

驚き、発見いっぱい！ ふれあい土木展 2019



日々の生活を支える土木技術を知ってもらおうと、11月15日・16日、国土交通省近畿地方整備局近畿技術事務所「ふれあい土木展」(同事務所主催)が催され、1日目は地域の小学生が授業で見学し、2日目は家族連れなど、多くの来場者でにぎわいました。

関西の大学、高等専門学校の研究のパネル展示に、主催事務所のほか、民間企業や団体による土木・防災に関する展示や体験コーナーが49ブースも。ヘリコプターやミニショベルなどの重機が展示され、子どもたちが乗って写真撮影を。人工衛星で身長を測



ブロックでアーチ橋を作ろう！上に乗っても大丈夫
困難な場所でもより正確に測定できる仕組みが分かったり、コンクリート板に乗って跳ねると、たわむことで割れにくくなる仕組み、なぜ橋が揺れるかを体感したり。川の生き物紹介コーナーでは、土木工事の時に生き物にも配慮して工事状態を解説するコー

道路や上下水道などの設備を整備し、安全に保つことが人々の生活の営みを支え、また災害時の対策にも。特に造られて年数が経った各種インフラのメンテナンスは重要で、土木の最新技術が生かされています。親子での来場者は子どもが楽しく、土木の技術に触れ、大切さを学ぶ良い機会と不思議、びっくり！子どもたちの興味が広がる楽しい2日間となりました。

星降る丘から健康便り

JCHO星ヶ丘医療センター
糖尿病看護認定看護師 福田 純子さん
枚方市星丘4の8の1 tel.072-840-2641

糖尿病とフットケア

皆さんは「フットケア」という言葉を存じてでしょうか？一般的には美容目的のフットサロンなどを思い浮かべるかもしれませんが、「フットケア」とは、糖尿病足病変の予防と早期発見のことです。「糖尿病なのに足？」と思うかもしれませんが、糖尿病では神経障害と動脈硬化による血流障害を起こしやす

くなります。神経障害が起こると痛みや熱さを感じにくく、けがに気づきにくくなります。血流障害が起こると足の血流が悪くなり、足先に必要な栄養や酸素が行き届かず、足が冷たくなる、しびれる、色が悪くなるなどがあります。また、高血糖は体の免疫機能を低下させ、傷口が化膿しやすく、傷の治りが遅くなります。そのため適切な処置をせず放置すると、やがて潰瘍へと悪化し、壊疽となり、場合によっては足の切断にまで至ることもあります。糖尿病足病変を予防するためには、フットケアが大切です。

①足の洗い方 37℃程度の湯で足の裏、足趾(足の指)の間も洗う。
②入浴や、足浴後はしっかりと水分を拭き取る。
③発赤、水泡、乾燥、亀裂、靴擦れや胼胝(たこ)の有無、皮膚の色調を観察する。
④胼胝などは自分で処置はしない。
⑤乾燥した皮膚は、傷つきやすいためクリームなどは、傷ついたら指の形に添って切って、両角を少しだけ切り取るようにする。深爪にも注意する。
⑥カイロや湯たんぽを長時間皮膚に当てない。

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

あるもの探し

私たちが人間が腹を立てる原因の大半は期待を裏切られることです。例えば、子どもの成績が思いのほか悪かった。学校を休みがちに、夫が結婚記念日を忘れたなどです。また自分自身に対して、求めすぎてばかりいると周りの人はあなたを避けていきます。でも本当にそうでしょうか？あなたに「あるもの探し」を語り合え、来年の自信につなげていきましょう。

赤ちゃん募集!

0~3歳までの子どもさんの写真を募集します。名前、ふりがな、生年月日、住所、電話番号、親の名前、コメントを記入してマイライフ新聞社「こんには」赤ちゃん係へ(郵送またはメールで受付)
※紙面の都合で掲載が遅れたり、掲載できない場合もあります。

赤ちゃん

笑顔いっぱいの元気で優しい子に育ててね♪
こね 浅田 心音ちゃん
H30.7.11生
(枚方市楠葉並木)

長尾谷高等学校 枚方本校

通信制 単位制 就学支援金交付対象校

通信制で学ぶなら「認可校」がいいよね。

学校説明会 全日程土曜日13:00~
12/7-21 1/11-18-25
2/15-22-29 3/7-14-21
★上記以外の平日も見学・相談実施中

	2020年度 出願期間	試験日
一次	1/20(月)~2/8(土)	2/10(月)
二次	2/12(水)~3/2(月)	3/3(火)
三次	3/7(土)~3/26(木)	3/27(金)

転編入学 随時受付中
まずはお電話ください

2019年度入試 進学実績
香川大学、和歌山大学、大阪府立大学、大阪医科大学、近畿大学(医学部)、関西大学、京都産業大学、龍谷大学、京都女子大学、同志社女子大学、甲南大学、神戸女学院大学、武庫川女子大学、甲南女子大学、京都外国語大学、関西外国語大学、大阪保健医療大学、関西医療大学、大阪音楽大学、大阪芸術大学、京都精華大学、京都造形芸術大学、京都美術工芸大学 ほか

枚方本校 枚方市長尾元町2-29-27 (JR学研都市線「長尾」駅西へ約650m)
☎0120-750-150 全校共通
梅田校 京都市 南橋本 奈良校 長尾谷 検索

星ヶ丘医療センター

独立行政法人地域医療機能推進機構

内科・糖尿病内科・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(標榜科: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

☎072-840-2641 FAX 072-840-2266

60分で縫える夢の洋裁教室!

