

地域と共に歩んで **36** 周年!

読売新聞

2019

3/1 号

vol.716

発行:マイライフ新聞社

毎月1日・13万部発行
配布地域/枚方・交野市 全域、寝屋川・八幡・京田辺市の一部

〒573-0126 枚方市津田西町2-31-21

TEL072-859-3332 FAX 072-859-0054 mylife@mylife-np.com

web版 | マイライフ新聞 | 検索

おすすめ
クーポン3面

フリーマーケット詳細は 8面 に

4/20(土) 開催!

会場: アル・プラザ枚方北駐車場

ご卒業・ご入学・ご就職
おめでとうございます

**パール・ダイヤモンド
フェア開催中**

大切な方への人生の節目の記念に

カンダダイヤモンド

3月誕生石 アクアマリン
石言葉 ◆ 幸福・長寿
富や幸運をもたらす

3/11(月)・17(日)は臨時休業致します

製造・小売り・貴金属買い取り・リフォーム
見積り無料お気軽にご相談ください

ひらかたサンプラザ1号館3F マリッジリング各種
枚方T-SITE 向かい ビュー・ロール
トゥルーラブ トゥレドゥ etc.

0120-58-2081
AM10:30~PM6:00 木曜定休

春風と桜の便りに心
躍る季節はもうそこに
毎回好評のマイライフ
ツアー、今回は春色に染
まる岐阜県を旅します。

まずは、レトロなロー
カル列車・養老鉄道に
乗車。桜咲くのかな風
景の中、のんびり懐かし

い昔にタイムスリップ。
次に、西国三十三所巡
りの満願の札所、谷汲山
華厳寺へ。東海地方有数
の桜の名所で、約1kmの
花のトンネルをくぐる
参道には、ソメイヨシノ
が咲き誇ります。

昼食は、門前の料理旅
館で、飛騨の名物、牛朴
葉焼き膳を。地元の味覚

参加者
募集

地元発着 日帰りバスツアー

一度は
訪れたい

春
彩りの旅

谷汲山華厳寺、「そねの池」
ローカル列車・養老鉄道(岐阜県)

モネの池



牛朴葉焼き膳(イメージ)

をお楽しみください。
そしてSNSとく

各地8時前後発
19時30分前後着予定
※最少催行人員35人
お申込み
マイライフ新聞社
072-859-3340
FAX 072-859-0054
※旅行企画・実施/ワ
ルドツアーシステム株
大阪府知事登録旅行業
212047号

うれしい地元発着
枚方・藤阪・長尾

旅行代金(お一人様)

4月2日(火) 9,600円

枚方の結婚相談所 **エテルナ枚方店K's**

安心・安全に
婚活できます

完全身元保証型
事前身元確認
審査あり

高い
マッチング率
選べる出会い
パーティーイベント
など

アフターフォロー
あなたに合った
アドバイスで
チャンスを活かす

入会金50,000円
キャンペーン
先着10名様

相談無料
親がつかなく婚活応援
親御さんもお気軽に
問合せ・ご相談

072-808-7364
枚方市大垣内町2-8-10-7F
営業10時~20時 火曜
エテルナ枚方 検索

盲導犬は、目の不自由
な人の歩行を助け、自立
への支援をすることと
に、心の支えとなる大切
なパートナーです。2月
17日、枚方市立南都生涯
学習市民センターで、マ
ナビスト講座「知ろう
学ぼう 考えよう! 盲導
犬のお仕事が開かれ、
日本ライトハウス盲導
犬訓練所の池田典生さ
んが、盲導犬になるため
の訓練の様子や活動に
ついて話し、盲導犬のデ
モ犬、ボルド君が実演
を。参加者は、目の不
自由な人たちの困り事
を知り、理解を深めました。
温かい人の家庭で、愛
情いっぱい、生後2か月
から1歳まで育てられ

るパピー(盲導犬の卵)
とパピーウォーカー(子
犬飼育ボランティア)も
参加。人に愛され、人を
愛する犬に育ち、その後
幾多の訓練を積み重ね、
盲導犬となり、自分を必
要とする目の不自由な
人のもとへ。信頼で結ば
れ、懸命に役に立とうと
寄り添い、命を守り、生
きる支えとなります。

講演後、山之上小3年
の高芝雅さんは、目の不
自由な人に会ったら、声
かけをして、私も役に立
たいと話しました。

ものの言わぬ犬に、相手
の気持ちや立場に立つ
て考え、行動すること
を教えられるよう、盲導犬
やパピーとふれあいな
がら、誰もが優しい気持
ちに包まれました。

盲導犬に 愛 もらった!!

「知ろう 学ぼう 考えよう!」
~盲導犬のお仕事~



ボルド君(ラブラドル
レトリバー・9歳)

京都府
最大級
今春!!
オープン!

農産物
直売所

旬の駅 京都店

大阪と京都の境目の八幡市に直売所がオープン!

国道1号線沿い「八幡洞ヶ峠」すぐ
(八幡南山・インターネットカフェ跡)

大駐車場
150台収容

お気軽にお問合せください

農産物直売所

問合せ
申込み

旬の駅 ならやま本店 ☎0742-22-2930

奈良市奈良阪町2626-2 ☎070-5266-2930 担当 秋元(あきもと)

生産者・農家さん大募集!

あなたも
新鮮な野菜を
出荷しませんか?

まずはご連絡
ください

未経験者OK! マイカー通勤OK! 年齢、性別不問

〈仕事〉農産物の販売・品出し・レジ・売り場作り
〈時間〉6時30分~20時 ※シフト制
〈給与〉**正社員** 月給20万~30万円 ※経験・能力による
パート・アルバイト 平日・土曜/時給 950円
日曜・祝日/時給 1,000円
※時間、日数はご相談ください

詳細は左記まで

生産者説明会

3月24日(日)	14時~	八幡市文化センター 八幡市八幡高畑5-3
4月6日(土)	14時~	旬の駅 京都店内

旬の駅概要、出荷規約、集荷運営方法など説明
申込/旬の駅ならやま ☎0742-22-2930 担当/秋元

地図: 八幡市文化センター、旬の駅 京都店、八幡市役所、八幡警察署、イズミヤ、コーナン、ガスト、山手線、京田辺線、京田辺駅、京田辺IC

3月3日は
耳の日

まちがった 補聴器選び していませんか



すすめられた
補聴器が...

雑音が気になる!

音がうるさい!

思うように聞こえない

操作がめんどろ...

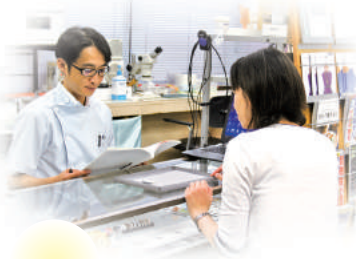
購入前の

当店で補聴器の「聞こえの順応トレーニング」を実施!

▶▶▶「聞こえの脳」へ変えていく◀◀◀

長年にわたり、聴力が低下した「聞こえ」に対して、補聴器を装着して上手に聞き取れるようになるには、数か月のトレーニングが必要とされています。補聴器を最初に装着した時は、今まで聞こえていなかった音が聞こえるため「うるさい」「言葉が聞き取れない」と感じる場合があります。

実際に音を聞いているのは耳ではなく「脳」なのです。聞こえない状態に慣れてしまった脳を、音を聞く状態に慣れさせ、積極的に音を聞く力をつけることで徐々に「聞こえの脳」へと変えていきます。



こうした補聴器を使用したトレーニングは専門店で定期的に通い、スタッフの適切なアドバイス・正しい調整を受けることで、自分に合った補聴器選びの第一歩となるのです。

適切なトレーニングをおこない、自分に合った補聴器でより良い「聞こえ」を

補聴器を実際に試してみる

順応トレーニング

毎日1~2時間の装着からスタート

- ・負担の少ないボリュームから
- ・声を出して本を読む
- ・生活音を意識して聞く
- ・家族との会話、電話をする

日中、長時間の装着に慣れる

- ・テレビ、ラジオを聞く
- ・外に出て雑音の中で会話する
- ・音の刺激に慣れる

補聴器は購入前にトレーニングして十分に納得してから購入しましょう

補聴器 試聴会 開催!

