

日帰りバスツアーも!
神戸の粋
五感で味わう
10/7 (火)
2ページをご覧ください

催行決定! 参加者募集 1泊2日 バスツアー

紅葉の島根へ
松江城下町、足立美術館ほか

朝ドラ「ばけげん」の舞台

松江城下町、足立美術館ほか

観光バスで ゆったり島根へ

先着順 お早めに 早期割引あり! お一人様、旅行代金より 1,000円引き 申込締切 10月末迄

国宝・松江城 国史跡・松江城山公園

ぐるっと松江 堀川めぐり

1泊2日 12月8日(月)~9日(火)
申込締切 10/31
2名一室利用お一人様 49,800円 (税込)

足立美術館、小泉八雲記念館・旧居入館料、遊覧船乗船料含む、1泊3食(昼食2回・朝食1回)付き

1名一室 50,900円 3名一室 48,700円 (各お一人様税込)
利用 ※最少催行人員30人 ※奇数参加はバス席は基本相席

足立美術館
アメリカの日本庭園専門誌「ジャーナル・オブ・ジャパニーズ・ガーデニング」で22年連続日本一に選ばれた美しい庭園

各地予定
1日目 12/8(月) 7時20分~8時発
2日目 12/9(火) 19時~19時30分着

枚方・藤阪・長尾
バスツアー詳細はホームページで。お申込は電話またはフォームへ!

お申込
マイライフ新聞社
072-859-3332
(平日9時~17時)
旅行企画・実施/ワールドツアーシステム(株) 大阪府知事登録旅行業2-2047号

特別史跡 百濟寺跡
七五三詣り
3歳 男子・女子、5歳 男子、7歳 女子
~お子様のご成長を祝い、願って~
◆午前9時~午後4時
※ご予約をお願い致します
枚方市中宮西之町1の68
072-840-2624

2026年 / 2027年 / 2028年
二十歳の集い振袖展
早期ご成約割引&成約プレゼント有!
安心のフルコース! 前撮り&成人式当日の着付・ヘアセット付き

お買上げフルセットコース ▶▶▶
帯・小物が自由に選べる安心の30点フルセット
+21 大特典付 198,000円~

レンタルフルセットコース ▶▶▶
成人式お出かけバック 衣装全てと小物が付いて
+18 大特典付 110,000円~

同時開催
卒業袴 レンタル予約
エリア限定・ジュニアバックなど各種割引あり
詳細は→

前撮り記念写真、成人式当日の着付ヘアセット
97,790円 +12 特典付
※金額はすべて税込価格です

留袖、訪問着、七五三など各種レンタルご予約も受付中

枚方本店 072-844-1131 10:30~19:00 火曜・第3水曜 京阪「枚方市」駅 徒歩約5分

四條畷駅前店 072-879-2330 11:00~18:00 火曜・水曜 JR「四條畷」駅 徒歩約4分

高槻店 072-648-3393 10:30~18:00 火曜・水曜 JR「高槻」駅 徒歩約5分

きものつたや 制服の和光交野店 090-4073-5919 11:00~18:00 火曜・水曜 京阪「交野市」駅 徒歩約3分

永遠の輝きを... 真実の愛を形に
カンダイアモンド
ルベライト
10月 誕生石
オパール・トルマリン
石言葉◆幸運・希望・寛大

※営業日の変更など、随時ホームページでお知らせします

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

ひろかたサンプラザ1号館3F 枚方T-SITE 向かい
072-846-2081 AM10:30~PM6:00 木曜定休
マリッジリング各種 ビートル・ロール トゥルルラブ etc.
カンダイアモンド 検索

週1回 (90分) 全6回 秋の受講生募集
自分でできるものが着れる!
前結び体験コース
初心者対象 入学金不要 1回 500円

かんたん! キレイ! しめつけ ない!
前結びで 後ろに まわすだけ!
きもの文化PR事業の一環として入学金も不要、低料金で各地で開講。
覚えやすく着崩れしにくい着付け方法、礼装時の帯結びまで幅広く指導します。

体験してみませんか? 無料お試しレッスン受付中!

枚方市駅前教室	月・水・金曜 午前・午後 土・日曜 / 午前 火曜 / 午後	サンプラザ1号館6F (枚方市駅 直結)
大東市教室	水曜 / 午前 土曜 / 午前	★住道駅 徒歩9分 (大東市民会館)
寝屋川市教室	木曜 / 午後	★寝屋川市駅 徒歩15分 (寝屋川市民会館)
その他教室	大和田駅前教室、門真市教室 守口市教室、八尾市教室	

※午前10時~午後13時30分~ ★無料駐車場あり

前結びきもの着付文化学院
門真市宮野町2-14 京阪「大和田」駅北側 徒歩1分
072-885-0691 受付 10時~18時 定休 火曜・水曜

おかげさまで 仲介販売売上 近畿エリア No.1
戸建 マンション 土地 収益物件
住み替えに! 空き家問題! 高価買取! すぐに現金化!

家・不動産の売却なら ハウストゥへ!!
全国グランプリ第1位 近畿エリア第1位の 販売実績!
圧倒的な顧客数と販売力で売主様の力になります!!

HOUSEDO ハウストゥ 全国ネットワーク722店舗 (オープン準備中含む) 2025年7月末現在

株式会社 Neo 不動産販売 仲介 売買
大阪府知事(2)第61431号 (公社)全日本不動産協会会員 (公社)不動産保証協会会員 (公社)近畿地区不動産公正取引協議会加盟

ハウストゥ 枚方市駅前 通話料無料 0120-55-7173 枚方市岡東町4-8 (京阪「枚方市」駅 徒歩3分) 営業時間 / 8時~21時 定休日 / 水曜	ハウストゥ 京阪くすは 通話料無料 0120-64-1088 枚方市楠葉栄木1丁目38-10-103 営業時間 / 10時~20時 定休日 / 水曜
ハウストゥ 津田 通話料無料 0120-08-9038 枚方市津田西町3丁目1-3 営業時間 / 9時30分~20時 定休日 / 水曜	ハウストゥ 京阪寝屋川 通話料無料 0120-13-1144 寝屋川市八坂町9-3-1F (京阪「寝屋川市」駅 徒歩6分) 営業時間 / 10時~20時 定休日 / 火曜・水曜

宴会メニュー

泳ぎ活ぶぐてっちりコース
お一人様 **6,500円**

ちゃんこ鍋コース
お一人様 **5,000円**
(90分飲み放題付)

※イメージ **コース料理、鍋、会席ご予算に応じ承ります！**
90分飲み放題 +2,000円 ※コース・会席ご予約の方

新和旬 祥己

送迎車完備・要予約
最大40名様迄利用可
大小宴会対応可

ランチメニュー
備前コース 2,700円
祥己御膳 2,000円
日替わり定食など 1,200円

おせら
数量限定 要予約
30セット
3段重(6.5寸)
4〜5人前
30,000円
12/31店頭渡し

ご予約受付中
☎072-851-3715
※金額はすべて税込
11:30〜L.O.14:00
夜 17:00〜L.O.22:00 休 月曜
〈宴会のお日にちご相談ください〉
枚方市東長尾家具町2丁目7-10
P 店舗右横に10台有り

駐車場有
新和旬 祥己
セブンイレブン

**大迫力！25cmのお重で
新年を華やかに！**

おせち

寿 ことぶき 4人用
税込 **28,000円** 25×25cm×2段

華 はな 1人用 税込 **8,000円**
19×10cm×2段

彩 いろどり
税込 **15,000円** 25×25cm×1段

綺麗に盛り付けた状態でお届けします
限定30組

ご予約/お問い合わせは
一の谷 ☎0120-16-5044

お届け・店頭受取
招提平野町4-18

500円引き

姿勢専科 ④
「慢性的な肩こり、
原因は揉みすぎかも」
後3等見られています
KCSセンター
枚方院 朝長院長

「肩こり」は強く揉んでほぐすしかない？
そう思いませんか？
実は、強く揉めば揉めば、
かえって症状が悪化する
可能性があります。
本当の改善には、根本
的な原因である姿勢に目
を向けることが重要です。
当院では、肩こりの本
当の原因を突き止め、改
善へと導くサポートをし
ています。

姿勢調整体験 受付中
KCSセンター 枚方院
枚方市東長尾家具町1-15 102
イスミヤ校方からすぐ
☎0120-4771-931
休 日曜
営 10時〜20時
水曜 申込み

肩こり改善の鍵は「頭の位置」。肩や首の筋肉は、ボウリングの玉ほどの重さがある頭を支えています。この頭が体の真上に正しく乗っていることが、肩こり解消の鍵に。

神戸の粋 五感で味わう

劇場型アクアリウム アトア、神戸ペイクルーズ、
南京町 散策 オリエンタルホテル神戸で
ランチビュッフェ

お申込みは
お早めに！
10月7日(火)

お一人様 **18,300円**/65歳以上 **17,400円**
アトア入館料、昼食代、乗船料含む(税込)

