスタを開催!

ハンドメイド雑貨やワークショップ約20店!!

先着300組様にフェスタで使える金券500円分をプレゼント!

サンリオカフェワゴンがやって来る!

4/29(金)祝 100組様

かわいいキャラクターのクレープをサービスします!

限定グッズの販売も!

© 2022 SANRIO CO., LTD. TOKYO, JAPAN® 著作 株式会社サンリオ

パッコロリン ミニステージショー

観覧無料

「みんなでウキウキ!」

5/1(日)

①11:00~ ②13:00~ ③15:00~

©NHK・NHKエデュケーショナル

当日の10時からイベントブースにて観覧整理券を各回先着48組様に配布いたします

ドリーミングファミリーコンサート

ドリーミングと一緒に歌えば元気100倍!「アンパンマンのマーチ」や「勇気りんりん」など『それいけ!アンパンマン』のたくさんの歌でおなじみのドリーミングがお届けする楽しいミニコンサートです!

5/3(火)祝

①11:30~ ②13:00~ ③14:30~

当日の10時からイベントブースにて観覧整理券を各回先着48組様に配布いたします

strawberry カーニバル

5/3(火)祝 200組様

100年つづく農家・おさぜん農園のキッチンカーが登場!

OSAZEN FARM KITCHEN

おいしいいちごのミニパフェをサービスします!

いちご抽選会

いちごふわふわ

※1組様1個

暴太郎戦隊ドンブラザーズ プレイランド

5/4(水)祝

参加無料

ふわふわドンブラザーズ
ふわふわドンモタロウ
アカレンジャースライダー
バスケットゴール わなげ
ドンモタロウ撮影会

①11:00 ②13:00 ③15:00

※カメラはご持参ください
※このイベントはキャラクターショーではありません

©テレビ朝日・東映AG・東映

パウ・パトロール あそぼう!

パウ・パトロールと一緒にクイズやダンスであそべるバラエティーショー!

5/5(木)祝

①11:00~ ②13:00~ ③15:00~

観覧無料

※諸般の事情により、ショー内容を変更する場合がございます

当日の10時からイベントブースにて観覧整理券を各回先着48組様に配布いたします

きかんしゃトーマスレインツアー

5/7(土)

※当日、混雑の状況により早めに受付を終了させていただく場合があります

© 2022 Gullane (Thomas) Limited.
© 2022 HIT Entertainment Limited.

はたらくのりもの大集合

5/7(土)

人気のはたらくのりものが大集合! ※カメラはご持参ください

T-REXウォーキングショー

5/8(日)

①11:00~ ②13:00~ ③15:00~

※10時から先着順に観覧整理券を配布します

観覧無料

恐竜なまあてスタンプラリー 300組様

ミニリケラトプス撮影コーナー ※カメラはご持参ください

くみたて化石恐竜プラモデル 200組様

※画像はイメージです

*「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。

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

○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・日曜日(祝日は営業)
※メーカーにより定休日異なります。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

他にも楽しいイベントが盛りだくさん! イベント&キャンペーンの詳細情報はホームページで ABCハウジング で検索!

ご来場プレゼント

4/29(金)祝 → 5/31(火)祝
※水曜日を除く、5/4(水・祝)は営業

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。

Shupatto. Lサイズ コンパクトバッグ

シュパットと簡単! メディアでも多数紹介された、一気にたためる便利なエコバッグをプレゼント!

※いずれかひとつ。※色や柄は選べません。※写真はイメージです。※賞品は予告なく変更される場合があります。

万博記念公園だより 5月号 令和4年4月20日発行 通巻504号

BAMPAKU News

2022
05

1970年の大阪万博開催時、世界9カ国から平和を願って贈られたバラたちと、最新のバラを取り入れた極上の癒し空間“として生まれ変わった「平和のバラ園」。優美なバラの姿はもちろん、豊かな香りもぜひお楽しみください。バラ苗販売、各種体験会、講習会も共催しています。

ローズフェスタ

5.7土 - 6.5日 9:30~17:00
(入園は16:30まで)

[場所] 平和のバラ園 [料金] 無料 ※別途入園料が必要

ローズフェスタ

関連イベント

{ [場所] 平和のバラ園内 }
※全て別途入園料が必要

京都川端商店バラの香り染めワークショップ&販売

5/7(土)、8(日) ①11:00~②14:00~ ¥ [ハンカチ染め] 1,000円 [ストール染め] 3,000円 定員 各回15名

期間限定 バラ苗・花苗販売ショップ

5/8(日)、29(日)、6/5(日) 10:00~16:00 日本庭園前ゲートすぐ

春を楽しむリアルボタニカルのアクセサリ作りワークショップ

5/22(日) ①10:30~12:00 ②13:30~15:00 ※時間内随時受付 ¥500円~

ローズマイスター 青木亨治氏によるバラ園ガイドツアー

5/29(日)、6/5(日) 13:30~14:30 ¥500円 定員 20名

フラダンスステージ

5/8(日) 12:00~12:30 ¥無料

参加申込方法等、詳しくはイベントホームページをご確認ください。



香り豊かな藤の花を楽しむ

4月下旬~5月上旬

4月下旬から5月上旬にかけて平和のバラ園内の藤棚が見頃を迎えます。大阪市福島区発祥とされている「ノダフジ」など、妖艶な花房と香りをお楽しみください。

◎ 自然文化園 平和のバラ園 ¥無料 ※別途入園料が必要



花の丘一面に広がる約38万本 ポピーフェア

開催中~5/8(日) 9:30~17:00

◎ 自然文化園 花の丘 ¥無料 ※別途入園料が必要

日本の春咲えびね展

4/29(金・祝)~5/3(火・祝) 9:30~17:00

※最終日5/3(火・祝)は16:00まで

◎ 日本庭園園芸植物展示場 ¥無料 ※別途入園料が必要

日本庭園ボランティアガイド

5/7(土)、8(日)、21(土)、22(日)

いずれも13時~14時30分

※ガイドボランティアについては、検温、マスクの着用を徹底し、密とならないようお客様同士の間隔を保ちながら行います。

◎ 中央休憩所前にて上記期間内随時受付、随時出発

¥無料 ※別途入園料が必要

万博記念公園Instagram(インスタグラム)フォトコンテスト入賞作品ギャラリー公開

2021年12月20日(月)から2022年2月19日(土)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1200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賞とさせていただきますので、下記の通り公園ホームページに公開させていただきます。また、当万博記念公園だより「BAMPAKU NEWS」紙面や公園SNS等におきましても随時掲載してまいります。投稿(応募)いただきました皆様には関係者一同心より御礼申し上げます。今後とも万博記念公園をよろしくお願ひ申し上げます。 [URL] <https://www.expo70-park.jp/instagramphotocontest2021/>



下のQRコードからご確認ください。



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 [5/5(木・祝)まで無休] ※5/6(金)は振替休園。 ※詳細はイベントの公式ホームページでご確認ください。 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

※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。

🕒 時間 📍 場所 💰 料金 🛋 休み 🗳 主催 🗨 問合せ 🏠 ホームページ



Pickup Event

※水曜定休[5/5(木・祝)まで無休] ※5/6(金)は振替休園。 ※別途入園料が必要。
 ※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。
 ※詳細はイベントの公式ホームページでご確認ください。

ロハスフェスタ万博 2022春

[1st] 4/22(金)~24(日)
[2nd] 4/29(金・祝)~5/1(日)
[3rd] 5/3(火・祝)~5日(木・祝)
 9:30~16:30



ハンドメイド雑貨やファッションアイテム、ガーデニング雑貨、インテリア、肌によさしい服、健康的なグルメなど、約800店が出店されます。ご家族、お友達で、素敵な時間を楽しんでください。

- 東の広場
- 入場料500円(小学生以下無料)
- ロハスフェスタ実行委員会・シティライフ
- 06-6338-0641 <https://lohasfesta.jp>

Warai Mirai Fes 2022 ~Road to EXPO 2025~

4/29(金・祝)~5/1(日)

未来のために、まずはみんなの心をつなげたい。SDGsの目標達成を旗印に、大阪のエネルギーの源たる笑い、食、そして音楽の力でムーブメントを関西から日本中へ、そして世界へと拡げるイベントです。



- お祭り広場・上の広場・下の広場・EXPO'70パビリオン
- 各コンテンツにより異なります。
- チーム関西/吉本興業株式会社
- <https://warai-mirai.jp/>
- 前売券は上記ホームページからお買い求めください。



ブラスエキスポ 2022

5/8(日) 9:30~16:00



国内最大規模の吹奏楽イベント。近畿一円の小、中、高、大学生が集結します。10時30分から園内各所で演奏リハーサルを行い、12時15分からは園内一帯でパレードを実施します。14時からはお祭り広場で各府県単位の演奏と参加者全員で合同で演奏されます。

- 東大路およびお祭り広場
- 無料 ● 06-6202-1231(平日13:30~17:30)
- 関西吹奏楽連盟事務局

第9回 カレーEXPO in 万博公園

5/7(土)・8(日)・14(土)・15(日)
 9:30~17:00(L.O.16:30)

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!



- 東の広場
- 入場無料
- シティライフ
- 06-6338-0641 <http://www.curryexpo.com>

魚ジャパンフェス

5/27(金)~29(日)
 9:30~17:00

累計86万人が来場した国内最大級の魚介料理の祭典が、ついに大阪に上陸! 海鮮丼や郷土料理、漁師めし、鍋料理、海鮮ラーメン、海鮮パエリアなど全国各地の魚介グルメが大集合します。



- お祭り広場
- 入場料300円
- SAKANA & JAPAN FESTIVAL 実行委員会
- info@jffes.com

OUTDOOR PARK (アウトドアパーク)

5/21(土)・22(日)
 9:30~17:00(入場は 16:30まで)

関西最大級のアウトドアイベント OUTDOOR PARK。最新のアウトドアグッズの展示や販売だけでなく、大人子どもも楽しめるワークショップやアウトドア体験、ステージプログラム、飲食ブースもあるので、ご家族やお友達と一緒に楽しんでください。



- 東の広場
- 500円
- OUTDOOR PARK 実行委員会 <https://outdoorpark.jp>

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。 >>>



自然文化園エリアを走る「森のトレイン」

風景を楽しみながらエリア内をめぐる

運行日
 4月・5月は水曜を除き毎日運行します。
 5/4(水・祝)は運行。5/6(金)振替休園、
 5/8(日)運休
 ◎ 9:50~16:25

運行ルート
 中央口⇒お祭り広場⇒だんご坂北口
 ⇒西大路広場⇒ソラード前⇒中央口

● 1人350円(3歳以上)

※一部ルートを変更する場合があります
 ※雨天時等、運休する場合があります

万博記念公園で使える

2022年5/9(月)~2023年3/21(金)

お得な前売りチケットを発売!

ご購入方法などの詳細は公式ホームページにて >>>

お得に万博記念公園エンジョイパス

(大阪モノレール全線1日乗り放題と自然文化園)

門真市駅からの場合往復通常価格

大人(高校生以上)	1,080円	→ 割引価格	850円
中学生	900円	→ 割引価格	700円
小学生	500円	→ 割引価格	360円

※大阪モノレールは全線1日乗り放題

万博BEAST

(自然文化園と万博BEASTセット券)

大人(高校生以上)	通常価格 3,760円	→ 割引価格	3,360円
中学生	通常価格 3,580円	→ 割引価格	3,220円
小学生	通常価格 3,080円	→ 割引価格	2,870円

EXPO'70パビリオン企画展セット割引 webチケットは発売中!

2022年5月8日(日) 15:00まで

太陽の塔

(自然文化園と太陽の塔内部観覧セット券)

大人(高校生以上)	通常価格 980円	→ 割引価格	930円
小中学生	通常価格 390円	→ 割引価格	380円

※太陽の塔オフィシャルサイトでの事前販売チケットのみ

EXPO'70パビリオン企画展

やってみた展 カラダで学ぶ遊園地

「体験すること」「学ぶこと」楽しさのなかに学びが詰まった、いろいろな「やってみた」体験が大集合。新しい自分を発見することを楽しむデジタル「遊園地」です。さらに今回は大阪万博とのコラボ展示が実現! 当時の貴重な資料や様子をパネルで紹介!

