

# マイライフ

8/1号

vol.721

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

おすすめ  
クーポン3面

マイライフにチラシを  
折込みできます!月配配布

お気軽にご相談ください

〒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

保育園、幼稚園、小学校に通う園児・児童の保護者の皆様へ

家庭教育講演会 無料ご招待!

9/12(木)  
10:20~12:20

会場  
輝きプラザきらら  
枚方市立地域活性化  
支援センター 6F 大研修室  
枚方市車塚1-1-1  
(中央図書館むかい)



家庭教育プロデューサー  
酒井 勇介氏

プロフィール  
株式会社 エデュピーチ 代表取締役  
早稲田大学教育学部卒。1986年に学研入社。  
乳幼児・児童教育のエキスパートとして、全国の  
学研レディーや販売店の研修を担当。学研を  
退職後、フリーの家庭教育プロデューサー、  
新聞学習プランナーとして全国各地で講演や  
セミナーを開催。 酒井 勇介

学力が高い子ほど  
新聞を読んでいます。

お申込 9/6(金)締切 先着200名様

ハガキ、FAX、またはEメールで。①氏名②〒・住所  
③電話番号④年齢⑤お子さま(お孫さん)の年齢・学年  
⑥参加人数をご記入の上、

読売センター枚方津田「家庭教育講演会」係へ。  
〒573-0126 枚方市津田西町2-31-21  
FAX 072-858-6669 oubo@yomihan-otsu.co.jp

地元発着  
日帰りバスツアー  
参加者  
募集

## 琵琶湖 憧れの人気スポット巡り

9月13日(金)

お一人様 9,980円

(ご昼食・ロープウェイ代・美術館入館料含む)

佐川美術館  
その後は、びわ湖大津プリンスホテルへ。3月にオープンした、高層階37階の眺望が楽しめる、レイクビューディングピオナで、美味しい和洋中60種の豪華buffet料理をご堪能ください。

高山に涼を求め、見下ろせば雄大な絶景。青く輝く琵琶湖を眺めながら、近江の人気・話題スポットを巡りませんか。まずは、瀬田川のほとり、里山にたたずむ匠匠庵。寿長生の郷に立ち寄り、老舗の和菓子とお茶で癒しのひとときを。



各地9時前後発、18時30分前後帰着予定  
お申込みは、お早め!  
うれしい地元発着  
枚方・藤阪・長尾  
ラポールひらかた  
JR藤阪駅  
JR長尾駅  
各地9時前後発、18時30分前後帰着予定  
お申込みは、お早め!  
うれしい地元発着  
枚方・藤阪・長尾  
ラポールひらかた  
JR藤阪駅  
JR長尾駅

暑中お見舞い  
申し上げます

### カンダイアモンド

増税前最後のセール!

8/16(金)~9/30(月) ※一部商品除く

8月誕生石 ベリドット  
石言葉 ◆明るい希望と勇氣  
ポジティブなエネルギーをもたらす

夏期休業 8/8(木)~8/15(木)

製造・小売・貴金属買取リ・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 ビド・ロール  
ツール・ラップ トゥレドゥ etc.

0120-58-2081  
AM10:30~PM6:00 木曜定休

### 33年の信頼実績 関西屈指の症例数

美容外科治療をお考えの方へ 安心安全のクリニックでの受診のために

美容外科治療は失敗すると一生傷が残り人生が台なしになり取り返しがつかなくなる事があります。治療は絶対失敗しないクリニックで受けてください。

#### たるみ・シワが改善し10歳若く見える!

## アンカーフェザーリフト

(他院リフトアップ修正手術も可)

1回の治療で半永久的効果! たるみの進行が非常に遅くなる! メスを使わない切らない若返り

耳軟骨に固定するから"安心"

- アンカーフェザーリフト(耳軟骨留め) 1本100,000円
- ※8本以上は1本あたり 90,000円
- フェザーリフト 1本50,000円

フェイスリフトを受けたが、たるみ・シワがとれていない。 糸によるリフトアップを受けたが、糸が出てきている。 糸によるリフトアップを受けたが、効果を感じない。 傷跡がひどい

#### 目の上・目の下たるみ取り

(他院目上・目の下修正も可)

たるみをしっかり取り除く

たるみの原因となる余分な皮膚や脂肪を除去することで、まぶたがすっきりとして若返るだけでなく、視界が広がり、明るい表情になります。切らないたるみ・脂肪取りもあります。

各両目 300,000円~350,000円

修正例 二重の幅が広すぎる。 目が開けづらい。 たるみを取りきれない。 切開ラインが凸凹・不自然

川崎クリニック院長 高牟禮 彰 (医学博士)

ただいま、TVCM YouTube 放映中!!

失敗すると多額の賠償金発生

美容整形トラブル YouTube 院長が「フジテレビ」で「タネ」をばしめ、5番組で取材を受けました。

美容外科手術 修正 他院手術による糸リフトアップ(糸除去)・注入・注射などの治療の修正。相談も当院で行っています。

相談料無料 お気軽に相談ください

当院で行っている手術 各部位脂肪移植/たるみ・シワ/リフトアップ/二重/脂肪吸引/バストアップ/乳頭縮小/陥没乳頭/耳形成/口唇形成/ヘソ形成/シミ・ソバカス/アートメイク除去/植毛/他院の美容整形修正手術/鼻の形成/ワキガ・多汗症/りんかく形成(エラ削り・アゴ削り)/脱毛/アザ・ホクロ・イボ/キズ跡(リストカット・やけど跡)/イレスミ除去/女性器(膣・小陰唇・大陰唇)/男性器(包茎・増大)/ED治療

美容外科 形成外科 美容皮膚科 歯科

●個室完備(プライバシー厳守)  
●診察時間 10:00~18:00  
●予約制 ●学割あり  
●各種クレジット、  
3~60回分割ローン・医療ローン可

日本美容外科医師会認定専門医  
日本美容外科医師会適正医療機関

当院は日本美容外科医師会より認定された適正医療機関です。

専門医の無料相談受付中! されよなやみ

0120-304-783

大牟礼 梅田(駅前第3ビル2F)  
06-6348-0783  
神戸(神戸市役所向かい)  
078-855-5805

シニア割引 5%OFF  
※60歳以上の方対象。保険証など、年齢確認ができるものを提示する必要があります。他の割引との併用はできません。



# 輝け、青春の力！ 東海大仰星高校 ラグビー・剣道・柔道部 全国へ

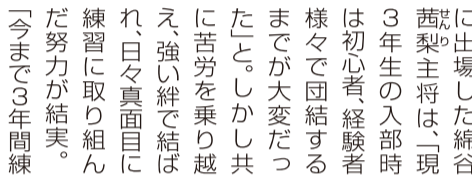
限界に挑む若きアスリートたち。この夏、仰星高校の生徒らは全国大会に出場し、並みいる強豪らと対戦します。



7月11日、それぞれのチームの監督と主将が枚方市役所を訪れ、全国大会出場を報告を。ラグビー部は7月19日から長野県で開催された「第6回全国高校7人制ラグビー大会」に出場。同大会には6年連続6回目の出場で、今年は準々決勝に残り、善戦しました。「全員ラグビー」をモットーに「地域から愛されるチーム」に



と、谷口宣晃(のりあき)主将を中心とした試合に向け、さらに日々互いに切磋琢磨し、彼らの挑戦はまだ続きます。



また、8月4日から熊本県で開催される「令和元年度インターハイ剣道大会」の女子剣道・団体の部に7人が出場します。平成28年、30年と予選大会で準優勝、惜しくも全国大会出場を逃してしまいましたが、今年ついに雪辱を晴らし優勝、初めての全国の舞台へ。昨年個人で全国大会に出場した綿谷茜(あかね)主将は、「現3年生の入部時は初心者経験者様々で団結するまでが大変だった」と。しかし共に苦勞を乗り越え、強い絆で結ばれ、日々真面目に練習に取り組んだ努力が結実。「今まで3年間練



習してきた仲間を信じ、感謝の気持ちを持って頑張ります」と、綿谷さんは団体での出場を喜び、抱負を語りました。綿谷主将を中心に練習を積み重ね、堂々の連続出場を決めました。「全員一丸となり、優勝を目指し頑張りたい」と話しました。

は14年連続28回目の出場と、圧倒的な力を誇る強豪チーム。今年のチームは小柄ながらも、本原主将を中心に練習を積み重ね、堂々の連続出場を決めました。「全員一丸となり、優勝を目指し頑張りたい」と話しました。