各地7時30分〜8時10分発
17時30分〜18時10分着予定
旅行企画・実施/ワールドツアーシステム(株)
大阪府知事登録旅行業2-2047号

→2025←
10月の運勢
ディアナ 翠
(みどり)
占歴40年
ネスチューン紫氏
に師事
メディア活動も
多岐にわたる

牡羊座 3/21〜4/20	牡牛座 4/21〜5/21	双子座 5/22〜6/21	蟹座 6/22〜7/22	獅子座 7/23〜8/22	乙女座 8/23〜9/23	天秤座 9/24〜10/23	蠍座 10/24〜11/22	射手座 11/23〜12/21	山羊座 12/22〜1/20	水瓶座 1/21〜2/18	魚座 2/19〜3/20
対人達が好調。パートナーに支えられること、多々。力不足やあと一歩のところで補って。感謝を伝えて。良い出会いもあり。	ハードワークに気をつけて。限られた時間の中でやり抜く工夫で。合理化・効率化を実現して。マイペースは無理。状況に応じる努力を。	得意分野での活躍。自信を持って。動けるから。どんな狙いの的を射られそう。新しいものを生み出すパワーも。積極的にチャレンジして。	万事好調の中で。小さな気の迷いも。気になるなら。無理せず様子を見て。趣味やレジャーで気分転換しながら進めると調子戻そう。	知的好奇心が旺盛。盛気になること。興味ある分野を徹底的に調べて。新たな出会いや。目からウロコの発見あり。世界が大きく広がろう。	比較的のんびり。過ごせるので。家事も仕事もいっしょに丁寧。理想や完璧な形。目指せるはず。生活の中のこだわりを実現して。	快調。何事も意欲的に取り組める。結果もついてくる。やってみよう。心待ちにしていた計画は。実行のチャンスを迎えることに。	月後半から運気上昇。それまではエネルギーが。ながら回り。冷静な状況確認を怠らないで。	交友関係が活気づき。活発な交流が。運気を押し上げる。多くの人との。交わりで。知らなかつた。発見できそう。	責任は重くても。やりがいがある。ポジションが。自分を。小評価しない。躊躇せず。心強い味方も。得られるとき。	積極的に。なるほど。幸運度が。可能性を。信じて。難しく。チャレンジ。今。までと違う。出会えるはず。	理想に向かって。地味な。地道な努力を。積み重ねて。今は自分の。歩みが。不安になっても。投げ。出さないで。必ず。前進する。

国産うなぎ西政

大正15年創業の**手焼きうなぎ**
厳選した**国産うなぎ**を
職人が一尾ずつ開き、串打ちして
丹念に手焼きにこだわり
100年以上引き継がれた
秘伝のタレで焼き上げた逸品

**完全国産
うなぎ使用**

お持ち帰りも承ります。
おもてなしや会食にも

うな丼
並 **1,800円**(税込1,980円)
上 **2,300円**(税込2,530円)

うな重
並 **2,400円**(税込2,640円)
上 **2,900円**(税込3,190円)

ひつまぶし
並 **2,800円**(税込3,080円)
上 **3,300円**(税込3,630円)

各種一品料理もご用意しております

New 八幡店 ☎075-950-3989
八幡市八幡五反田39-4 (八幡警察署すぐ)

4店舗合同クーポン
ごはん **無料券**
R7.10.31迄
※1枚で人数分提供します
※他のクーポンと併用可

香里ヶ丘店 ☎072-800-1004
枚方市香里ヶ丘3丁目11-1 CONOBA 香里ヶ丘

招提平野店 ☎072-807-7078
枚方市招提平野町8-26

小倉店 ☎0774-34-3838
宇治市小倉町老ノ木26-1丸武ビル1階
お店向かいの駐車場を利用(1時間分をお店が負担)

〈営業〉11時〜14時半 / 17時〜20時
クレジットカード/コード決済 OK ※店舗によって異なります

千賀

秋の味覚祭

サンマ
2貫380円↓
190円 (税込209円)

生本まぐろ大トロ
1貫580円→
290円 (税込319円)

生本まぐろ中トロ
1貫480円↓
240円 (税込264円)

本まぐろ
2貫380円↓
190円 (税込209円)

生サーモン
2貫380円→
190円 (税込209円)

今年もてっちりフルコース
はじめてました！

割引券 **3,980円**
1人前 6,800円→
※必ず本券をご持参ください
※1枚で1グループ様有効
※R7年10月31日迄有効

弁慶山之上総本店
団体貸切は50名様迄、個室完備
☎072-894-9977
枚方市山之上東町3-1 公益社枚方会館横
年中無休

東香里本店 年中無休
☎072-852-5983
枚方市東香里3-5-1 東香里ゴルフセンター内

交野駅前店
☎072-894-1147
交野市私部2-12-1 交野市駅徒歩1分

3店舗合同クーポン
秋の味覚祭
半額券
※必ず本券をご持参ください
※1枚で1グループ様有効
R7年10月31日迄有効

各店LINEお友だち登録でお得情報発信しています！

画業
50年展

切り絵の第一人者
にい みず よし

アールヌーボー

倪 瑞良「切り絵・ミュシャの世界」展

1978年
1981年
「徹子の部屋」2回出演
新宿 伊勢丹美術画廊 5回 開催から
「謎の50年間」の原画・全作品を
葛屋文二郎がついに見つけた！
そして全国巡回展、いよいよ枚方へ！



全国巡回展
スケジュール

- | | |
|-------|------------|
| 第80回展 | 2025年10月 |
| 枚方展 | 今、待望の枚方開催！ |
| 第50回展 | 2024年 |
| 横浜展 | 創作の地 |
| 第1回展 | 2023年 |
| 神戸展 | 生まれ故郷 |



原画サイズ 97cm×64cm

1ミリにも満たない線
1枚に繋がっている
神業極細力×神秘連繋力
まだ見ぬ切り絵世界との出会い



葛屋文二郎の仕事展

西陣織をアートで世界へ、未来へ
(大阪・関西万博 8/13～8/30 出展)
西陣織国際美術館 館長 (きもの株) つたや
初代社長 葛屋文男

西陣織国際美術館

京都本館 200 畳×200 点
京都西陣・上七軒

嵐山館 10/17 オープン！
嵐電・嵐山駅ビル3階

大阪館 11/1 オープン！
船場センタービル10号館1階

スペシャルプレゼント

引換券

ご来店の方にもれなくプレゼント！
＜絵ハガキ4枚セット＞



倪 瑞良：作品



写楽：作品 歌麿：作品

※1家族 4枚1セット限定 ※コピー不可

同時
開催

西陣美術織

葛屋重三郎の浮世絵織絵展

NHK 大河ドラマ
「べらぼう」で話題！

NHK ブラタモリ
東海道「五十七次」の旅
西陣美術織で
淀川・枚方宿を再発見！

「道」をたどる新たなスタイル。
三条大橋から枚方へ、街歩き
の達人・タモリさんがブラブラ
歩きながら、知られざる街
「枚方」の歴史や人々の暮らし
に迫り、放送されました。

初公開



広重が描いた枚方宿「淀川舟運」

初公開

広重による
六十余州名所図会
「河内 枚方男山」



写楽 三世大谷鬼次の奴江戸兵衛

糸から浮世絵が
現れるとき

内閣総理大臣賞受賞
「西陣織・とみや織物」
八代目 富家伊兵衛が織る
西陣美術織

歌川広重「東海道全五十三次」展

極細の絹糸を用いて
絵画等の芸術作品を
西陣織で織り上げて再現。
美術織物をご覧ください。



歌麿 歌撰恋の部・深く忍ぶ恋

葛飾北斎「富嶽三十六景」展



入場
無料

- | | |
|-----|---|
| 日時 | 10/9 (木)・10 (金)・11 (土)・12 (日)・13 (月・祝)
10時～17時 (最終日は16時まで) |
| 会場 | きものつたや枚方本店「特設ギャラリー」 |
| 共催 | 西陣織国際美術館 京都市上京区一観音町 428 とみや織物ビル 6F
きものつたや 枚方市大垣内町 2-5-5 |
| 問合せ | TEL：0120-808-120 |



枚方市役所・正面東隣 京阪「枚方市」駅から徒歩3分

えっ!?! 最大200万円も!?! ※国のリフォーム補助金、満額の場合

いくらもらえるのか、もう調べましたか?

「もっと早く知りたかった…」の 声、続出!!



60代ご夫婦・「先進的窓リノベ2025事業」

最大200万円の
リフォーム補助金



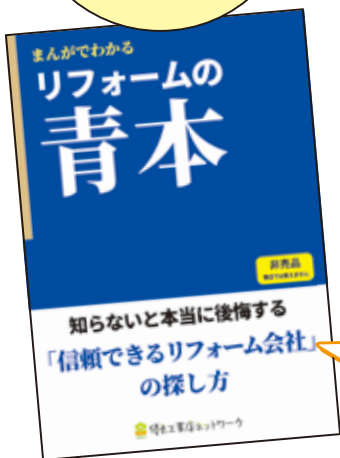
40代ご夫婦・「子育てグリーン住宅支援事業」

「窓リノベ補助金」
104万円で、
暮らしが快適に!