試聴
無料

3月1日(金)~29日(金) 9:00~19:00

□ 講演会で内容が聞きとれない



□ 車が近づいてくるのに気が付かない



□ 会合などで聞き間違いや話についていけない



□ テレビの音量が家族と同じだと聞きとりにくい



「誰にでも可能性のある聴力の低下」ご相談ください

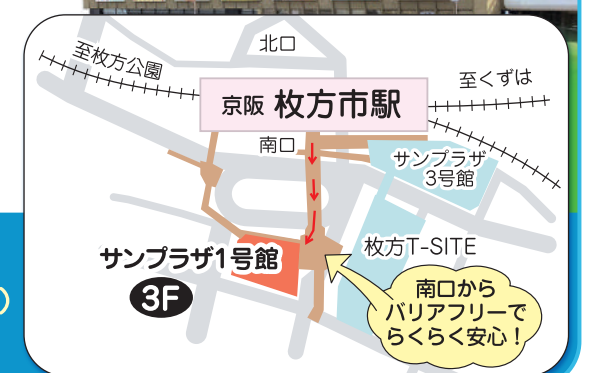
安心

プロがあなたにベストな補聴器を選び、しっかりサポート

無料

買う前に試せます! 自分の耳で試聴・自宅への貸し出しも。

サンプラザ
1号館 3F



0120
FreeDial

0120-41-3339

☎072-841-3339 FAX 072-841-3340

営業 9時~19時

駐車場有

定休日 日曜・祝日・土曜(第1、3、5)

枚方補聴器

検索

※予約可能日
あります

お子様と一緒に

マイライフ 配布員募集!

- 月1回のお仕事です
- 毎月末4日間の空き時間にマイライフを配布(チラシ折込作業あります)
- あなたのお住まいの近隣地域に、徒歩や自転車で、住宅・お店のポストへ配布
- 高校生~70歳代の方が、元気に活躍しています

1エリア 500~800部

募集

松井山手、長尾台、北山、田口山、藤阪東町、津田南町

登録も
受付中

問合せ マイライフ新聞社 ☎072-859-3332

チケット



スマホでも見えます!

お電話1本でチケットを
ご自宅に郵送(送料無料)

☎072-859-3340
FAX 072-859-0054

米朝一門会



3/30(土)
18:00

3,500円
(当日4,000円)

嵐の部 完売しました
※就学前児は入場不可

出演 桂ざこば、桂塩鯛、桂米團治、桂南天、桂米紫、桂りょうば

個性豊かな米朝一門が繰り出す巧みな話芸をお届けします。演目は当日のお楽しみ!

主催/(公財)枚方市文化国際財団

電話(平日9:00~17:00)かFAXでお申込の後、1週間以内に郵便局の払込取扱票でお振込ください。

郵便払込口座/00900-8-68978 加入者名/マイライフ新聞社

映画
映画券の郵送販売は2枚以上で

「8年越しの花嫁 奇跡の実話」3/14(木)
※右記参照

「妻よ薔薇のように 家族はつらいよⅢ」4/26(金)

共に10:30 / 14:30

一般 1,000円 割引 800円
(当日 1,200円) (当日 900円)

※割引は60歳以上・学生(小学生以上)・障がい者・介護者(要証明書)

赤外線補聴システムあり※UDCast方式による音声ガイド対応作品。日本語字幕版※目の不自由な方のための音声ガイド貸出あり。各回先着15名。

各回時間指定券になります(各回定員300人・全席自由)。

残席があれば、開演10分前から当日券を販売。



©2017 映画「8年越しの花嫁」製作委員会

YouTubeの動画がきっかけで話題になった実話を、佐藤健&土屋太鳳の主演で映画化。第41回日本アカデミー賞で優秀主演男優・女優賞など4部門を獲得した感動作。

マイライフ新聞社で
直接購入もできます

今回は糖尿病になる
と長期的に起こって
る病気(合併症)
のお話です。極端
な高血糖になら
ない限りすぐに自覚症
状が出ることはありませんが、血糖が高いまま
だと全身の血管と神経
が徐々に傷んで様々
な合併症を引き起こし
ていきます。

進行すると透析が必
要な場合検討が必要に
なります。眼では光を捉
える部位である網膜が
傷んで視力が落ちて失
明することもあります。
また、各臓器に血液を送
る主要な動脈が傷むと
突然に脳梗塞、脳出血、

心筋梗塞を起こしたり、
足の動脈が詰まって神
経障害も関連して足が
腐って壊疽してくるこ
ともあります。神経障害
が進むと四肢のしびれ、
下痢や便秘、立ちくらみ、
排尿障害など様々な症
状が出てきます。

一つ合併症が起これ
ば既に体中の血管と神
経が傷んできているの
で、続けて次の合併
症が起これば血糖
が多いです。合併症が
起これば血糖が多い血
糖管理次第ですので担当
医とよく相談しながら
頑張ってください。

京都大学医学部卒
京都大学大学院卒
勤務歴：京都大学医学部
付属病院、市立島田市民
病院、康生会武田病院
専門分野：救急総合診療科

ス効果を昔の方も知っ
ていたのでしょうか。
黒文字は胃腸の生薬

枚方公済病院
救急科部長 竹中 洋幸
枚方市藤阪東町1丁目2番1号
☎072-858-8233



竹中 洋幸 先生

糖尿病の合併症

が悪くなると尿蛋白が
増えて低蛋白症になり
体がむくんで胸にも水
がたまります。さらには
尿に捨てるはずの不要
な物質がたまって体の
維持ができなくなつて

一葉箱のいらない家庭一
＜女性のための＞
一般社団法人IPH
代替療法研究所
代表理事 佐藤 忍

黒文字という木をこ
存じです。
茶道で羊羹などのお
菓子を頂く時
の楊枝、高級
日本料理店な
どで用いられ

ロモジに含まれるポリ
フェノール「プロアント
シアニン」は、細胞内
の酸化酵素を活性化
させ、活性酸素を中和す
ることで、間接的にウイ
ルスの増殖を抑えてく
れます。特に抗生剤をよ
く使う方はインフルエ
ンザにかかりやすいた
め、日本の代表的な薬草
を上手に使う
予防しましょう。
ハーブカウンセ
ラー認定スクール
2期クラスは3月開講
お申込み、お問合せは
☎072-809-2131

吉田医療新聞
穀峰会 吉田病院
循環器内科部長
木戸 淳道
枚方市北中振3-8-14
☎072-833-1831

できます。そのために最
も大切なのは食生活の
改善です。特に塩分の摂
取量には気を付けま
しょう。加工食品やイン
スタント食品を控え、減
塩しょうゆ、減塩味噌、
酢を使用していただく
さい。1日1g減塩でき
れば1mmHg血圧が下が
りますので、塩分摂取量

最後にお酒について。
男性でしたら日本酒1
合、ビール大瓶1本、ウ
イスキー2杯、ウィスキー
シングル2杯のいずれか
まで、女性ではその半分
までにしてください。
食生活を改善できれ
ば10mmHg程度の降圧が
期待できますので、今日
からでも始めてみ
てはいかがでしょうか。