型紙500型・ニット生地600種以上

日程:12/9(月)~14(土) 手拭タオル
費用:1,000円+税(材料費込) まずは体験! 手拭タオルOK!
※入会金・月謝は各6,000円+税

枚方店 枚方市岡東町14-50 三和ビル5F 501号
ご予約 ☎072-844-7557

インターネットで(体験の詳細はこちら)
ニットソーイング 検索
https://www.knit-sewing.com/special/qrevent/

LINE @ia06453n
最新の情報をお届け! はじめました! LINE@から検索はこちら

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

イオンシネマ久御山

☎075-633-0901

上映中 ●映画 すみっこぐらし とびだす絵本とひみつのコ(アニメ)
●ターミネーター:ニュー・フェイト ●ひとよ ●影踏み ●オーバー・エベレスト 陰謀の氷壁(PG12) ●エンド・オブ・ステイツ(PG12)
●決算! 忠臣蔵 ●アナと雪の女王2(アニメ) ●ドクター・スリープ ●アイリッシュマン(字幕) ●マリッジ・ストーリー(字幕)
●響け! ユーフォニアム 届けたいメロディ(アニメ)(セカンド上映)
12/6~ ●ルパン三世 THE FIRST(アニメ) ●響け! ユーフォニアム 誓いのフィナーレ(アニメ)(セカンド上映)
12/13~ ●ジュマンジ/ネクスト・レベル ●屍人荘の殺人 ●映画 妖怪学園Y 猫はHEROになれるか(アニメ)
12/20~ ●スター・ウォーズ/スカイウォーカーの夜明け ヒックとドラゴン 聖地への冒険(アニメ) ●僕のヒーローアカデミア THE MOVIE ヒーローズ:ライジング(アニメ)
12/27~ ●男はつらいよ お帰り 寅さん ●劇場版 新幹線変形ロボ シンカリオン 未来からきた神速のALFA-X(アニメ)

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。(R15+)は15歳以上の方がご覧いただけます。

ユナイテッド・シネマ枚方

☎0570-783-450

上映中 ●ジョン・ウィック:パラベラム(R15+)(字幕) ●エンド・オブ・ステイツ(PG12)(字幕) ●盲目のメロディ(字幕) ●ターミネーター:ニュー・フェイト(字幕・吹替・4DX2D吹替) ●閉鎖病棟 それぞれの朝(PG12) ●マチネの終わりに ●IT/イット THE END “それ”が見えたら、終わり。(R15+)(字幕) ●ひとよ ●ジョーカー (R15+)(字幕) ●決算! 忠臣蔵 ●アナと雪の女王2(アニメ)(字幕・吹替・4DX2D吹替) ●ドクター・スリープ ●Thunderbolt Fantasy 西幽藍歌(アニメ) ●熊川哲也Kバレエカンパニー「くろみ割り人形 in Cinema」 ●ミュージカル「刀剣乱舞」4DX版(※2週間のみ上映) ●イエスタデイ

12/6~ ●午前0時、キスしに来てよ ●ルパン三世 THE FIRST(アニメ)
12/13~ ●映画 妖怪学園Y 猫はHEROになれるか(アニメ) ●屍人荘の殺人 ●カッパペン! ●ジュマンジ/ネクスト・レベル ●ヒックとドラゴン 聖地への冒険(アニメ) ●僕のヒーローアカデミア THE MOVIE ヒーローズ:ライジング(アニメ)
12/20~ ●スター・ウォーズ/スカイウォーカーの夜明け ●男はつらいよ お帰り 寅さん

探し続けています

枚方市と周辺、広範囲の地域で情報を求む!

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)

似ている猫を見かけたらご連絡ください

名前:ハル(めこ)6歳、体重3kg Twitterは「ハルとダヤン」で
☎090-5659-6774(あしはら) 迷い猫ハルのブログ 検索

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

俗に「貧血」といって一時的な血圧低下で顔色不良・気分不良・時には意識消失を伴う現象(脳貧血)も言われる(を意味することもあります)が、医学的には赤血球成分が減少した状態をいいます。



竹中 洋幸 先生

「貧血」について

貧血の原因は出血が最も多く、圧倒的に女性に貧血が多いのも月経時の出血のためで、特に子宮筋腫や内膜症があると出血量が増加して貧血が悪化します。多くの出血は目で確認できたり、体の一部が腫れて気が付きませんが、貧血の原因は悪性疾患も含めて多種多様です。貧血の進行があれば医療機関に相談しましょう。

京都大学医学部卒業
京都大学大学院卒業
勤務歴：京都大学医学部附属病院、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

吉田医療新聞

救急科 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

今年もいよいよ残りわずかとなり、晩になるとますます寒く感じるこの季節から始まる気温感受性性高血圧についてお話しします。

寒くなる夏場に比べ血圧が上がったと感じませんか？まさにその通りで秋から冬にかけて寒くなると血圧は上がる傾向にあり、これを「気温感受性高血圧」といいます。

気温感受性高血圧 季節による血圧変動に要注意！

対処が必要です。まず大事なのは室内の寒暖差をできるだけなくすることです。脱衣所など、寒い場所は暖房器具を置き、特に浴室は入浴前に暖めておきましょう。また夜間のお手洗や早朝に新聞を取る際には上着をはおってください。最後になりましたが、先日寝屋川アルカスホールで開催の「第3回HNKハートの会」に多数参加いただきましたこと、感謝申し上げます。来年も勤労感謝の日には心臓病にフォーカスした話題で第4回目を開催しますのでご期待ください。

京都府立医大医学部卒業、日本循環器学会専門医、日本心血管インターベンション治療学会専門医、施設代表医



ルネヒューマンズガーデン枚方

人権を 考えよう

みなさんは「ヘアドネーション」を知っていますか。ヘアドネーションとは、病気がみかみの毛を失くしてしまつた子どものために、医りよう用ウィッグを作



南 結さん

私は、ヘアドネーションをしました。なぜかという、病気の人のため活動です。

交野市私市小学校4年 南 結



に、私のかみの毛を使つてほしかったからです。自分で切ると決めただけ、かみの毛を切る時はドキドキしました。31歳で、やっと切りました。

ヘアドネーションを 知ってほしい

六月にドネーションした私のかみの毛を、受け取ってもらえたお返事が、八月にとどきました。カードと青いリストバンドが入っていました。病気の人の役に立てたんだという自信になりました。

私が伝えたいことは、かみの毛を待っている人がいるということです。かみの毛を切る時は、ヘアドネーションのことを思い出してほしいです。

一葉箱のいらない家庭も

<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

20年前ハープ免疫療法を開発しました。予防医学の観点から誕生した生ハーブ(葉草、アロマ、リンパドレナージュ)によってリンパ、神経、筋肉を手で感知しながら施す緻密で繊細な自然療法です。