国のリフォーム補助金の中には、
最大200万円を受け取れる制度もあります。
ただし予算がなくなると終わってしまい、
すでに半分以上使われた制度もあります。
予算が残っているうちに、賢く活用して、
お得にリフォームしませんか?

45万円の補助金で、
冬でも裸足で
過ごせるわが家に!

ホントに!?
こんな工事でも
使えるの?
補助金情報が
満載!



人気の冊子です。
読まれてきた、信頼と実績のある
20年間で100万部以上も
テレビや新聞で数多く紹介され、
無料でプレゼント中!

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

無料で即日発送 在庫部数限り

「優良工事店ネットワーク」では、
知らないで後悔する
リフォーム情報を
分かりやすくまとめた冊子を

お申し込み方法

電話・FAX・ハガキ・WEBのいずれかで。①〒住所 ②氏名 ③電話番号
④右記のお申し込み番号をお伝えください。(FAX・ハガキの場合はご記入ください)

お申し込み番号 7843

TEL



0120-146-064

FAX

0120-146-067

ハガキ

優良工事店ネットワーク 宛て
〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神4-1-17-2F

WEB

優良工事店ネットワーク

検索

受付時間

24時間365日

営業時間は朝9時～夕方5時

簡単

WEBで

申込み



・お伝えいただく個人情報は「冊子のお届け」にのみ使用し、電話や訪問での営業は一切ないので、ご安心ください。・営業時間外のお申し込みは、電話をかけて呼び出し音が鳴ったら、すぐに切ってください。翌日、着信履歴を確認して、こちらから折り返しお電話します。おかけ間違いのないよう、ご注意ください。・1週間以内に、ご自宅のポストにお届けします。・表紙のデザインが異なる場合がございますが、内容は同一です。

優良工事店ネットワークとは?

全国の消費者から「優良」と認められた高評価の工事店(1150社)だけで構成される。リフォームに関する情報提供を専門に行い、希望者には、地元の「優良工事店」を無料で紹介するほか、補助金の無料相談・査定・申請代行も行っている。

地元注目！行ってみよ！
催し・コンサート・スポット情報

レコード・CD 買取します♪

スノー・レコードは想い出を大切に
お預かりします。ぜひ、お話しください

レコード・CD・DVDほか。
邦楽でも洋楽でもオール
ジャンル買取いたします。
お気軽にお問合せください。

スノーレコード

☎ 06-4862-4684




「心理カウンセラー養成講座」
 説明会&講座体験

参加者募集

対人援助など心理学を中心とした
 心の動きを学習します。

10月17日(金)10時30分～12時
 10月17日(金)19時15分～20時45分
 10月24日(金)10時30分～12時
 10月24日(金)19時15分～20時45分

会場：ラポールひらかた(「枚方市」駅 徒歩3分)
 ※参加費無料 定員各15名 詳細はHPで
 主催：申込：NPO法人 京阪総合カウンセリング
 ☎072-814-7140


 このマークの催しはマイライフで
 受付・申込は ☎072-859-3332
 窓口販売 枚方市津田西町2-31-21
 (電話・窓口共に平日9時～17時)
 1週間以内に郵便局の払込取扱票でお振込ください。
 ゆうちょ銀行(当座)
 払込取扱票 00900-8-68978
 加入者名 マイライフ新聞社
 他銀行から ○九九店 0068978
 ※返送された場合の配送料は再度ご負担をお願いします

枚方市総合文化芸術センター
京阪「枚方市」駅 徒歩5分

小 関西医大小ホール **イ** ひらしんイベントホール

クリスマスに聴きたい マリンバ コンサート
～名曲で彩る音楽のクリスマスプレゼント～

12/7(日) 15時
全席自由

大人 2,800円
4歳～小学生 1,800円

※共に税込
当日は200円増
※4歳以上入場可

マリンバ 今堀有理
ピアノ 平石那月 ゲスト: チェロ 福田奈央子
曲名: トッカータとフーガ 二短調・戦場のメリークリ
スマス・クリスマスメドレー ほか

チケットはマイライフが電子チケットで→
(本公演は送料・手配料130円別途要)

主催・問合せ: マリンバコンサート実行委員会

☎ 050-1720-8115



イ
マイ
ライフ



第6回 平和コンサート2025 in 枚方
“ウクライナに平和を”

10/11(土) 14時 全席自由

一般 4,000円(税込)

小中高生 900円(税込)

※未就学児は入場不可

出演:
 加藤ヒロユキ/テノール歌手
 閻杰(エンキ)/中国琵琶
 藤田絵美子/歌手
 (藤田まことの次女)

小 **マイ
ライブ**



ひらかた平和講演会
「原爆は悪魔の兵器」
～核兵器のない平和な未来へ～

全国各地で多数講演 大阪府初講演

10/24(金) 14時 全席自由
大人 2,000円(税込)
大学・専門学校生 1,000円(税込)
小・中・高校生

ノーベル平和賞受賞
被団協事務局長 濱住治郎氏による講演会

共に主催・問合せ：
一般社団法人 国際芸術文化アカデミー

☎090-3274-3973
※共に送料・手配料なし

チケット申込は▲



情報求む! 
 枚方・寝屋川・交野市
 八幡・京田辺市の
 情報を募集します

情報提供フォーム▼ 

着付け教室 茶々

着物もファッションの一つに♪
着付け歴30年の講師が教えます
お手頃価格のリサイクル着物の再利用も

個人レッスン 1,500円/回
 グループレッスン 1,000円/回
 ※約2時間/日程ご相談ください

枚方市長尾元町
☎072-395-2767
 (イマイ)

◀インスタDMから申込OK

生徒募集



婚活・結婚相談

自宅で結婚たくさんまとめています

お幸せになって頂きたい。
ご本人や親御さんのお気持ちに寄り添い、長年ご縁をつないで喜ばれております。ご近所からの依頼も多く、釣書での縁談のお世話もさせて頂いております。
安心してご相談ください。

IBJにも加盟して、度々、表彰されております。

枚方市・南

☎090-8193-0967 ☎072-850-5361

みんな集まれ！レク・スポフェスタ
第10回 淀川河川公園ふれあいマラソン

**みんなで遊ぼう!! 障がいのある方も
 ない方も、幅広い世代で、スポーツ・
 レクリエーションを楽しんで!**

11/9(日) 11時30分～15時30分

会場：淀川河川公園・枚方地区 ※小雨決行

- ・マラソン参加は、要申込・1,200円
 ①400m ②1.2km ③2.4km ※②③は小学生以上
- ・フライングディスク、モルック、ポッチャ、
 車いす体験など多種開催。当日受付 無料

淀川河川公園ふれあいマラソン **検索**

問合せ：淀川河川公園
 ふれあいマラソン実行委員会

☎ 06-6994-0006(事務局)

詳細・申込
 はHPで▼



意賀美神社 月例茶会
京阪「枚方市」駅より高架に沿って西へ約500m

10/5（日） 10時～15時

担当は、表千家流 西川宗桜社中

流派にとらわれずお気軽にお越しください。

問合せ：意賀美神社 ☎ 072-841-2790

マイライフカルチャー

はじめての 水彩画教室

毎月第3・第4土曜日

10時～12時（10月は18・25日）

月謝 3,300円（入会金なし）

まずは体験から！ 参加費：1,000円



生徒さん
作品

主催申込み

マイライフ新聞社

（平日9時～17時）

☎ 072-859-3332

会場

ヨミハン大津ビル2F 多目的ホール
（津田本店・津田西町2-31-21）

JR学研都市線「津田」駅徒歩7分

ホーパージュ

LINE

マイライフ
カルチャー



ご遺体に処置を施し、状態を長時間保つ「エンバーミング」は、専門の施設で行われ、お葬式まで日数がある場合でも自然な姿を保ち、病気での変りや傷を修復、生前の穏やかな姿に近づけることも可能です。費用は15万~25万円と高額ですが、ドライアイスでの対処が長引くと、逆に高額になることもあります。

エンバーミングの技術は古代エジプトのミイラ



花いっぱい家族葬
フローラルホール
FLORAL HALL

通信 vol.63

「エンバーミング」
ご存じですか

葬祭部 早田 貢



作りが起源で、アメリカの南北戦争の折に、遠くで亡くなった兵士らを家族の元へ届けるためにエンバーミングが広く用いられ、技術が普及するきっかけになりました。その南北戦争で北部を勝利に導き、アメリカを統一した元大統領のリンカーンもエンバーミングが施され約2週間かけて移送され多くの人々が彼を弔問することができました。

大切な方の最期の姿を、安らかに記憶に留めておきたい。そのような願いを叶える技術なのです。

YouTube公式
チャンネルでお葬式の
情報配信中心↓



校方市川原町2の2
京阪「校方市」駅歩5分
校方警察署そば

フローラルホール 検索

0120-098368



お食事だけの利用OK!
メニューも豊富

7種のお風呂に広～いサウナ!