高血圧の食事療法

食生活を改善しましょう！

を1日6〜8gまでに
抑えることが大切です。
次にミネラルを摂取
しましょう。十分なミネ
ラルは血圧を5mmHg程
度下げますので、野菜、
果物、海藻、豆類、ナツ
類を多めに取ることを
おすすめします。ただし
腎臓が悪い人にはおす

京都府立医科大学卒業
日本循環器学会専門医
日本心臓血管インターベン
ション治療学会専門医・
施設代表医



満開の桜の下、お花
見にうかれるお雛様
「春爛漫」うかれ雛や、
雛祭りの夜、お客様も
帰ってしまつて、お内
裏様も三人官女も皆
で赤い毛せん階段を
トントン降りてきて、
仲良く遊び、ごちそうを
頂いたり、くつろいでい
る「真夜中のお雛様」。満

お問合せは、同資料館
☎072-843-5128

うか。

うか。

物語仕立ての創作和紙人形
「和紙の
ひな人形展」好評
市立枚方宿鍵屋資料館で
3月17日(日)まで開催
3月3日は「桃の節句」。
女の子の成長を願つて
お雛様を飾ります。
和紙で作った雛人
形展が、市立枚方宿鍵
屋資料館で開かれ、人
気です。
満開の桜の下、お花
見にうかれるお雛様
「春爛漫」うかれ雛や、
雛祭りの夜、お客様も
帰ってしまつて、お内
裏様も三人官女も皆
で赤い毛せん階段を
トントン降りてきて、
仲良く遊び、ごちそうを
頂いたり、くつろいでい
る「真夜中のお雛様」。満

9時30分〜17時 火曜休館
※入館受付は16時30分まで
入館料 大人200円 小・中学生100円

イオンシネマ久御山 ☎075-633-0901

上映中

- マスカレード・ホテル ●十二人の死にたい子どもたち
- メリー・ポピンズ リターンズ(吹替) ●七つの会議 ●映画
- コロコロの海底わくわく大冒険! (アニメ) ●雪の華 ●アクア
- マン (吹替) ●ファースト・マン(字幕) ●コードギアス 復活
- のルルーシュ(アニメ) ●ちえりとチェリー 同時上映 チェ
- ブラーシカ 動物園に行く ●フォルトゥナの瞳 ●翔んで
- 埼玉 ●母を亡くした時、僕は遺骨を食べたいと思った。
- アリータ:バトル・エンジェル(PG12)(2D字幕・3D吹替)

3月1日〜 ●映画ドラえもん のび太の月面探査記(アニメ) ●九月の恋と出会うまで

3月8日〜 ●劇場版 ウルトラマンR/ B セレクト! 絆のクリスタル ●運び屋(字幕) ●映画 刀剣乱舞

ユナイテッド・シネマ枚方 ☎0570-783-450

上映中

- アリータ:バトル・エンジェル (PG12) ●女王陛下のお
- 気に入り(PG12) ●ファースト・マン (字幕) ●アクアマン
- コードギアス 復活のルルーシュ(アニメ) ●七つの会議
- 雪の華 ●メリー・ポピンズ リターンズ(吹替) ●マスカ
- レード・ホテル ●翔んで埼玉 ●僕の彼女は魔法使い

3月9日〜 ●家族のレシピ
3月15日〜 ●映画 しまじろう「しまじろうとうるるのヒーローランド」(アニメ) ●キャプテン・マーベル ●君は月夜に光り輝く
3月21日〜 ●PRINCE OF LEGEND
3月22日〜 ●パンブルビー
3月29日〜 ●ダンボ

※上映作品は予告なく変更する場合がございます。
(PG12)は12歳未満の方は保護者の助言・指導が必要な作品です。

ユナイテッド・シネマ枚方

9スクリーンの大規模映画館【P930台完備】

映画鑑賞料金 割引

一般200円引き 学生・小人 100円引き

3/15公開 2D・4DX
「キャプテン・マーベル」

※本券はユナイテッド・シネマ枚方で「4DX・特別興行」を除く作品に利用できます。※本券1枚で4名様まで有効。※サービスデー、その他の割引券との併用不可。※コピーは無効。
2019年3月31日迄有効

☎0570-783-450
枚方市高野道1-20-10
フォレオひらかた内

おすすめ
3月のクーポン
クーポンを切りとって
お店へ行こう!
地図はQRで
チェック!

アル・プラザ枚方

ペットボトル 500ml 各種 10%引き

※HOPカード会員様価格の品は対象外

本券1枚で2本限り

食品レジにて本券(クーポン)を先にお渡しいただき、ご精算ください。

☎072-896-1100
枚方市津田元町1-4-1

ユナイテッド・シネマ枚方

9スクリーンの大規模映画館【P930台完備】

映画鑑賞料金 割引

一般200円引き 学生・小人 100円引き

3/15公開 2D・4DX
「キャプテン・マーベル」

※本券はユナイテッド・シネマ枚方で「4DX・特別興行」を除く作品に利用できます。※本券1枚で4名様まで有効。※サービスデー、その他の割引券との併用不可。※コピーは無効。
2019年3月31日迄有効

☎0570-783-450
枚方市高野道1-20-10
フォレオひらかた内

カラオケBanBan 松井山手店

新規会員の方

室料20%OFF・タイム10%OFF

それ以外の方、室料10%OFF・フリータイム5%OFF

・カラオケBanBan松井山手店のみで利用できます
・他、割引券との併用はできません
・団体ご予約はお電話ください

☎075-982-6769

☎10時〜翌5時 八幡市美濃山一ノ谷29-15
年中無休(有) 2019年3月31日迄有効
カラオケBanBan 松井山手 検索

インディアンレストラン&バー ミラン長尾店

イベント・食事に!
オススメ 飲み放題コース
(男2,980円 女2,680円)
○ランチ 780円〜、
お子様セット 500円 (すべて税込)
ランチセットご注文の方は、
ブレンナン食べ放題
○ミランカレーセット(全6品)
お1人様 1,500円

☎072-859-1711
枚・長尾駅前2-22-28
☎11時〜14時半(ランチ)
17時〜22時(ディナー)
月曜(祝日は営業) 有

・Bランチ880円〜800円に!
・ミランカレーセット
1,500円〜1,300円に!
※他の割引と併用不可
2019年4月末迄

デリバリー ゆたか

**美味しい手作りの
お弁当をお届けします**
おひとつでもOK 配達無料
配達時間 昼 11時〜14時
夜 17時〜
・他にも約20種のメニューが
あります
【配達エリア】 枚方、京田辺
の一部、八幡全域

☎072-851-0105
FAX 072-850-7675
枚・長尾家貝町3-3-5
受付 8時半〜16時(当日)
8時半〜22時(前日)

前日迄のご注文
全品
80円引き

HPからも
ご注文OK!