◎ 開催中~5/8(日) 4/29~5/1は特別展を予定しております。

◎ 10:00~17:00(入館は16:30まで)

◎ EXPO'70パビリオン ホワイエ

大人1,500円、中学生1,200円、小学生800円、未就学児無料 ※別途入園料が必要

<https://www.lnp-mother.com/yattemita/>

万博記念競技場のトラック等が新しくなりました。

独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツ振興くじ(toto)助成金を受け、万博記念競技場のトラック等が新しくなりました。団体利用はもちろん、個人利用は1人1回110円でトラックをご利用いただけます。

※詳しくは公園ホームページをご確認ください。

スポーツくじ toto BIG
 私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。

LINEお友達登録で最新情報をゲットしよう!

万博記念公園の情報をLINEでも配信します。友達追加は「万博記念公園」で検索、または右記のQRコードからお願いします。

※YouTubeやInstagramなどのSNSもチェックしてください。万博記念公園公式サイトから確認いただけます。

さあ「太陽の塔」の中へ!...入館予約受付中

「太陽の塔」は1970年大阪万博テーマ館の一部として造られた芸術家・岡本太郎最大の作品です。大阪万博以降、原則非公開であった太陽の塔...内部には40mを超える「生命の樹」があります。大地に根を張り、真つすぐに立つその姿は、未来に向かうエネルギーの象徴です。「生命の樹」の先にどんな未来があるのか...皆さん自身が「生命の樹」の一部となって、岡本太郎の世界をお楽しみください。入館人数に限りがありますので、事前予約をお願いします。

1階展示空間からのみ撮影可能です。
 写真撮影について 安全のためスタッフの誘導のもと、楽しく撮影ください。

◎ 10:00~17:00(入園は16:30まで)
 ● 大人720円/小中学生310円
 ※別途入園料が必要
 ◎ 水曜定休
 ◎ 0120-1970-89
 ◎ <https://taiyoutou-expo70.jp/>
 [太陽の塔オフィシャルサイト] 検索

お得なセットチケット販売中!
 入園料がお得になる「セットチケット」をご購入いただけます。詳しくは「太陽の塔オフィシャルサイト」をご確認ください。

巨大立体アスレチック迷路「迷宮の砦」

高さ13m、5階層の巨大アスレチック迷路。スリル満点のアスレチックを進んでいくコースと隠されたスタンプを探っていくコースがあります。

※利用の際にマスクの着用が必要です

◎ 9:30~17:00(受付は16:30まで)
 ● 「知力コース」「体力コース」各コース1名500円(知力コースは3歳以上から、体力コースは小学生から利用可)
 ※小学生未満のお子様は保護者同伴(有料)でご利用ください。
 ※別途入園料が必要

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

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。

万博記念公園へは公共交通機関で!

行楽シーズン・イベントや試合がある日は、周辺道路や駐車場が大変混雑し、駐車場の入出庫に時間がかかる場合がありますので公共交通機関をご利用ください。※駐車場の状況は万博記念公園公式HPでご確認ください。

■QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

みんなの小さなエコを大きなコエに

ロハスフェスタ[®] 万博

2022 春

2ND 4/29 FRI. 30 SAT. 5/1 SUN. 3RD 5/3 TUE. 4 WED. 5 THU.

9:30-16:30 入場料:500円[小学生以下無料]
[雨天決行 ※荒天中止] ※入場券販売は16:00まで

万博記念公園 東の広場

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。ウィズコロナの時代だからこそ、日常の暮らしをあらためて見つめてみたい。3年ぶりの春開催には今回もハンドメイド作家たちが思いおもしろい作品を出展します。健康に配慮した人気のグルメも勢ぞろい。あたたかな陽射しの万博記念公園でモノ、コト、ヒトとの素敵な出会いを楽しんでください。

新型コロナウイルス感染拡大防止策のため「給茶・給水コーナー」は中止しました。ご了承ください。

総出展店舗数
約800店 /

City Life

シティライフアプリの提示で入場料がおトクに！詳しくはロハスフェスタの公式WEBをご覧ください。



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。

ロハスフェスタステージ

アーティストによる演奏や、ダンス、FM大阪の公開録音などさまざまなパフォーマンスをロハスフェスタでお楽しみください。 協力: ネットヨタニューリー北大阪

2ND /

4/29(金・祝)

11:00~ Chululu
12:00~ 竹ちなみ
13:00~ 佐合井マリ子
14:00~ LIKALIFE
14:45~ Shallow Sea
15:00~ 白井大輔



Yes Happy!



立花綾香

4/30(土)

11:00~ Yes Happy!
11:45~ 土肥ボン太
13:30~ FM大阪「hug+」
公開録音ライブ
15:00~ 立花綾香

FM大阪「hug+」公開録音ライブ

「hug+music LOHAS LIVE」

※「hug+」は毎週金曜日

8:20~11:00オンエア



DJ 大塚由美

5/1(日)

11:00~ 中野聡子&李美香
12:00~ Rubino
13:00~ 優利香
14:00~ ハナフサマユ
15:00~ u-full



Rubino



ハナフサマユ

3RD /

5/3(火・祝)

11:00~ Nachika
12:00~ おんまゆず
13:00~ 一原ちひろ
14:00~ 小出夏花
15:00~ 市村順平



小出夏花



一原ちひろ

5/4・5『ALOHASプラスステージ』を開催!

総勢38チームの出演者が、美しく優雅なフラダンスを披露します。ハワイの空気を感じてください。 協力:AWAJISHIMA & HAWAII



Kimiyo Hula Halau



ブアケアフラスタジオ



'Oli'Oli hawaiian hula studio



Ka Lino Pawalu Hula Studio



HITIMANA



フラ オマカレア

エコでオシャレなハンドメイドクラフト カラダにやさしいフード



作家のこだわりが光るアクセサリや、経年変化で深みを感じるアンティークインテリア、新鮮な野菜で作ったフードやカラダにやさしい焼き菓子など、エコでオシャレなショップがずらりと並びます。(一部紹介)



acco
出展日:5/3~5/5



melo
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



みんなのマフィン
出展日:5/3~5/5



easen candle
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



Mon petit jardin & hinasanchi
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



十月
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



le souffle
出展日:5/3



kirarixunjouet
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5



Craft Box Sarasa
出展日:4/29~5/1,5/3~5/5

ステージの詳細は、公式WEB内にて公開しています。

出展店舗の詳細は、公式WEBにて公開しています。

親子の思い出づくりにぴったり

万博記念公園の豊かな緑に囲まれて、「いちご狩り体験」など親子で楽しめるイベントも目白押し。また「SDGs」について学べるクイズラリーやフードドライブなどの企画も盛りだくさん。親子の思い出づくりに参加してみませんか。

ロハスフェスタで「いちご狩り」が楽しめる!

開催日 ▶ 2nd(4/29~5/1)、3rd(5/3~5/5)のみ
各日 6部制(11:00~/11:30~/13:00~/13:30~/15:00~/15:30~) 定員 ▶ 各部 先着75組
参加料 ▶ 1,000円 参加方法 ▶ 当日9:30からブースにて、全時間の整理券配布を開始いたします。

まさに今が旬の美味しい苺。今回はロハスフェスタ会場にいちご農園がトラックでやってきます!収穫体験を楽しみながら、ぜひ、美味しくて可愛い苺をご賞味ください。またいちごの生果販売も「Lohas-Festa Mall厳選フルーツ販売」ブースにて実施。



捨てちゃう端材を使って、ロハスフェスタ出展作家がサステナブルな作品へアップサイクル

LohasFesta SDGs Collection

開催日 ▶ 全日 端材や規格外品を提供する企業と、ロハスフェスタ作家がタッグを組んで生み出す作品シリーズです。今回の素材は、森林整備で発生する「切り株」「間伐材」、タオル製造で発生する「捨て耳」、製造過程でキズがついた「着物帯」。不要品が素敵な作品に生まれ変わりました!

◎素材提供: 今治斎藤タオル~supported by SDC研究所~/志賀郷杜栄/松田織物 (企画参加出展者のブース、もしくはLohasFesta Mallにてご購入いただけます)



リメイクカー「蘭布 LAMP ~お直し屋さん~

開催日 ▶ 3rd(5/3~5) 参加費 ▶ 有料 ※お直しによって価格は変動します。お直しが必要なお洋服、捨てようかと悩んでおられる服を内容やご予算などをお聞きしながら、お直しいたします。ぜひ、会場までお持ちの上、ブースまでお越しください。お直し例は公式WEBにてご紹介しています。 ◎協力: 染・裁・色 工房&Cafe 蘭布



ロハスフェスタ キッズエコツアー

開催日 ▶ 4/29(金・祝)10時半~、13時半~ 参加費 ▶ 無料
ロハスフェスタの会場をロハスお兄さんと一緒にまわって、SDGsやエコについて学びましょう!参加者にはロハッチキャップ、ロハッチTシャツ、そして終了時にはロハスエコキッズ認定証を差し上げます。その他、ワークショップの無料参加も。ロハスフェスタ公式WEBにて予約受付中です。



「お金」でなく「思い」のやりとり xChange(エクスチェンジ)

開催日 ▶ 全日 モノが循環する豊かな社会を目指した、洋服の物々交換会です。もう使わないけど「誰かが欲しいかも知れない」ファッションアイテムを持ち寄り、次に繋ぎましょう。



ロハッチラリーでSDGsを学ぼう!

開催日 ▶ 全日 会場内に設置されたSDGsに関するクイズに答えて抽選会に参加しよう!出展者さんからの素敵な景品も多数あります!(毎日先着大人500名、子ども500名)子どもにはロハッチの絵本がもらえるかも!もらえるかも!



小枝でつくろう!スプーン&フォーク

開催日 ▶ 2nd(4/29~5/1) 参加費 ▶ 300円/本
間伐材を利用したスプーン&フォークを作りましょう。大人はもちろん、子どもでも簡単に作れます。自分だけのオリジナルスプーン&フォークで美味しいごはんを食べてみましょう!



皆さんのお家にある「いらなくなった食品」をお持ちください。

開催日 ▶ 2nd(4/29~5/1) ※左記日程以外は総合案内本部の出展者窓口で受け付けます。食の支援と食ロス削減にご協力ください。集まった食品は、育ち盛りのお子さんをお持ちのひとり親家族へ届けられます。お受取りできる食品、できない食品は公式WEBにてご確認ください。 ◎協力:NPO法人ハッピーママ



子ども食堂 × BohNo

開催日 ▶ 5/5(木・祝) 11:30~ 定員 ▶ 12名(小学生対象)
予約方法 ▶ 右記、QRコードから予約フォームまでお越しください。 ※予約優先制、当日空きがあればご参加可能です。 今回のテーマは発展途上国などで作られた商品を適正な価格と対等な関係で継続的に貿易する取り組み「フェアトレード」。フェアトレードの商品を選択することで原産国の支援に繋がる仕組みを楽しく学びます。ワークショップの後には、テーマに合わせたお料理の提供も!子どもたちのそのひとくちが、未来への気付きの一步を後押しします。親子での参加も大歓迎です! ◎協力:学生団体 BohNo ◎食材提供:日本もっちゃん食品センター



ロハス子ども食堂

開催日 ▶ 2nd 4/30(土) 定員 ▶ 先着100名 対象 ▶ 小学生
開催当日 ブースにて10時~整理券配布、11時より提供開始 ◎運営:ロハスカフェ



土肥ポン太がやってくる!

ステージ出演 ▶ 4/30(土)・5/4(水・祝)
今回も前回に引き続き、イベントステージに土肥ポン太さん登場!楽しいトークを繰り広げます。土肥ポン太さんに会えたら、ラッキー!一緒に写真撮影などしてね!