炭酸泉 × 天然温泉 × サウナ 600円 (税込)
すべてコミコミ

※石鹸・シャンプーなどの備え付けは
ございません

天然温泉 つくもの湯

極楽湯 枚方店

☎072-867-4126

コスバ 抜群

大人入浴料 **580円** (税込)

券売機で「マイライフ580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。

R7年10月31日迄有効

無料送迎バス
運行中

京阪樟葉駅・
JR松井山手駅ルート ※平日のみ

☆ひろかたポイント☆
加盟店

580P
で入浴できる!
ポイントもたまる!

ファミリ
マート

中の池公園

枚方企業
団地前

新大池

トトリ
モール

松井山
手駅

京阪線

極楽湯

家具団地前

土・日・祝は朝6時オープン
 (朝10時～翌2時(最終受付翌1時半))

枚方市招提田近3-8-1 休館日 10/15(水)

お楽しみ プレゼント

1

HAMORI-BE (はもりべ)

歌でつむぐ日本の四季
～ 唱歌・童謡・懐かしのメロディー ～



11月15日(土)
14:00開演
八幡市文化センター
小ホール
一般 1,500円
(当日 1,800円)
※未就学児の
入場はご遠
慮ください。

中川 公志 小原 有貴

日本の歌の魅力を伝えたい、心穏やかな時間を届けたいと、日本語の美しさを大切に歌う、中川公志と小原有貴の、閑居出身の男声ヴォーカルユニット。由紀さおり・安田祥子姉妹に見いだされ、童謡コンサートで共演も重ねました。

♪どこかで春が、夏は来ぬ、まっかな秋、冬の星座、四季の歌、翼をください、見上げてごらん夜の星を、ほか。
(ピアノ：竹田景子)

2

没後50年 堂本 印象 自在なる創造

ペア5組様



堂本印象(木華園邸嬢)1929年 京都府立堂本印象美術館

10月7日(火)～11月24日(月・休)
京都国立近代美術館
一般 1,500円(前売1,300円)
大学生 700円(前売600円)

堂本印象(1891～1975)は、第1回帝展で『深草』が初入選、第3回帝展で(調鞠図)が特選、第6回帝展では(華厳)で帝國美術院賞を受賞。細密な具象画が持ち味でしたが、60歳を過ぎて渡欧した後は、躍動感のある筆のストロークで表現した抽象画を完成。具象から抽象へ、日本画家・堂本印象の代表作を中心に、その画業の全貌に迫る大回顧展。

八幡市文化センター ☎ 075-971-2111

没後50年 堂本印象 自在なる創造

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】10月15日(水)

消印有効 **【アンケート】** ①10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「焦ったこと、慌てたこと」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 枚方市津田西町2-31-21 マイライフ「プレゼント」係 FAX072-859-0054



応募は

人権を考えよう

「あいさつのたいせつさ」

交野みらい学園 6年
くまがい そうま
熊谷 壮真さん



ぼくは、毎日たくさんのあいさつをしています。ぼくが一番好きなあいさつは、「ありがとう」です。いつもたくさんの人になめられています。例えばお母さんやおばあちゃんに、「そうまは、いつもありがとう」とあいさつができてえらいね。」と言われています。

「ありがとう」という言葉を口に出すことで人に対してやさしくなれ、さ細なことやふだんは当たり前だと思っていることにも感謝の気持ちをいざくことができるようになります。感謝の気持ちを表すことでストレスが少なくなり、前向きな明るい気持ちになることができます。

ぼくは、「ありがとう」はまほうの言葉だと思います。言った人も言われた人も

気持ちがよくなります。

ぼくが今一番ありがとうを伝えたい人は、地域のボランティアの人たちです。登下校の時に、「おはようございます。いってらっしゃい。」と声をかけてくれます。ぼくは、「おはようございます。いってきます。」と、かえています。ぼくは、いつも元気をもらっています。

6月に5年生で、田植え体験でぬかるんだ田んぼに入り、苗を植えました。地域の人たちが、苗の植え方をていねいに教えてくれました。ぼくは、ありがとうという感謝の気持ちを伝えたいです。

ただありがとうと言うだけでは、感謝の気持ちは伝わらないと思います。明るく感謝の気持ちをこめてはっきりと「ありがとう」と言うことが大切です。相手の目を見て笑顔で言うことも大切です。

これからもたくさんあいさつを意識してしようと思います。

ありがとうには、感謝がつまっているのがわかりました。

※この作文は小学5年時に書いたものです。

お届けします！ 知っ得情報・楽しい情報

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

広告掲載・地域の問題は、地元のマイライフ新聞へ
 072-2859-3322 FAX 072-2859-0054

072・859・0054

「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**

がんなどの病が治癒する時、細胞が治癒するためには栄養が必要。同時に発生した老廃物をあげ早く出す必要があります。

美味しい米がでるためには、常時水が流れているようにリンパには、脂がミセル化水に付けずに集まった脂質が水になじみやすい粒子になるし流れます。そこには栄養も含まれます。普段から酸化したり、酸化した油は控えます。特に酸化しやすい植物油は摂り方に注意を、酸化と病の関係性を説く論文は多くありますが、酸化は美容に関係するのは明らかです。そしてその手前健康があることを忘れてはいけません。美容と健康は表裏一体です。

年齢と共に病にかかると機会が多くなります。

更年期のダイエットで健康的にリセット！

でも1週間でそうです。
更年期のダイエットにかける期間は身体を健康的にリセットする良い機会と考えましょう。更年期の病気はつるべおとし。一寸先もわかりません。1日も早くあなたに合ったボディメンタルな生活習慣をつくりましょう。必要な習慣は？栄養は？更年期におけるダイエットは、特に若い時や他人とは方法が違います。ご注意ください。

元くずは合医麻利クリニック長 日本代替療法学会理事長 幸平 日本がん難病サポート協会事務次長 市南橋マコトの27歳 P.H51(検定)

マイライフ 配布員さん募集!

枚方市・長尾元町2 長尾家具町1・2
招提大谷 牧野駅周辺 北山1
交野市・倉治6~8 南星台 星田西3・5
八幡市・欽明台中央 欽明白西

●未経験者OK!
●主婦の方やシニア世代も活躍中
●1エリア 500部〜
●チラシ折込作業あり

その他の地域も登録受付中

季節を歩く♪
配布方法は秋がベスト★

問合せ▶

11月・12月

無料体験

小学生 英語・算数力教室・国語力教室

中学生 5科目＋特訓授業

京大進研で本当の学力を身につけよう！

11/4(火)～12/19(金)

学年：小2～中3

期間中、最長1か月間
体験できます！！

※小学2年生は小学生英語のみ

各中学校の近くの教室で対
策策！2学期の期末テスト
もを行いますので、体験の
すぐに実感できます。

説明会 要予約

まずは説明会をご予約ください。

WEBはこちら▶

「勉強」とは、目指す所に到達する為に、自己の能力を磨くこと

フリーダイヤル

よい じゅく

進学塾

京大進研

0120-41-19-7

小学生のお申し込み・お問い合わせは上記まで ■受付時間11:00～22:00

相続登記が義務化!

放っておくと
ペナルティが
科せられる可能性が!

※所有者不明土地の解消に向けて

- ☐ 住宅・土地が亡くなった親の名義のまま
- ☐ 実家を相続したけれど何から始めたら?
- ☐ 遠方の子供...何十年も放ちあらし
- ☐ 兄弟と相談できない、相続でもめそう...

不動産・相続の専門家がご悩みに対応!何でもご相談を

家 土地
不動産

代表: 藤原真矢

「相続診断士
のいるお店」

生活に興味のある方
サポートします

無料出張相談

10/15(水)

①10時〜

②11時〜2組限定

会場

ヨミハン大津ビル2階ホール

申込

マイライフ新聞社 (平日9時〜17時)

0702-859-3332

申込フォーム▶

まきハウス ☎072-896-6424

9:30

18:00

売却物件募集中!

枚方市牧野坂2-7-33-205号 京阪「牧野」駅 徒歩2分(セブイレブ向かい)

相談予約は 電話・LINEで▶

大阪府知事 〇 第6032号 〇 国土庁(国土利用政策委員会) 京阪(京都市建設委員会) 法務(法務省不動産登記法改正関係委員会) 建設(国土交通省不動産登記法改正関係委員会)

第4回 水都くらわんか花火大会

9月21日 盛大に

ありがとう! 枚方の夜空に

5065発、大輪の花

花火顔ハズレ
大好評!

来年また会いたい!