農家の直売所 朝採り市場

新鮮!「朝掘り筍」販売
上質な筍の産地、八幡・京田
辺市の農家から、採れたて
やわらか「朝掘り筍」が入荷
します。(地方発送も受付可)
●毎週月曜はデント販売
「かつおのわら焼き」など
●好評!新鮮な魚介類も販売
(水曜・土曜以外)

☎075-971-5208
八・美濃山一ノ谷28-1
スポーツアベニュー内
☎毎日営業!
9時〜18時 有

お会計1,000円(税込)以上の方
100円引き
※他の割引と併用不可
2019年3月末迄

**4月からの掲載
受付中!**

**あなたのお店のPR
キャンペーンを
掲載しませんか!**

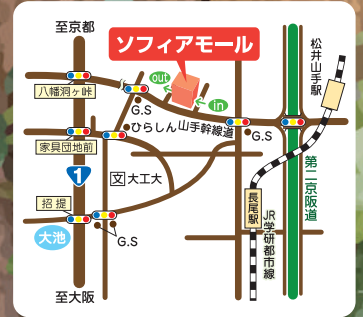
枚方市、交野市を中心に13万部
●掲載回数により割引あり

問合せ:マイライフ新聞社
☎072-859-3332



暮らしを楽しむ12の専門店

ソフィアモールに行こう!



エディオン



☎ 075-972-0070

営 10:00~20:00

エディオンにしかない!! e angle(イーアングル)

今エディオン、いちおしの商品
◎レトロな省エネ小型冷蔵庫
◎ササッと使えるステーションクリーナー
◎デザインと自然光にこだわった導光板パネルスタンドなど、
くらしを新しい角度から。
お客様の「あったらいいな」
を実現し、新しい生活のきっかけとなる商品を販売致します。



<http://www.edion.com>

SAKE市場 グランマルシェ

☎ 075-982-2339

営 10:00~20:00

新鮮青果の日和市屋 酒の専門店グランマルシェ

日和市屋では新鮮野菜が毎日
お買い得価格で販売中。
さらにその日限りの特売品
もあります。
グランマルシェではビール
をお求めやすい価格で、ご
家庭に貢献致します。お酒
のアウトレットコーナーで
は随時、商品入れ替えて販
売中。掘り出し物を見つけ
にぜひお立ち寄りください。



眼鏡市場 市眼鏡

☎ 075-972-3858

営 10:00~20:00

メガネ一式12,960円〜「ストレスフリー遠近」採用

眼鏡市場ではフレーム+レ
ンズセットを12,960円か
らご用意しています。デジ
タル補聴器、コンタクトレ
ンズも取り扱いしています。
眼鏡市場の遠近両用メガネ
は、視野が広くて歪みが少
ない! 隅々まで快適で自然
な見え心地! ハイグレード
な両面設計! 「ストレスフ
リー遠近」を採用!!



<http://www.meganeichiba.jp>

キリン堂



☎ 075-971-3611

営 10:00~20:00

地域密着! 町の健康ステーションを目指します

キリン堂はヘルス&ビュー
ティーケアのお店です。
医薬品、健康食品、化粧品
のほか、育児用品や日用品など、
生活必需品を取りそろえて
皆様のご来店をお待ちして
います。
お得がいっぱいのポイント
カードの入会も随時受付
中!



<http://www.kirindo.co.jp>

ザ・ダイソー



☎ 075-972-5064

営 10:00~20:00

週末は家族みんなで、DAISOへGO!!

ダイソーでは月に何百種類
もの新商品が出るのをご存
じですか? お掃除アイテム
や便利グッズなどは主婦の味
方です! お子様には玩具、
お父さんにはお酒のおつま
み。季節商品もダイソーで
はイベント時期より早く展開
していく予定です。一部取り
扱っていない商品もありま
すのでご了承ください。



<http://www.daiso-sangyo.co.jp>

ゴルフキッズ



☎ 075-972-3933

営 10:00~20:00

ゴルフキッズは売っても買っても5%ポイント還元

ゴルフキッズは売っても
買っても5%のポイント還
元!
NEWモデルが随時発売!
ゴルフ用品も随時入荷!
また、屋内や屋外で使える
簡単なものから、流行のト
レーニング器具なども取り
そろえていますので、ぜひ
ご来店ください。



<http://www.golfkids.co.jp>

手打ちとんかつ かつ屋



☎ 075-972-3861

営 11:00~22:00
(L.O. 21:00)

大人気のカキフライメニュー!

ブリブリ、カキフライは単品
でもご提供! お好きなだけ
召し上がれます。

- カキフライ膳 1,069円
- カキフライ&
ミニロース膳 1,231円
- カキフライ1個 129円

(すべて税込)
白ご飯、キャベツ、味噌汁、
お漬物はおかわり自由です。



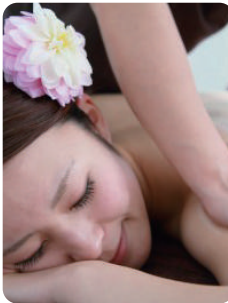
トータルビューティーサロン ノーブル Noble

☎ 075-983-7113

営 10:00~20:00

全身トータルビューティーの叶うサロン★

- フェイシャルエステ
[30分] 3,240円〜
- ボディリンパ
[60分] 5,400円〜
- まつ毛エクステ(付け放題)
[60分] 7,200円〜
- 脱毛 1,620円〜
(部位によって異なります。
ご相談ください)
- ネイル 4,320円〜
(ご新規様、他店オフ代無料)



<http://beauty-noble.com>

牛角



☎ 075-982-2299

営 11:00~15:00
17:00~24:00

ご宴会・歓送迎会は牛角松井山手ソフィアモール店で

最大40名様まで座敷の貸切
できます!
宴会特別価格の食べ放題も
あります。お気軽にお問い合わせ
ください。
単品メニューも充実してい
ます。お楽しみください。
皆様のご来店をお待ちして
います。



ベビーフェイス プラネット



☎ 075-982-3271

営 11:00~24:00
(L.O. 23:00)

お誕生日・歓送迎会のミニパーティーに!!

事前のご予約でコース料理を

- セレブコース 1,480円
- リッチコース 1,980円

お席の確保をお早目にお願
いします。
※当日ご利用のコース料理
もごさいます。



<http://r.gnavi.co.jp/c889302>

理容ピープル ヘアサロン ローズ



ピープル

ヘアサロンローズ

☎ 075-874-1050

営 10:00~20:00

☎ 075-874-1080

営 10:00~19:00

- 大人調髪 1,620円
- 中学調髪 1,080円
- 小児調髪 870円
- 白髪染め
(カット付) 4,110円
- 白髪ぼかし
(カット付) 3,030円
- 女性顔剃り 1,520円

※すべて顔剃り付・税込

- 子供カット
(小学生まで) 1,080円
- カット 1,620円
- パーマ 4,320円〜
- カラー
(白髪染め) 3,240円〜
- トリートメント 1,080円〜
- ヘッドスパ 1,080円〜

※すべて税込

イトウゴフク



☎ 075-982-1080

営 10:00~20:00

あなたの街のファッションリゾート!