SDGs 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。



■リサイクル資源をご持参ください(エコ・リサイクルコーナーまで)
ロハスフェスタではご家庭のリサイクル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の燃料に精製して会場内の発電機燃料に活用します。牛乳パックは再生トイレトイレットペーパーとして仮設トイレで使用します。
◎使用済み天ぷら油回収 ◎牛乳パック回収 ◎ダウン回収 ◎古本 ◎紙袋
■マイ食器・マイカトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちいただきお越しください。

Attention <ロハスフェスタ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いたします。

- 1 入場について
 - ◎マスクの着用をお願いします。 ※年齢(未就学児)、高温多湿、健康状態、障害特性等に応じてご判断ください。
 - ◎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。
 - ◎大声での会話は控えいただき、できるだけ人と人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、出展ブース、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。

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 500円 [小学生以下無料]

雨天決行・荒天中止
※別途公園入園料(大人260円・小学生80円)が必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名様は半額 ※本会場はペットの入場は不可となります。

詳しくは右記公式ホームページにて
ロハスフェスタ 検索 <https://lohastesta.jp/>

主 催:ロハスフェスタ実行委員会/シテイライフ
後 援:環境省/大阪府/吹田市/公益社団法人グリーン化促進会/一般社団法人日本ホビー協会
問合せ:ロハスフェスタ事務局(シテイライフNEW内)
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 Tel.06-6338-0641 Fax.06-6368-3505

◎会場に出たゴミは、各自でお持ち帰りください。◎ロハスフェスタの会場は禁煙です。◎出展ブースや商品の撮影はお店の方に了解を得た上で、お願いします。◎安全で楽しいフェスタにするため、運営スタッフの指示にご協力ください。◎ロハスフェスタの趣旨をご理解いただき、取組みにご協力ください。◎お支払いいただいた入場券の払い戻しはいたしません。◎万博公園はペット同伴での入場が禁止されています。◎イベント内容、時間などが変更になる場合があります。◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ベグなどの使用をご遠慮いただいております。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。

開催中は駐車場の満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の出入庫に数時間かかる場合があります。 ※5月4日(水祝)はJ1リーグの試合が開催される予定です。

ロハスフェスタは「COOL CHOICE」に賛同しています (クールチョイス)

City Life

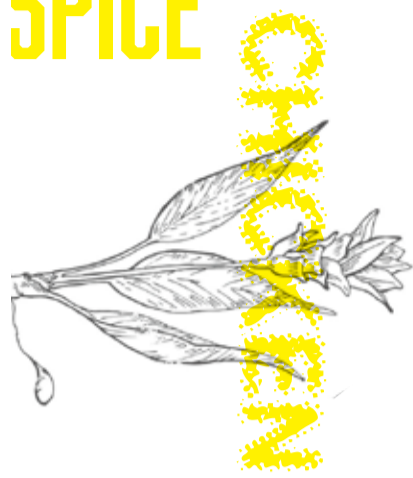
西日本最大級のカレーの祭典

SPICE

第9回

カレーEXPO

in 万博公園



GREEN

INDIA



2022 前半 5/7 SAT 8 SUN 後半 5/14 SAT 15 SUN

万博記念公園 東の広場(大阪府吹田市) 入場無料

- START 9:30~CLOSE 17:00(L.O.16:30)
- 別途公園入園料(大人260円、小中学生80円)必要
- 小雨決行(荒天の際 中止する場合があります)

※万博記念公園入園は16:30まで
※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。

詳細は
公式WEBへ >>>



会場内特設ステージ

よしもとお笑いライブ 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!! 各日13:00~13:30 ©YOSHIMOTO KOGYO, All Rights Reserved.

5/7(土) 出演	5/8(日) 出演	5/14(土) 出演	5/15(日) 出演
 紅しょうが	 パーティーパーティー	 タイムキーパー	 ダブルヒガン
 ラニーノーズ	 ハンダーソン	 マムリカ	 チェリー大作戦

さらに盛りだくさん!
同時開催イベント

関西の人気スイーツ店が大集合

第8回 *Sweets Expo*



「ブーさんの満腹日記」で人気のブローガー、ブ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。

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。



特設ブース

スパイス販売

カレー店こだわりのオリジナルスパイスを販売!



オフィシャルサポーター



ボン太ヴィレッジブース出演!

●土肥 ボン太さん

よしもとクリエイティブエージェンシー所属。野菜芸人でブレイク。



5月7日(土)8日(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!

●ET-KING センコウさん

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。

バンジーバンジーで空高くジャンプ!!



5~7mの高さまでジャンプでき、なんとも言いえない無重力感を味わうことができます。

※3歳~60kgの成人の方まで利用可(飲酒されている方、妊娠中の方、健康に不安のある方のご利用はご遠慮いただいております)

食事テントブースも完備



芝生広場なのでシートの持参もおすすめです。

新型コロナ対策のため決められたスペースにてご飲食ください。

古本市



掘り出し物があるかも。関西の人気独立系書店が大集合。

主催 : City Life

問合せ: カレー・スイーツEXPO事務局(株式会社シティライフNEW内) email: curry@citylife-new.com 後援: 在大阪スリランカ名誉総領事館
協力: ネットヨタニューリー北大阪 詳しくはカレーEXPO公式ホームページまで https://curryexpo.com スイーツEXPO http://sweets-expo.com



35店
出店

カレーEXPO、スイーツEXPO、おいもEXPO 参加店の一部を紹介

カレーEXPO

カレーEXPO 検索 <https://curryexpo.com>

他の参加店はホームページをご覧ください。

キッズも安心。
甘口カレーも
あるよ!

喫茶サンシャイン

喫茶サンシャイン 特製ビーフカレー



喫茶店の黒毛和牛の特製のビーフカレー。極細挽きのコーヒー豆をスパイスに配合。まるやかで味わい深いコクが広がります。

週末カレー太郎 × 淡路料理ぢろけん

淡路島をギュツ・ぎゅっ・牛すじカレー



淡路牛スジや淡路牛乳など、淡路島の豊かな土地で育まれた豊かな素材を使用しています。淡路島の魅力をギュツギュツと詰め込んだカレーです。

SPICE CURRY WANTED

原価が高過ぎる神戸ばっかけマサラ



原価が高くて手間がかかる! 本当はあまり売れて欲しくないが、来たからには食べて帰ってください。

インド料理AMMY

タンドリーチキンバターマサラ



フレッシュトマトとカッシュナッツで仕上げた自慢のバターチキンカレーにタンドリーチキンをいれました。

さとちゃんカレー

やみつぎ止まらない! さとちゃんカレー



さとちゃんです。たっぷりのフルーツの甘さとスパイスの刺激。甘いのに辛い。さとちゃんの欲望丸出しのカレーです。

The Mesi - kutan?

炙り牛カルビカレー



当店独自の配合スパイスを使用して作った自慢のカレールーに鉄板で炙り焼きした牛カルビを出会わせてしまいました。

はぐ寧 ~だしとおぼんざいと和カレー~

鶏三昧!!! 炙り鶏の炭焼き風 鶏白湯出汁カレー



濃厚鶏白湯に鶏油と出汁の旨味を加え、具材がごろっと入った鶏づくしな究極の鶏三昧カレーです!

札幌スープカレー JACK

濃厚海老のスープカレー



前々回過去最速完売、前回最多販売を記録した海老の旨味が、ぎゅっ詰まった濃厚海老のスープカレー。

サケットメシ

ごろごろポークのマンマーカーレー



ご飯やお酒に合いすぎる、超絶美味しいマンマーカーレー。お肉もゴロゴロで最高です。

有名ブロガーやカレー通が推薦!

- 「うまから手帖」..... K1郎さん
- 「大阪人ロックの旨いもんを喰らう!!」..... 大阪人ロックさん
- 「Mのランチ」..... M三郎さん
- 「かれおた★curry maniacx」..... TAKさん
- 「美食磁石」..... さいちゃん
- 「大阪の駆け出しデザイナー92の日常」..... 駆け出しデザイナー92さん
- 「カレー好きアラサーOL(の)華麗なる日々」..... ミホキンさん
- 「curry_og_summer」..... カレーの王子様さん

カレーEXPOのみチケット制です ※当日会場で販売します

<p>※カレーセット</p>	<p>お得なカレーセット券</p> <p>カレールー・ハーフサイズ 2杯 + ライス 250g 1皿</p> <p>1,300円 ▶ 1,200円</p>	<p>カレールー・ハーフサイズ単品</p> <p>500円</p> <p>ライス単品</p> <p>300円</p>
	<p>詳しくはカレーEXPOの公式WEBをご覧ください。</p>	

City Life

シティライフアプリの提示で
カレーセット券が50円OFFに!

●カレーEXPOで提供するカレーは、上の写真の盛り付けと異なります。●カレーEXPOではカレールーは全てハーフサイズとなり専用容器で提供いたします。●トッピングは別途有料で、各店ブースにて現金でお支払いください。

スイーツEXPO & おいもEXPO

スイーツEXPO 検索 <http://sweets-expo.com>

おいもEXPO 検索 <https://oimoexpo.com/>

● [スイーツEXPO]14店舗、[おいもEXPO]6店舗
● スweetsEXPO、おいもEXPOは現金制となります
他の参加店はホームページをご覧ください。

プーさんの満腹日記
Produce by プーさん



人気のグルメブログ「プーさんの満腹日記」のブロガーのプーさん。大阪では知らないスイーツはない! というほどのスイーツ通のプーさん厳選の名店が登場します!

プーさんの満腹日記 検索

ULTIMATECREPES

クレープ



独自で開発したクレープ生地は口の中で溶けるような食感! 甘すぎないホイップクリームやフルーツとの相性抜群です!

Waffca

チョコバナナエッグワッフル



エッグワッフルは中ふわ外サクの甘すぎない生地で、その上にチョコチップやバナナをトッピングした一品です。

菓楽

くずひむろ



「もちっシャリ」の新食感! ひんやりくず餅アイスクリーム『くずひむろ』

LOHAS cafe

黒糖かりんとうまんじゅう



外はカリッカリ&サクサク、中はシットリおいもの甘さだけの新食感。黒糖風味の「かりんとう饅頭」です。

カン口堂

さつまチップス



パリパリ食感がクセになり、噛みしめるごとにサツマイモ特有の甘みと旨味がじわじわと広がっていきます。

焼き芋専門店 維新蔵

焼き芋(さつまミライ) など



100日間熟成させ、独自製法で焼き上げた濃蜜焼き芋。砂糖一切不使用で糖度50度超えの天然スイーツです

〈カレー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。

3 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。

Good taste

“今”食べたい

北摂グルメGUIDE

Good time

季節の天ぷらや新鮮な魚料理など、北摂の美味しいグルメ店をご紹介。お気に入りのお店を見つけよう。



手巻きセット (3人前) …4,300円 (要前日予約)
目録まぐろ、生サーモン、青森・北海道産はたて貝柱、特撰国内漬けいから、店内ポイル海老、長崎刺先いか、国内産うなぎ蒲焼き、自家製さば味噌ポテトサラダ、だし巻き玉子、キザミたくあん、全形のり10枚



(手前)一豊オリジナルかに身たっぷりのかにクリームコロッケ550円/本
(奥)一豊オリジナル天然えび丸ごと1本入りのえびクリームコロッケ440円/本
金華さば棒寿司:ハーフ880円、1本1,540円

魚食処 一豊 服部緑地公園店 (かずとよ)

吹田市春日1-1-1 TATSUMI緑地公園101
営/昼11時~15時/LO14時45分
夜17時(土日祝16時)~22時/LO21時45分
※状況により営業時間変更になる場合あり
駐車場3台のみ 禁煙(店外に灰皿)



☎06-4798-5113
https://www.ichi-ho.co.jp

GWは豪華手巻き、オードブル。各種定食&テイクアウトも充実の魚処

昼でも夜でも旨い魚定食がリーズナブルに食べられると有名な一豊。テイクアウト、単品、弁当も充実でその数なんと30種類以上!GWに家族や友人が集まる中、「手巻きセット」と「オードブルセット」がお勧め。ワンランク豪華なテイクアウト。コスバが良すぎる弁当を片手に緑地公園でピクニックなどが、一豊オリジナルの中で特におすすめ単品メニューは「かにクリームコロッケ」、「えびクリームコロッケ」、手土産にも嬉しい「金華さば棒寿司」。同店オリジナルのメンチカツは「まぐろメンチ (1枚440円)」、「お魚メンチ (3個440円)」、「いかメンチ (3個550円)」と種類豊富でどれも外せない。注文は事前予約がスムーズ。