今後の取り組みや
同大会への募金ボランティア募集などは

「水都くらわんか花火大会」HPから

信頼と安心の

京阪犬友社

枚方
長尾

ペット火葬・葬儀

—ご家族だけで旅立ちの時間を—

個別火葬

個別・共同葬地

送迎完備

お電話一本で

対応します

24時間
365日

☎ 0120-427-742

霊園

枚方市長尾荒坂2-327-21 HP▶

病院やサロンの送迎は べったく

予約制 ☎080-2483-7915 (受付9時〜16時)



京大進研は低料金

小学生1科目 3,000円～ / 中学生1科目 5,000円～

京大進研 各校校舎別説明会も開催



HP またはお電話で
お気軽に問合せ
お申込ください



光普寺校
〒072-846-4601
昭和中央・秋ノ宮中学校区



御殿山校
〒072-848-0577
秋ノ宮中・津西中学校区
東御殿山・西御殿山



山之上校
〒072-844-4475
秋ノ宮中・津西中学校区
山之上・高尾山



星ヶ丘2校
〒072-840-3235
桜丘中学校区



津田校
〒072-859-9915
津田中・松崎中学校区



牧野校
〒072-890-0276
秋ノ宮中・長岡中学校区



田口山校
〒072-850-7588
長岡西中・長岡東中学校区



交野操野校
〒072-891-5100
交野第二・一中中学校区



中宮校
〒072-848-9805
中宮中・山田中学校区

大塚校
〒072-628-2885
高尾中・二ツ木中学校区

まちゼミを楽しもう！

今年も ひらかたまちゼミ 「こども親子講座」開催しました♪

10/1
から
受付開始！

今回12回目になる「ひらかたまちゼミ」
地元枚方の色々なお店で
店主と会話しながら学べます。
新たな発見があるかも！？

親子で お金のヒミツを学ぼう！ (株)Money Professionals JAPAN



今、子どもの時からの金融教育が重視されています。おこづかいの使い方を子どもたち自身が選択する「おこづかいスゴロク」で、お金の大切さを学びます。
買う？買わない？を自分で考えるのにワクワク。保護者からは「子どもがどう判断するか知れて良かった」と。「収入」「支出」といった金融用語に触れる機会にもなりました。



オリジナルキャラクターで缶バッジ作り マイライフ新聞社

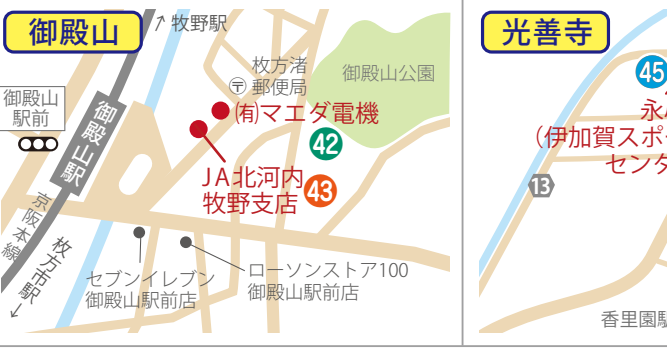
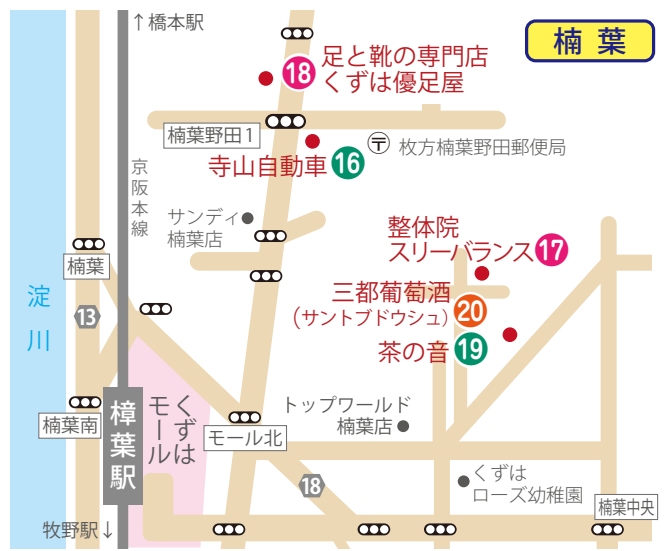
お絵描きが大好きな子どもたちが集合！それぞれ自分が考えたキャラクター案を描き、パソコンで色塗り、仕上げてさらに缶バッジに！
かわいい、かっこいいキャラクターがたくさん誕生、オリジナルの缶バッジの完成に、参加の子どもたちは大満足。子どもたちの創造性、独創性が生きる講座になりました。



さかあがり チャレンジ ビバスポーツアカデミー枚方



さかあがり苦手な子に、子ども体操教室のトレーナーがコツを伝授します。
最初はマット運動などで感覚をつかんでから、鉄棒で練習。蹴り上げと腕の引き寄せがスムーズにできるよう、補助と声掛けを。参加の子どもたちは、この講座でさかあがり成功まであと一息に！
小さな成功体験が子どもたちの自信になりました。



講座開催日カレンダー

10月

10	金	2 9 14 22
11	土	13 14 16 17 18 27 29 30 32 33 34 35 48
12	日	14 19 20
13	月・祝	14 20 29 30
14	火	4 9 29
15	水	9 19 22 23 24 34 35
16	木	2 5 9 13 14 21 28 30 41
17	金	3 9 14 32 33
18	土	1 3 10 14 17 25 27 31 32 33 39 42 47
19	日	3 6 14 29 30 45
20	月	9 14
21	火	1 9 11 36
22	水	9 18 19 30 34 35
23	木	2 9 14 37 40
24	金	1 9 10 14 48
25	土	8 14 26 27 39 42
26	日	14 22
27	月	9 14
28	火	9 11 13 43 44 46
29	水	4 9 19 34 35
30	木	5 9 14 23 40
31	金	9 14

11月

1	土	2 14 21 31 41
2	日	14 19 46
3	月・祝	14 23 32 33
4	火	7 9 11 50
5	水	7 9 12 34 35 50
6	木	4 5 9 14 28
7	金	3 9 14 21
8	土	3 8 14
9	日	3 14 32 33 38
10	月	9 14 15 49

学ぶ

知識や知恵を
学ぶ講座

体験

つったり
体験する講座

グルメ

飲食に関する講座

ヘルスケア・美容

美容や健康、
体についての講座

36 骨盤矯正ストレッチ



骨盤を支える筋肉を整え、正しい姿勢を維持しやすくします。

10/21火 11:00～11:45

- 対象/成人
- 定員/1講座 4名
- 持ち物/水分、動きやすい服装
- 材料費/なし

講師 廣田 紗矢香

ビバスポートアカデミー枚方 ヘルスケア・美容
枚方市甲斐田町2-15 〈受付〉平日10:00～22:00(土は～20:30/日～17:00) 【定休日:月曜】
〈申込〉072-840-7800

39 わが子(孫)を守る
普通救命講習Ⅲ



子どもへの処置メイン。心肺蘇生の人形(子ども)と模擬AEDを用いて、救命講習を行います。
〔救命WEB講習〕の予習で、修了証交付有り)

10/18土 25金
共に10:00～12:00

- 対象/お子様同伴大歓迎
※「救命WEB講習」の予習が必要
- 定員/1講座 5組
- 持ち物/タオル、筆記用具
- 材料費/なし

講師 谷村 拓哉・他

谷村工務店・ひらかた創研(株) 学ぶ
会場 枚方市田口2-26-12 【定休日:不定休】
〈申込〉080-7216-7886 〈受付〉8:30～18:00

42 あなたのお家は大丈夫?火災リスクを
チェック!安心安全な暮らしを(ハロ)



身近なところに潜む危険に気をつけて!最近話題のモバイルバッテリー・リチウム電池・家電製品・電気配線など、簡単チェック!

10/18土 25金
共に13:30～14:30

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 5名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 前田 達也

有限会社マエダ電機 学ぶ
枚方市渚本町5-26-103 【定休日:日曜・祝日】
〈申込〉090-2591-1469 〈受付〉平日11:00～14:30

45 だれでもできる合気道体験



老若男女だれでもできる武道・合気道の体験です。力がなくても運動が苦手でも楽しく体を動かせます。

10/19日 13:10～14:50

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 12名
- 持ち物/飲み物・タオル
※金具など危険なものがない
動きやすい服装で
- 材料費/なし

講師 岸本 光弘

永心館 体験
会場 伊加賀スポーツセンター 体育室2
(枚方市伊加賀西町53-2)

48 美肌アドバイス! AIでの
アドバイス&お手入れレッスン



お肌を拡大して見るにより、肌状態を確認できます。オススメのお手入れを体験していただけます!

10/11土 13:00～14:30
24金 10:00～11:30

- 対象/どなたでも
(お子様可)
- 定員/1講座3名
- 持ち物/タオル
- 材料費/なし

講師 杉本久仁子

メナードフェイシャルサロン長尾東町 ヘルスケア・美容
枚方市長尾東町2丁目2-7-101 【定休日:不定休】
〈申込〉nagaohigashimachi@gmail.com

34 しなやかで健康な身体をつくり、
免疫力を高めましょう!ヨガ体験!



普段、外側に向いている意識を一度内側へ、呼吸と共に身体を動かし、しなやかで健康な身体を手に入れましょう。

10/11土 13:00～14:00
10/15水 22水 すべて
10/29水 11/5水 15:00～16:00

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 10名
- 持ち物/動きやすい服装
- 材料費/なし

講師 aoi takase

Takase / マイリングスタジオ 体験
〈申込〉072-849-6767/090-3266-7715 【定休日:水曜】
会場 enjointスタジオodoreba 〈受付〉10:00～18:00

37 膝痛・腰痛予防



膝痛・腰痛予防のストレッチを行います!