## 枚方市男女共同参画週間事業 女と男で新しい社会を！

ジェンダー論研究者 瀬地山 角さん講演会



▲東大人気講義No.1教授の瀬地山さん

「10年間、2人の子どもの保育園の送迎をし、今も毎日の夕食作りを担当する」という、テレビで話題のジェンダー論研究者の瀬地山角さん(東京大学教授。6月29日、メセナひらかた会館で講演会「男の家事が社会を救う」楽しく

学べるジェンダー論が開催されました。テレビのCMをユーモアと皮肉を交えて紹介。日本のお母さんというイメージのCMでは、母親だけが仕事と家事に追われ、父親は亡霊のように映像から消えてしまっています。瀬地山さん自身の息子が家事を手伝い、食品の在庫をも把握していたというエピソードを挙げ、男性でも家事はできる、「手伝う」という姿勢ではなく、男性も主で家事を担うべきと。

一方、栄養ドリンク一本でスーパーマンのように働かされる父親像も。優しくて、頼りがいのある人という女性から男性に対する大黒柱的な幻想。相反する個性を求められる男性も大変です。今は家庭は二頭立ての馬車で引張る時代です。共働き世帯の一日の家事従事時間は女性5時間弱、男性が4分(2016年社会生活基本調査)で、女性は仕事と家事の二重苦で、正社員を続けるのは厳しい状況。しかし夫が一日平均3時間、家事・育児を担えば、正社員で働き続けることができ、夫婦で「ジャンボ宝くじ」を当たったのと同じくらいの収入になります。子育ては夫婦の協力あつてこそ。植林をしながら「子育て」という植林をしないと、日本はいつしかはげ山になってしまいます。朝、保育園に子どもを連れていくお父さん、抱っこひもをつけたお父さんも増え、若者世代の意識は変わりつつあります。育児は母親の手でという考え方を一新しなければなりません！

**星降る丘から健康便り**  
 JCHO星ヶ丘医療センター  
 摂食嚥下障害看護 認定看護師  
**長谷川 有美子**さん  
 枚方市星丘4の8の1 tel.072-840-2641

### お口の健康いつまでも！ 食べる幸せをいつまでも！

ご自身や身の周りの方で最近、食事や水分を飲む時に、むせて飲み込みにくい、噛む力が低下していると感じている方はいませんか？ そのような場合は、加齢とともに体の機能だけでなく、嚥下機能の低下が起きている可能性があります。健康であるための秘訣は、自分の口から食事を摂取し続けることが

大切です。そのために、日常で簡単にできる嚥下訓練①②③を紹介したいと思います。

まず、①舌のトレーニングです。舌を出したり引っ込めたりする、左右のほっぺたに舌を交互にもって行く運動を行います。②頬の運動です。頬を膨らませて、口から息が漏れないようにこ

**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)  
 ☎072-850-8073

電車ですぐ電話をかける人、我慢できない人、駐輪禁止の場所でも自転車、単車を停める人、停めない人。さてこの違いはどこから生まれるのか。乳幼児精神科医の専門家 深田 昭一先生は、乳幼児の親の教育がそれらの行動を決めると言います。これを「ソーシャル・フレンドシップ」(社会的参考)と名付けました。これは子どもが胎内

にいた時から始まっており、親が笑うと胎児も笑い、親が泣くと子どもも泣く。ここで感情の「モデリング学習」がなされている訳です。普通赤ちゃんと比べて親は「学びのおもちゃ」ロボットなのです。子どもがぐずっている時に親はスマホ中、もっごで育児放棄という虐待が始まっていることを自覚してください。

### 赤ちゃんの記憶

は2歳半から3歳時の記憶は残りますが、胎内記憶を持つ子どもがいるように、その時の記憶は海馬に根付いているという考え方があります。さて子どもを出産しました。もちろん、まだ記憶力はゼロです。しかしここで子どもの願望や不安をいつも共有し、

反応してあげると、自立心や人を信頼する能力が高まります。これが前述した大人になつての善悪の判断に違いを生みます。言わば赤ちゃんと比べて親は「学びのおもちゃ」ロボットなのです。子どもがぐずっている時に親はスマホ中、もっごで育児放棄という虐待が始まっていることを自覚してください。

**スタジオK 長尾教室** 長尾駅徒歩3分  
 ピラティス & リンパ  
 体験受付中  
 健康的にキレイなカラダづくりスタジオ  
 枚方市長尾元町6-7-2(3F) 詳しくは ☎090-2352-4303 スタジオK 長尾 検索

**枚方公済病院**  
 救急指定病院 国家公務員共済組合連合会  
 枚方市藤阪東町1丁目2番1号  
 http://www.kkr-hirakoh.org/  
 ☎072-858-8233 072-859-1093  
 外来診療日 月～金(受付時間8:30～11:00) ※土曜日は小児科のみ診療  
 休診日 土曜日・日曜日・祝日 年末年始  
 診療科 内科・循環器内科・消化器内科・糖尿病内科・呼吸器内科・神経内科・血液内科・腎臓内科・内視鏡内科・リウマチ科・小児科・皮膚科・外科・小児外科・肛門外科・整形外科・心臓血管外科・泌尿器科・眼科・耳鼻咽喉科・放射線科・リハビリテーション科・歯科口腔外科・麻酔科・救急科

「10年間、2人の子どもの保育園の送迎をし、今も毎日の夕食作りを担当する」という、テレビで話題のジェンダー論研究者の瀬地山角さん(東京大学教授。6月29日、メセナひらかた会館で講演会「男の家事が社会を救う」楽しく

**枚交ネットワーク21**  
 枚交ネットワーク21は、枚方・交野を中心に地域の発展及び豊かな地域づくりを目的に結成された人々の生活保全・向上のためのトータルサポートを行っている実業家集団です。  
 会長 **東 幸生**  
 事務局 マインドエンタープライズ(株)内  
 枚方市大垣内町1-3-1 マインドビル5F  
 ☎072-844-5522

**暑中お見舞い申し上げます**  
 令和元年 盛夏

**堀口社会保険労務士事務所**  
 社会保険労務士 **堀口 正二**  
 枚方市東田宮1-5-8(北大阪労働基準監督署スグ) ☎072-846-1726

**道越会計事務所**  
 税理士 **道越 清樹**  
 税理士 **加藤 仁二**  
 枚方市大垣内町1-3-1マインドビル5F ☎072-844-5435

**泌尿器科 山田クリニック**  
 医師 **山田 薫 塩見 努**  
 枚方市中宮西之町15-18-101 ☎072-890-2929  
**あずま総合法律事務所**  
 所長 **東 幸生**  
 弁護士 **百井 幹雄**  
 大阪府北区西天満3丁目13番18号 島根ビル2F ☎06-6362-1757



**吉田医療新聞**  
 殺峰会 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



長い梅雨がようやく明けたと思っ  
たら猛暑の毎日です。今回はそんな暑い季節になるに起りやすくなる「起立性低血圧」についてお話しします。

「起立性低血圧」とは急に立ち上がった時、長時間立ち続けていると、立ちくらみやめまいなどの症状が出るものをいいます。

なぜこのようなこと

ですが、この血管の調節がうまくいかないと心臓から出ていく血液量が減って急に血圧が下がってしまうのです。そうなるとうへ行く血流も少なくなり、立ちくらみやめまいを引き起こしてしまふのです。

降圧薬を内服されて

京都府立医科大学 医学部卒業 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



**枚方公済病院**  
 シリーズ  
 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




**急性虫垂炎**

手術をしなければいけない急な病気の急性虫垂炎(俗に言う「盲腸」)が昔から有名です。小児に多いのですが、幼児や高齢者を含めてどの年代でも発症し、頻度は最近少し減りましたが依然多く見られます。

小腸が終わって大腸が始まる場所が盲腸で、右下腹部に固定されています。そこから下に突

ひどくなると周囲に炎症が広がり、破れて腹膜炎を起こすと命に関わることもあります。抗生剤の投与で治まる場合も多いですが、再発率も高いので常に手術治療を念頭に置く必要があります。

症状は何といつても

腹痛で発熱、嘔吐、倦怠感も伴っています。初めはみぞおちのあたりから痛み始めることが多く、その後右下腹部の痛みが強くなっていくことが多いのが特徴です。右下腹部痛を伴う病

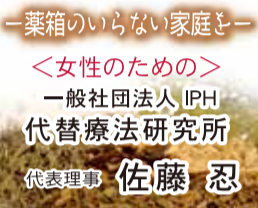
腹は痛く、嘔吐、倦怠感も伴っています。初めはみぞおちのあたりから痛み始めることが多く、その後右下腹部の痛みが強くなっていくことが多いのが特徴です。右下腹部痛を伴う病