- Menu
 - 星のみ定食 (15:00まで) …1,100円
 - 日替りおまかせ定食 ……1,430円
 - 2種のほたてフライ弁当 ……1,280円
 - 本日の煮付け弁当 ……1,160円
 - 鯖ハラミデミカツmix弁当 …1,160円
 - ミックスフライ弁当 ……1,280円
 - 極上かんばん定食 ……1,980円
 - 季節の旬魚コース (全8品) 3,740円
 - みなみ鯖カマ煮付弁当 ……1,480円
 - 金目鯛煮付弁当 ……1,800円
 - 極上幕の内弁当 (要前日予約) 2,600円
- ※詳しくはHPへ

お家でも「かずとよ」の味を! 大好評のテイクアウトメニュー

オードブルセット (2~3人前) 4,300円 (要前日予約)
本日の焼魚2種、鯖ハラミ唐揚げ、天ぷら (天然えび、キス、ほたて、野菜2種)、煮物 (あわび旨煮、極み海老旨煮、いか旨煮、里芋、南瓜)、サラダ (さば味噌ポテトサラダ)、自家煮いなりに寿司 (あさりしぐれ煮3個、ひじき煮3個)



デラックスのり弁当 ……1,280円

本日の焼魚、有頭えびフライ、お魚メンチ、ほたてフライ、しぐれ煮、漬物+本日のおかず3種



6種の天ぷら弁当 ……1,160円

天然えび2本、キス、ほたて、煮穴子、野菜2種、しぐれ煮、漬物+本日のおかず2種



銀だら西京焼き弁当 ……1,480円

銀だら西京焼き、有頭えびフライ、ほたてフライ、しぐれ煮、漬物+本日のおかず3種



かずとよ弁当 ……1,160円

本日の焼魚、有頭えびフライ、ほたてフライ、しぐれ煮、漬物+本日のおかず3種



松花堂弁当 ……3,700円 (要前日予約)

天ぷら (天然海老2本、きす、南瓜、ししとう)、南瓜と小芋の炊合せ、真いか旨煮、造り盛合せ5種、自家製銀鱈西京焼き、店内漬け数の子、酢の物、しぐれ煮、香の物、鯛の炊き込みご飯

※手巻きセット、オードブルセットは前日までに要予約 ※テイクアウトメニューは当日時間がかかる場合あり、事前予約がスムーズ



「山の初夏定食」が新登場 色々な食材が揃い、食べ応え抜群

揚がった順番に天ぷらが提供される「天ぷらの山」。この時期のおすすめは海老2尾、イカ下足、金目鯛、サワラ、えび餅、レンコン、ナス、新玉ねぎがついたボリューム満点の「山の初夏定食1,100円 (左写真)」。そばも用意されており、ご飯とみそ汁のかわりに大そばにするか、定食に小そばを付けることができる。「天ぷら盛り」や「天井」「定食」などのテイクアウトも有り。

- Menu
 - 野菜定食 (季節の野菜7種) 690円
 - 海老定食 ……730円 (海老・キス・イカ・野菜3種)
 - 山定食 ……930円 (海老・キス・イカ・豚肉・野菜3種)
 - 穴子定食 ……950円 (穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種)
- 特典
 - この記事持参で **蒸しプリン**をサービス (平日のみ、箕面本店のみ、数量限定、5月末まで、4/29~5/8は除く)



箕面本店
吹田グリーンプレイス店

天ぷらの山 http://yama-yama.com/

箕面市船場東3-9-2-1F
営/10時~21時 (LO20時半頃)
全62席 (カウンター38席、テーブル4席)
店舗前専用駐車場全11台、不定休 禁煙

☎072-730-2290



【吹田グリーンプレイス店】
吹田市片山町2-3-3
営/11時~21時 (LO20時半頃)
全45席 (カウンター21席、テーブル4席)
施設内駐車場有、不定休、禁煙

☎06-6389-1190



朝が来るのが待ち遠しくなるリピーター続出の高級食パン

高級食パンブームの火つけ役である岸本拓也さんがプロデュースした「朝起きたら君がいた」。希少価値の高いジャージー牛から生まれた、濃厚な甘味とコクが特徴の生クリームと牛乳を使用している。独自の製粉で耳まで柔らかく仕上げ、驚くほどしっとり滑らかなくちどけを実現した。土日限定販売のベルギー産クーベルチュールチョコを練りこんだ「カカオ食パン」が好評により5月も販売継続決定!この機会に食べてほしい。

上品な香りと、芳醇な味わいを与えてくれる国産バターを使用。シャパンに漬けこんだジュシーなレーズン食パン (2斤/1,050円) も定番人気。



アレンジ食パンをインスタで紹介!コクと甘味のあるプレーン (2斤/860円)はサンドイッチにせずシンプルに具材を載せただけでも美味しい。

- 特典
- 「シティライフを見た」またはインスタ (@okitarapan) フォローで
- スタンプカードの**ポイント2倍プレゼント** (5月末まで)



高級食パン専門店 朝起きたら君がいた

豊中市上新田4-7-10
営/月~金:10時~19時 土・日:9時~19時 不定休
※パンがなくなり次第終了
☎06-6369-7009
インスタ:@okitarapan



LABI千里で人気の地元野菜を使った手作りカフェ

各線千里中央駅から徒歩すぐのLABI千里4階にある人気のカフェ。落ち着いた雰囲気の広い店内で、地元野菜を使ったヘルシーな手作り料理が楽しめる。キッズスペースと座敷もあり、お子さま連れでも安心。ゆったりできるソファもあり、お茶にもピッタリ!各テーブルに「ついたて」を設置するなど、コロナ対策も万全!



座敷とキッズスペースもあるので小さなお子さん連れでもゆっくりできると評判。

- Menu
- カレー定食 ……ランチ1,070円/ディナー1,290円
- 気まぐれ定食 ……ランチ1,000円/ディナー1,220円
- ※ディナーは食前酢・プチデザート付き。
- キッズプレート ……400円
- ドリンク ……440円

特典
この記事持参でお食事の方にドリンクバー通常250円**100円!** (5月末まで、他券併用不可)

野菜とつぶつぶ アプサラカフェ

豊中市新千里東町1-2-20 LABI千里 4F
営/11時~21時 (LO20時半)
無休 禁煙
※コロナ対応で20時閉店 (通常は21時)来店前に要確認

☎06-6836-5980
http://hkf.sakura.ne.jp/apsaracafe/index.html



源泉100%・関西屈指の大露天風呂・岩盤浴!!

療養泉や外気浴で元気をチャージ

広々庭園でアウトドア気分

天然温泉 万博おゆば

ランナーを応援! ランナーズステーション

【ご利用方法】
① 入浴料金を支払う。
② 脱衣所でウェアに着替える。
③ ロッカーキーをフロントに預ける。
④ ランニング後、キーを受け取り入浴。
※イベント開催中は、ご利用できない場合もあります。

大露天風呂 ~七変化の湯~
線に囲まれて、療養泉 (治療目的を果たせる) にゆつりと。夏湯、半身浴など5つの深さをご用意しています。

療養泉認定! 源泉風呂 ~大地の湯~
療養泉認定の100%源泉かけ流し。有名温泉と同等の茶褐色の湯は、豊富な鉄分が自慢。

高濃度炭酸泉
心地良い泡に包まれて、血流改善。冷え性、腰痛、肩こりなどに効果的。

感染予防対策に取り組んでおります。安心安全にご利用いただくために、ご協力をお願いします。

5月入浴券	6月入浴券	岩盤浴 (50分)&入浴券5・6月
大人 (中学生以上) 平日 850円 土・日・祝 950円 小人 (4才~小学生) 平日 400円 土・日・祝 450円 幼児 (0才~3才) 100円 岩盤浴 (50分) 700円	大人 一般価格より 平日・土・日・祝 50円引き 小人 一般価格より 平日・土・日・祝 50円引き	入浴+岩盤浴セット 1,300円
営業時間 朝10時~深夜1時まで (最終受付0時) 吹田市千里万博公園11-11 (万博公園西口第2駐車場) 大駐車場完備 ☎06-6816-2600	本券で1名様までご利用いただけます。※コピー不可 (2022年6月31日(火)まで有効)	本券で1名様までご利用いただけます。※コピー不可 (2022年6月30日(木)まで有効)

万博おゆば

コープこうべだより



よりよい「暮らし」の実現のために、組合員や地域の人たちとのつながりを大切にしているコープこうべ。職員が働く上で心がけていることや、職員ならではの目線でオススメ商品を紹介します。

コープ茨木白川

茨木市白川2-2-10
072-630-0110
営/9時～20時50分
無休(1/1～2を除く)

店長
二宮
かおりさん



スタッフみんなが前向きになれるような声かけを

総勢42名のスタッフが楽しく前向きに働けるよう、声かけを工夫しています。相談を受けた際も「本人がどうしたいのか」「そのためにどうすべきか」を一緒に考え、それぞれの得意を自発的に発揮できるようにしています。多少ミスがあっても必ずポジティブな面を見つけてフォローし合う風土ができています。「お店の雰囲気が明るくなったね」と組合員からお声をいただいたことは職員みんなのやりがいにつながっています。

〈私のオススメ商品〉

北海道の野菜ミックス 玉ねぎ入り (250g/332円)

珍しい玉ねぎ、いんげん入りの冷凍野菜ミックス。ベーコン、チキンコンソメ、バターをいれて、炊飯器でたくとピラフのできあがり。チーズをのせてドリアにしても美味しいですよ。水のかわりにトマトジュースで作るのもオススメです。



北海道のそのまま枝豆 (250g/358円)

北海道十勝産で、収穫後に急速冷凍した枝豆。皮ごとごま油で中火で炒め、塩コショウすれば、指まで美味しい絶品おつまみに。これからの季節、ビールのおともにオススメです。



ターゲット2030

～コープのあるまち 協同のある暮らし～
わたしたちは、みんなの知恵と思いを寄せ合い、2030年の「ありたいまち、暮らし」を表現したコープこうべビジョン「ターゲット2030」を策定しました。

ビジョン「ターゲット2030」がめざす「まち、暮らし」

つながり 健康 環境 あんしん
人と人がやさしくつながり助け合える「まち、暮らし」
健康でいきいきとした毎日を送れる「まち、暮らし」
自然環境と共に生きる「まち、暮らし」
みんなが笑顔で、安心できる「まち、暮らし」

『やさしさつむいで』
作詞・作曲 白井真



箕面商工会議所

箕面の実生ゆずドリンク 「たきのみち ゆずる」シリーズ

“箕面止々呂美産・実生ゆず”の芳醇な香りの「ゆずドリンク」と実生ゆずとザクロ果汁で甘酸っぱく爽やかな「ゆずとザクロのドリンク」がセットになりました!



ゆずドリンク&ゆずとザクロのドリンク 『ドリンク紅白セット』
税込320円 ※1本 税込162円
セットがお得です。



【問合せ】
箕面商工会議所
ゆずともみじの里・みのおプロジェクト
TEL 072-721-1300
<https://www.yuzuyuzu.jp>



吹田商工会議所

日商簿記検定 ネット申込受付中!

主催:吹田商工会議所
日本商工会議所
吹田商工会議所の簿記検定(統一試験)は、試験会場へのアクセス抜群!

【日時】6月12日(日)
1級・3級:8時45分～
2級 13時15分～



【会場】大阪学院大学
J R京東線「岸辺駅」徒歩5分
阪急京東線「正雀駅」徒歩5分

<ネット受付>
○コンビニ決済の場合
～5月15日(日)まで
○クレジットカード決済の場合
～5月16日(月)まで
※受験料+手数料550円
※申込サイト(パソコン又はスマホから)
<https://kentei.suitacci.com/>



豊中商工会議所

「今年の漢字」「うどん県」の仕掛人が伝授“あなたの会社の仕掛け方”

広報PR基礎講座
企業の広報セクションに必要な基礎知識と基礎技能を習得するための6日間の集中講座。自社の知名度向上、ブランド化、広報PR力の向上に向けてぜひご参加ください!

【日程】5月20、27日、6月3、10、17日(計5日)
【会場】一般社団法人地方PR機構 教室
(大阪市中央区平野町4-7-7イシカワビル8F)

【講師】(一社)地方PR機構
代表理事 殿村 美樹 氏 他計2名

【参加費】(それぞれ税抜)
会場受講…15万円(当所会員は8万円)
オンライン…8万円(当所会員は6万円)
WEB配信…5万円(当所会員は3万円)

【申込み】豊中商工会議所
TEL06-6845-8004
【講座詳細】(一社)地方PR機構
TEL06-6231-5400



商工会 商工会議所 通信

SYOUKOKAI SYOUKOKAIGISYO
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!