た。幸せホルモンであるオキシトシンの分泌は気持ちよくなる、筋肉が引きやすくなる、血管が強く高血圧が改善するなどの働きが期待されています。

私にとって美容と健康は同義語です。女性特有のお悩みや慢性の疲労を解決しながら私たちが本来持っている自然治癒力を取り戻し、美と健康と幸せを引き寄せる技術として活躍してまいります。

ご好評をいただきありがとうございます。1DAYハーブ講座 12月9日(月) 要予約 お申込は ☎072-8007-6969

長年かけて考え抜いた「スピードストローク」では老廃物の排泄だけでなく、幸せホルモンが分泌することが大学の研究で判明しました。

幸せホルモンが 美と健康につながる ハーブ免疫療法

頑張る女性を応援し、笑顔に輝く女性を周りの大切な人たちに幸せにするから、そんな想いから生まれた技術の開発に悩みながら進んで来た朝、偶々偶然ひらめいたのです。目

ハープ免疫療法士学会理事、日本メデイカルハーブアカデミー主宰、日本がん難病サポート協会理事、枚方市南楠葉1の1の27 ☎072-8007-6969 HPはIPH51↑検索

クーポンを切りとって お店へ!

おすすめ 12月の クーポン

1月からの掲載申込受付中! 掲載月選べます! ☎072-859-3332

メロンパン べいく堂

みんなが大好きメロンパン お店は家具団地にあります!
○プレーン・ココナッツ・チョコ・紅茶・抹茶・ガトーシュクル
★土曜営業日 12/14(土)
★PayPay、d払い、au Payスマ決済対応!

072-850-5334 枚・長尾家具町2-5-24 10時半~15時半 休 土・日・祝・月 移動販売 べいく堂

じゃんけん大会 12/3(火)~25(水) スタッフとじゃんけんして勝ったら好きな商品1個プレゼント! ※購入した方1回限り

デリバリー ゆたか

美味し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

インディアンレストラン&バー ミラン 長尾店

イベントに! 飲み放題コース (女2,680円 男2,980円)
○ランチセットご注文の方は プレナン食べ放題 Aランチセット800円(税別) お子様セット500円
○ミランカレーセット(全6品) お1人様1,500円

072-859-1711 枚・長尾家具町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) (P)有

西川チェーン ふとんのサニー

今だけ! 年末特別価格でご提供

創業47年のふとんのサニーがおすすめ! お正月の来客準備に最適です。
<日本製> フランス産ダウン85%・1.2kg 綿100%生地・立体キルト シングル150×210cm 色:ブルー、ベージュ

暖か~い ふっくら~!

西川の羽毛掛ふとん 特別価格 通常価格 39,800円 → 29,000円(税別) お買得商品、多数取り揃えてお待ちしております

0120-32-5571 枚・楠葉朝日1-6-15 スーパーコンビニヤクすは店 並び30m横 (P)有 10時~18時半 (休)木曜

腰痛専門 さかくち整骨院

坐骨神経痛 脊柱管狭窄症でお悩みの方、お試しください!
背中が曲がり、歩行もつらい色々試したけど効果のなかった重い症状の方も健康な身体を取り戻しています! 10年後も動ける身体づくりを。

072-857-1888 枚・牧野阪1-26-6 9時~19時半 (休)木曜午後・日曜・祝日 (P)近隣に2台あり

初めの方限定 (12月末迄) 2回施術 1,980円(税込) ※要予約 ※1日2名様のみ

農家の直売所 朝採り市場

安全・安心・安価!

新鮮野菜

八幡、枚方、京田辺市、久御山町の約150の農家から種類豊富な旬の野菜を続々入荷しています! 朝採れた新鮮な野菜を夕食に!

毎週月曜はテント販売 「かつおのわら焼き」など
お正月用のお餅予約受付中 年内は12/31(火)正午まで 年始は1/5(日)から営業

075-971-5208 八・美濃山一ノ谷28-1 スポーツアネニュー内 毎日営業! 9時~18時 (P)有

アル・プラザ枚方

パウチ 鍋スープ各種 50円引きします (278円以上の品)

本券1枚で1コ限り 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

ライプリーサロン 枚方店・交野店

体の不調を改善・予防する アンチエイジングサロンが 2店舗オープン!

基本コース各1,000円(税別)
○自動温熱整体マシン 背骨を正しく整え、筋肉を温め、指圧。同時にお灸も。
○酸素ルーム ○水素吸引 ○パルストレーナー

072-857-3333 枚方店:フォレオ枚方1F 交野店:じゃんぼスクエア2F 10時~20時 共に(P)有

フリーマーケット 基本コース1つ 無料体験 できます

お1人様1回限り 2019年12月末まで

新鮮な魚も販売 しています!

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 スポーツアネニュー内 毎日営業! 9時~18時 (P)有

ユナイテッド・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

0570-783-450 枚方市高野道1-20-10 フォレオひらかた内

ちょっと足をのばしてご入浴券プレゼント

各館ペア3名様 応募方法は下記 (お楽しみプレゼントと共通)

A 京阪初初の厚生労働省認定健康増進施設 神戸みなと温泉 蓮

B スーパー銭湯 ユーバス守り口

天然温泉+ナノテクノロジーで美肌。話題のシャワーヘッド「ミラブル」をご体験ください!

④6時～深夜3時(受付深夜2時30分迄) ⑤入浴料 平日770円/土・日・祝 850円 守り口佐太町6-23-26 ⑥年中無休

【ユーバス守り口】 ④06-6903-4126

C 伏見力の湯

天然温泉、露天風呂に広いサウナが魅力! お食事処や岩盤浴も。京都へお出かけの際にも。

④入浴料 平日700円/土・日・祝 800円 ⑤10時～深夜1時(最終受付24時迄) 京都市伏見区竹田青池町130 ⑥不定休

【伏見力の湯】 ④075-645-4126 ※名神・京都南ICから車で5分

D 上方温泉 京都本館 一休

大自然の中で非日常的なひとときをお楽しみください。

京都府城陽市芦原25-2 ④0774-54-1419

E 天然温泉 つくもの湯 極楽湯 枚方店

銭湯並みの入浴料で高濃度人工炭酸泉、天然温泉やサウナに入れる!