イトウゴフクは「便利さと
安さ」「楽しさとおしゃれ」
を発信する楽しいお店。
肌着・靴下・ナイティ・寝具・
インテリアや服飾雑貨・お
もちゃまで幅広い品ぞろえ。
毎週お買い得チラシを始め、
各種イベントを多数ご用意。
皆様の暮らしをより豊かに
楽しく致します。ご来店を
心よりお待ちしております。



<http://www.1105.co.jp>

皆さんはご自身の麻しんワクチンの接種回数をご存じですか。もし、麻しんに罹患したことがなく、ワクチンを一度も接種していない人は、麻しんに対する免疫を持っていないため、麻しんに最もかかりやすい人になります。なぜなら、麻しんは非常に感染力が強く、1人の麻しん発症者から12〜14人に感染させるというわれています。

星降る丘から健康便り

JCHO星ヶ丘医療センター

感染管理認定看護師 小野 恵実子さん

枚方市星ヶ丘4の8の1 tel.072-840-2641

麻しんはワクチン接種で防げる病気です。手洗いやマスクのみでは予防できません。麻しんに罹患しないためにワクチンを接種し、免疫をあらかじめ獲得しておくことが大切です。麻しんワクチンを2回接種することによって、約99%の人が免疫を獲得することができ

麻しんはワクチン接種で防げる病気です。手洗いやマスクのみでは予防できません。麻しんに罹患しないためにワクチンを接種し、免疫をあらかじめ獲得しておくことが大切です。麻しんワクチンを2回接種することによって、約99%の人が免疫を獲得することができ

インフルエンザでは1〜2人。周囲の人へ感染させることが可能な期間は、症状の出現する1日前発し出現の3〜5日前から発し消失後4日くらいまで(または解熱後3日くらいまで)とされています。また、麻しんの主な感染経路が空気感染のため、予防接種法に基づいて平成2年4月2日以降に生まれた人は、定期接種として2回

小学校入学前(1年間)の麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)が接種されています。それ以前に生まれた人で麻しんの罹患歴やワクチンの接種回数が2回未満の場合は、ワクチン接種が可能です。かかりつけ医と相談しましょう。

麻しんはワクチン接種で防げる病気です。手洗いやマスクのみでは予防できません。麻しんに罹患しないためにワクチンを接種し、免疫をあらかじめ獲得しておくことが大切です。麻しんワクチンを2回接種することによって、約99%の人が免疫を獲得することができ

数匹のハチとハチを入れたビンを横に倒し、底を覗く方向に向けて蓋を開けると、どちが早く外に出られるでしょうか。ハチは明るい方向に出口を求め、ビンの底に突撃を繰り返すが、次第に疲れて動かなくなるといまい、ハチは2分たらずにビンの口から出ていきました。ハチは光を好み、その方向に出口があること

多様性を見付けられたということです。(エクセレントカンパニー 講談社) さて皆さん、この文章を読まれて私達にも思い当たる節はないでしょうか?子どもを叱る時、常に同じ叱り方をしています。また、子どもがいつも同じ失敗を繰り返すなどです。こ

多様性を見付けられたということです。(エクセレントカンパニー 講談社) さて皆さん、この文章を読まれて私達にも思い当たる節はないでしょうか?子どもを叱る時、常に同じ叱り方をしています。また、子どもがいつも同じ失敗を繰り返すなどです。こ

こどもの心理を知ろう

心理分析室 深田 昭一

(上級教育カウンセラー)

☎072-833-8556

懸けてきた彼女への心からのエールです。自分自身の生きがいとして、卓球に挑み続ける片岡さんの姿には勇気づけられます。これからのさらなる活躍が期待されます!

懸けてきた彼女への心からのエールです。自分自身の生きがいとして、卓球に挑み続ける片岡さんの姿には勇気づけられます。これからのさらなる活躍が期待されます!

懸けてきた彼女への心からのエールです。自分自身の生きがいとして、卓球に挑み続ける片岡さんの姿には勇気づけられます。これからのさらなる活躍が期待されます!

卓球は今、日本選手の世界大会での活躍で注目を集めています! 枚方市卓球連盟所属の片岡年子さん(63歳、香里ヶ丘在住)が、昨年10月に開催された全日本卓球選手権大会(マスターズの部)女子シングルスで優勝し、2年連続で優勝した。全国大会のベスト



2月7日、市民スポーツ賞授与式で

卓球マスターズで日本一 勝負に挑む姿、輝く! 片岡年子さん

阪代表として出場、96人で争い、見事優勝しました。片岡さんは33歳の時に子どもを交代で見ながらできるスポーツを卓球を始めました。学生時代は陸上部で、卓球はそれまで未経験でした。全国大会のベスト

8以上では、若い頃から長いキャリアを積んできた全日本マスターズの選手らが並び、その中では珍しい存在です。「準決勝、決勝となると自分には挑戦する立場で、向かっていくだけ」と。ただ、同世代の経験者はペンハンドラケットの使用が多く、裏表の2面が使える、バックハンドに強いシェイクのラケットを使用したこと

8以上では、若い頃から長いキャリアを積んできた全日本マスターズの選手らが並び、その中では珍しい存在です。「準決勝、決勝となると自分には挑戦する立場で、向かっていくだけ」と。ただ、同世代の経験者はペンハンドラケットの使用が多く、裏表の2面が使える、バックハンドに強いシェイクのラケットを使用したこと

49歳で仲間らとチーム「みらくる」を結成。2年後には全日本クラブ卓球選手権大会(チーム戦)で優勝。平成29年に

片岡さんは「基本に忠実であったことが強さの秘訣」と。遅く始めたからと諦めず、我流ではなく基本を守り、30年間練習を積み上げてきました。さらに「勝ちたい」という強い思い。今回の大会は振り返ると苦しい試合ばかり。それでもひたむきに一本を返していったことが嬉しい結果へとつながりました。

片岡さんは「基本に忠実であったことが強さの秘訣」と。遅く始めたからと諦めず、我流ではなく基本を守り、30年間練習を積み上げてきました。さらに「勝ちたい」という強い思い。今回の大会は振り返ると苦しい試合ばかり。それでもひたむきに一本を返していったことが嬉しい結果へとつながりました。

昨年は大阪北部地震、台風21号と、大きな災害が相次ぎました。ライフライン、通信、流通が途

防災対策講座 自分を、家族を守れ! 枚方市教育委員会 社会教育課 主催

防災対策講座 自分を、家族を守れ! 枚方市教育委員会 社会教育課 主催

絶える事態に陥った時、自分と家族を守るためには備えが重要です。2月16日サンプラザ生涯

絶える事態に陥った時、自分と家族を守るためには備えが重要です。2月16日サンプラザ生涯

絶える事態に陥った時、自分と家族を守るためには備えが重要です。2月16日サンプラザ生涯

地域の皆様に心のこもった良質な医療を提供します。

独立行政法人地域医療機能推進機構

星ヶ丘医療センター

内科・糖尿病内科・腎臓内科・呼吸器内科
消化器内科・循環器内科・脳神経内科
小児科・外科・整形外科・形成外科
脳神経外科・呼吸器外科・心臓血管外科
血管外科・皮膚科・泌尿器科・産婦人科・眼科
耳鼻いんこう科・リハビリテーション科
放射線科・麻酔科(標榜医:辻村茂久)・歯科
歯科口腔外科・臨床検査科・病理診断科
救急科

※脳卒中・緩和ケア・脳血管に関する医療も行っていきます

枚方市星ヶ丘4-8-1 <http://hoshigaoka.jcho.go.jp/>
☎072-840-2641 FAX 072-840-2266

汗を拭いたりマフラーをかけるなど、水は各寝室に分けて置く、調理しなくてもかきつけて食べられるラーメンを定期的に入れ替えて常備防炎セットは身近な物で代用。三袋は配給の水を入れたり雨のしのぎのカップに、新聞紙を入れて簡易トイレにも。手ぬぐいも万端で口に巻いてほこり除けや、包帯、汗を拭いたりマフラー

にも。ラップは食べ物を入れるお皿代わりと、包帯や防寒にも使えます。電池は切れていることが多いので、手動発電の懐中電灯・ラジオを。公衆電話用の10円玉と、もしも家族を探すことになった時のため、年に1回は家族の写った写真と印刷し、防災セットに入れておくべきとの話で締めくくりました。

診療科目

●一般内科・循環器・呼吸器・腎臓●外科・胃腸・肝胆脾・血管外科・肛門科・乳腺外科●整形外科●泌尿器科●脳神経外科●リハビリテーション

診療時間

午前 / 月~土 9:30~12:00
夜 / 月~金 18:00~20:00

休診日

日曜日・祝日

当医院は救急指定病院です。急患の方は24時間対応致します。

枚方市北中振3-8-14 ☎072-833-1831
<http://www.yoshida-hp.net/>

新しい夢に手を伸ばそう!