日本最大級の魚食イベントが関西初開催! 全国各地の魚介グルメが万博に大集合!!

第1回

SAKANA & JAPAN FESTIVAL 2022

魚ジャパンフェス in 万博記念公園

2022年
5.27金 | 28土 | 29日

※雨天決行・荒天中止

会場 お祭り広場

入場料 前売り券
250円

当日券
300円

魚ジャパンフェスは、姉妹イベントの「ジャパン フィッシャーメンズ フェスティバル」と合わせ累計来場者が約86万人に上る日本最大級の魚食イベント。関西では初開催となります。旬の新鮮な海の幸を使った海鮮丼や各地に伝わる郷土料理や漁師めしのほか、海鮮ラーメンや海鮮パエリアなど和洋中の魚介グルメが大集合。各地の特産品を使ったご当地グルメもご堪能いただけます。

※万博記念公園入園料・飲食代は別途
※大学生以下無料

魚ジャパンフェス

<https://37sakana.jp/sakanajapanfes/>
主催:SAKANA & JAPAN FESTIVAL実行委員会



編集後記

次号から直木賞作家の今村翔吾さんの連載が始まります。多忙な方なので連載は難しいかと思いましたが、経営する書店が箕面市ということもあり「地元なのでがんばります」と快諾をいただきました。その話の直後、まさか全国行脚に出掛けられるとは露知らず、聞けば移動しながら執筆すること。いやいや、すごいパワーのある方ですね。(P.34参照 コサオ)

今月の巻頭特集は住まいに関するサービスをご紹介します。「ウチ・ソートアップデート」です。雨露を凌いで眠ることができれば問題ない…と考えがち。しかし家族の望みはそうじゃない。今回を機に、我が家も真っ直ぐさを目指したいと思います。(せば)

今回のカレー特集、担当しました。僕もカレーが好きで、家でよく作ります。隠し味には大量のニンニクを入れて、もはや隠れていません。好きなトッピングは、シャキシャキしたネギとネバネバの納豆です。みなさんも是非、お試しください。(もりお)

先月号よりはじまった「よしもと芸人の好き勝手コラム」。今月の担当はピン芸人の濱田祐太郎さん。コラム担当である、もりおのイチオシ芸人です。独特の切り口で、暮らしのなかで感じることが綴られています。濱田さんのインスタを見ながら読むと、より面白くなりますよ。(まえて)

シティライフ取材「北摂の文化・歴史」を一冊の本に

北摂 まち本



北摂の各書店で発売中!

定価:990円
ページ数:224ページ
発行:株式会社シティライフNEW
問い合わせ:06-6338-0640

阪急豊津駅から徒歩1分の創作バル「器酒亭」を間借りして、ランチ営業を2020年8月から開始。元アパレル職人の小澤さんが独自に配合したスパイスはあえて少な目の10種類前後を使用し、それぞ



チキンカレー
850円

特典 アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」でお会計時に**50円引き**(5月末まで)



和風出汁を使ったカレーや中華風にアレンジした副菜など、遊び心も忘れない店主の小澤さん。

ZAWA CURRY

(ザワ カリー)
吹田市山手町2-7-7
営/11時半~15時(LO14時半)
水曜定休・不定休
☎06-6319-9839
Instagram@zawa.curry



カレー好き、集まれ。

No curry, No life

多くの家庭で親しまれているカレーライス。しかし、一言でカレーといってもジャンルは様々。そこで読者の皆さんに好きなカレーのジャンルを聞いてみました。1位はトレンド真っ只中で大阪発祥と言われるスパイスカレー、続いて根強い人気のインドカレー(ナン)、ドロツとしたルウが特徴の欧風カレーがランクイン。アンケート結果と合わせて、変わり種カレーやレトルトカレー専門店まで幅広く紹介します。



スパイスカレー

大阪が発祥と言われているスパイスカレーは、日本独自の文化。多くのお店がオリジナルスパイスを配合し、見た目も鮮やかな副菜にもこだわる。



2種あいがけ
粗挽きチキンキーマ・海老とムール貝のココナツカレー
1,000円

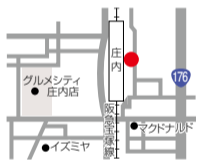


カレー担当のご主人とホール担当の奥さん、夫婦二人で店を切り盛り。

2019年にオープンした店舗は豊南市場のすぐそばで、肉や魚介、野菜など多くの食材を市場から仕入れている。粗挽きチキンキーマは手切りで細かくした鶏肉の食感と旨味を存分に感じられ、カルダモンの清涼感が

後を引く。たっぷりのエビの殻から出汁を取ったココナツカレーは旨味と甘味に加え、ほのかな柑橘系の香りがアクセントに。個性豊かな日替わりカレーは2種か3種のあいがけが人気。

特典 アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」でカレーをご注文の方は**トッピング100円引き**(5月末まで)



スパイス食堂 ナムナム

豊中市庄内東町1-9-17
営/11時~15時(LO14時半)
18時~23時(LO22時半)
木曜定休・不定休
☎06-6331-5577
Instagram@spice_curry_namnam

特典 アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」と1,000円以上のご飲食でお会計時に**100円引き**(5月末まで)

オーガニックスパイスカレー PePeri (ペペリ)

豊中市服部本町1-5-29 ネオ服部1F
営/11時半~15時(LO14時半)
17時半~20時半(LO20時)
月・火・第1日曜定休
土日はランチ営業のみ
☎06-6866-0277



読者アンケート (回答者 342人)

好きなカレー

- 1位 スパイスカレー 135人
- 2位 インドカレー(ナン) 118人
- 3位 欧風カレー 80人

CityLifeNewsWebアプリ
限定クーポンを使ってお得に楽しもう

クーポン画面を表示させ、お店のスタッフに見せるだけの簡単操作。ぜひ活用してみてください。参加店一覧から気になるお店を探してみましょう。お店はMAPから探すこともできます。



今すぐアプリをダウンロード!

CityLifeNewsアプリはiPhoneの「App Store」や、Androidの「Google play」で無料ダウンロードできます。



平飼い鶏胸肉のキーマカレーセット
1,320円

オーガニックフードマイスターの資格を持つ女性店主が食材を厳選。カレーには小麦粉・砂糖・乳製品・卵を使わず、調味料は数種のスパイスと少量の油・塩のみ。お米は毎朝有機玄米から精米するなど、体に優しいカレーにこだわる。平飼い鶏胸肉のキーマは鶏肉とたまねぎの旨味がたっぷり、ターメリックのスパイス感とトマトの酸味がほんのり効く。お口直しにトマトのハチミツ漬けなどの副菜も楽しめる一皿。

おさえておきたい 変わり種カレー

石鍋から香るスパイスと出汁の旨味が食欲を刺激

「野菜とチキン」のスープカレーは、食欲をそそるニンニクの香り、低温焙煎した19種のスパイス、和風出汁のコクが組み合わせたりやみつきになる。石鍋のおかげで最後まで熱々。ライスは栄養満点の十穀米で、苦手な方ははるさめも選べる。



香樹 (カジュ)
豊中市少路2-9-18 1F
営/11時~21時半
月曜定休
☎06-4865-5258
Instagram@kaju5258

野菜とチキン スープカレー

1,100円
※ライス(十穀米)付き



店主は元イタリアンシェフ。「チーズオムライス」と「あぶりチャーシュー丼」は隠れ人気メニュー。

特典 アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」とスープカレーをご注文の方に**コーヒーor紅茶をサービス**(5月末まで)

10種類以上の具がゴロゴロ お酒のつまみにもピッタリ

フィリピンやベトナムを渡り歩いた店主が2020年にオープン。ココナツミルクの甘みと青唐辛子・バジルの風味が特徴。日本人向けに甘めに作っており、ジャスミンライスともよく絡む。味変でパクチーも楽しんで。



アジア居酒屋 HIPON
(ヒポン)
吹田市江坂町2-4-25 GSハイム第2江坂105
営/18時~25時 月火定休
☎050-6873-1973
Instagram@hiponasian

グリーンカレー

850円
※ライスなしは600円



特典 アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」と1,000円以上の飲食で**会計時に5%OFF**(5月末まで)

ナンセット
(ライス・ドリンク付き)
850円
※チーズナンはプラス100円



選べる12種類のナン 箕面で本格
味のスパイスが特徴

2位

インドカレー

India Curry

元々は北インドの宮廷料理といわれているナン。小麦粉を練って発酵させ、かまどで焼いて作る。あわせるルウは少しとろみがあり、濃厚な味が特徴。

**バターチキン
カレーランチセット**
1,450円



5つ星ホテルで腕を磨いたシェフたちが、日本人向けにアレンジした味を提供。

落ち着いたカフェのような店内で味わえる一番人気のバターチキンカレーは、なめらかな口当たりの中にトマトの酸味とバターが調和し、子どもや女性にも根強い人気。キツネ色に焼き上げたナンは、フワフワした食感とともに豊かな小麦の香りが口いっぱいに広がる。

和歌山の名店「クシュクシュ」の味を受け継ぎ2018年にオープン。スパイスは本場インドから取り寄せたものを使用。辛さ控えめながらスパイス感が強いほうれん草チキンカレーと、芳醇なバターが香るチーズナンを一緒に食べると、互いの良さがより一層引き立つ。



厨房もホールもこなす、スタッフのバブさん。濃厚なラッシーも是非飲んでほしいそう。

インド料理専門店
クシュクシュ

箕面市白島2-29-21
営/11時~15時・17時~LO.21時半
火曜定休
☎072-725-8086
Instagram@khush_minoo



特典
アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」でお会計時に**100円引き**(5月末まで)

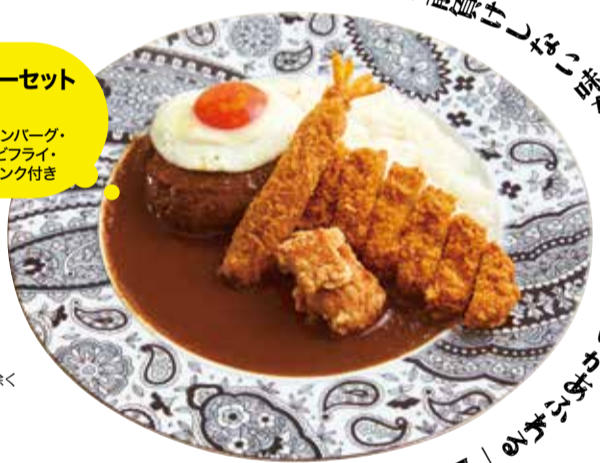
3位

欧風カレー

European Curry

ヨーロッパで修業を積んだシェフが、日本人の口に合うように開発したといわれている欧風カレー。様々なトッピングを上乘せし、オリジナルカレーを楽しもう。

大人わがままカレーセット
1,580円
トッピング: チーズインハンバーグ・目玉焼き・ヒレカツ・エビフライ・から揚げ※サラダ・ドリンク付き



和風カレーの店主の想を込めたスパイスが特徴

特典
アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」でお会計時に**100円引き**
※BOSSカレー(680円)は除く(5月末まで)



めっちゃおいしいカレー屋さん
BOSS (ボス)
豊中市庄内東町2-1-23
営/11時~21時(売り切れ次第終了) 不定休
☎06-6332-9550
Instagram@boss_curry.2006

脱サラした店主が2006年にオープン。ルウは牛肉や10種類以上の野菜、スパイスを4日かけて煮込み旨味たっぷり。ピリッと効いたスパイスと野菜の甘みで毎日でも食べたい味に仕上がっている。贅沢な5種類のトッピングは大人も心躍る一皿。

Tartan Nady
(タータンナディ)

豊中市向丘3-11-45 ローザ向丘1F
営/11時半~15時(LO14時半)・18時~22時(LO21時半)
定休なし
※営業時間に変更となる可能性があります。
☎06-6852-0950
Instagram@tartannady



特典
アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」でランチセットをご注文の方に**日替わりデザート**をサービス(5月末まで)
(お子様ランチにはデザートが付いているため除く)

**トロスジ
焼きベジチーズ**
1,300円
厚切り炙りベーコントッピング
200円



店長の吉田さん。おすすめトッピングを丁寧に教えてくれるので初めての人も安心。



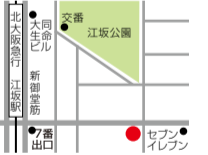
カレーの個性を楽しむ旨味たっぷり

大阪・中崎町にある行列店が、昨年5月江坂にもオープン。鯉と昆布をベイスにした和風出汁がカレーに甘味とコクを加えている。トロトロに煮込んだ牛スジや食べ応え抜群のベーコン、シャキシャキ食感の夏野菜など16種類のトッピングでアレンジの幅は自由自在。

特典
アプリのクーポン掲示または「シティライフを見た」で**トッピング200円引き**(5月末まで)

Zipangu Curry Café
(ジバングカレーカフェ)

吹田市広芝町4-1 美貴ビルディング1F
営/11時~15時半(LO15時)・17時~22時(LO21時)
水曜定休
☎06-6318-5766
Instagram@zipangu_curry_cafe_esakaekimae



おうちで楽しむ

レトルトカレー

2020年12月に「おうちで旅行気分を味わえるように」との思いから、日本各地のレトルトカレーを取り揃えてオープン。カレーは全てスタッフが試食し厳選したものです。お持ち帰りはもちろんイトインも出来るので、お気に入りの一品を探しに行こう。



実食編は動画で紹介。こちらのQRコードから!