枚方市招提田近3-8-1 ④072-867-4126

F 天然温泉 水春 東香里湯元

東香里に湧く癒しの天然温泉。広々、極上の湯でゆったり一日中寛いでください。

寝屋川市寝屋北町2-1 ④072-825-4126

G SPA&HOTEL 水春 松井山手

オープンして1周年! 各テナントにて1周年フェア開催致します。

京都府京田辺市 山手中央5-1 ④0774-62-1126

お楽しみプレゼント

1 ペア5名様 知って! 体験して! 観て楽しんで! 驚きの写真撮影も! **イリュージョンミュージアム ～幻影博物館～**

大阪城天守閣隣のミライザ大阪城地下に、世界初! イリュージョン専門博物館が!! 世界のマジックの歴史展示や、実際にイリュージョン(錯覚)を体験できるコーナーも。関連で本格的なイリュージョンショーは圧巻です。目を疑うばかりの超絶イリュージョンの世界を、存分にお楽しみください。写真コーナーでは、宙に浮いたり、切断されたり、インスタ映えする撮影も! 驚きの数々を体験して!!

入場(大人1,200円・小人4~11歳700円)とショー(大人500円・小人無料)のセット券をプレゼント。【イリュージョンミュージアム】 ④06-6755-4466

映画ご招待券 各館ペア5名様 お好きな上映作品をご鑑賞いただけます。(特別発行、3D上映)

4 **イオンシネマ 御山** 「アナと雪の女王2」公開中 「ルパン三世 THE FIRST」12/6公開

5 **ユナイテッドシネマ 枚方**

応募方法 ご希望のプレゼントA~Eの①~⑤のいずれか、〒、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】12月14日(土)消印有効 【抽選】①12月14日マイライフの記事・広告で一番興味を持られたものは、②「来年こそは!」を川柳で、または「来年の夢や抱負」を教えてください。匿名希望は別紙。持戻りには粗品進呈。〒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

日帰り温泉・銭湯特集

地元の温泉が人気です! 今年の疲れを癒やしませんか

大好評! ご入浴券プレゼントもあります

上方温泉 京都本館 **一休** 天然

大自然に囲まれた天然温泉で癒しのひとときをお過ごしください

マイライフ特別入浴割引券 入浴料 大人 通常1,234円(税込)を 3名様1枚まで **お一人様 750円** 有効期限 2020年1月末日

アクセスも便利! ※バス利用推奨!(フロントにて) JR「京田辺」駅前から 京都バス62番「一休温泉前」バス停すぐ

④10時～24時(最終受付23時) ⑤第2火曜 ④0774-54-1419 http://www.onsen19.jp 京都府城陽市中芦原25-2 上方温泉一休 京都 ④150台

年末年始も休まず営業! 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 (中学生以上) 450円!** (税込)

大人入浴料クーポン **430円** (税込) 券売機で「マイライフ430円」のチケットを人数分購入後こちらのクーポンをフロントにご提示ください。 ※R1年12月31日迄有効

無料送迎 バス運行! 平日のみ

お食事 名物の土割そば セットメニューや宴会メニューも豊富! 家族や仲間とお過ごしください。 お食事、癒しなど会員価格で利用いただけます。お得な回数券も! (入会金100円)

天然温泉 つくもの湯 極楽湯 枚方店 枚方市招提田近3-8-1 ④072-867-4126 ④10時～翌2時 ④12/18(水)

おでかけしよう 体験しよう!! 掲載募集中!

地域のイベント・もよし情報

「七宝でつくる お正月のかがりもの」～毎年大人気講座～

●七宝焼きで来年の干支「子(ねずみ)」を作り、松竹梅を飾りめでたいお正月飾りに仕上げます。手作りのお正月飾り、新年を迎えませんか。

●12月17日(火)13時30分～ 枚方市立日田中家鎮物民俗資料館体験工房 〒573-0155 枚方市藤阪天神町5-1 抽選で16人 参加費1,200円 ※駐車場なし

申込 12月10日(火)必着。 ①往復はがき②FAXで、参加者全員の住所・氏名・電話番号・(FAXの場合はFAX番号も)を明記し、七宝講座申し込み係へ。 ③市ホームページから ※空きがあれば12月9日30分前から電話受付 枚方市立日田中家鎮物民俗資料館(住所左記) ④050-7105-8097 FAX072-858-4665

第3回 子ども食堂だよ 全員集合!

●誰でもおいで、子ども食堂! みんなで助け合いながら、年に一度のイベント開催! 自然派おやつなどの食べ物ブースに、手作りおもちゃ、ハーバリウム作りなどの体験も。ステージでは和太鼓やギター演奏に、赤ちゃんと一緒にマヨカゴも。家族で、友だち同士で、めいっばい楽しんで! NPO法人 子ども食堂ファンクラブ主催

＜入場料＞ ●12月8日(日) 10時30分～15時30分 ※小雨決行・雨天中止 ●会場 ニッパバウ 岡東中央公園 ※フードドライブ(余っている食品の再利用)を実施。食べない食品があればご提供お願いします。 ●問合せ NPO法人 ちいさいほいこえん みんなの里 ④072-845-6818

フレンドタウン交野～お楽しみイベント～

●毎月いろいろなイベントが催され大好評! ①クリスマスソング Quartet(ミレニアムカルテット)サクソフーン四重奏 ②ジャグリング日本チャンピオンのパフォーマンスショー ～技と笑いのショータイム! ジャグリングやマジックをお楽しみに!～

①12月24日(火) 11時～13時、13時～15時 ②12月28日(土) 13時～15時 共にフレンドスペース(催事場)にて ③フレンドタウン交野店 マンスショー ～技と笑いのショータイム! 交野市星田北2-26-1 ④072-895-7861 地図▶

1ST ANNIVERSARY SPA&HOTEL 水春 松井山手店

SPACONCERT 12/7(土) 15:30～ マグロ解体ショー (1階ロビーにて) 上記日時より、セリ&即売会開催! さらに17時より、京田辺水春亭でまぐろ特別メニュー販売!!