多くは自然軽快してしましますが、押さ

一般に軽い腹痛の多くは自然軽快してしましますが、押さ

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

一薬箱のいらない家庭と  
 <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



**胃腸の不調に「P-Permin」**

下痢が止まらない。そんなご相談がこの香以降、一気に増えました。下痢は体が毒素を排泄するための反応とも言えます。それを薬で止めることは極力避けたほうが良いのを薬で止めることは極力避けたほうが良いのを

最近では、女性の患者が増えている過敏性腸症候群との関係も研究が行われています。便秘か下痢、または交互に両方の腹痛が繰り返す起る疾患ですが、まだ効果的な治療法がありません。P-Permin(偽薬)を用いた過敏性腸症候群

改善に関する臨床研究では、P-Permin(偽薬)は処方薬と同程度の作用があることが示され、特に主症状が下痢の場合は高い効果が認められました。今後のP-Permin(偽薬)研究に更

期待が高まります。

ハーブブレンド認定コース8月クラスの募集がスタートします。夏休みには親子でハーブにふれてみるのも楽しいですね。

お問合せ、お申込みは ☎072-807-3566

〒600-0001 京都市中京区錦町  
 株式会社IPH 代替療法研究所  
 〒600-0001 京都市中京区錦町  
 株式会社IPH 代替療法研究所

**人権を  
考えよう**



私は平和学習で特攻隊について調べた。特攻隊として出撃するとは、もはや自ら命を投げだすのと同じである。しかし、当時の人達は、お国のためならと命を差し出すことに誇りを持ち、むしろそれに反対する人を非国民として警察に通報するなど、今では考えられないことを当たり前として考えていたのだ。特攻隊の中でも今回私が担当した特攻隊員の家族への手紙は、人権について考えさせられ

るものがある。手紙は離れて暮らす特攻隊員とその家族など、親しい人達との間で、普段からやりとりは行われていたと思うが、私が見たものの多くは出撃直前のものだった。その手紙は感謝の言葉や伝えたいことが残さず残されている。でもその手紙が、当時の人達には、お国のためならと命を差し出すことに誇りを持ち、むしろそれに反対する人を非国民として警察に通報するなど、今では考えられないことを当たり前として考えていたのだ。特攻隊の中でも今回私が担当した特攻隊員の家族への手紙は、人権について考えさせられ

この学習を通して、まだ若い彼らから夢を追う権利や命をうばった特攻隊の出撃、彼らだけでなく何万人という人から命をうばった戦争はもう二度とてはいけないと改めて感じた。

※この作文は中学1年生に書いたものです。

一般に軽い腹痛の多くは自然軽快してしましますが、押さ

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

地域の「お得」がいっぱい!

**おすすめ 8月のクーポン**

9月からの掲載申込受付中!

掲載月選べます! ☎072-859-3332

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

カレーダイニング マイライフ

ランチタイム 100円! (税込)

ディナー 150円! (税込)

ランチカレー 100円! (税込)

ディナーカレー 150円! (税込)

**がんばれ 受験生**

志望校の選択肢を増やしましょう!

受験生の皆さん、そろそろ志望校はつきりしてきましたか?

この時期、特に高校受験では、「公立高校はある程度決めておきたいけれど、私立校が分らない」という受験生が多いようです。公立高校については「お金がかからないから」「家から近いから」「友達が行くから」などの志望理由が多いようです。もちろんそれらも悪いわけではありませんが、しかし、私立高校でも大阪府では授業料の無償化制度なども実施され、今年度よりさらにこの制度は拡充されています。また、教育内容や施設が充実している学校もたくさんあります。

まずは選択肢を広げるために、私立高校も含めて、多くの情報を収集して、「本当に自分が行きたい高校なのか」「自分の将来の希望に合っている選択なのか」ということをしっかり考えましょう。

大切なことは、学校を決める前に、学校を知るということ。できるだけ直接知る機会を持つようにしましょう。

枚方市入試説明会実行委員会 ☎072-396-4625

**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、ご購入ください。

☎072-896-1100

枚方市津田元町1-4-1

営業時間 10時~20時半  
 2019年8月末迄有効

**ユニテッド・シネマ枚方**

9スクリーンの大型映画館 [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

※8/9公開 吹替・4DX3D吹替  
 「ライオン・キング」

※本券はユニテッド・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8月末迄有効

☎0570-783-450

枚方市高野道1-20-10 フォレオひらかた内

**メロンパン べいく堂**

大切な方へ 素敵なプレゼント

枚方でメロンパン屋を始めて10余年。「おいしい!」がうれしくて、毎日心を込めて焼いています。

○プレーン・チョコ・170円  
 とろもろこのメロンパン etc

○メロンパンサンド  
 ロースハム&チーズ etc 300円

お店で使える! お会計より **10%引き!** 2019年9月末迄

☎072-850-5334  
 枚・長尾家具町2-5-24  
 ☎10時半~15時半  
 営業日、お盆休みはHPで↓  
 移動販売 べいく堂 検索

**テリバリー 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~

日替わり弁当 600円

毎日メニューが変わります。レディースサイズもあります。

☎072-851-0105  
 FAX 072-850-7675  
 枚・長尾家具町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!

**個別指導学院 フリーステップ 長尾教室**

この夏はフリーステップにお任せください!

点数アップと大学受験に強いフリーステップの夏期講習は「最速点数アップ方式」を採用。また、この夏限定で、様々なキャンペーンも実施しています。詳しくは教室までお問合せください。

小学生・中学生・高校生対象の本物の個別指導。学習相談・体験授業 随時受付中!

☎072-894-8766  
 枚・長尾元町5-2-6 (菅原小学校 向かい)  
 受付 14時~21時 休日

夏期講習 80分×5回無料  
 さらに 通常授業 4回無料 HP

**骨盤整体 大黒整骨院**

「歩くのが楽になりました」健康寿命をのばす整骨院 骨柱管狭窄症・すべり症特化 痛みの本質の原因を探し、改善、再発しない身体に。「我慢している痛み」当院にご相談ください。

●治療予約は、お電話又はホームページ(24時間受付)から

8月のキャンペーン! 整体コース 2回 HP! 13,000円→ **2,980円(税込)** (限定3名様)

☎072-841-0808  
 枚・大垣内町 2-16-12-6F  
 ☎9時~19時半  
 休 日曜 枚方警察近く

**農家の直売所 朝採り市場**

**魚も販売**

朝採れた野菜を夕食に! 安全! 安心! 安価!

八幡、枚方、京田辺、久御山町の産直野菜を販売しています。朝一番の来店がオススメ!

●火・金・日曜日は新鮮で旬な魚を販売!  
 ●毎週月曜はテント販売「かつおのわら焼き」など

毎月10日は感謝祭 1,000円以上お買い上げの方に 100円割引券を配布

☎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 休 有り

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8月末迄

**和菓子 わらび屋本舗 枚方本店**

常識を超えた柔らかすぎる「とろとろわらび餅」

・とろとろわらび餅(小) 1パック 540円 (プレーン、よもぎ)

・塩豆大福 1個162円 (すべて税込)

全国の催事で話題! 大好評のわらび餅が枚方で味わえます!

定番から季節限定商品も! 究極のとろとろ食感をお楽しみください!

☎072-800-1761  
 枚・東田宮1-17-22  
 枚方高校近く  
 ☎10時~18時 休 不定休

1,000円(税込)以上 お買い上げごとに **100円引き** 2019年8月末迄



# 暑中お見舞い申し上げます

令和元年 盛夏

**パナソニック耐震住宅工法**  
テクノストラクチャーでつくる **地震・台風にも強い家**

**☎072(840)0100**  
<http://www.wellhouse.biz>

Panasonic Builders Group | パナソニックビルダーズグループ

河本興業株式会社【住宅事業部】  
〒573-0021 枚方市中宮西之町3番8号

**交野市体育協会**  
会長 **横尾 一彦**  
役員 一同  
交野市私部2-29-1  
☎072-892-7721

献血にご協力ください!  
**枚方ライオンズクラブ**  
会長 **中村 明**  
クラブ事務局 枚方市大垣内町2-12-27  
☎072-843-5305

"うまさに安心をプラス"  
こころ 愛情で育てた大阪の味  
**おち 恩地食品株式会社**  
本社 枚方市伊加賀緑町2の2  
☎072-845-1121(代)

繊維化した肝細胞の復元・回復に  
成果を上げています。

大好評!!  
アルコール性肝炎には**養生片仔癀**

QRコード

(株)**ユニエルベ** ☎0120-671-471  
八幡市橋本栗ヶ谷53-56 [www.uni-elbe.com](http://www.uni-elbe.com)

コンタクトレンズ併設  
**渡辺眼科**  
8月11日(日)~18日(日)まで休診いたします  
JR津田駅ロータリー西入ル50m  
☎072-858-2181