10/23水 10:00～10:45

- 対象/成人
- 定員/1講座 4名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 岩崎 綾花

ビバスポートアカデミー枚方 ヘルスケア・美容
枚方市甲斐田町2-15 〈受付〉平日10:00～22:00(土は～20:30/日～17:00) 【定休日:月曜】
〈申込〉072-840-7800

40 親子の触れ合いが大切!子どもと
スマホの関係性☆簡単マッサージ☆



鍼灸師と考える子どもの脳に与えるスマホの影響。大事なのは親子の触れ合いです(親子マッサージ指導有り)

10/23水 30金
共に10:30～12:00

- 対象/お子様同伴推奨
- 定員/1講座 5組
- 持ち物/バスタオル
- 材料費/300円

講師 亀井 実都

谷村工務店・ひらかた創研(株) 学ぶ
会場 枚方市田口2-26-12 【定休日:不定休】
〈申込〉080-7216-7886 〈受付〉8:30～18:00

43 簡単!手作り味噌講座



国産大豆水煮とエコープの米こうじを使った手作り味噌講座です(1キロ持ち帰り)。

10/28火 14:00～15:00

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 15名
- 持ち物/すりこぎ棒
お手拭き・エプロン
三角巾
- 材料費/500円

講師 厚生産業株式会社

JA北河内 牧野支店 グルメ
会場 枚方市渚本町5-29 【定休日:土曜・日曜・祝日】
〈お問合せ〉072-848-0535 〈受付時間〉9:00～17:00

46 元小学校教師が教える!
わかりやすい金融講座



「もっと貯金できたら」「老後は大丈夫?」と気になっていませんか?お金の使い方・増やし方は「知っていれば必ず役立つ知識」です。

10/28火 11/2日
共に10:00～11:30
13:00～14:30

- 対象/どなたでも(ZOOMのできる方)
- 定員/1講座 10名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 市口 雅史

(株)Money Professionals JAPAN 学ぶ
枚方市北中振1-17-14-203 オンライン講座
〈申込〉Web申込のみ

49 大人の自由研究!枚方に植えた
古代の小豆の成長を観察しよう



古代の小豆を枚方の名産にする大作戦!マイライフ歴史コラムでおなじみ植田先生と古代の小豆「ヤブツルアズキ」について学び、津田の畑へ行き観察します。

11/10月 9:30～12:00

- 対象/大人
- 定員/1講座5名
- 持ち物/スケッチブック・筆記用具
- 材料費/なし

講師 植田 正幸

マイライフ新聞社 学ぶ
枚方市津田西町2-31-21ヨミハン大津ビル2F 【定休日:土曜・日曜・祝日】
〈申込〉072-859-3332 〈受付〉9:00～17:00

35 音楽とダンスのつながりを身体で感じ
よう、キッズorストリートダンス体験



ストレッチから始まり、リズムトレーニング、簡単なステップの練習を通して、踊ることの楽しさ、リズム感をつけよう。

10/11土 14:30～15:30
10/15水 22水 すべて
10/29水 11/5水 16:00～17:00

- 対象/小学生・中学生
- 定員/1講座10名
- 持ち物/動きやすい服装
- 材料費/なし

講師 aoi takase

Takase / マイリングスタジオ 体験
〈申込〉072-849-6767/090-3266-7715 【定休日:水曜】
会場 enjointスタジオodoreba 〈受付〉10:00～18:00

38 サーキットトレーニング



有酸素運動と軽いトレーニングを、円になり行います。みなさんと楽しく汗をかきましょう!

11/9日 15:00～15:45

- 対象/成人
- 定員/1講座 6名
- 持ち物/館内シューズ
タオル・水分
- 材料費/なし

講師 中村 いずみ

ビバスポートアカデミー枚方 ヘルスケア・美容
枚方市甲斐田町2-15 〈受付〉平日10:00～22:00(土は～20:30/日～17:00) 【定休日:月曜】
〈申込〉072-840-7800

41 お葬儀相談会と人形供養



「お葬儀屋さんになんでも聞いてみよう」相談会&人形供養(3体/高さ50cmまで)

10/16水 11/1土
共に11:00～12:00

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 10名
(または10組)
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 西崎 泰司

葬祭式場パルティ 片鉾リビング 学ぶ
枚方市片鉾本町24-1 【定休日:なし】
〈申込〉072-868-4242 〈受付〉10:00～17:00

44 簡単!手作り味噌講座



国産大豆水煮とエコープの米こうじを使った手作り味噌講座です(1キロ持ち帰り)。

10/28火 10:00～11:00

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 15名
- 持ち物/すりこぎ棒
お手拭き・エプロン
三角巾
- 材料費/500円

講師 厚生産業株式会社

JA北河内 枚方中央支店 グルメ
会場 枚方市大垣内町1-8-5 【定休日:土曜・日曜・祝日】
〈お問合せ〉072-841-7777 〈受付時間〉9:00～17:00

47 正しいペットフードの選び方
(犬・ネコ編)



ペットフード安全基準の観点から安心・安全なペットフードの選び方を解説

10/18土
14:00～15:00

- 対象/犬(ネコ)を飼っている方
- 定員/1講座4名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 岩堀 寛

ペットコロニー香里ヶ丘店 学ぶ
枚方市香里ヶ丘5-1-22 【定休日:火曜・水曜】 駐車場はタイムス
〈申込〉072-854-9911 〈受付〉10/28 10:00～18:00

50 あなたのペットをイラストに!
オリジナルキーホルダー作り



写真を元にペットのイラストを描きパソコンで色付けて、キーホルダーに仕上げます。カップやバッグなど商品展開して販売などに活用も可能!

11/4火 5水 共に13:00～15:00

- 対象/大人
- 定員/1講座5名
- 持ち物/ペットの写真・筆記用具
- 材料費/300円

講師 村田 美穂

マイライフ新聞社 体験
枚方市津田西町2-31-21ヨミハン大津ビル2F 【定休日:土曜・日曜・祝日】
〈申込〉072-859-3332 〈受付〉9:00～17:00

16 町のくるま屋さんでどんなところ？ 車検も保険もワンストップで安心



車検を受ける時、どのようなお店を選んでますか？町のくるま屋さんだからできる、ワンストップサービスの良さをお教えします。

10/11^土 14:30～15:30

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 2名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

寺山自動車

学ぶ

枚方市楠葉野田1-29-3 【定休日:日曜・祝日】
(申込) 072-857-3948 (受付) 9:00～18:00

19 かんたん着付け無料講座



着物を楽に簡単に着られる着付け教室。着物、帯、小物も全てお貸しします。手ぶらで気軽に着付けを始めましょう。

10/12^日 15^水 22^水 29^水
11/ 2^日 すべて 15:00～17:00

- 対象/大人のみ
- 定員/1講座 2名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

茶の音

学ぶ

枚方市南楠葉1-14-4 【定休日:火曜】
(申込) 090-4903-4805 (受付) 15:00～17:00

22 姿勢のプロが教える「10歳若返る姿勢講座」

猫背や姿勢のゆがみは老けて見られてしまいます。いくつになっても美しい姿勢で若々しくいたいですね！
※姿勢チェック付き



10/10^金 9:30～11:00
15^水 10:00～11:30
10/26^日 13:00～14:30

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 5名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 朝長 明日香

LINE申込可▼

KCSセンター枚方院

ヘルスケア・美容

枚方市禁野本町1-5-15-102 【定休日:水曜】
(申込) 072-848-0127 (受付) 10:00～20:00

25 認知症を理解しよう！ 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を支えるサポーターになりませんか？講座受講者にはオレンジリングをプレゼント！



10/18^土
14:00～15:30

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 5名
- 持ち物/筆記用具
- 材料費/なし

講師 認知症サポーター
キャラバンメイト 石橋 勉

枚方市地域包括支援センター 松徳会

学ぶ

枚方市宮之阪2-2-2-202 【定休日:土曜・日曜・祝日】
(申込) 072-805-2165 (受付) 9:00～17:30

28 そのままじゃダメ!! 相続登記と住所変更

令和6年4月1日から義務化された相続登記とトラブル回避法



10/16^水
11/ 6^水
共に14:00～15:00

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 4名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 森山 泰宏

和泉司法書士事務所

学ぶ

枚方市宮之阪1-22-8 【定休日:土曜・日曜・祝日】
(申込) 072-890-1515 (受付) 9:00～17:00

31 転ばぬ先の杖！ 歩行チェック&ミニ講座開催！

「早く歩けない」「転倒が怖い」そんなお悩みありませんか？リハビリ専門職が歩き方をチェック！あなたの歩き方は大丈夫？



10/18^土
11/ 1^土 共に10:00～10:50

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 4名
- 持ち物/タオル、飲み物
- 材料費/なし

講師 理学療法士
大北佳之

街の健康ROOM

体験

枚方市宮之阪1-22-15 宮之阪ハイツ式番館2階 【定休日:不定休】
(申込) 090-4286-4064 (受付) 10:00～20:00(土日祝も可)

17 「なぜストレスを感じるのか？ こころの仕組みを体感しましょう」



枚方市教育委員会講演、Amazon10部門1位の著者がお伝えするコミュニUP講座。親子関係、夫婦関係、上司部下、ご近所付き合いを円滑にしませんか？

10/11^土 18^土
共に10:30～12:00

- 対象/心と体に興味のある方
- 定員/1講座 6名(または3組)
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 植屋 浩幸