12月 ミニコンサート(無料) 2日(月) 竿下和美 12:00～14:30 途中休憩有 7日(土) 竿下和美 19:00～21:30 途中休憩有 13日(金) くれよん 15:00～17:00の2回 14日(土) ミルフルール 14:00～16:00の2回 14日(土) チャルディーニ 18:00～20:00の2回 15日(日) エターナル with ボッキー 13:00～15:00の2回 16日(月) 竿下和美 with Yoko 19:00～21:30 途中休憩有 21日(土) 青山港也 18:00～19:00の2回 29日(日) チャルディーニ 12:00～14:00の2回

スペシャルライブ 12/28(土) ¥5,000- (税込) 17:30～開演 ※1ドリンク制(別途) ※ご入浴料(別途) ※ご入浴券(別途) 13:00～無料ミニライブも開催 遥海×SAKURA×和紗 実力派の女性ヴォーカリスト 3人のライブ

京田辺水春亭 レストラン

各種歓迎会・お祝い会承り中 各個室や宴会場もあります

SPA&HOTEL 水春 スパ TEL 0774-62-1126 ホテル TEL 0774-62-1136 レストラン TEL 0774-62-1129

駐車場当館ご利用時間内無料(370台) 水春 松井山手 検索

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。 電話(平日9:00～17:00)かFAXでお申込ください ④072-859-3332 FAX072-859-0054

八幡市文化センター 熱唱 演歌 冠二郎 & 新舞踊 冠二郎 (12/5(木)発売) 津軽ひろ子 山崎ていじ 2/15(土) 13:00 / 17:00 ※未就学児は入場不可 NHK紅白歌合戦 5年連続出場!! 愛読者価格でご提供 全席指定 6,500円を 昼 5,500円 夜 5,000円

新新春寄席 南光・春若 二人会 (12/3(火)発売) 2/15(土) 14:00 ※未就学児は入場不可 桂南光、桂春若が織りなす話話をたづむりと。 主権 / (公財) 枚方市文化国際財団

映画 2枚以上でお願いします 「長いお別れ」 2/14(金) (12/5(木)発売) 10:30 / 14:30 時間指定・全席自由 一般 1,000円 割引 800円 (当日1,200円) (当日900円) ※未就学児は入場不可 UDC a s 1字券 音声ガイド対応作品 (音声ガイド貸出あり、先着15名) 大坂歯科大学 植葉学舎 講堂 3/15(日) 13:30 S席 4,500円 A席 3,000円 (当日は各500円増) ※未就学児は入場不可 スペシャルアーティストたちと 市民合唱団のコラボは必見! ※前売りで完売の場合、当日券の販売はありません。

東香里湯元 水春

関西最大級の広さを誇る 野趣たっぷりの露天風呂をはじめ 情緒あふれるミルク風呂や炭酸泉、 漢方薬草サウナなどを満喫いただけます

年末年始も 休まず営業! 12/28(土)～1/5(日)は朝風呂6時～!

平日9時～深夜1時/土・日・祝6時～深夜1時 ※共に受付24時迄 寝屋川市寝屋北町2-1 ④072-825-4126

ご入浴 大人 1名様 平日 780円(共に税込) 土・日・祝 880円を

100円引き券 ※1枚につき大人2名様迄 ※令和元年12/27(金)迄有効 平日・土曜日限定

12/4(水)は メンテナンスの為 お休み

SPA&HOTEL 水春 松井山手はおかげさまで一周年! 12/5～16 各テナントにて1周年フェアを開催いたします。

会員券特別販売 12/5(木)～12/15(日)

入浴回数券 10枚綴り 9,000円(税別) 1冊ご購入毎にご入浴招待券&岩盤浴ご利用券 各1枚ずつプレゼント(最大1,900円相当)

岩盤処回数券 10枚綴り 7,000円(税別) 1冊ご購入毎に岩盤浴ご利用券&リクライナー無料ご利用券を各1枚ずつプレゼント(最大1,400円相当)

※ご購入は水春会員様対象。 ※土日もご利用いただけます。 ※回数券は最短で3年間の有効期間となります。

CASHLESS 5%還元

キャッシュレスでお支払いのお客様にポイント還元!! 還元 5% 上記の各クレジットカードがご利用いただけます。 ※当日はキャッシュレス消費還元事業の対象店舗です。

天然温泉 SPA 岩盤浴 ホテル

SPAご利用料金 24時間営業 (受付時間6時～翌2時) ※すべて税別

●入浴料(ご入浴) 大人 1,000円 小学生以下 500円 ●岩盤浴 大人 800円(平日) 900円(土・日・祝) ●リクライナー用室 大人・小学生共 300円(平日) 500円(土・日・祝) ●ホテル チェックイン 15:00 チェックアウト 11:00

岩盤浴 200円引き 割引券 ※当引換券1枚につき2名様まで ※2020年1月末日まで有効 (12/28～1/5)除く

広告掲載・地域の話題は、地元のマイライフ新聞へ ④072-859-3332 FAX072-859-0054

暮らしを楽しむ専門店
ソフィアモール
 に行こう

EDION エディオン クーポン有り!

歳末セール実施中!

あったか暖房フェアで寒い冬を乗り切りましょう! クリスマス包装ラッピング無料! 金利・手数料0円! エディオンカードで5年10年長期保証も! 2019年の冬は、エディオン松井山手店をぜひご利用くださいませ。

☎ 075-972-0070 営 10:00~20:00
<http://www.edion.com>

市眼鏡 眼鏡市場 クーポン有り!

眼鏡・コンタクトレンズ・補聴器は眼鏡市場にお任せください☆

眼鏡市場では1,000種類を超えるフレームから選べ、超薄型レンズや遠近両用レンズも追加料金0円で、眼鏡をお作りいただけます。さらに12月23日(月)まで補聴器体験会を開催中です! 視力検査、聴力検査だけでもお気軽にお越しくださいませ!

☎ 075-972-3858 営 10:00~20:00
<http://www.meganeichiba.jp>

Kirindo キリン堂

冬の化粧品キャンペーン開催中!