**株式会社 創信**  
SOSHIN  
建築工事一式/軽鉄地下・ボード工事  
大阪府知事許可(特-30)第99738号  
代表取締役 **木崎 信也**  
SHINYA KIZAKI  
一級建築施工管理技士・二級建築士 携帯 090-1591-7406  
(株)創信 〒573-1133 大阪府枚方市招提元町2丁目8-22  
TEL.072-867-5719 FAX.072-867-8594  
E-mail: info@soushin-online.com

公共土木工事・宅地造成工事  
**川北建設**  
〒573-0005 枚方市池之宮1-5-25  
☎072-840-6878 FAX 072-805-0387

うたごえ サロン **乾杯**  
都合により不定期でお休みさせて頂く場合も  
ございます。よろしくお願致します  
☎18:00~24:00 休木曜  
枚方市招提元町1-4-20 ☎090-7090-2356

医療法人 松徳会・松谷ホスピタルグループ  
日本医療機能評価機構認定病院  
**松谷病院** 枚方市津田西町1丁目29-8  
☎072-859-3618  
介護老人保健施設  
**老健ふじさか** 枚方市藤阪天神町1-60  
☎072-897-0111  
くみやまが丘メディカル  
フィットネス倶楽部 枚方市津田山手1-19-1  
☎072-808-2351  
住宅型有料老人ホーム  
**いろいろ長尾の里** 枚方市王仁公園2-56  
☎072-897-5070  
介護付有料老人ホーム  
**メディメゾン東月** 枚方市津田西町1丁目29-7  
☎072-859-8883  
居宅介護支援事業所  
**居宅介護支援事業所** 枚方市藤阪天神町1-60  
☎072-897-5600

いま、新しい安全社会をめざして  
ホームセキュリティから警備全般よろしくお願致します  
**日本保安管理保障株式会社**  
代表取締役会長 **岡本利郭**  
代表取締役社長 **緒方純子**  
枚方市津田西町2-33-3  
☎072(858)5301(代) FAX 072(858)0669  
<http://www.nihonhoan.jp>

建設・不動産・福祉  
ハートフルハウス  
**SAR 株式会社 サンエース**  
代表取締役 **谷岡 倫常**  
〒573-0135 枚方市春日元町1丁目38番20号  
TEL.072-858-3318(代) FAX.072-858-8154  
E-mail: sar@sar.co.jp URL: <http://www.sar.co.jp>

責任・奉仕・感謝がモットーの  
地域の情報発信基地  
**株式会社 ヨミハン大津**  
読売新聞、日本経済新聞  
スポーツ報知、読売中高生・KODOMO新聞  
ご購入のお申込みは **☎072-858-8136**  
枚方市津田西町2-31-21

各種印刷・企画・デザイン・チラシ印刷・ホームページ制作  
**TAKANAGA 株式会社 総合印刷高永**  
〒658-0044 兵庫県神戸市東灘区御影塚町3-7-12 Tel.078-821-3131 Fax.078-851-5322

新聞折込・チラシの事なら!  
印刷から折込配布まで全ておまかせ!  
近畿新聞折込広告協会加盟社  
**(有)ヨミハンオリコミ**  
枚方市津田西町2-31-21 ☎072-858-5006

**お楽しみプレゼント**

1 ペア2組様  
夜空の下、シェフがグリルするBBQ。心地良く遊ぶ夏  
**アゴーラ ビアガーデン2019** 仲間やご家族と乾杯!!  
ホテル・アゴーラ大阪守口6F 屋外テラス  
9月28日(土)まで。 ※雨天中止  
食べ放題・飲み放題90分  
大人 4,800円(税込)  
ビーフやシーフードなどの炭火焼きパーベ  
キューなど、約35種が食べ放題!  
お盆も開催! 8月13日(火)~15日(木)  
小学生以下のお子様は無料(大人と同人数まで)  
17:30~21:00(L.O.20:30)  
8月13日(火)・15日(木) 女子会デイ  
8月14日(水) グループデイ  
キッズメニューが登場! ミニハンバーガー、  
大きな海老フライ、冷たいコーンポタージュ、  
鉄板焼きそば、サマーフルーツ etc.  
・京阪「守口市」駅直結 徒歩1分!  
予約・問合せ ☎06-6994-1118(9:00~18:00)

2 2人様  
枚方オクトーバー  
フェスト2019  
5,500円分チケット  
※デポジット(グラス預かり金)  
には使用不可  
入場無料  
雨天決行(荒天中止)  
9月13日(金)  
~23日(祝・月)  
平日  
16:00~21:00  
土・日・祝  
11:00~21:00  
※L.O. 20:30  
ニッパパーク岡東中央  
京阪「枚方市」駅 徒歩2分  
本場ドイツのビールの祭典「オクトーバー  
フェスト」が今秋も枚方に!!「ひらオク」を  
楽しもう!! 飲んで、食べて、歌って、ドイツ  
気分を乾杯!  
同イベントに出店の店舗で使えるチケット  
を2人様に。

3 郷土枚方の 大黒屋  
和菓子処  
5人様  
学研都市名物  
「けいはんなの丘」  
お店頭  
お渡し  
厳選国産うるち米に、奥羽山脈の天然  
水を仕込み水に使用した、こだわりの  
煎餅生地を、上質の植物油でカラッと  
揚げました。はちみつと醤油で甘辛く  
上品な味。どなたにも喜ばれるベスト  
セラー商品です。  
10枚入/1,000円(税込)  
大峰本店  
☎072-858-8552  
JR津田駅前店  
☎072-858-5825

4 9月1日は「防災の日」  
いざという時に最適な  
5人様  
ノザキのコンビーフ  
6缶セット  
いざという時の備蓄食品として最適。  
製造日から3年間常温保存ができます。  
そのままでもおいしい上、野菜や卵な  
ど様々な食材と調理して多彩な料理  
に利用できます。発売から70年を超  
える、安心で人気の缶詰です。  
■100g×6缶セット(2,656円相当)

5 ペア5組様  
天然温泉 スーパー銭湯 ユーバス守口店  
温情多彩、思う存分、  
おくつろぎください。天然温泉  
源泉かけ流し  
天然温泉+ナノテクノロジーで美肌に。  
話題のシャワーヘッド「ミラブル」導入!  
◎6時~翌朝3時(受付深夜2時30分迄)  
♫入浴料 平日750円/土・日・祝 780円  
無料駐車場150台完備 ◎年中無休  
守口市佐太中町6-23-26 ☎06-6903-4126

各館で人気の話題作続々上映!!  
上映例  
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)  
上映作品は下記または各館HPをご参照ください。  
上映中 ●アラジン(字幕・吹替) ●ザ・ファブル ●新聞記者  
●それいけ!アンパンマン きらめけ!アイスの国のパニ  
ラ姫(アニメ) ●スパイダーマン:ファー・フロム・ホーム  
●ホーム(字幕・吹替) ●Diner ダイナー ●ミュウツーの  
逆襲 EVOLUTION(アニメ) ●トイ・ストーリー4  
(アニメ)(吹替) ●天気の子(アニメ) ●東京喰種 ト  
ーキョーグール[S] (R15+) ●アルキメデスの大戦  
●劇場版 仮面ライダー ジオウOver Quartzer/  
騎士電戦隊リュウソウジャー THE MOVIE タイムス  
リップ!恐竜パニック!!

8/2(金)公開  
「ワイルド・スピード スーパーコンボ」  
8/2(金)公開

6 ペア2組様  
村西俊之・林徹也&  
プリマヴェーラ室内合奏団  
特別演奏会  
9月14日(土) 15:00開演  
八幡市文化センター大ホール  
前売2,300円(当日2,500円) 全席自由  
クラリネット バセットホルン 村西俊之  
ヴィオラ 林徹也  
首響のよいホールでクラリネットのや  
わらかい響きと弦楽器の美しいハーモ  
ニーをお楽しみください。  
 ☎075-971-2111

7 ペア3組様  
映画  
「モリのいる場所」  
9月7日(土) ①10:30 ②13:30  
八幡市文化センター大ホール  
前売900円 当日1,100円  
名優・山崎努と樹木希林が共演。円熟の夫婦  
を味深く、人生が愛おしくなる珠玉の物語。  
「喜びも悲しみも乗り越えて結婚52年目。  
文句はあるけど、いつまでも二人で」。  
自宅の庭の動植物を、観察して描き続けた  
伝説の洋画家・熊谷守一と妻の晩年のある  
夏の日を描く。