ご当地レトルトカレー専門店
HIRO (ヒロ)
豊中市中樞塚2-27-8
営/11時~15時・18時~23時
☎090-8483-5155
Instagram@hiro.gino

〈東京〉



マジカレー
600円

神田カレーグランプリで優勝した経歴を持つマジカレーは、長時間煮込んだ牛肉の旨味が濃厚。レトルトカレーのイメージが変わるような贅沢な味わいの商品。

〈大阪〉



牛乳屋さんのおいしいバターチキンカレー
700円

牛乳屋さんから仕入れているこのカレーは、マイルドかと思いきや少しスパイシーで何度でも食べたくなる味。大きい鶏肉がたくさん入っているため食べ応え抜群。

〈愛知〉



肉味噌カレー
500円

愛知県の八丁味噌を使って煮込み、深いコクが印象的。ひき肉や野菜がゴロゴロ入り、食感も楽しめる。ご飯だけでなくうどんやパスタなどの麺類にもあう。

〈北海道〉



十勝モツツアレチーズカレー
600円

濃厚なチーズが口いっぱいに広がり、カレーとの相性が抜群。辛いカレーが苦手な方に、チーズ好きの方に、お子様も楽しめるチーズカレー。

〈大阪〉



激辛チキン・キーマカレー
700円

とにかく辛い!でも旨味もしっかり感じられる辛ウマカレー。付属のスパイスで辛さを調整できることも魅力のひとつ。激辛好きの方は挑戦してほしい一品。



「オシャレにかわいくエコを実践しよう!」とはじまったロハスフェスタがプロデュースする「ロハスピクニック」が尼崎の森にやってきました! 想いのこもった手づくり雑貨、グリーン、体に優しいフード、ワークショップなど、ココでしか出会えないモノ、コトがたくさんあります。ロハスな生活スタイルを、みんなで楽しみましょう。

SDGsが達成された社会を目指すために、ロハスピクニックでは、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

ロハスピクニックでは下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イレトーパーとして使用します。



おやこでSDGs SDGsってなあに?

5/21(土)・22(日)

世界中で起こっているさまざまな社会の問題とSDGsのつながりを、「ゆめ・まち SDGsドリル」を用いて映像やワークシートなどでお子様にも楽しく学んでいただけます。
時間: 11:00~13:00~/15:00~(30分~45分程度)
定員: 各5名※ロハスピクニック公式WEBで事前予約必要
協力: 阪急阪神 未来のゆめ・まちプロジェクト
(<https://www.hankyu-hanshin.co.jp/yume-machi/top.html>)

参加無料

マイ食器・カトラリー・マイボトル

ロハスピクニックではゴミを減らすために、マイ食器やカトラリー、マイボトル、エコバッグなどの持参を呼び掛けています。ぜひ、お気に入りのマイ食器やカトラリーで楽しみましょう。会場内にあるお洗濯洗い場で洗って再利用を。会場内でもリユース食器の販売あり(1ヶ100円)。



Foods & Sweets

手づくり雑貨やこだわり食材フード&スイーツ
約100ブースが登場

ロハスピクニックの一番の魅力は、なんとと言ってもロハスなこだわり作品やグルメに出会えること。想いのこもった作品や体に優しいグルメをぜひ楽しんでください。



ビッグダイナー



berrycitron



KORI CAFE



wood craft



多肉屋torepe



モノリコ

Booth

大人も子どもも楽しい! / ファミリーで楽しめるブースが盛りだくさん

大型絵本を楽しもう

無料
11時~12時~、13時~14時~
※随時受付
[尼崎市教育委員会]

森の案内ツアー&クラフト

無料
11時~13時~、14時半~
※随時受付

ふわふわ 恐竜親子&恐竜迷路

1回各400円
・ふわふわ: 3歳~12歳 ・迷路: 4歳~
(4歳以下のお子様の参加は保護者の方1名同伴入場可)

バンジーバンジー

1回 1,000円
3歳~60kgの成人の方まで利用可
(飲酒されている方、妊娠中の方、健康に不安のある方のご利用はご遠慮頂いております。)

カンテレ ステーションキャラクター ハチエモンが登場!(予定)

無料
5/21(土)11時、13時、15時
5/22(日)11時、13時、15時
※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては出演中止の可能性がございます



大麦でマイストローをつくらう!!(かやぶき民家)

無料
5/22(日)のみ13時~15時
※随時受付、100名限定

●土づくりと木の赤ちゃんの植替え体験

無料 5/22(日)のみ
●苔テラリウムづくり 1,200円~
●花の販売 100円~
[阪神園芸株式会社]

●むかし遊び

無料
●緑日(ヨーヨーつり ほか) 有料(各1回100円)
[(公財)尼崎緑化公園協会]

Doggies Area

ワンちゃんと一緒に楽しめる「ロハス♡Doggies!」エリアにドッグラン登場

おしゃれなお洋服やアクセサリなど、ワンちゃんにも優しいLOHASな商品の販売や、ワンちゃん専用フォトスポットもご用意。是非ロハスピクニックで、愛犬とともに思い出に残る1日をお過ごしください。

【ドッグランを使用される方は1年以内のワクチン接種証明書(狂犬病、混合ワクチン)をご持参のうえご来場ください】



Lohas Stage

ALOHASフラステージ

5/21(土)・22(日)
ハワイアンミュージックにのせて、様々なフラダンスチームが優雅で華やかなパフォーマンスを披露します。青空の下、ゆったりとハワイの雰囲気をお楽しみください。

協力: AWAJISHIMA&HAWAII

くまモン、ロハスステージに登場!

5/21(土) 12:00~登場予定!
©2010 熊本県くまモン協力 熊本県大阪事務所
※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては出演中止の可能性がございます



主催 ロハスフェスタ実行委員会 共催 尼崎の森中央緑地パークセンター 後援 環境省、兵庫県、尼崎市、阪神南県民センター、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(一部予定) 協賛 関西テレビ放送、サラヤ 企画・運営 シティライフNEW 企画・協力 エムズプランニングオフィス
問合せ ロハスフェスタ大阪事務局(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
※雨天決行(荒天の場合中止) ※予告なくイベント内容を変更する場合がございます。

ロハスフェスタ 検索 LOHAS_FESTA

兵庫県立 尼崎の森中央緑地 (尼崎市扇町33-4)

問合せ 06-6412-1900(尼崎の森中央緑地パークセンター) <http://ama21mag.jp>

駐車場 [収容台数]1000台程度 [利用料金]無料 ※湾岸線高架下駐車場 [利用時間]9:00~17:00

COOL CHOICE 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

無料シャトルバスあり

■運行時刻表 詳細はコチラ▶

JR「立花」駅(南口) → 阪神電鉄「武庫川」駅経由 → 尼崎の森中央緑地
9時30分 / 10時00分、30分 / 11時00分、30分 / 12時00分

尼崎の森中央緑地 → 阪神電鉄「武庫川」駅経由 → JR「立花」駅
14時00分、30分 / 15時00分、30分 / 16時00分、30分



新型コロナウイルス感染症防止対策 ●マスク着用をお願いします。●発熱・咳などの症状がある方は入場できません。●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。通路は通常より広く確保し、密集・密接を防止します。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。



北欧バルト三国の中で最も北にあるエストニア。人との関係性や空間づくりを大切にしている彼らの文化には、コロナ禍で自宅での時間が見直されている今だからこそ取り入れたいヒントがたくさんあります。そこで、エストニアの事情に詳しいkeyさんに、文化や暮らしについて紹介してもらいます。

navigator

key さん

2018年、北欧エストニアで、当時大学生起業家だった熊谷宏人とNext innovation OÜを共同創業。エストニアと日本を、ヒト・モノ・コト情報で繋ぐベンチャー会社として活動している。



エストニアに学ぶ
ロハスな暮らし
Lohas Life Learned from Estonia

【今月のテーマ】 おやつ文化について



左)エストニアも日本と同じく、親子で料理やおやつづくりを楽しむことが多い。下)自国で採れた食材を使う文化が根付いている。左下)Chocokoo(ショココ)のBean to BarチョコレートはNAGI LIVINGで購入可。



前号では食文化についてお話ししましたが、今月はおやつに焦点をあてて紹介します。エストニアでは、産地や生産者の顔が見えることや、自国で採れた食材を選ぶことが、何より安心安全だという考え方が根付いています。この考えは食事だけでなく、おやつにも反映されています。

代表的なおやつといえばチョコレートが挙げられます。国民一人あたりの消費量は世界上位に毎年ランキングするほどです。「Beanto Bar」という、メーカーが直接農園に赴き、品質や労働環境を吟味してフェアトレードで豆を調達し、製造までを一貫して管理するスタイルが注目されています。そんな「Beanto Bar」が支持されるのは、彼らが自然をとっても大切にしているからです。エストニアのおやつ文化からは、味はもちろん素材選びにもこだわりの姿勢を見取ることが出来ます。日本でもSDGsについて考える機会が増えているので、お手本にできる点は多いでしょう。彼らから学び、体にも自然にも優しいおやつを選んでみるのはいかがでしょうか。



keyさんが教えてくれるエストニアの文化はCity Life News Webでさらに詳しく紹介しています

NAGI LIVING

箕面市今宮3-26-28
営/10時半~18時半
火水曜定休
☎072-737-6166
https://nagiliving.com



エストニアの商品に出会える NAGI LIVING

ダイニングテーブルRAGUA II
(169,400円~)

天然の耳を使用し、無垢材の表情を活かした一枚板風のテーブル。人数に合わせた豊富なサイズバリエーションも。

Chocokoo Bean to Bar chocolate
(1,890円)

材料はカカオ豆・カカオバター・きび砂糖のみと極めてシンプル。豆ごとの甘さやフルーティーな風味の違いが際立つ。

Herb tea "JOUR"
(1,320円)

NAGI LIVINGオリジナルのハーブティー。気分によって選べるフレーバーは、頭をクリアにし集中できる「JOUR」と緊張をほぐしリラックスできる「SOIR」の2種類。

Herb tea "SOIR"
(1,320円)

家具やインテリア、雑貨などエストニアをはじめとした北欧テイストの様々なアイテムが揃う。機能性を重視したミニマムなデザインの中に面白みがあるエストニアのエッセンスは、日本とも共通する点があり、取り入れやすい。

よしもと芸人が書く 好き勝手コラム

濱田 祐太郎

Instagramはコチラ

1989年9月8日生まれ、兵庫県出身。2013年にデビューし、ピン芸人日本一を決めるR-1ぐらんぷり2018で優勝を果たした。先天性緑内障のため生まれつき左目が見えず、右目の視力も今は明るさを感じる程度。視覚障がい者の日常をユーモアを交えて語るネタが持ち味。