12/31(火)まで、とってもお得な化粧品キャンペーン実施中! チラシ期間の、12/13(金)~15(日)の3日間は、カウセリング化粧品ポイント10倍デー。本年最後のご案内になります。お買い忘れの商品はございませんか? ぜひ、当店をご利用ください。

☎ 075-971-3611 営 10:00~20:00
<http://www.kirindo.co.jp/>

ダイソー ジャパン

もうすぐ、クリスマス!! 寒い冬も楽しもう

ダイソーでは今年もツリー、リース、オーナメント、サンタ服など、クリスマスを彩る商品が多数入荷しています。お部屋の飾りつけにいかがでしょうか。寒い冬にピッタリのかわいい冬物衣料も入荷しています。ぜひご来店ください。

☎ 075-972-5064 営 10:00~20:00
<http://www.daiso-sangyo.co.jp/>

ゴルフキッズ クーポン有り!

クリスマスセール!!

冬ゴルフを楽しんでいただくためのクリスマス特別セールを開催中!! 期間限定のお買い得商品をたくさんご用意していますので皆様の来店をお待ちしています。また12月は買い取り強化月間です。不用のクラブをお持ちの方はぜひ、当店までお持ちください。

☎ 075-972-3933 営 10:00~20:00
<http://www.golfkids.co.jp>

手打ちとんかつ かつ屋 クーポン有り!

御膳のご注文で広島産カキフライサービス!

絶品カキフライの季節がやってきました!! 今回は特別に、御膳を注文されて、クーポンをお持ちのお客様に限り、単品カキフライを2個サービスさせていただきます。この機会にぜひご賞味ください!! スタッフ一同お待ちしております!!

☎ 075-972-3861
 営 11:00~22:00 (L.O. 21:00)

トータルビューティーサロン ノーブル

自分へのご褒美エステ! 全メニュー 10%OFF

まつ毛エクステ・脱毛・フェイシャルエステ・ボディエステ・ネイルができるサロンで、ゆったり美しく変身! 自分へのご褒美にいかがでしょうか?!

当店メニューから10%OFFさせていただきます。

☎ 075-983-7113 営 10:00~20:00
<http://beauty-noble.com>

ヘアサロン ROSE(ローズ)

・カット	1,800円
・中高生カット	1,500円
・子供カット	1,300円
・フロントカット	700円
・カラー	3,500円~
・パーマ	4,000円~

(カット料金は含まれません) ※すべて税別

☎ 075-874-1080 営 10:00~19:00

牛角 クーポン有り!

忘年会・新年会はぜひ牛角 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OK! 忘年会・新年会の宴会特別価格の食べ飲み放題もあります。お気軽にお問い合わせください。クーポン持参でお得な割引があります。

☎ 075-982-2299
 営 11:00~15:00、17:00~24:00

イトウゴフク クーポン有り!

大人気! イトゴのメンズあったかインナー!

昨年よりもプライスダウン! さらにお買い求めやすくなりました! S~3Lの幅広サイズ展開+遠赤外線加工のHEAT-point。中空系使用で暖かさを実感できる中空系インナー! クーポンを使えば100円引きです! どちらもお見逃しなく!

☎ 075-982-1080 営 10:00~20:00
<http://www.1105.co.jp>

使ってお得 ソフィアモールのクーポン

<p>エディオン 12/1~12/31迄有効</p> <p>全品5%引き</p> <p>※ゲーム・おもちゃ・携帯電話・リフォーム商品処分量・特価品除く ※ソフィアモール店のみ利用可</p>	<p>眼鏡市場 12/1~12/31迄有効</p> <p>メガネ拭きセットプレゼント</p> <p>※ソフィアモール店のみ利用可</p>	<p>ゴルフキッズ 12/1~12/25迄有効</p> <p>中古クラブに限り 全品5%引き</p> <p>※ソフィアモール店のみ利用可</p>
<p>かつ屋 12/1~1/31迄有効</p> <p>御膳注文時にご提示ください</p> <p>カキフライ 単品2個サービス</p> <p>※ソフィアモール店のみ利用可</p>	<p>牛角 12/1~12/31迄有効</p> <p>平日 1,000円引き 土・日・祝日 500円引き</p> <p>※5,000円以上のご利用で・ランチは不可 ※他券割引との併用不可 ※ソフィアモール店のみ利用可</p>	<p>イトウゴフク 12/1~12/31迄有効</p> <p>メンズHEAT-point メンズ中空系インナー各種 をご購入の方 1枚 100円引き (お1家族様3点限り) ※ソフィアモール店のみ利用可</p>

ドキドキらぶ

No. 306 るーし小林

「暖かく、日射がなつたねー」

「温かく、心なごい」

「冬はイルミネーションで、何万灯のイルミネーションで」

ショッピング情報

12月1日(日)~31日(火)

ソフィアモール
暮らしを楽しむ専門店

歳末・クリスマスセール
お得なクーポン付き!
(右:6面広告参照)

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! ※一部変更となることがございます。

◎営業/ 地下食品売場のみ9時~23時 1階~3階:10時~20時
◎休まず営業 ☎072-843-0048

アル・プラザ香里園(平和堂)

◆「カウンセリング化粧品ポイント10倍進呈」開催! 事前のご予約を承ります=15日(日)・16日(月)1階化粧品売場にて◆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

◎営業/ 10時~20時、地下食品売場のみ9時~20時
31日(火)は18時まで
◎休まず営業

アル・プラザ枚方(平和堂)

◆お歳暮ギフトコーナー開設中
HOPカード 会員様ご購入特典 カタログ掲載商品本体価格より10%引き=4日(水)まで◆クリスマスケーキご予約承り中お申込みはお早めに=15日(日)まで◆おせち料理ご予約承り中。HOPカード会員様早期ご予約特典5%引き=9日(月)まで◆お子様イベント開催=8日(日)①11時~②14時~③16時◆クリスマスパレード=21日(土)13時~◆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◆ハートの謝恩券シールラリー開催=15日(日)◆HOPマネーチャージ1万円50ポイント進呈=15日(日)・16日(月)・25日(水)・26日(木)◆HOP-IDでのお支払いでご請求金額より5%還元=15日(日)