8 イオンシネマ久御山 ☎075-633-0901  
上映中 ●アラジン(字幕・吹替) ●ザ・ファブル ●新聞記者  
●それいけ!アンパンマン きらめけ!アイスの国のパニ  
ラ姫(アニメ) ●スパイダーマン:ファー・フロム・ホーム  
●ホーム(字幕・吹替) ●Diner ダイナー ●ミュウツーの  
逆襲 EVOLUTION(アニメ) ●トイ・ストーリー4  
(アニメ)(吹替) ●天気の子(アニメ) ●東京喰種 ト  
ーキョーグール[S] (R15+) ●アルキメデスの大戦  
●劇場版 仮面ライダー ジオウOver Quartzer/  
騎士電戦隊リュウソウジャー THE MOVIE タイムス  
リップ!恐竜パニック!!  
8/2~ ●ワイルド・スピード スーパーコンボ  
●ドラゴンクエスト ユア・ストーリー(アニメ)  
8/9~ ●ONE PIECE STAMPEDE(アニメ)  
●ライオン・キング  
8/16~ ●ダンスウィズミー  
8/23~ ●二ノ国(アニメ)  
●劇場版 おっさんずラブ ~LOVE or DEAD~  
●ロケットマン  
8/30~ ●引越し大名!  
上映作品は予告なく、変更する場合がございます。(R15+)は15歳以上の方が  
ご覧になれます。

9 ユナイテッド・シネマ枚方 ☎0570-783-450  
上映中 ●Diner ダイナー ●トイ・ストーリー 4(アニメ)(吹替)  
●ミュウツーの逆襲 EVOLUTION(アニメ) ●天  
気の子(アニメ) ●東京喰種 トーキョーグール[S]  
(R15+) ●チャイルド・プレイ(R15+)(字幕) ●ベッ  
ト2(アニメ)(吹替) ●劇場版 仮面ライダー ジオウ Over  
Quartzer/騎士電戦隊リュウソウジャー THE MOVIE  
タイムスリップ!恐竜パニック!! ●アルキメデスの大戦  
8/2~ ●ワイルド・スピード スーパーコンボ(吹替・4DX3D  
吹替) ●ドラゴンクエスト ユア・ストーリー(アニメ)  
8/9~ ●ONE PIECE STAMPEDE(アニメ)  
●ライオン・キング(吹替・4DX3D吹替)  
8/16~ ●ダンスウィズミー  
8/23~ ●ロケットマン  
●二ノ国(アニメ)  
●劇場版 おっさんずラブ ~LOVE or DEAD~  
8/30~ ●引越し大名!  
上映作品は予告なく、変更する場合がございます。(R15+)は15歳以上の方が  
ご覧になれます。

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】8月15日(木)消印有効【アンケート】①8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「面倒くさい!と思ったこと」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 津田西町2の31の21 マイライフ「プレゼント」係 FAX072-859-0054



# とびっきりの“何か”を今始めよう!! カルチャー & おけいこ

**8月からスタート!**  
新規生徒募集に  
9・10月号の掲載申込みも受付中  
☎072-859-3332

## 夏、爽快!フィットネスで運動習慣を

**週1だから続けられるお稽古教室**  
運動の後は天然温泉(無料)でリラックス!

- 1か月 全4回 4,536円(税込)
- フラダンス 火曜 14:00~15:00
- ヨガ 水曜 13:50~15:00
- カキラ 金曜 14:00~15:00  
(機能改善運動・肩こり 腰痛に)



星田ふれあいクラブ 検索  
天然温泉の湧くスポーツクラブ  
コモンシティ星田ふれあいクラブ  
交野市星田西5-16-2  
☎072-810-7733

## 小顔リンパマッサージ教室

自分でも簡単にリンパマッサージ!  
2回受講でお得! 2,000円(税別)

- 8月の教室(月曜~土曜) 10:30~18:00
- 60分/1回 教材費込み
- ※前日までにご予約ください
- ①自分でできるマッサージレッスン+肌知識講座
- ②リンパマッサージをプロの手で実際に体験



会場 ジュビラン京都南店 検索  
JR「松井山手」駅すぐ  
☎0774-68-5400 夏季休暇 8/10(土)~18(日)

## 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
  - 月謝制 9,000円(税別) 月4回(60分)または月3回(80分) ※年中無休
  - 「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 ※読売新聞購読者  
割引の特典あり  
枚方市津田西町2-31-21  
(ヨミハン大津ビル2F) ☎072-859-3340

## 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歳代の方が活躍しています

1エリア 500~800部 ※部数・エリアご相談に応じます。

募集 松井山手、長尾東町、北山、藤阪東町  
津田北町、楠葉並木 など

問合せ マイライフ新聞社 ☎072-859-3332

登録も  
受付中



## 江戸時代の建物で昔体験 かまどでのご飯を炊こう

枚方市立旧田中家 鑄物民俗資料館



昔はかまどで炊いていたご飯。水加減、火加減などにも、先人たちの知恵と工夫と愛がたくさん詰まっています。枚方市藤阪の「旧田中家」に、火を見て釜の中

子どもたちは、お米を研ぎ、新聞紙にマッチで火を点け、火吹竹を吹いて薪に火を移し、「初めチョロチョロ、中パツパツ」、火を見て釜の中

「せーの!」で、皆でふたを開けるととびっくらツツヤのご飯が。味噌汁や佃煮などお楽しみ。おこげもおいしい!とおかわりが続き、すっかり完食しました。便利で飽食の時代ですが、手をかけた白ご飯の美味しさを実感。夏休み、色々な経験からの驚きと感動が子どもたちの宝物になりますね。



様々な体験講座も随時開催  
今回は10月に実施予定

## 旧田中家鑄物民俗資料館に行ってみよう!!

国内でただ一つ、江戸時代の姿のままで残る鑄物工場と、主屋(大阪府指定有形文化財)。工場では、日本の優秀な鑄物技術と歴史、主屋では、枚方の昔の暮らしが学べる農具や民具、道具などがいっぱい! 民俗文化財を展示しています。

また、弥生時代の復元竈穴住居もあり、中に入ると広々として、涼しくて心地いい! はるか大昔にタイムトリップし、大人も子どもも楽しめます。王仁公園プールのすぐ近く! 必見のおすすめスポットです。

枚方市藤阪天神町5-1 9:30~17:00(入場は16:30まで) JR「藤阪」駅徒歩7分  
入館無料 休館日/月曜(祝日は翌日)・年末年始 お問合せ ☎050-7105-8097

「犬みたいな顔してる」と言われたこと。  
渚南町・M(18歳)

毎朝、小学生の見守りをしてます。ある日男の子が私の髪型を見て、「ヤンキーか?」と。前日短髪にパーマをかけたのが悪かったのかなあ。香里南町・C(69歳)

パチンコ店でプロお断りと言われたこと。  
匿名(54歳)

主人と夫婦になって18年。ずっと普通に食べていたのに「オレ、カレ! 嫌いやねん。はあ?」招提元町・A(37歳)

中学生の時に、妹を抱っこしていたら知らないおじさんに、「娘さんですか?」と言われたこと。つくりジョックでした。岩田茶屋ノ前子(匿名(63歳))

## 読者の声 え 言われてびっくりしたこと

3人で食事に行った時、店員さんがお水を4つ持ってきたので「3人ですけど」と言うと「あれ? 後ろにもう一人いますか?」と。そーっとしました。  
匿名(46歳)

5歳の孫が目キラキラさせながら「将来アイドルになってテレビに出たいのよ。おばあちゃんは何年後に成りたいの?」って。その時は答えが出てこなかったけど、今考え中です。  
養父丘・A子(59歳)

77歳の母と買い物中に店員さんから「若い主人やねえ」と。僕は息子やでえと返事しました。ジョック。  
私部西・M也(50歳)

電車で長い座席に、中年女性が荷物をたくさん並べて座って、横が1人半分ほど空いていたので、座ろうとしたら大声で来ないで!。びっくりした!。  
匿名(63歳)

## ご家族の「聞こえ」気になりませんか

会話が少なくなりコミュニケーション不足に…。難聴も認知症の危険因子の一つです。「一度試してみようかな?」気軽に体験・相談できるイベントにご家族でお越しください。

快適な聞こえで  
人と会話する楽しさを♪



- ・聞こえの相談
- ・試聴、貸出体験できます
- ・補聴器の点検

## 補聴器 試聴無料 相談会開催

8月1日(木)~31日(土)  
午前9時~午後7時

見て! さわって! 聞いて!