4月号から始まった、よしもと芸人さんが月替りで綴るコラム企画。テーマは、日常で感じたことや趣味など様々。個性豊かな芸人さんの頭の中を覗いてみよう。

「濱田祐太郎のスタンドアップ コメディーライフ」

みなさん初めまして、お笑い芸人の濱田祐太郎です。僕のことをこのコラムで初めて知る人もいると思うので、少し自己紹介しますね。僕は生まれつき目が悪く、今は殆ど見えていないと言う視覚障がい者の芸人です。目が見えないので、僕にとってキヤラ弁はただ中身の散らかった弁当ですね。

目が見えないと言っても、なかなか想像しにくいかもしれません。例えばこれを読んでいるみなさんは、大切な人の顔を思い浮かべてくださいと言われれば思い浮かべることが出来るでしょうか？でも僕は人の顔をほつきり見たことがなく、大切な人の顔を思い浮かべることが出来ません。ちなみに、主婦のみなさんはちゃんと旦那さんの顔が思い浮かびましたか？(笑)さて、今回は新しいことを始めるとなかなかうまくいかないなあという話をしたいと思います。去年から僕はインスタグラムをやっています。iPadで写真を撮ってコメントをつけて投稿しています。iPadは画面の文字を音声で読み上げてくれるので、フォロワーからコメントが書き込まれていたら分かります。ただ、写真がどんな風に撮れているかは見えないので、うまく撮

れているかどうかはそのとき次第です。初投稿の時は「ちゃんと撮れているかな？これで本当に投稿出来るのかな？」と少し緊張しました。「自分の顔を自撮りしました」とコメントをつけて投稿したんですけど、内側を写すカメラと外側を写すカメラが切り替わってなかつたんですね、フォロワーから「床が写っていますよ」と突っ込まれてしまいました。こういう突っ込みがあるのも、とても楽しくありがたいなあと思います。他にもファンの方からお菓子の差し入れを貰った時に、家でそのお菓子の写真を撮って「お菓子を貰いました」と投稿したら、またカメラが逆になつていたので、フォロワーから「写っているのは濱田さんの胸毛じゃないですか？」と突っ込まれました。逆に偶然とていい写真が撮れていたときはフォロワーに「バッチリ撮れていますよ。濱田さん本当は見えていないでしょ」といじられたりします。自分は堅苦しいのが嫌いなので、こういうコメントも大好きで嬉しいです。最近はずいぶん慣れてきましたが、よかつたら1度僕のインスタをのぞいてみてくださいね。

さあ、今回は新しいことを始めるとなかなかうまく

おすすめイベント RECOMMEND EVENT

よしもとお笑いライブ in 吹田
M-1で大活躍した実力派漫才師大集合&寛平・内場・石田の爆笑新喜劇SP

5/14 [土]
①開演12時~ ②開演16時半~
※開場は1時間前
吹田市文化会館メイシアター 大ホール
【出演】銀シャリ・ミルクボーイ 他

よしもとお笑いライブ+ 東京爆ウケ大喜利 in 寝屋川

5/22 [日]
開演14時~ ※開場は1時間前
寝屋川市立市民会館 大ホール
【出演】アインシュタイン、ネルソンズ ZAZY、オズワルド 他

次回の担当 **諸見里大介**

SOCIAL

直木賞作家・今村翔吾さんが 全国お礼行脚へ

箕面市の書店「きのしたブックセンター」を経営する、直木賞作家の今村翔吾さんが、全国47都道府県を回り受賞の感謝を伝える「今村翔吾のまつり旅」を企画している。書店や学校、社会福祉施設などを訪れ、サイン会やトークショーなどを行う予定。費用は無料。

今村さんは今年1月、時代小説「塞王の楯」(集英社)で第166回直木賞を受賞。記者会見で「時勢を見て、今年中に47都道府県の書店にお礼に回りたい」と語っていた。その言葉通り、5月末から100日ほどで離島を含め250カ所以上の訪問先を訪れる。

「一度も自宅に帰らず、一気に回る予定です。移動中も机を設置したワゴン車でずっと執筆を行います。『本当にやるの



作家の今村翔吾さん。経営する「きのしたブックセンター」で。

か』『馬鹿だろう』という声が聞こえてきそうですね。その通り馬鹿なのでしょう(笑)」

受賞式で「文学賞はお祭りだと思う」と話した今村さん。「私にとっての祭りはまだ終わっておらず、むしろここから。いまだ見ぬ地、いまだ見ぬ人に、出会えることを心より楽しみにし、走り抜けて参ります」と思いを語った。



撮影/佐賀章広

6月号から 今村翔吾さんのコラム連載がスタート!

次号から本紙にて今村翔吾さんのコラム連載が始まります。暮らしの中で感じたことや、ふとした思いなど、歴史小説家がつづるエッセイをお楽しみに!



今村翔吾著「幸村を討て」の サイン本をプレゼント

受賞第一作「幸村を討て」(中央公論新社)のサイン本を5名さまにプレゼント。応募方法など詳細はP.4をチェック。

コラム
COLUMN

梅花から「令和」を込めて 立夏

日本の四季は、二十四節気が定着すると歌に詠まはれはじめます。五月五日は、「こどもの日」と答える方が多いと思いますが、「立夏」でもあり……。田植えの季節に入ります。万葉の時代では、藤原夫人が、次の歌を詠んでいるのが早い例になります。

**ほととぎすいたくな鳴きそ汝が声を
五月の玉にあへ貴くまでに
霍鳥鳥 痛莫鳴 汝音乎
五月玉尔 相貫左右二**

(巻8・1465番歌)

「ほととぎすよ、そんはに激しく鳴くな。お前の声を、五月(五日)の薬玉に貫き通すことができる日まで」と。ほととぎすは、夏を迎える頃に「テッペンカケタカ」と鳴きはじめます。ただ、歌の詠まれた年は陽気が良かったのでしょうか、節日を迎える前だというのは、ほととぎすが勢いよく鳴きすぎて、立夏までに鳴き終わってしまはいかないかと、作者は心配しているようです。「五月の玉」とは、五日の節句に飾る薬玉のことです。命が長くあることを祈って、香葉を錦の袋に入れ、菖蒲・蓬・橘の実などを玉の代わりに付けて五色の糸を垂らしたものでした。ほととぎすの鳴き声が、ちょうど薬玉を貫くように聞こえてくるところに、初夏の季節が表現されています。

ほととぎすがなかなか鳴かない年もある一方で、「ほととぎすよ、お前の初音は私によくない、五月の薬玉に交えて貫きましよう」

一最終回一

市瀬先生のご活躍は、<http://kmanyosakura.ne.jp/> (万葉考房)でご覧いただけます。

**ほととぎす汝が初声は我にこそ
五月の玉に交へて貫かむ
霍鳥鳥 汝始音者 於吾欲得
五月之珠尔 交而貫貴**

(巻10・1939番歌)

と、楽しみに待つ歌もあります。

フェチなのは、『万葉集』を編んだといわれる大伴家持。

**あしひきの山も近きをほととぎす
月立つまでにににいか来鳴かぬ
多安思比奇能 夜麻毛知可吉乎
保登等藝須 都奇多都麻泥尔
奈仁加吉奈可奴**

(17・三九八三)

「(あしひきの)山も近いというのに、ほととぎすが月も変わるのにどうして来て鳴かないのだ」と、前月から詠み、「ほととぎすが立夏の日に鳴くのは当前だ」とまで注記しています。

新緑の美しい季節です。初夏を楽しみたいですね。

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。中京大学大学院修了 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

FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO Vol.34

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!



コロナ禍で失った希望や意欲を 一気に高めてくれる一枚



ALBUM
「HIGHER」
—
ARTIST
**Michael Bublé
(マイケル・ブूपレ)**

冒頭から突き抜ける輝かしい歌声が響き、コロナ禍で失った希望や意欲を一気に高めてくれる。さすが21世紀のフランク・シナトラとデビュー時に言われた、全世界を魅了するマイケル・ブूपレ! この4年ぶり11枚目となる新作では、更なる美しい響きを聴かせてくれる。息子が長年葛藤していた癌も克服し、マイケルはやっと新しいことに挑戦できた。偉大な想像力を持つミュージシャンと共に取り組みながら、自分自身をより深く掘り下げ、自分を完全に解放できたようだ。プロデューサーを務めたポール・マッカトニーの曲、ウィリー・ネルソンとの心温まるデュエット、新たに解釈したジャズ・スタンダード、サム・クックやバリー・ホワイト作曲のカバーとオリジナル曲と内容は盛りだくさん。影響を受けたアーティストや音楽界のアイドルへもオマージュをしながら、現在混沌としている世の中へ、トンネルを抜けた時の灯りを提供する。

Michael Bublé/マイケル・ブूपレ。1975年生まれ。カナダ出身。2005年にセルフ・タイトルのデビュー・アルバム『Michael Bublé』をリリース。2011年のアルバム『Christmas』は、数十億の売上とストリーミング再生回数を獲得し、さらに2018年にリリースしたスタジオ・アルバム『LOVE』は、米ビルボード・チャートTOP200で1位を獲得。

SELECT DJ

Chris
(クリス)



Chris (クリス) プロフィール/10月29日生まれ。米国ニューヨーク育ち。22歳に来日し、以来日本在住。FM COCOLOでのDJほか、ナレーター、イベントの司会やプロデューサー、翻訳など多方面で活躍。ジャンルにこだわらない音楽好きで、ジャズはもちろんのこと、クラシックやポップス・ロック(とくにプログレ)にも造詣が深い。
担当番組は「COCOLO Earth Colors -ENGLISH-」(水)20:00~21:00 番組Twitter @earth_colors_english
「World Jazz Warehouse」(日)23:00~24:00

俳句
/
HAIKU

「優秀賞」

3月25日締切りで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。

「優秀賞」
地下街でふ鏡の国をぬけて春 和泉市 押見げばげ
地下街を鏡の国に見立てたところが秀逸です。その国を出れば春がいたというところもまた、素晴らしい。「ぬけて」という措辞も目立たないですが、地下街と地上の春を繋ぐ働きをしっかりとしています。

「入選」
囃や母の小さき玩具箱 吹田市 秋山 寛
季語によってお母さんの玩具箱の存在がぐんと大きくなりました。
暖かや空へ小枝の産毛めく 茨木市 暖井むゆき
「産毛めく」で空へ突き出す小枝が春の到来の喜びを伝えていきます。
よもぎ餅香りと共に電車待つ 豊中市 東村 美紀
蓬餅の香に癒されている姿がそこはかと感じられ、気持ちよいです。
春眠の夢の中なる探しもの 豊中市 上杉 千代子
井上陽水の歌を思い出しました。気持ちよい春の眠りとはこんなもの。
春望なり防空壕も我が庭も 豊中市 田村 由紀子
空爆や難民のニュースが途切れませぬ。時事俳句もまた貴重です。

「佳作」
居酒屋に踏切の音木の芽和え 吹田市 高嶋 文範
暖かやいつも行き合ふこのあたり 茨木市 河本 要
ひともとの双葉の雫落ちにけり 高槻市 青木 幹子
ままごとの客となりたり地虫出づ 西宮市 青木 淳子
陽炎のやつなるものか物忘れ 茨木市 廣田 静子

「つぶやき評」
コロナ禍は続いていますが、感染対策をして俳句活動は続けたいと思っています。自然の中にわが身を置いて、展開される自然、人間も含めての姿を言葉で描くこと。そうすれば季語が必ず寄り添ってくれることでしょう。

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。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
株式会社シティライフ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 ※いづれも一人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。

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

箕面市船場東が商業地で上昇率1位に

国土交通省は3月22日、昨年1年間の地価の動向を示す2022年の公示地価を発表した。新型コロナの影響はあるものの、府内の住宅地の平均変動率はプラス0.1%となり、2年ぶりに上昇に転じた。一方、商業地はマイナス0.2%と、2年連続の下落。北摂では、住宅地、商業地ともに全市でプラスとなった。今回の結果について不動産鑑定士の中村光伸さんに話を聞いた。