◎営業/ 10時~20時30分 29日(日)・30日(月) 9時~20時30分 31日(火)9時~20時
◎休まず営業 ☎072-896-1100

ピオルネ

◆Tポイント5倍セール=8日(日)まで◆ピオルネのクリスマス=25日(水)まで◆2020カレンダーの特設売場=1月13日(祝・月)まで 1階POPUP STAGE1st◆フリーライブ=①1日(日)13時~出演:強力翔ほか②15日(日)13時~出演:ハス実ほか③28日(土)13時~出演:強力翔ほか◆ピオルネお笑いライブ=21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
31日(火)は18時まで
◎休まず営業

読者の声 クリスマスの思い出

クリスマスの時、妊娠8か月。生まれてくる娘の服をプレゼントに購入。もう10年前の話ですが、うれしかったことをずっと覚えています。
高槻市・K子(36歳)

20数年前、秋に振られてクリスマスに予定無しだったので、「彼氏彼女いない人でクリスマス会やろう!」って声かけたら、私と参加者2人。その内1人は私を振った相手という気まずい集まりに...
津田山手・C代(48歳)

彼からももらったクリスマスカードに、「来年のクリスマスは二人の家で迎えよう」と書かれていました。その後、「結婚しよう」と!プロポーズの思い出です。なおちゃ(49歳)

お菓子の入ったブーツに足をを入れて壊してしまいました。
東山・A(50歳)

2019 12月の運勢

★ディアーナ(みどり)★西洋占星術 占歴34年 ネプチューン紫氏に師事。梅田マリルなどメディア活動も多岐にわたる。

牡羊座 3/21~4/20 エンジン全開で。活力が上がって、多忙なスケジュールをガンガンこなせそう。頓挫していた案件も前進の兆し。心晴れやかに新年を迎えて	牡牛座 4/21~5/21 相手に構うのはいいけれど、領域に入り過ぎるとトラブルに。良い距離を保ち、お互いに刺激を与え合って高め合える関係に育て上げて
双子座 5/22~6/21 面倒なことは先に片付けて、交流、イベント、面白いことをゆっくりと楽しみたい。対人運が好調で人気者。貴重な出会いもあり	蟹座 6/22~7/22 断捨離が加速して、大掃除はいつもの年より力が入りそう。不用品を一緒に処分してスッキリ。新年は満足のインテリアでスタートを
獅子座 7/23~8/22 楽しいイベントやおいしい食事会など、外出を楽しむ機会が増えますが、体調と相談しながら控えめが吉。家で過ごす時間も大切に	乙女座 8/23~9/23 家族のために頑張ることは本望でも、何もかも抱え込まないように。時には子どもや頼りに甘えてみて。家で力になってくれそう
天秤座 9/24~10/23 人付き合いから学ぶことが多い。いい刺激を受け、相手の長所に学べば、納得と満足が。誘い合わせての買い物も大きな収穫あり	蠍座 10/24~11/22 精神的な活動期。東奔西走の忙しさに疲れ知らず。楽しいことも多いけど、今年最後の最後を味わい尽くして
射手座 11/23~12/21 自分らしさを発揮して、やりたいことを実現。夢を叶えていく時。目標へ一直線に、スピーディーに。迷いは無用。先手必勝で	山羊座 12/22~1/20 夢や目標は心に秘めておいて。邪魔や妨害を受ける可能性。今は心に温めてやりたい自分をイメージ。想像できたら実現への一歩
水瓶座 1/21~2/18 交友関係が好調。人付き合いに力を入れて実りあり。仕事仲間だけでなく、趣味や共通の目的でつながった関係は一生ものの付き合いに	魚座 2/19~3/20 周囲の期待と要望に応えて。この際自分のやりたいことはこの次に。そのことがあなたの評判を押し上げ、望んでいたポジション獲得も

健康相談

気温の変化による体調不良

長い暑さが続いた後、朝夕の冷え込みや、急激な温度差で体調を崩し検査ではどこも悪くないのにしんどい。こうすれば良いのでしょうか。

まずは「体」「腸」を温めることが一番です。毎日も鍋物を食べて体の中から温めてください。たくさん野菜と魚や肉類を入れると栄養満点。消化も良いです。

次は薬の紹介です。①双参(人参とえそうご)配合をお湯に溶かして服用してください。②下痢しやすい人には人参湯や六君子湯を

漢方薬 カジタ薬局 処方箋調剤 薬剤師 梶田 幸子

交野市妙見坂3の1の6 ☎072-899-28908

※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。

安心・安全の国産素材・国内製作

セラミック治療で美しい歯を

35,000円~

Saitoh Dental Clinic

- 自然歯と見分けがつかない美しさ・審美性
セラミック(陶器)で作られており、歯の色にぴったりと合い、審美性はトップクラスです。
- 従来のセラミック素材よりも硬い
歯と強固に接着します。
- 劣化や変色が起こりにくい
金属のように歯茎の色を黒くしません。
- 金属アレルギーが起こりにくい
口内でイオン化する金属とは違い、体にやさしい素材で、アレルギーが起こりにくいです。

ホワイトニング

齊藤 歯科 SAITOH DENTAL CLINIC

☎072-844-4928

お電話でご予約・お問い合わせください 休診:土曜午後・日曜日・祝日

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:00	○	○	○	○	○	○
15:00~17:30	○	○	○	○	○	○

枚方市 齊藤歯科 検索

指定駅前P 1時間無料

サンプラザ1号館 T-SITE 南口 1階

サンプラザ3号館 枚方市駅 大坂

空いた時間に働ける!

マイライフ 配布員さん 募集!

あなたのお住まいの地域に 月1回、月末4日間の空いた時間に「マイライフ」の配布をお願いします(チラシ折込作業もあります)

配布員さんの声を聞きました!

配布員さんの中には、地域の障害者支援事業所の利用者さんもあります。「みんなで声をかけ合い協力したり、配り終わった時に達成感を感じる!」と喜びの声を頂いて、マイライフスタッフもうれしい気持ちになりました。

良かったことは?

- ★仕事をやめたので、運動不足解消に!
- ★子供が小さくても近くで短時間で働ける
- ★目的のあるウォーキングをしたくて
- ★配布中、色々な人から「ありがとう!」と声をかけてもらえる
- ★町内の変化が分かったり、知り合いが増える
- ★季節の移り変わりを感じたり、花々が見れて気分転換になる

働きやすいから 幅広い年代の方が活躍中!
10代~70代の方が活躍中!