整体院スリーバランス

ヘルスケア・美容

枚方市南楠葉1-13-5 サウスコート102 【定休日:不定休】
(申込) 0120-867-358 (受付) 10:00～20:00

20 誰でもワインが 3倍楽しくなる講座



『ワインで難しい、どのワインが良いの？どのお料理に合う？』そんなお悩みを解決して、ますますワインが大好きになって毎日ワクワク楽しくなる♡

10/12^日 12:00～14:00
13^{月・祝} 19:00～21:00

- 対象/20歳以上
- 定員/1講座 6名
- 持ち物/筆記用具
- 材料費/500円

講師 みっちゃん
(安達 三都彦)

三都葡萄酒(サントブドウシュ)

グルメ

枚方市南楠葉1-14-4 【定休日:月曜・火曜】
(申込) Web申込のみ

23 足の悩みは姿勢美人

足が痛い、疲れやすい…実は立ち方・歩き方のクセが関係しています。転倒予防も無理なくできる姿勢改善のコツを学ぼう！
※足型測定付き



10/15^水 13:30～15:00
30^水 9:30～11:00
11/ 3^{月・祝} 13:00～14:30

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 5名
- 持ち物/くつ下が脱げるように
- 材料費/なし

講師 朝長 明日香

LINE申込可▼

KCSセンター枚方院

ヘルスケア・美容

枚方市禁野本町1-5-15-102 【定休日:水曜】
(申込) 072-848-0127 (受付) 10:00～20:00

18 100歳まで元気に歩くために！ 足の体操と靴の履き方&選び方



シューフィッターの店主が100歳まで元気に歩くための簡単な足の体操をお伝えします。靴選びや歩き方のアドバイスも。

10/11^土 22^水
共に10:00～11:00

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 4名
- 持ち物/なし
- 材料費/なし

講師 西岡 直人

足と靴の専門店 ぐずは優足屋

ヘルスケア・美容

枚方市楠葉中町1-4 【定休日:日曜】
(申込) 090-6322-7220 (受付) 10:00～19:00

21 韓国好きさんモヨラ！ ～小物作りとおしゃべり～

韓国伝統柄の刺繍を使ってポーチのデコやアクセサリー作り。旅行やドラマの話で盛り上がりましょう。詳細はインスタにて！



10/16^水 19:30～
11/1^土 7^金 共に13:30～

- 対象/中学生以上
(親子参加OK)
- 定員/1講座 5名
- 持ち物/なし
- 材料費/500円

講師 森川 景子



K-sigol韓国語講座

体験

枚方市西禁野1-6-28 カフェカジョ内 【不定休/完全予約制】
(申込) ksigol.winkr@gmail.com ksigol

24 小さな布でチャームを！



5cm×7cmの小布でちくちく、ゆる〜くおしゃべりしながらプレゼントチャーム作成

10/15^水 10:00～11:30

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 6名(または3組)
- 持ち物/なし
- 材料費/1セット100円

講師 平田 千鶴
安藤 勝子

枚方市宮之阪1-20-3-105号
【定休日:水曜】

メルシーヌ・ジャパン宮之阪

体験

会場 チカラのみせ処宮ノサポ 枚方市宮之阪1-19-2
(申込) 072-847-5847 (受付) 10/2^水～ 8:00～18:00

27 ～不動産についての困りごと無料相談会～ 不動産のプロに相談してみませんか？

①相続した空家や空き地の活用法②住み替えをお考えの方③隣地とのトラブルを中心にお悩み、質問に不動産仲介のプロがお答えします!!



10/11^土 18^土 25^土
10:00～12:00 / 13:00～15:00
※上記以外の時間は別途相談可

- 対象/お子様不可
- 定員/1講座 1組
- 持ち物/申込時に確認
- 材料費/なし

講師 永井美穂(真興)
堀川 涼太(みやびエステート・パートナーズ)



(有)真興、(同)みやびエステート・パートナーズ

学ぶ

枚方市宮之阪3-6-34 2F 【定休日:土曜・日曜・祝日】
(申込) 090-7379-3574 (受付) 9:00～18:00



30 “正しい姿勢”は、最高の ボディメンテナンス

姿勢が整うと、呼吸も動きも軽やかに。ムリなく、自分の体と向き合えるエゴスキュー体操を体験してみませんか？



10/11^土 10:00～11:00
13^{月・祝} 12:00～13:00
16^水 13:00～14:00
19^日 12:00～13:00
22^水 11:00～12:00

- 対象/どなたでも
- 定員/1講座 6名
- 持ち物/動きやすい服装、水分補給
- 材料費/なし

講師 永濱 旭

街の健康ROOM

体験

枚方市宮之阪1-22-15 宮之阪ハイツ式番館2階 【定休日:不定休】
(申込) 0120-270-702 (受付) 11時～16時

33 時代はペーパーレス、 電子名刺って知ってますか？

カラーの名刺、などが自分で簡単に安く作成できる方法を教えますが、これからはカード名刺の時代です。一度体感してください。



10/11^土 15:00～16:00
17^金 11:00～12:00
18^土 13:00～14:00
11/3^{月・祝} 9^日 共に11:00～12:00

- 対象/お子様不可
- 定員/1講座 4～5名
- 持ち物/スマートフォン
(お持ちなら) ■材料費/なし

講師 高瀬 巖



宝石のタカセ・マイリングスタジオ

学ぶ

枚方市宮之阪1-20-3-107 【定休日:水曜】
(申込) 072-849-6767/090-3164-8576 (受付) 10:00～18:00

32 ピッカピカに輝く！ ジュエリーお手入れ体験!!

カット、エステ、ネイル、etc. 綺麗な貴女なのにもったいない！お持ちのジュエリーも輝かせてみませんか？



10/11^土 17^金 共に13:00～14:00
10/18^土 15:00～16:00
11/3^{月・祝} 9^日 共に13:00～14:00

- 対象/お子様不可
- 定員/1講座 4～5名
- 持ち物/お持ちのジュエリー
- 材料費/なし

講師 高瀬 巖

宝石のタカセ・マイリングスタジオ

体験

枚方市宮之阪1-20-3-107 【定休日:水曜】
(申込) 072-849-6767/090-3164-8576 (受付) 10:00～18:00

第12回

ひろかた
まちゼミ

2025.10/10金~11/10月
〈全50講座開講〉

学ぶ

知識や知恵を学ぶ講座

体験

つくったり体験する講座

グルメ

飲食に関する講座

ヘルスケア・美容

美容や健康、体についての講座

ICON

18時以降開始の講座あり

オンライン
200人

オンラインで参加できる講座

10/1水から受付スタート

※受付時間、受講日は各講座によって異なりますのでご注意ください

予約制

先着順

お申込みは各店へ

●材料費がかかる講座は、原則として講座当日に会場で徴収します。

●申込み後のキャンセルは、材料費を頂戴する場合があります。

●定員になり次第、締め切らせていただきます。

●申込みは各店の受付時間内をお願いします。

●申込み初日は電話の混雑が予想されます。

●受講対象者が限定されている講座もあります。

●申込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。

●小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いします。

1

はじめての水引細工

~日本の伝統を、やさしく楽しく体験~



初心者の方でも安心して楽しめます。出来上がった作品は、玄関、リビングなどに飾っていただけます。

10/18土21火24金
すべて 10:30~12:00

■対象/中学生以上
■定員/1講座3名
■持ち物/なし
■材料費/500円

講師 小野 仁子

合資会社 塩熊商店 体験
枚方市三矢町3-21 【定休日:日曜・祝日 土曜は不定休】
〈申込〉072-844-0301 〈受付〉10:00~17:00

2

呼吸・瞑想ヨガ体験

☆



簡単・シンプルな呼吸法を毎日の練習で体得し、習慣化します。呼吸が深まると、エネルギー消費が増えて気血循環が良くなり、リラックス☆

10/10金 10:00~11/1土 10:00~
16火 14:00~ 23水 19:00~ 14:00~
■対象/どなたでも
■定員/1講座8名
■持ち物/動きやすい服装、水、汗ふき用タオル
■材料費/なし

講師 丹下いづみ 藤本久美子

イルチブレインヨガ 枚方スタジオ 体験
枚方市岡東町18-23 枚方近畿ビル6F 【定休日:月曜・祝日】
〈申込〉072-841-5801 〈受付〉9:00~21:00

3

「一人で着れるってステキ！」

きものつたやで着付け体験



「枚方市」駅から徒歩5分。気軽に着物の楽しさを体験！初めての方、着物を持っていなくても大丈夫。前結びで簡単、美しく着付けを。

10/17金18土19日
11/ 7金 8土 9日
すべて 11:00~13:00

■対象/中学生以上
■定員/1講座5名
■持ち物/なし
■材料費/なし

講師 平岡 幸子

つたや和装学院 【定休日:火曜・第3水曜】 体験
枚方市大垣内町2-5-5(きものつたや枚方本店)
〈申込〉072-844-1131 〈受付〉10:30~19:00