春のカルチャー&おけいこ

新規生徒募集に 4月・5月号の掲載受付中 ☎072-859-3332

無料体験 キッズHIP HOP

おかげさまで 10周年!

●週1回50分 月謝制 5,300円(税込)
※広い観覧席で自由にご覧頂けます

●キッズ全12クラス
水曜日17:10~18:00 幼稚園~
金曜日17:10~18:00 中学生~ など

●年1回発表会自由参加
お電話予約、問合せお待ちしております!

JBCフィットネススタジオ 検索

JR「長尾」駅 徒歩2分 有り
☎072-857-1514 ブログはこちら

社交ダンスできれいな姿勢

楠葉で25年、信頼の社交ダンス教室です

●グループレッスン
月12時、13時 月15時
※月11時は入門クラス
月謝 6,500円(予約不要)

●個人レッスン
毎日10時~21時(要予約)

●バレエ、ハワイアンフラダンスも開講中♪
スタジオ時間貸しします。
お気軽にお問い合わせください。
ダンススクールソフィア 検索
くずは駅前 ☎072(857)1083

英会話を始めませんか?

在英米9年の元大学講師が教えます
英検、TOEICリスニング対策もご指導致します

●初めての方でも優しく分かりやすく教えます。
●体験レッスン無料
●9,000円/月4回(60分)または、月3回(80分)
※月謝制、年中無休、税込

●「御殿山」駅 徒歩5分
●完全1対1のプライベートレッスンなので、上達のスピードも驚くほどの速さです!臨床心理士ならではの相談も!
Let's get started!
トレイシー英語教室 ☎090-7882-5044

多目的貸ホール

各種教室・会議・セミナー
ご利用されませんか

●ホール1 定員39人
ホール2 定員26人
●月~土曜 9時~20時
① 9時~12時
② 13時~17時
③ 17時~20時
※日・祝は使用不可

●ヨガ・パッチワーク教室
セミナー・社内研修 など
枚方市津田西町2-31-21
(ヨミハン大津ビル2F) ☎072-859-3340

※読売新聞購読者割引の特典あり

お届けします! 知っ得情報・楽しい情報

広告掲載・地域の話題は、地元のマイライフ新聞へ
☎072-859-3332
FAX 072-859-0054

特集

かも手限定『旬の麺揃え』

●お届けはご注文をいただいてから 1 週間前後。●お客様事による返品・交換は致しかねます。
●お預かりした個人情報は商品の発送・サービスのご案内のみに使用いたします。

お申込締切日
本日より
1週間
国産「釣りもの」
白いかの一夜干し
だけを使用!!
味
1559-3

株式会社和田珍味
〒694-0035島根県大田市五十猛町1559-3

※写真のトッピングは、盛付イメージです。

長崎カステラの達人 全6種類! 先着 各100本限定!! 選べる美味しさが大好評!!

【お支払い方法】代金引換(別途手数料300円税別)。食品・生鮮品の場合、収穫時期・天候によっては、お届けまでにお時間をいただく場合がございます。※沖縄・離島など一部地域では、別途送料がかかります。画像はイメージです。※食品につき返品不可。(商品不良の際は、到着から2日以内にご連絡を)

お客様相談ダイヤル ☎096-285-1340



ショッピング情報

3月1日(金)～
31日(日)

ソフィアモール
暮らしを楽しむ
12の専門店
(4面広告参照)

眼鏡市場

☆3月3日は耳の日☆
この機会に補聴器を見て、触って、
比べてご体験ください。眼鏡市場では
多数の補聴器メーカー品を取り
扱い中。専門スタッフが丁寧にカウ
ンセリングを行い、最適な補聴器を
ご提案致します！

☎075-972-3858

キリン堂

いよいよ花粉シーズン到来です。今
シーズンは花粉飛散量が非常に多い
といわれており、予防対策は重要
です。花粉対策のご相談はぜひ当店
をご利用ください。調剤コーナーでは、
全国どこかの医療機関の処方箋でも
受け付けしています。薬や健康相
談もお任せください。ご来店をお待
ちしています。

☎075-971-3611

ザ・ダイソー

新生活、入園、入学に向けての商品
を多数取りそろえています。かわい
らしいディズニー柄やシンプルな
ナチュラルシリーズもごございます。
きっとお探しの商品が見つかるか
も！この機会にぜひご来店くださ
い。

☎075-972-5064

ビオルネ

◆うまいもんくらわんか・美味しい食
べ物と手作り雑貨のテントマル
シェ=23日(土)10時～16時◆わん
わんくらわんか～保護犬譲渡会と
わんグッズのテントマルシェ～
=24日(日)10時～16時◆フリーラ
イプ=①2日(土)13時～出演：強
力翔ほか②3日(日)13時～出演：し
まのひとみほか③9日(土)13時～
出演：名迫僚太ほか④31日(日)13
時～出演：ハス実ほか◆ビオルネ
お笑いライブ=16日(土)13時～
正面玄関前、出演：若手芸人数組
◎営業／ 10時～20時、地下食品売
場のみ9時～20時
◎休まず営業



アル・プラザ香里園(平和堂)

◆カウンセリング化粧品HOPポ
イント10倍進呈致します！(一部除
外商品があります)=16日(土)・
17日(日)※事前ご予約も承ってい
ます。
◎営業／ 10時～21時
◎休まず営業

☎072-835-6600

アル・プラザ枚方(平和堂)

◆はきものがお買い得「はくの市」
=2日(土)・3日(日)◆助産師によ
るお産・子育て相談会開催(3階ベ
ピールーム12時30分～16時30分)
=10日(日)・31日(日)◆昔ながら
の紙芝居開催=16日(土)・17日(日)
14時～◆くらわんか体操=毎週木
曜日 10時5分～

◎営業／ 10時～20時30分

◎休まず営業

☎072-896-1100

*アル・プラザ2店舗共通

◆3月1日(金)は平和堂62回 目の
誕生日！創業記念日ありがとうセー
ル開催◆毎週火曜日は直営レジに
てHOPマネーのお支払いで通常ポ
イントに加え200円(税抜)ごとに
1HOPポイントを進呈◆「月のまん
なかり」集めてお得な謝恩シール
進呈。ご購入1,000円(税込)ごとに
1枚進呈。30枚で1,000円分のお買
い物券と交換=15日(金)◆HOP
マネーチャージ1万円で50ポイン
ト進呈=15日(金)・16日(土)・25
日(月)・26日(火)◆HOP-IDでのお
支払いでご請求金額より5%還元
=17日(日)

イオン枚方店

◆毎週火曜日は火曜市！◆毎月10
日は、ありが10デーポイント5倍
◆毎月20日、30日はお客様感謝
デー！5%OFF ◆毎月15日は、G.G.
感謝デー！5%OFF
※一部変更となる場合がございます。
◎営業／ 10時～20時、地下食品売
場のみ9時～23時
◎休まず営業

☎072-843-0048

ハッピーズ枚方

◆お得なハッピーズカード会員&
メール会員、シニア会員(60歳以上)
大募集。入会無料 シニア会員様には
当日無料配達(規定の配達地域)。
◎営業／ 10時～20時45分
◎定休日／水曜日
☎072-840-6161