年齢、性別、経験 一切不問 初心者もOK	出社不要 時間自由 (新聞引き取り有)	4日間配布なので 自分のペースで働ける
----------------------	---------------------	---------------------

問合せ **マイライフ新聞社** ☎072-859-3332

枚方市津田西町2-31-21 (営) 平日9時~17時

枚方名物 **おひも巻** 新年菓

鳴門金時芋をふんだんに使用した人気商品。

好評 予約受付中!

12/24(火)までにご予約のお客様限定特別価格!

★令和2年1/5までお渡しできます(元旦はお休みです)

1箱 1,200円+税(税込1,296円)

早割特価 **1,050円**+税(税込1,134円)

販売は12/26(木)より開始いたします

新年のご挨拶にピッタリです

大黒屋 大峰本店 JR津田駅前店

☎072-858-8552 ☎072-858-5825

ホームページもご覧ください

大黒屋 枚方 検索

きものつたや **成人式振袖展** 開催中

同時開催 2020年 **卒業袴レンタル!**

振袖 早割特典! 予約なしでOK!

早割 2021年成人 **3%OFF** 2019.12.25迄

超早割 2022年成人 **5%OFF** 2020. 8.31迄

レンタルコース 衣装全てと小物が付いて **+14大特典付**

48,000円(税別)より

お買上げコース フルセット、前撮り成人式当日ヘア着付も付いて **+15大特典付**

180,000円(税別)より

前撮り写真付き成人式当日も安心!着付・ヘア付

☎072-844-1131

枚方市大垣内町2-5-5 ⑩10:00~19:00 火曜・第3水曜定休

つたや枚方本社ビル

枚方市役所 枚方市役所東 枚方市役所南

はじめての! **スマホ体験会** 参加しませんか

毎回大好評! スマホアドバイザーが丁寧に教えます

参加無料

■ スマホに興味がある。自分に合うスマホを知りたい。

■ 自分で操作できるか心配。とにかく一度触ってみたい。

■ 今、持っているガラケーが使えなくなる...

実際に使って体験しましょう

電話のかけ方 写真・動画の撮り方 文字の入力方法 など

ガラケーの方、他社契約の方。携帯を持ったことない人でも大丈夫!

12月 7日(土)、8日(日) 14日(土)、15日(日)

<各日 先着5組様> 10:30~12:30(2時間)

無料 試せる!体験できる! スマホレンタルスタート!

手ぶらでお気軽にお越しください

えっ!! 現金払いより得する!?! 年末年始のお買い物の前に!

キャッシュレス スマホ決済 講習会

要予約・参加無料

12月21日(土)、22日(日) 10:30~12:30 ※各日先着5組様

スマホでかんたん? Payがほしい? 安心、安全にしたい

キャッシュレスでうれしいポイント還元??

ソフトバンク枚方宮之阪

問合せ・ご予約 <前日までに電話で要予約>

☎072-805-6655 ⑩10時~20時 休 第3水曜日

枚方市禁野本町1-16-10 京都中央信用金庫1F

※記載の日程でご都合のつかない方は他の日でもご予約受付します。

イズミヤ枚方店 向かい

店舗裏に P10台有

12/5(水) 発売 **冠二郎 & 新舞踊**

令和2年 5月9日(土)

山崎ていじ 三好亜律子 津軽ひろ子 五月あやの

特別参加 津軽ひろ子

門真市民文化会館

ルミエール大ホール

13時開演(12時30分開場) 柱1回のみ

前売チケット発売所

マイライフ新聞社 ☎072-859-3332 FAX 072-859-0054

郵便口座00900-8-68978 加入者名/マイライフ新聞社

ルミエールホール ☎06-6908-5300

チケットお問合せ/☎072-891-4923 ナカオ 主催/三好亜律子音楽事務所・オフィス上野

S席 **4,500円** ※1階指定・税込

嬉しいの案内

掲載のお申込はマイライフ新聞社へ ☎072-859-3332

いつまでも健康に!

骨・カルシウムセミナー

12月16日(月)10時30分~12時 枚方市立楠葉生涯学習市民センター第1集会室 無料 先着20人 申込は12月1日(日)10時

骨は生まれかわる! 体を支える「骨」の役割や、欠かせない栄養素、カルシウムなどについて分かりやすくお話しします。

申込問合せ/同センター ☎0500-71002-3131

参加者募集(無料)

12月12日(木)14時~14時30分 2階新会議室B

○脳卒中かな?と思ったり「すくに」(脳卒中認定看護師/小林重美、井上文)

○血圧測っていますか?(保健師) どなたでもご参加ください。申込不要

お問合せ/星ヶ丘医療センター 健康管理センター ☎072-84002641

講師:辻由起子さん(大阪府子ども家庭サポート) 無料 申込は12月2日(月)10時~電話 FAXメールで氏名・電話番号・講座名、保育・手話通訳希望の有無を明記し、枚方市教育委員会社会教育課へ。

☎0500-71006-8065 FAX 072-805-10305

shakakoukuu@city.hikata.osaka.jp

内藤大輔&野江直樹 ジャズライブ

WINTER JAZZ NIGHT

1月24日(金)18時30分~20時30分 3階ホール

サクセス奏者の内藤大輔氏とギタリストの野江直樹氏によるジャズライブ

12月1日(日)10時~15時 担当は表千家流・磯川宗恵さん 流派にとらわれずお気軽にお越しください。問合せ/同神社 ☎072-841-5960

診療科目

●一般内科・循環器・呼吸器・腎臓 ●外科・胃腸・肝胆膵・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

当院は救急指定病院です。急患の方は24時間対応致します。

吉田病院

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

好評発売中!

2020年 2月15日(土)

☎13:00 夜 17:00 ※開場は30分前

八幡市文化センター

愛読者特別価格でご優待!

1階席 6,500円(全席指定・税込)を

☎ 5,500円 夜 5,000円

※未就学児のご入場はご遠慮ください

お申込・問合せ

マイライフ新聞社 ☎072-859-3332 FAX 072-859-0054

2020

笑顔をお届けします!コンサート

主催(株)デカナル

〔郵便振替番号〕00900-8-68978〔加入者名〕マイライフ新聞社