補聴器のプロと  
納得いくまで相談

枚方市駅のまん前!  
サンプラザ1号館 3F



- こんな聞き間違いありませんか?
- さとう(佐藤)さん → かとう(加藤)さん
  - ひろい(広い) → しろい(白い)
  - わらう(笑う) → あらう(洗う)
  - いし(石) → にし(西)
  - さかな(魚) → たかな(高菜)
  - すし(寿司) → うし(牛)

なかなか自覚できない聴力の低下  
加齢により聴力はゆっくりと低下していく傾向があるため、放置されがちに。聞き間違いにより、話を誤解するなど会話に自信が持てなくなります。医療機関での早期発見、補聴器装用で、より快適な生活を送りましょう。

認定補聴器専門店  
枚方で創業30周年! 補聴器一筋!  
枚方補聴器センター

0120-41-3339  
☎072-841-3339 ☎072-841-3340 駐車場有  
(営業) 9時~19時 (定休日) 日曜・祝日、土曜(第1, 3, 5) ※予約可能日あります

枚方補聴器 検索  
※夏季休暇 8/11(祝・日)~15(木) ※予約可能日あります



# 「濃いシミがこれ1回で…!!」

## はじめは疑った私。けれど1回使ってみたら…!!

取材・文／美容ライター 岡本

### シミ、実はレーザー治療で大失敗の過去

40歳をすぎた頃から「シミ」をリアルに実感してきた私。けれど今までなんと多くのスキンケアにだまされてきたことか!「もうレーザーに頼るしかない!」と思いきってレーザーを試すが、結果が期待外れどころか、一番気になっていった頬のシミがまるで「ほくろ」のように黒く残ってしまった。



こんな「シミ」がこれ1回で…!?



発売から間もないのに、化粧品クチコミサイトで第1位に選ばれたという。

自らがシミに悩みはじめたことが開発のきっかけだったという、企画開発者の佐藤さんイチオシの逸品。美容ライターのプライドをもって試してみました。そこには悩んで悩んで悩みぬいた女性開発者ならではの特別なこだわりが…!

### 54歳なのに30代にしか見えない友人の勧めで

そんな私に美容ライターの友人が教えてくれたのがこのオールインワンジェル。すごいのよ! たった1回で実感できるの! 確かに彼女は54歳なのに30代にしかみえない肌。「ほんと?」と疑いつつも、思い切って試してみた。すると…。

ジェルにはいつもがっかり! けれどこれはまったくちがった!

いつも期待外れだったオ

ルインワンジェル…ところがこのジェルはまったくちがった! まず驚いたのは、肌につけた瞬間、するするとなじむ! お肌の奥にグングン浸透し、使った直後からもっちりハリ肌が実感できるほど! 「けれど、肝心の効果は…?」と疑い深い私。おそろおそろ、翌朝鏡を見てみた。すると…。うそっ! シミが…あれ?! 触るとしっとり! もっちり! の肌。これならシミやシワも目立たない! けれど、一体他のゲルと何がちがうというのか? ?

確かにプラセンタはすごいけれど秘密は実はそこではなかった!

このジェルの注目の一つは「水溶性プラセンタエキス」。シミの原因となるメラニンの生成を抑制する、美白効果が確認された、厚生労働省認可の凄い美白エキス。ただ、そこまでなら他のゲルにもあった。本当の違いは二つ目! なんとあのセラミドを独自の「ナノカプセル技術」によって

約100ナノメートルまで極小にナノ化。だから普通では届かない角質層の奥深くまで美白美容成分が超浸透! ここが決定的な違いだった!

### 10年シミに悩んだ女性が開発敏感肌でも使える優しさにも配慮

10年シミに悩んで開発した佐藤さんは、実は敏感肌。このジェルが美白効果が高くても肌がピリピリしない理由はそこにあった。きちんと美白効果を果たしながら、なんと敏感肌に優しい植物由来の



シミを諦めていた私も救われた救世主です! 薬用ビハクプラス企画開発者 佐藤明子 58歳

もう10年近くシミで悩み、私自身諦めかけていた1人です。開発をはじめた2年半、ようやく最高の製品ができました。これだけは自信をもってお勧めできます。赤字覚悟の企画! ぜひお試しください!

成分だけで作られている。確かに肌荒れしやすい私でも安心して試せて問題なし。しかも今なら全額返金保証までついて1日たった63円で試せるもう2度とない機会。ぜひお試しください!

※1、シミとは日焼けによるもの。シワは乾燥によるもの。 ※2、1回とはスキンケアが1工程で済むこと。 ※3、美白とはメラニン生成を抑制し、日焼けによるシミ、そばかすを防ぐこと。 ※4、浸透とは角質層まで。 ※体験談は個人の感想です。

先着100名様限定 全額返金保証

薬用ビハクプラス オールインワンジェル (50g)

シミ0実感プラン 初回限定価格 (お一人様1個限り) (税別) 通常価格 4,743円

なんと! 今だけ 59% OFF!

1,900円 (税別) 送料無料

※「シミ0実感プラン」は1ヶ月に1回ずつお届けする特別価格プランです。1,900円+税でのお届けは初回のみとなります。2回目以降は4,163円+税。送料無料。いつでも解約が可能です。 ※返金保証の適用期間は、お届けから20日間以内とさせていただきます。

お申し込みはお電話かFAX・ハガキで! ※定員になり次第締切

通話料無料 0120-966-419 9時~21時(年中無休)ケータイでもOK

FAX 048-708-6467 24時間受付 年中無休

株式会社プレシア製薬 〒156-0053 東京都世田谷区桜3-9-21

優待番号 S015

FAX・はがきの場合は【優待番号】【名前(ふりがな)】【郵便番号】【住所】【電話番号】【生年月日】をご記入ください。送り先: 〒336-0021 埼玉県さいたま市南区別所 3-38-29 和田3ビル 2階 プレシア製薬お客様受注センター 薬用ビハクプラス係

●送料無料(通常は全国一律500円(税別)) ●お支払いはコンビニにて。NP後払い手数料無料。 ●商品は、ご注文後一週間程度でお届けします。 ●返品は未開封商品に限り、商品到着後8日以内(返送料・返金振込手数料はお客様負担)。ご返送前に必ず電話にてご連絡ください。 ●ご返品ご希望の際はご購入上げ明細書が必ず必要です。 ●商品不良を除き2回目以降のお客様都合による返品はご遠慮いただいております。 ●20日間返金保証は初回のご注文のお客様に限り(1家族1回まで)。 ●お客様の個人情報は、商品・カタログの発送・お問合わせ等におのみ使用させていただきます。



# ドキドキらいふ

No.302 るー小林

## ショッピング情報

8月1日(木)~31日(土)

### ソフィアモール

暮らしを楽しむ 専門店

**ザ・ダイソー**  
水遊びに必須アイテムの水鉄砲や水風船、昆虫採集に大活躍の虫取りあみ、昆虫グッズなど多数入荷しています。  
この機会にぜひご来店ください。  
☎075-972-5064

**眼鏡市場**  
☆サングラスフェア☆  
眼鏡市場では、9月1日(日)まで10~50%OFFのサングラスクリアランスセール開催中です！レバン、ポリスなど人気ブランドはもちろん、そのほか多数のサングラスをご用意しています！度付きも度無しもとってもお買い得☆今年のサングラスはぜひ眼鏡市場で！！  
☎075-972-3858

**キリン堂**  
ただ今当店では、クエン酸POWERの試飲を実施中です。クエン酸は、熱中症対策、疲労感の軽減が期待されており、さらに暑くなるこれからの季節に最適な飲料です。夏場の水分補給にぜひ一度、お試しください。  
☎075-971-3611

**イオン枚方店**  
◆毎週火曜日は火曜日！◆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/地下1階食品売場:9時~23時 1階~3階:10時~20時  
◎休まず営業  
☎072-843-0048

**アル・プラザ枚方(平和堂)**  
◆はきものがお買い得「はくの市」=3日(土)・4日(日)◆昔ながらの紙芝居開催=10日(土)11時~、17日(土)・18日(日)14時~◆助産師によるお産・子育て相談会開催(3階ベビールーム12時30分~16時30分)=11日(祝)・日・25日(日)  
◆くらわんか体操=毎週木曜日10時5分~  
◎営業/10時~20時30分  
☎072-896-1100

**アル・プラザ香里園(平和堂)**  
◆夏祭り「香里園祭」開催！=19日(月)11時~19時30分  
1階 セントラルコート・フードコート・コンコース  
ライブやパフォーマンス(19時まで)、お楽しみの縁日も！ぜひ皆様そろってご来店ください。  
◎営業/10時~21時  
◎休まず営業  
☎072-835-6600

**アル・プラザ2店舗共通**  
◆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◆「月のまんなか市」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(木)・16日(金)  
◆HOPマネーチャージ1万円分で50ポイント進呈=15日(木)・16日(金)・25日(日)・26日(月)◆HOP-IDでのお支払いでご請求金額より5%還元=18日(日)