2019 3月の運勢

★ディアーナ(みどり)★西洋占星術
占歴33年、ネプチューン派氏に師事。
大阪マルビルなどメディア活動も多岐にわたる。



牡羊座
3/21～4/20
落ち着いた気
持ちで過ごせる。心の余
裕が見落としてきたも
の、大切にしなければなら
ないものを再発見。また、
人への奉仕は大吉。

牡牛座
4/21～5/21
チームワーク
が好調。自分から積極的
に働きかけて、リーダー
シップを発揮して、周囲
を引っ張って。レジャー
も大勢で楽しむのが吉。

双子座
5/22～6/21
思い通りに物
事が進まず、ストレスで
いっぱい。人との協力・
協調に目を向けて。パ
ワーが何倍にもなり、ス
ムーズに運びそう。

蟹座
6/22～7/22
理想と高い目
標に向かって邁進できる
時。頑張った分だけ、ど
んどん近付くので、まず
まず覇気が上がり、達成
感と充実感が味わえそう。

獅子座
7/23～8/22
頑固さに注意。
強引なやり方、不遜な態
度など、人間関係に響き
ます。大らかにして謙虚。
義理堅さという、本来の
あなただけを意識して。

乙女座
8/23～9/23
対人運に活気。
新たな出会いはもちろ
ん、友情がさらに深まる
など、うれしいことが。
苦手な人も避けずに自分
から近付いてみると吉。

天秤座
9/24～10/23
規則正しい生
活を、多忙な中、頼まれ
事、後回しにしていた雑用
、人付き合いなど、更に
ハードワーク。自分のテ
ンポで効率よく動いて。

蠍座
10/24～11/22
物事に臨む時
の意気込みとエネルギー
がすごい。決めたことは
とことんやり抜いて。予
想以上の結果にまずまず
モチベーションアップ。

射手座
11/23～12/21
いま一つ決め
手に欠け、煮え切らない
自分にイライラすること
も。無理しない様子、子
を見ることも大切。計画
を立て、体調を整えて。

山羊座
12/22～1/20
フットワーク
よく、軽快ですが、スケ
ジュールを詰め込み過ぎ
ないように。目標やテ
ーマを決めて動けば、効
率的だし、収穫も大。

水瓶座
1/21～2/18
金運好調。お
金の知識を増やし、運用
のセンスを磨けば、お金
儲けの才能に気付くかも
。美容運も良好。健康
食のレシピを実践して。

魚座
2/19～3/20
コミュニケーション
がアップ。話し
上手で聞き上手。上質な
会話が楽しくて、そこか
ら様々なことを吸収。持
前の直感力を駆使して。

琵琶湖を撮り続けて
55年。寝屋川市在住のマ
ツシマススムさん。様々
な賞を受賞し、滋賀県観
光ポスターにも採用さ

マツシマススム 写真集出版記念 「琵琶湖幻想55 しらすぎ」 & グループ展 2019



●3/1(金)～6(水)
くずはアートギャラリー
●3/29(金)～4/3(水)
寝屋川市市民ギャラリー
10:00～19:00 ※最終日は～18:00
お問合せは ☎072-835-3920

れています。琵琶湖の消
え去った風景や白鷺の
一瞬を捉えた集大成。二
科展ほか入賞の生徒た
ちの力作も展示します。

お楽しみ プレゼント

1 大阪府立 大型児童館ビッグバン

ペア5組様



10:00～17:00(入館16:30まで)
月曜休館(祝日の場合は翌火曜日)
春休み期間3/19(火)～4/7(日)は無休
●大人1,000円 ●小・中学生 800円、
●幼児(3歳以上)600円

「遊び」がテーマの大型児童館。高さ53mの
ジャングルジム「遊具の塔」や巨大ワニの形
のアスレチック、工作コーナーなど体験や
楽しみがいっぱい！

大型児童館ビッグバン 検索、堺市南区茶山台1-9-1 ☎072-294-0999

春休み特別イベント 「ふわふわどうぶつめいろ」



3月23日(土)～31日(日)
参加費100円(別途入館料要)
かわい動物たちがふわ
ふわ迷路の中にかくれんぼ！
3つのどうぶつスタンプを
さがしてね！
ゴールできるとビッグバン
特別シールをプレゼント！

3 みんなで聴こう☆オーケストラ！ 日本センチュリー 交響楽団

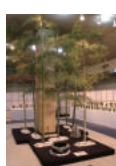


6月1日(土)15:00開演
高槻現代劇場 大ホール(全席指定)
●一般 3,500円 ●学生 1,000円
※未就学児は入場不可

ドヴォルザーク
チェコ組曲 前奏曲とフィナーレ
チェロ協奏曲 口短調
交響曲第9番「新世界より」
指揮：石川星太郎 チェロ独奏：上野通明
高槻現代劇場 検索、☎072-671-9999

4 第31回 松花堂つばき展

ペア3組様



4月5日(金)
～7日(日)
10:00～17:00
(最終日のみ
16:00まで)
松花堂庭園
(八幡市女郎花)
●一般 400円 ●学生 300円
●子ども 200円 ※入園料込み
京都・洛南の名園、松花堂庭園の春の風
物詩「つばき展」。切り花(300種以上
の椿)、いけ花、庭園装飾、椿の盆栽など。

松花堂庭園・美術館 検索、
☎075-981-0010

応募 方法

ご希望のプレゼント番号、〒、住所、氏名、年齢、電話番号、アンケートの答えを明記の上、はがき・
FAX・ホームページ(パソコン・スマホのみ)でご応募ください。【締切】3月15日(金)消印有効
【アンケート】①3月1日号マイライフの記事・広告で一番興味を持たれたものは。②「思わず鳥肌が立ったで
きごと」を教えてください。匿名希望は明記。採用分には粗品進呈。
〒573-0126 枚方市津田西町2の31の21 マイライフ「プレゼント」係 FAX072-859-0054

2 大阪まいしまシーサイドパーク 100万株の青い花 ネモフィラ祭り2019



4月13日(土)
～5月6日(祝・月)
9:00～17:00
※最終入園16:30
大阪市此花区北港緑地2丁目
●大人 900円
●子供(4歳～小学生)500円

大阪舞洲が新たな名所に！青空のような綺麗な花・ネモ
フィラ約100万株が、大阪湾が一望できる約4.4haの
敷地に咲き誇ります。広大な海と青く澄み渡った空と、
3種のブルーのハーモニーをお楽しみください。

ネモフィラ祭り2019 検索、☎06-4804-5828

映画ご招待券 各館ペア5組様

お好きな上映作品をご鑑賞いただけます。(特別興行、3D以外)

5 イオンシネマク御山

☎075-633-0901

6 ユナイテッド・ シネマ枚方

☎0570-783-450

「運び屋」 3/8公開



© 2019 Warner Bros. Inc. All Rights Reserved.

「バンブルビー」 3/22公開



©(C)2018 Paramount Pictures. All Rights Reserved. HASBRO, TRANSFORMERS, and all related characters are trademarks of Hasbro. ©(C)2018 Hasbro. All Rights Reserved.