ひびき不動産鑑定株式会社
不動産鑑定士 中村光伸さん

【表2】市区町村別対前年平均変動率表

地域	市町村	住宅地		商業地	
		2021年	2022年	2021年	2022年
大阪府	大阪市	△0.1	0.6	△4.4	△1.1
北大阪地域	能勢町	△2.9	△2.2	—	—
	豊能町	△2.5	△1.5	—	—
	箕面市	0.5	0.9	2.7	2.4
	池田市	0.1	0.4	1.3	1.6
	豊中市	0.0	0.5	0.2	0.5
	吹田市	△0.2	0.4	△2.0	0.8
	摂津市	△0.4	0.0	△0.1	0.3
	茨木市	0.1	0.3	1.1	1.1
	高槻市	△0.2	0.2	0.9	1.3
	島本町	0.4	0.8	0.4	0.4
北大阪地域 平均	△0.1	0.4	0.2	1.0	

北摂はすべてプラスに回復

マンション用地が住宅地の地価上昇をけん引

公示地価とは、毎年国土交通省が発表する1月1日時点の1㎡あたりの土地価格で、土地取引や公共事業用地取得の参考にされる。

府内の住宅地は、継続調査している1,234地点のうち、473地点(38.3%)で価格が上昇、379地点(30.7%)で横ばい、382地点(31.0%)で下落した。平均変動率は前年のマイナス0.5%からプラス0.1%と回復。大阪市内を中心に、マンション用地としての需要が高い

住宅地や、交通の利便性などが優れる住宅地の価格が上昇した。府内の上昇率トップ10のうち、8地点がマンション用地となった(表1)。北大阪地域の住宅地では、10市町のうち8市町で変動率がプラスとなり、前年マイナスだった吹田市、摂津市、高槻市もプラスに転じた(表2)。

「府下を見渡すと、住みやすく便利な大阪市内中心部や北摂エリアは人口が増加傾向にあり、それに連動して地価も上昇していると考えられます。特に、需要が強いマンション用地が上昇をけん引する形になりました」(中村さん)

「箕面船場阪大前駅」の新設により商業地で上昇率が1位に

府内の商業地は、平均変動率が前年のマイナス2.1%からマイナス0.2%となり、下落幅は縮小。マンション開発の期待が見込まれる駅前の商業地や、立地条件のよい地域では地価は上昇した。一方、インバウンド需要の影響が大きかった、ホテルや飲食店などが集まる大阪市内中心部では、消費の低迷や空き店舗が多くみられることなどから下落が続いた。

商業地で特に注目されるのは府内で上昇率1位となった「箕面市船場東3丁目1番1」。

北大阪急行の延伸により2023年度に「箕面船場阪大前駅」が新設されることで、前年から7.5%の上昇となった。6位の「箕面市白島1丁目1048番外」も、延伸事業で「箕面萱野駅」が新設される影響もあり価格が上昇。駅前の再整備などが進んでおり、繁華性が高まっているという(表3)。

「府内の商業地全体の動向としては、コロナの影響が一番強く表れた昨年と比べると、やや回復しつつある」と中村さん。「大阪は万博やIR(統合型リゾート)が予定されており、長い目でみればポテンシャルの高い町です。インバウンド需要が戻ればさらに回復への期待感が高まると考えられます」と話している。

【表1】住宅地の上昇率順位表(大阪府)

「松原-3」「箕面-19」を除く8地点がマンション用地。「松原-3」は昨年、大型商業施設「セブンパーク天美」が開業したことが価格上昇の要因のひとつ。「箕面-19」は「箕面船場阪大前駅」の新設が要因のひとつとみられる。

順位	標準地番号	2021年価格(円/㎡)	2022年価格(円/㎡)	変動率(%)	所在地
1	大阪天王寺-6	802,000	855,000	6.6	大阪市天王寺区上汐4丁目4番2
2	大阪中央-3	724,000	771,000	6.5	大阪市中央区上町1丁目15番2
3	大阪西-1	663,000	703,000	6.0	大阪市西区北堀江4丁目7番
4	堺北-9	210,000	220,000	4.8	堺市北区新金岡町2丁目5番9
5	松原-3	171,000	179,000	4.7	松原市天美東6丁目183番7
6	大阪北-3	728,000	760,000	4.4	大阪市北区紅梅町125番
7	東大阪-42	297,000	310,000	4.4	東大阪市内小阪1丁目217番3
8	箕面-19	230,000	240,000	4.3	箕面市船場西1丁目20番9
9	吹田-9	305,000	316,000	3.6	吹田市桃山台2丁目4番2
10	大阪城東-17	284,000	294,000	3.5	大阪市城東区中央2丁目12番1

【表3】商業地の上昇率順位表(大阪府)

延伸事業の影響で、箕面市の地点が1位と6位にランクイン。2位の「高槻5-3」は、敷地に接する前面道路が2021年3月末に拡幅されたことが価格上昇の要因のひとつと考えられる。

順位	標準地番号	2021年価格(円/㎡)	2022年価格(円/㎡)	変動率(%)	所在地
1	箕面5-4	530,000	570,000	7.5	箕面市船場東3丁目1番1
2	高槻5-3	242,000	252,000	4.1	高槻市富田町3丁目29番8
3	堺堺5-4	343,000	355,000	3.5	堺市堺区大町西1丁目7番外
4	堺南5-1	150,000	155,000	3.3	堺市南区三原台1丁目1番1
5	大阪中央5-6	970,000	1,000,000	3.1	大阪市中央区大手通2丁目59番
6	箕面5-6	325,000	335,000	3.1	箕面市白島1丁目1048番外
7	泉佐野5-4	85,500	88,100	3.0	泉佐野市中町3丁目6586番1外
8	大阪都島5-2	486,000	500,000	2.9	大阪市都島区片町1丁目3番50
9	堺中5-1	140,000	144,000	2.9	堺市中区深井清水町3484番外
10	堺堺5-1	733,000	753,000	2.7	堺市堺区北瓦町2丁目14番1外

※表1～3は「令和4年地価公示の結果について」(大阪府)(<https://www.pref.osaka.lg.jp/attach/51113/00017855/houdouR4.pdf>)をもとに作成



吹田市がウクライナからの避難民の受け入れを実施 市内の企業もサポートへ

持続可能な開発目標である『SDGs』。環境的な問題のほかに、誰もが安心して暮らせる世の中にすることは、重要な目標のひとつだ。

ロシアによる侵攻を受けて、ウクライナから国外に避難した人の数は450万人を超えている(4月11日現在)。日本にもすでに400人が入国し、4月5日には政府専用機でウクライナから20人が到着した。

その中で吹田市が受け入れを表明したウクライナ人の30代女性と13歳の子どもの2人が、同市が準備した市営住宅の一室で滞在を始めた。

この受け入れは女性の母親が吹田に暮らしていることから、同市に申請して実現。住居は確保できたが、実際に暮らすとなると食料はもちろん、生活用品が必要になる。そこで地元企業もサポートに乗り出した。

日用品の製造・販売を手掛けるトップ産業(吹田市豊津町)は寝具や調理器具などを支援。同社代表の松岡康博さんは「3月24日に後藤圭二市長を表敬訪問した

際に、受け入れの話を知りました。自社の製品でこういった支援ができるのは、ありがたいことだと、すぐに社に戻って、社員と一緒に必要なものを、いろいろと選ばせていただきました」と話す。

実際に支援品を届けた同社総務部の佐々木隆治さんは「あれもこれもと詰め込んだらダンボール5箱分くらいの量になりましたが、お二人はとても喜んでくださいました。当社の製品は、使いやすさを重視したアイデア商品なので、身振り手振りでご説明すると喜んでいただいたり、笑顔になられて、こちらもうれしかったです」。

しかし問題はこれから。ウクライナの情勢次第で、どれくらいの滞在になるのか見通しが立たないため、子どもの就学や女性の就職などの課題が残る。松岡社長は「言葉の壁もあり、いろいろ大変だと思い

PROFILE |
| トップ産業株式会社 |
今年で創業54年。もともと和装袋物メーカーとして『和装バッグ』のヒットをきっかけに、世の中が求めるモノづくりを追求。写真は社長の松岡康博さん(左)と総務部の佐々木隆治さん(右)。
吹田市豊津町12-43 TEL.06-6387-2141




同社はガンバ大阪のアカデミーを支援するGAMBAassist(ガンバシスト)であり、ほかにも「ドナルド・マクドナルド・ハウス おおさか健都」の移転支援なども積極的に行なっている。

ますが、私たちとしては、今後もこういった機会があれば、市と協力しながら支援させていただきたいと思っています」と話す。



フライパンやポウル、カトラリー、水洗いカゴから洗濯ピンチハンガー、肌掛け布団まで同社が取り扱う生活用品が届けられた。



「平和と公正をすべての人に」
ウクライナからの避難民が、安定した生活が開始できるよう、市と協力して支援を行なっている。



SDGsとは「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だ。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。

Pick up!

パーソナルジム

「コロナ禍で体型が崩れてしまった」「運動していない」そんな方へ

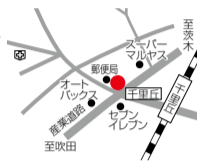


6月で6周年を迎えるパーソナルジムでは老舗の同店。完全個室マンツーマンのパーソナルトレーニングと3食キッチリ食べる食事指導での確に理想の身体へ導いてくれる。「運動が苦手、一人では続かない、ジムで何をしたらいいかわからない……」などの初心者の方、特に大歓迎です!とは代表の浅田トレーナー。アットホームな雰囲気の中、30~60代の女性が多く通っており、無理なく自分のペースでトレーニングに取り組んでいる。同店で自信を持てるBODYを手に入れてみては。まずは体験へ!



経験豊富な男女のトレーナーが数名在籍。個々のペースで無理せず、継続可能なトレーニングが特徴。完全個室で安心。窓多数ありで換気もばっちり!

GOSIN (ゴースン)
摂津市千里丘1-11-5 2-style2F
営/10時~21時
日曜定休・祝不定休
完全予約制
☎06-6170-7936
http://gosin.net



LINEでも予約可
LINE ID: @hty6902s ↓
問合せはHP ↓

特典
「シティライフを見た」で
体験トレーニング料金
……5,000円→3,980円
(5月末まで・要予約・新規の方)

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
(税込) **1,100円** 先着10名様

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

見積無料
☎072-665-8371

15周年記念 特別企画展
5/27(金)・28(土)・29(日) 10時~19時 予約優先
着物を総合プロデュースする「絣ing」が主催する和装用品販売イベントです。特別会場につき、5万円・10万円の商品のみの販売となります。自社で商品制作する当社だからこそできる企画展となります。ぜひこの機会にご来場ください。

正絹着物 + 帯
通常298,000円以上 ▼
55,000円
通常470,000円以上 ▶ **110,000円**
訪問着や袖もご用意しております
当日は150~200点から選べます

小 紋	色無地	名古屋帯
京友禅 178,000円	染疋田 178,000円	錦地九寸 120,000円
万葉色四季つづり 185,000円	草木染 185,000円	全通 98,000円

開催場所 **豊中市立文化芸術センター2F 和室** (豊中市曾根東町3-7-2)
主催:きもの悉皆屋 株式会社絣ing〈シーイング〉 ☎06-6192-5298 受/10時~19時

着物・帯の下取り
一律5,000円で実施中
※お一人様1点まで

入場料1,000円
日本人初の快挙!
モナコの王様より
サーカス界のアカデミー賞で
最高金賞受賞!
[44th Festival International du Cirque de Monte Carlo]
世界初の金賞を
勝ち取り凱旋帰国
網渡りて2つの
「ギネス世界記録」
大好評につき
延長公演決定!
2022. **3/5** SAT
8/28 SUN
池上曽根史跡公園(国道26号沿い)
「シティライフ」をご持参の方
※グループ全員に有効
「当日券」
料金より **1,000円OFF** (税込) お一人様

公式HP チケット売り場で
前売券 販売中
当日券
★おとな(高校生以上)
A席3,200円
BOX席4,800円
★こども(3歳~中学生)
A席1,800円
BOX席2,800円
開始時刻
平日 2回公演
●10:30 ~ ●13:30 ~
土日祝 3回公演
●10:30 ~ ●13:30 ~ ●16:30 ~
毎週水曜日休演日

信太山駅 8分
駅から500m 徒歩約8分
SAKURA CIRCUS
特設会場
(公演事務局)
池上曽根史跡公園
弥生の里温泉 38
近畿道26号沿い

◆QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。 ◆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。