**ビオルネ**  
◆NewShopオープン=3日(土)ハニーズ(レディースカジュアル)/3階、ロベリア(レディース)/3階  
◆サマーキュアラランスセール=31日(土)まで  
◆TANEBIフリーライブ=11日(祝)日  
①13時~②15時~※当日会場にてCDご購入の方はサイン会に参加できます。◆フリーライブ=①3日(土)14時~出演:ハス実ほか ②10日(土)14時~出演:名迫僚ほか  
◆ビオルネお笑いライブ=17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  
◎店休日/21日(水)

**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/9時30分~20時  
◎定休日/日曜日  
☎072-840-6161

## 2019 8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・紫氏氏に師事。大阪マルビルなどメディア活動も多数にわたる。

<b>牡羊座</b> 3/21~4/20 好調。自分の思う道をもつて進む。心残りはない。完全燃焼を目指す。人間関係は謙虚さを心がければ更に良し	<b>牡牛座</b> 4/21~5/21 合理的に、省工ネを意図して。無理な頑張りがかかりのストレスをため込みそう。計画的に効率よく動く。吉。月後半からは好調運へ
<b>双子座</b> 5/22~6/21 好奇心の赴くままにチャレンジ。知らないこと、未知の世界へのアクセスは開運につながるはず。必要な出費はケチらず自己投資に	<b>蟹座</b> 6/22~7/22 旅行やレジャーは思いきり楽しめる運気ですが、やるべきことをため込んでしまいがち。先に片付け、思いなく楽しんで。対人運も好調
<b>獅子座</b> 7/23~8/22 好調ながら、他人や環境によって、変化を余儀なくされるかも。でも、その変化はプラスに転じるはず。健康面は過信せずに早寝早起き	<b>乙女座</b> 8/23~9/23 イメージする能力が育つ。こうなればいいな、と思うことを具体的にイメージして。本気になる可能性が大。楽しいことは月後半に集中
<b>天秤座</b> 9/24~10/23 仲間との交流に活気。刺激的な人物との出会いも。知らない世界を教えてくれるなど、やる気も上がる。教えてもらう姿勢で付き合うと吉	<b>蠍座</b> 10/24~11/22 孤軍奮闘しないように。人の力を借りることを恥ずかしがらないで。コミュニケーションを取りながら進めることで見ていくことが
<b>射手座</b> 11/23~12/21 運気は夏の上昇好調。臨界気流に乗って、グングンアップ。ひと夏の思い出づくりもいいし、先につながる勉強を始めるのもいい。行動あるのみ	<b>山羊座</b> 12/22~1/20 金運好調。臨時収入に恵まれるかも。何かをじっくり学ぶという時期。夏休みを利用しての短期留学も良さそう。テーマを絞り込んで
<b>水瓶座</b> 1/21~2/18 対人運が好調。いい刺激を与えて、発展できる関係に恵まれる。情報交換はもちろん、興味ある共通のテーマを共に追求するも吉	<b>魚座</b> 2/19~3/20 働くことが、楽しく感じられる。やりがいを感じる。頼まれるままに頑張り過ぎてしまうので、自分のペースを大切に

## おでかけしよう 体験しよう!!

掲載募集中!

地域のイベント・もよおし情報

### 和太鼓体験会！淡路でドンドコ文化交流プロジェクト

●わんぱく集まれ！淡路島で淡路人形浄瑠璃体験、和太鼓体験、キャンプファイヤーなど自然体験も。子どもゆめ基金交付助成活動  
○9月21日(土)~23日(祝)月) 国立淡路青少年交流の家に宿泊 参加費13,000円(交通費・活動費・食事代・保険代含む)  
小学3年生以上(保護者同伴に限り未就学児も参加可) 先着45人

申込 メール、FAX、QRから氏名(ふりがな)・性別・生年月日・学年・住所・☎・メールアドレス(子どものみ参加の場合は保護者氏名・連絡先)を明記  
☎npo.gamu@nifty.com FAX 072-829-4461  
●NPO法人 雅夢(がむ) 事務局 ☎090-8752-0336(内田)

## 迷いネコ探してます!

枚方市全域、周辺地域の広範囲で情報を求めています!

全身黒い 黄色い目 まっすぐで長い尻尾  
赤色の首輪、鈴付き  
名前:ハル(めす)6歳、体重3kg

一年前枚方市楠葉並木の自宅から行方不明になった黒猫ハルを探しています。これまで多数の情報を頂きたくさんの猫に会いました。この子も誰かが探している迷い猫かも、出会った猫の写真もブログに載せながら捜索状況もアップ。SNSをきっかけに半年という奇妙のニュースがありました。これからはSNSなどを活用し、地域の方々のご協力を頂きながらハルとの再会を信じて探し続けます。

☎090-5659-6774(あしはら)  
迷い猫ハルのブログ 検索  
Twitterは「ハルとタヤン」で 検索情報UPしています

## アルプラザ枚方 お盆 お子様お楽しみイベント♪

①「プラ板キーホルダーをつくろう!」  
8月11日(祝) 日)11時~14時・16時~3階特設会場 ※会場にて10時~予約受付  
②「ジャンボサイコロ大会」13日(火)15時~  
③「トランプ『ハイ&ロー』大会」15日(木)15時~  
④「風船つり大会」17日(土)15時~  
⑤「お菓子のすくいとり大会」18日(日)15時~  
②~⑤1階店橋会場

問合せ アル・プラザ枚方(平和堂) 枚方市津田元町1-4-1 ☎10時~20時30分 ☎072-896-1100  
※①各回先着10人 ②~⑤先着100人 いずれも小学生(12歳)以下のお子様対象。当日のお買い上げレシート(金額不問)をご提示

### フレンドタウン交野 ~夏休み企画~

●ちびっ子たち集まれ!「サイエンスラボ」で科学実験。夏休みの自由研究にも。  
①空気砲実験②シャボン玉実験③紙筒空気砲(ワークショップ)※参加希望者はHOPカード+1,000円以上のお買い上げレシートをご提示  
そのほか色々なイベントが盛りだくさん!夏休みはフレンドタウン交野へ行ってみよう!

8月11日(祝)日) フレンドスペース(催事場) 11時~14時・16時~各回先着30人  
問合せ フレンドマート交野店 交野市星田北2-26-1 ☎072-895-7861

## チケット

お電話1本でチケットをご自宅に郵送(送料無料) マイライフ新聞社でも直接購入できます ☎072-859-3340 FAX072-859-0054

会場 メセナひらかた会館・多目的ホール

映画 ①「こんな夜更けにバナナかよ 愛しき実話」 9/19(木)  
ドキュメンタリー映画  
②「ほけますから、よろしくお願ひします。」 9/20(金) 9/20発売  
※右記参照 10/31(木)

共に 10:30 / 14:30 ※各回時間指定券、全席自由  
一般 1,000円 割引 800円 ※割引は60歳以上・学生(小学生以上)・障がい者と介護者(要証明書)  
(当日 1,200円) (当日 900円)

前売りで完売の場合、当日券の販売はありません。  
※外編補綴システムあり 日本語字幕版  
※①のみ 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)  
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 (ゆうちょ口座間は手数料無料) 加入者名/マイライフ新聞社

## 朝風呂! 高濃度人工炭酸泉・天然温泉

サウナ利用込みで 大人入浴料 440円! ※中学生以上 (税込)

お食事 名物の十割そば 定食や人気のセットメニューも

お得な会員特典 お食事、癒し処など会員価格で利用いただけます。

※石鹸・シャンプーなどの備え付けはございません

露天風呂 岩風呂(天然温泉)・地蔵の湯(生薬湯)・マイクロナバブルバス  
内湯 高濃度人工炭酸泉・白湯(気泡風呂)・ジェットバス・水風呂・サウナ

平日も! 土日祝も! 朝6時オープン ※深夜2時まで営業 極楽湯 枚方 検索

☎072-867-4126 枚方市招提田近3-8-1 8月は毎日営業

## 銭司めだか

今すぐ使える/クーポン配信中  
銭司めだか 検索

080-5320-2800  
京都府木津川市加茂町銭司金鑄山28 (営)11時~17時(月・木曜11時~15時) ⑩10台

山本マリナ



### 台湾で行列の出来る小籠包専門店

絶品!名物「薄皮小籠包」を味わうランチ&ディナー



恵比寿  
**京鼎樓**  
JIN DIN ROU  
京鼎樓(ジンデンロウ)  
枚方T-SITE店  
☎072-845-5589  
大阪府枚方市岡東町12-2  
枚方T-SITE 8F

台湾で行列の出来る小籠包の有名店「京鼎樓」。蒸し上がった小籠包は中が透けて見えるほど超薄皮です。8月より開始のミニランチコースと特選コースを特別価格にてご提供致します。