各館で人気の話題作続々上映!!
上映作品は各館のホームページ、または3面をご参照ください。

た時、ベルト後ろにハン
クリーニング上がり
のコートを着て出かけ

花 粉 症 が ひ ど く、両 鼻
に ティッシュを詰めて
洗濯物を干していると
ころをお隣さんに見ら
れた。
匿名(57歳)

自 転 車 で ハデ に コケ
て、しばらく道にノビて
いた。
匿名(57歳)

頃、奮発して高級寿司屋
に行ったら興奮した子
どもたちが「このお寿
司、回ってないな」と、
飛んだ赤っ恥でしたわ。
ママ(61歳)

子どもが小さかった
頃、奮発して高級寿司屋
に行ったら興奮した子
どもたちが「このお寿
司、回ってないな」と、
飛んだ赤っ恥でしたわ。
ママ(61歳)

ガーがひっかかったま
ま気づかずバスに乗り、
最寄り駅で降りた時に
声を掛けられた…。
宗合・M(47歳)

30年ほど前バイクに
乗り信号で停止。後ろか
ら「ネエちゃん、ネエち
ゃん」と呼ばれ、無視す
ると「スカートのチャッ
ク開いとるでえ」って。
丹波猿(69歳)

30年ほど前バイクに
乗り信号で停止。後ろか
ら「ネエちゃん、ネエち
ゃん」と呼ばれ、無視す
ると「スカートのチャッ
ク開いとるでえ」って。
丹波猿(69歳)

「じいじ、38歳だよ」
と孫にバスの中と言わ
れたこと(いつも自分は
38歳だと言っている)。
匿名(63歳)



ネコさがしてます！

・枚方市全域、周辺地域の広範囲で情報を求めています！
・似ているネコを見かけたらご連絡ください。

昨年、枚方市楠葉並木の自宅から
行方不明になりました。ブログに
黒猫ハルの捜索情報UPしています。



名前：ハル(めす)
5歳、体重3kg

☑ 全身黒
☑ 黄色い目
☑ まっすぐで長い尻尾
☑ 赤色の首輪、鈴付き
(現在は外れているかもしれません)

ハル!と呼びかけてみて

☎090-5659-6774(あしはら) 迷猫ハルのブログ 検索、

昨年11月末に枚方市田口4丁目の自宅
から行方不明になりました。

名前：コテツ(おす)
4歳、体重6kg

☑ 白黒(黒地×白混ざり)
※首のうしろに黒のハート模様
☑ 黒くて長い尻尾
☑ 骨太で 体格大きめ
☑ 首輪なし



☎090-2191-0646(木原)

暮らしの案 内

掲載のお申込みは
マイライフ新聞社へ
☎072(859)3332

教えます

受験研究会 昌栄館 **検案**→
香里アテナー 幼児教室
実績豊富。中学受験も対応
☎072(841)7641

もしもし

星ヶ丘医療センター
市民公開講座
「チームで支える心不全」
参加者募集 **入無料**！
4月6日(土) 13時30分
～15時 星ヶ丘医療セン
ター旧看護学校3階視聴
覚教室。心不全は、加齢
に伴って起こりやすく、
命を縮める病気で
す。当院ではチームで取
組んでいます。医師、薬
剤師、理学療法士、栄養士
など、専門スタッフが心不
全になった時の対処法に
ついて(医師)「高血圧

ミシン出張修理2千円
キャンペーン(3/1～13)
通常は5千円 足踏み、
コンピューターミシンま
で直します。出張修理
専門店 ミシンサービス
☎072(941)3605

もしもし

仲間とタスキをつなごう！
「リレーハーフマラソン」
出場者募集！
3月24日(日) 9時～12
時(小雨決行) 枚方市立
陸上競技場 対象／メン
バーの半数以上が市内在
住・在職・在学者の4人以
上のチーム 参加費／1
チーム2千円 申込／ハ
ガキ FAX☎に住所・氏名・
年齢・参加人数・チーム
の紹介を明記し、3月10
日必着で(窓口可)。※抽
選で30チーム 申込問合
せ／枚方市立総合スポー
ツセンター テラ3-0004

加え予防法についても
分かりやすくお話し
ます。参加無料。事前申込不要
直接ご来場ください。
問合せ／星ヶ丘医療セン
ター 渉外推進室
☎072(840)2641

中宮大池4の10の1
☎072(848)4800
FAX 072(840)4495

第11回ひらかた食育カー
ニバル 世代をつなぐ食育
／今考えよう、食の
ありがたさ・大切さ
3月3日(日) 10時～15
時 ラポールひらかた
多彩な食育の催しや楽し
い体験子どものコーナー、
試食・試飲・模擬店など盛
りだくさん！※駐車場は
ありません。問合せ／
枚方市健康総務課
☎072(841)319

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

の薬物療法(薬剤師)「検
査数値の見方(検査技師
申込不要 直接お越し
ください。お問合せは
星ヶ丘医療センター
☎072(840)2641

親と子の人権映画会
アニメ「ベイマックス」
3月25日(月) ①10時30
分 ②14時 開場は各20分
前メセナひらかた会館
多目的ホール 無料 申
込要 各回先着340人入
込要 各回先着340人入
字幕・手話通訳・補聴シ
ステム・点訳資料有 保
育有(詳細は問合わせを)
申込／FAX☎イベント
名①②のいずれか氏名・
を明記し左記へ。
枚方市権まちづくり協会
☎072(844)8788
FAX 072(844)8799

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

「高血圧教室」参加者募集
3月27日(水) 13時30分
～14時40分 2階新会議
室B 無料 「高血圧に
ついて」(医師)「高血圧

運動は大嫌い！ 食事は大好き！ でも痩せたい！

40代以上からはじめる 「一生に一度」の漢方ダイエット！

これは
1kgの脂肪
です！

当店が加盟している全国31店舗の漢方薬局・薬店のグループでは、1,000件以上の「漢方ダイエット」の口コミが集まっています。

驚きの体重減！

色々と長年悩みをもっていました、この数年は我慢の限界にきており、また身体も悲鳴をあげていました。しかし、何をどうすれば、解決につながるかを全く考えることが出来ませんでした。そんな時に先生が出演するテレビ番組を見て「こじかない」と思い、電話で予約。スタッフの皆さまは丁寧な対応をしてくださり、先生は面白く話をききだしてくださいました。漢方ダイエットを始めて約2ヶ月で10kgを超える減量が出来ていて特に困った事もなくあっという間でした。モデルチェンジというより、フルモデルチェンジをした気分です。可能な限りこれからも続けたいです。(40代・女性)

漢方体験「お客様の声」

※口コミを紹介するにあたり、文字数の関係で編集しております。原文は漢方口コミサイト「漢エビデンス+ナビ」をご覧ください。※個人の体験談なので、効果には個人差があります。

楽しくダイエットできました！幸せをありがとうございます!!

若い頃から太る一方で、なかなかやせない体質だった私。木下先生の元を訪れて、人生が一変しました！無理な運動をするわけでもなく、食べたいものをお腹いっぱい食べていたのに気がつけば10kg以上もやせることができました。木下先生に出会うことなくずっと今までの生活を続けていたら、今頃病気になるかもしれない。先生のアドバイスのおかげで、まず何より健康的にやせることができ、ずっと苦しめられていた生理痛も改善することができました。本当にありがとうございます!!木下先生はじめスタッフの皆様には本当にお世話になりました。「やってよかった」この一言に尽きます。これからの人生も笑顔で過ごせそうです!(40代・女性)

店主・薬剤師
木下 晃一



京阪「中書島」駅から徒歩2分 「樟葉」駅から特急で11分

ダイエット指導20年

かろくどう

漢方薬舗 花緑堂

話し中の場合は繋がるまでかけ直し続けてください。 ※未就学児童とのご来店はお断りします。
 京都府伏見区南新地58-1 エスぺランサ伏見1階 営業 午前10時～午後7時 休日・祝

ご予約専用電話

075-602-3377

市バス 京阪バス 中書島駅

ローソン

至炭屋橋

至淀屋橋

花緑堂

京阪 中書島駅 北改札口

至淀屋橋

至炭屋橋

その他の口コミはWEBで



体験者500件以上！ 口コミ件数 300件以上！

かろくどう 口コミ

※未就学児童とのご来店はお断りします。