営業時間  
11:00~23:00(L.O.22:00) 休/元旦



フカヒレと蟹の  
卵白あんかけ麺 or 卵白あんかけ炒飯  
ミニランチコース

◆他券他サービス併用不可◆予約時申請・注文時提示  
◆1枚で1グループ全員使用可◆2019.8/1~9/30まで  
◆お盆期間中に関しましては店舗に問合せください

◆フカヒレと蟹の卵白あんかけ麺 or 卵白あんかけ炒飯  
特別ご優待価格 **1,680円**

◆特選コース 特別価格  
※要予約、2名様から受付  
**5,000円** → **2,700円** (税別)

◆飲み放題ご希望のお客様  
プラス **2,000円** → **1,500円** (税別)

**前結び教室 全10回**  
夏の早期入会キャンペーン実施中  
8月31日までに入会の方は  
受講料 半額の**1,900円**  
(3,800円)  
**9月開講!**

枚方教室  
●金曜日 13:30~18:30~  
●土曜日 10:30~13:30~18:30~  
●日曜日 10:30~13:30~

寝屋川教室  
●水曜日 10:30~13:30~

四條畷教室  
●水曜日 15:30~18:30~

☎072-844-1131  
枚方教室(サンプラザ1号館6Fギャラリートタヤ) 枚方市岡東町12-1-604  
寝屋川教室(きものつたや寝屋川店) 寝屋川市東大和町7-18-2F  
四條畷教室(きものつたや四條畷駅前店) 四條畷市楠公1-13-9 2F

**嬉しい案内**  
掲載のお申込みは  
マイライフ新聞社へ  
☎059-33332

**教えます**  
受験研究会 昌栄館 検査士  
香里アテナー 幼児教室  
実績豊富。中学受験も対応  
☎072-841-7641

**おしらせ**  
第23回 北山夏祭り  
盆踊り・花火大会  
8月17日(土)18時~22時  
30分雨天は18日に順延  
大阪工大 枚方グラウンド  
盆踊り・打ち上げ花火  
(20時、夜店9店舗  
主催 問合せ  
北山夏祭り実行委員会  
☎072-866-6508

自宅結婚を親身に応援  
会員6万人 IBJ公認  
☎06-89-03-0967  
072-850-5361南  
レコード・CD買取します  
スノーレコード 検索  
☎06-4862-4684

婚活相談 年中無休 枚方  
市役所前電話24時間対応  
幅広い会員層 26年の実績  
全仲連枚方市駅前支部  
☎0120-159-050

みんなで夏を満喫しよう  
枚方サンパフェス2019  
8月11日(祝・日)11時  
~20時30分 ニッパパー  
ク岡東中央 小雨決行  
荒天中止 国内最大級の  
規模とトップクラスのパ  
フォーマンスを誇る、フ  
ロサンバチームアレグ  
リアが枚方に!!ダンス

**ライトアップフェスティバル~ひろがり~**  
Light up OSAKA  
令和もやるよ!! 昨年も大盛況!

9月1日(日)12時~20時  
会場 / 淀川河川公園枚方地区

子ども縁日、グルメ、音楽など  
地域の皆様と一つになれるイベントを開催!  
ぜひ、ご来場ください。

- 企業PRブース(子ども縁日)
- 水都音楽祭
- ふわふわエア遊具
- 地域飲食ブース
- ケータリングカー
- ドリンク販売

主催:ライトアップフェスティバル実行委員会 ☎072-845-6322  
枚方市川原町9-23

やブラジル音楽、大道芸  
コント、T.A.N.E.B.の  
ライブも。飲食、ゲームな  
ど30余りの出店も有り。  
枚方サンパフェス 検索  
☎06-4763-6666

ミシン出張修理2千円  
キャンペーン(8/1~14)  
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

交野おひめ大学  
第5回総合講座 鶴坂教授  
の実践まちづくり教室  
参加者募集  
8月25日(日)10時~12時  
ゆゆうセンター2  
階 体験学習室 500円  
50人 摂南大学経営学部  
教授 鶴坂貴恵さんを講  
師に迎え、まちづくりの  
楽しさやポイントを紹介。  
☎0507-105-8097

問合せ申込(氏名・住  
所年齢を明記か電話で。  
交野おひめ大学事務局  
info@ohime-u.ac.jp  
☎06-4763-6666

寺子屋講座  
夏休み!つくってみよう  
しおりコースター、まが玉  
竹ひごかざぐるま  
8月16日(金)・17日(土)  
18日(日)各日10時~17時  
※受付は当日会場にて15  
時まで 枚方市立旧田中  
家 民俗民俗資料館 体験工  
房(藤阪駅徒歩7分) 対  
象:小学生(5歳~)  
かざぐるま3000円  
(60人) しおり1000円  
コースター2000円/各  
30人 まが玉2000円  
(100人)※3日間分の材料  
です。なくなり次第終了  
問合せ/同資料館  
☎0507-105-8097

**吉田病院**  
医療法人 殺峰会  
☎072-833-1831  
http://www.yoshida-hp.net/

◆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。

**健康相談**

頭が重く、肩がこる

Q 33歳女性、授乳中で肩と首がこって歯ぐき

Q 38歳男性、デスクワークで一日パソコンとにらめっこです。

頭痛、肩こりに加え、首を上下にするのもつらく、こもるといいます。首すじの血流を良くして、こりをほぐし、心も楽にする生薬が配合されている生薬二号方に四川富貴堂を少し足して服用されることをおすすめします。

漢方薬 カジタ薬局  
処方箋調剤 薬師 梶田 幸子  
交野市妙見坂3の1の6  
☎072-892-8908

※漢方のご相談はできる  
だけ電話予約願います。  
院外処方箋取り扱っています。

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ます

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

特別な日にはこだわりのおもてなしを  
お誕生日、お宮参り、七五三、成人式、お顔合わせ、結婚記念日、  
長寿のお祝いなど幅広くご利用いただけます。

お祝いの席にふさわしい懐石  
お祝い懐石 **結** 要予約  
松 竹 梅  
8,000円 7,000円 6,000円  
※9月より価格改訂が行われます。

お品書き  
・嶺岡豆腐・紅白なます・ローストビーフ・海老真丈清汁仕立て・茶碗蒸し  
・お造り三種・甘鯛の道明寺蒸し・有頭海老の天麩羅・彩り湯葉揚げ  
・黒毛和牛の溶岩焼き・湯葉吸物・赤飯・香の物・デザート

故人を想うご法要  
法要懐石 **偲** 要予約  
故人ゆかりの方々が集まって営むご法要に、  
心づくしの懐石をご準備致しました。  
(菊)6,000円(萩)7,000円(藤)8,000円  
※9月より価格改訂が行われます。

お子様のご成長を願うお祝い  
お食い初め膳 要予約  
各種お祝いに鯛のみをご用意できます。

**梅の花まつり** ご好評により期間延長  
致します!  
期間限定 令和元年 8月末日迄

しゃぶしゃぶ鍋懐石を **特別価格** でご提供!

懐石(14品)+さらにお好きな鍋物を下記からお選びください。

湯葉のしゃぶしゃぶ 4,900円を **4,600円** (2名様より)

湯豆腐と豚の豆乳しゃぶしゃぶ 5,200円を **4,700円** (2名様より)

黒毛和牛のしゃぶしゃぶ 6,200円を **5,500円** (2名様より)

おすすり!

◆嶺岡豆腐◆湯葉煮◆お浸し◆茶碗蒸し◆お造り  
◆名物どうふしゅうまい◆おしのぎ◆**選択**「鍋物」  
◆生鮎田菜◆湯葉揚げ◆湯葉グラタン◆飯物  
◆香の物◆湯葉吸物◆デザート

**お土産引換券**  
本券ご持参で  
当店お持ち帰り人気商品  
**えんどう豆  
かりんどう  
プレゼント!** (イメージ)

◆松井山手店限定◆  
■店内にてご飲食のお客様にのみごらして  
いただきます。■お一人様1枚1回限り  
とさせていただきます。■本券ご持参で1枚  
につき1個プレゼントいたします。■他の  
クーポンとの併用は致しかねます。

コピー不可  
有効期限/2019年9月30日まで

**梅の花** 松井山手店 ご予約 0774-64-8104  
京都市京田辺市山手中央3-2 BRANCH松井山手 有料駐車場あり  
【営業時間】 昼11:00~16:00(ラストオーダー15:00) 夜17:00~22:00(ラストオーダー21:00)  
お気軽に店舗へお問い合わせください。 ※表示金額はすべて税込 ※料理写真はすべてイメージ

**無料送迎バスのご案内**  
ご予約10名様以上の団体様には送迎バスをご用意しております。詳しくは店舗へお尋ねください。

WEB予約受付中