4

【健康講座】

発酵食×姿勢の話

コラボ講座

健康の大切な要素、「栄養」と「姿勢」についてそれぞれの専門家から学びます。講座はみそ屋で行います。



10/14火 29水
共に13:00~14:30
11/6木 10:00~11:30

■対象/どなたでも
■定員/1講座6名
■持ち物/なし
■材料費/なし

講師 北村 晋也 朝長 明日香

会場 枚方市岡本町10-2 (北村みそ本家)

KCSセンター枚方院&北村みそ本家 ヘルスケア・美容
〈申込〉072-844-0211 〈受付〉10:00~17:00
【定休日:日曜・月曜・火曜・祝日】

5

醗酵食品を食べながら

健康を考えてみませんか？

お味噌を中心に発酵食品の食べ比べをしながら、栄養や健康を考えるきっかけになればと考えています。自分や大切な人のために、一緒に学びませんか？



10/16水 30木 11/6金
すべて 11:00~12:00

■対象/どなたでも
■定員/1講座4名
■持ち物/なし
■材料費/なし

講師 北村 晋也

北村みそ本家 学ぶ
枚方市岡本町10-2 【定休日:日曜・月曜・火曜・祝日】
〈申込〉072-844-0211 〈受付〉10:00~17:00

6

サクラのパン教室監修、味噌屋で

トーストしながら醗酵を学ぼう

コラボ講座

味噌トーストを食べ比べながら、味噌の違いや醗酵の奥深さ、そして健康との繋がりを美味しく体感できるコラボ講座です！



10/19日 13:00~14:00

■対象/どなたでも
■定員/1講座6名
■持ち物/なし
■材料費/500円

講師 出村 優子 北村 晋也

〈八幡市商工会コラボ〉

サクラのおうちパン教室&北村みそ本家 グルメ
枚方市岡本町10-2 【定休日:日曜・月曜・火曜・祝日】
〈申込〉072-844-0211 〈受付〉10:00~17:00

7

相続セミナー

相続ってよく聞くけど、一体何だろう？そんな不安を解消するために一緒に学んでいきましょう。



11/4火 5水
共に 15:00~16:00

■対象/どなたでも
■定員/1講座3名
■持ち物/なし
■材料費/なし

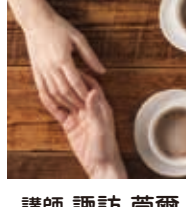
講師 杉本 明日香

枚方信用金庫 本店営業部 学ぶ
枚方市岡東町12-1ひろかたサンプラザ1号館102号【定休日:土曜・日曜・祝日】
〈申込〉072-841-1171 〈受付〉9:00~17:00

8

あなたの「婚活力」診断 & カードセラピー・タロット占い

私の婚活はうまくいきますか？結婚を考えている独身男女を対象に、「婚活力」を診断します。一歩前に進みましょう！



10/25土 婚活力診断&カードセラピー
11/8土 婚活力診断&タロット占い
※内容が変わる場合もあります
共に10:00~16:00

■対象/結婚を考えている独身の方(性別・年齢問わず)
■定員/1組15~30分時間内で制限設けず対応
■持ち物/なし
■材料費/なし

講師 諏訪 莞爾

婚活サポートTea for Two 学ぶ
会場 枚方市枚方元町4-70長屋つぎのひ内(枚方公園駅徒歩3分)
〈申込〉Web申込のみ 〈問合せ〉090-3355-1928

9

ひろかたまちゼミに

参加しませんか？

「お客様には満足を！お店には新規顧客を！まちには賑わいを！」まちゼミと一緒に参加してみませんか？令和8年に向けて、興味のある方のご参加をお待ちしております！



10/10金~11/10月
時間帯など要相談 ※土・日・祝を除く
■対象/枚方市内の事業者の方(職種は問いません)
■定員/1講座1名~
■持ち物/なし
■材料費/なし

講師 松宮 信代

枚方市商業連盟 学ぶ 申込フォーム▶
枚方市岡本町7-1 枚方ビオルネ5階 【定休日:土曜・日曜・祝日】
〈受付〉平日 10:00~16:00

10

『絶品すじ肉料理教室』

お肉屋さん直伝レシピ

お肉好きの皆さん、必見！硬くて調理しにくいと思う牛すじ肉も、ちょっとしたコツでおいしく仕上がる。レシピもご紹介するので、一品増やせるチャンスですよ!!



10/18土24金
共に 10:30~11:30

■対象/大人
■定員/1講座6名
■持ち物/なし
■材料費/500円

講師 関本 祐子

薩摩の牛太(牧野店) グルメ
枚方市養父東町50-10 【定休日:水曜】
〈申込〉072-868-7780 〈受付〉10/2水~ 10:00~12:00/15:00~17:00

11

コツをつかめば意外と簡単！ルウを

使わないスパイスカレー作り講座

市販のルウを使わずに作るカレーはハードルが高いと思われがち?! 体に優しいカレーって? スパイスの使い方や炒め方のポイントをレクチャー。胃もたれしにくいカレーを実践。



10/21火 28火 11/4火
すべて15:00~16:30

■対象/15歳以上
■定員/1講座5名(または6組)
■持ち物/なし
■材料費/300円

講師 北川 静香

薩摩の牛太(牧野店) グルメ
枚方市養父東町50-10 【定休日:水曜】
〈申込〉072-868-7780 〈受付〉10/2水~ 10:00~12:00/15:00~17:00

12

「おせち」作りが楽しくなる

ワンポイント講座

一品一品、心を込めて手作業で仕上げる本格おせち。京料理一筋39年の板長が、家庭でも使えるひと工夫を楽しくご紹介します。



11/5水 10:30~11:30

■対象/どなたでも
■定員/1講座15名
■持ち物/筆記用具
■材料費/なし

講師 中川 一朗

割烹 一の谷 グルメ
枚方市招提平野町4-18 【定休日:12/23~1/3】
〈申込〉LINEから LINE申込▶

13

ウタマロ+αで

家中をピカピカに

住宅用洗剤ウタマロにプラスアルファで、家中をピカピカにしましょう！



10/11土 13:00~
16火 14:00~
28火 13:00~

■対象/どなたでも
■定員/1講座3名(または1組)
■持ち物/ノート、筆記具
■材料費/なし

講師 久米川 智美

婦人服 ロマン 学ぶ
枚方市牧野本町1-36-38 【定休日:日曜・月曜】
〈申込〉072-857-6643 〈受付〉11:30~16:30

14

枚方市不動産売却個別相談会

枚方の不動産売却について個別相談会を実施。参加いただいた方には小冊子「失敗しない不動産売却7つの防衛策」を無料進呈。



定休日(火・水)を除く毎日
10:00~17:00(要予約)
■対象/枚方市内に不動産を
ご所有の方及び、そのご家族様
■定員/1講座1組
■持ち物/なし
■材料費/なし

講師 大塚 敏

株式会社 ライフエステート 学ぶ
枚方市牧野下島町14-4 【定休日:火曜・水曜】
〈申込〉072-851-0305 〈受付〉10/2水~ 9:00~18:00

15

初心者のためのSNS講座

(バウムクーヘン編)

焼きたてのバウムクーヘンを試食してSNSで感想を投稿してみませんか？初めての方でも写真とコメントを付けて簡単にできますよ！



11/10日 10:00~、15:00~
■対象/InstagramかFacebookの
アカウントをお持ちの方
■定員/1講座5名
■持ち物/スマートフォン
■材料費/なし

講師 小澤 亮平

会場 BRASSERIE TAMUTAMU
(洋食店) 枚方市牧野阪2-5-13-105

TAMUTAMU...BAUMKUCHEN FACTORY グルメ
枚方市牧野阪2-5-1上羽ビル102 【定休日:水曜日】
〈申込〉072-807-7233 〈受付〉10/2水~ 7:00~21:00



全50講座

お店が教室になる！得するゼミナール
第12回

受講者
募集！

枚方市以外の方も
参加できます

ひらかた まちゼミ

Create

Learn

開催期間 2025 10/10(金)~11/10(月)

「ひらかた まちゼミ」とは、枚方市のお店の人が
講師になって、専門の知識やコツを無料で
教えてくれるミニ講座です。
販売・勧誘はありません

受講料
無料！

※講座によっては材料費が
必要なものもあります

まちゼミ
最新情報
発信中！

枚方市商業連盟
公式LINE



お友だち登録
してね！

Beauty

Health

Food

Instagram

#ひらかたまちゼミ

10/1(水)から受付スタート！

予約制

先着順

お申込は
各店へ！

※受付時間、受講日は各講座によって異なりますのでご注意ください

申込み
方法

① 選ぶ

内容、日時を見て、興味のある講座
をお選びください。

② 申し込む

受たい講座のお店に直接
「まちゼミ申込」をしてください。

③ 参加する

時間・場所・持ち物を間違えない
ようにご参加ください。

まちゼミ 50 講座は
P8~P11 に掲載！

主催：枚方市商業連盟
後援：枚方市・北大阪商工会議所

お問
合せ

枚方市商業連盟事務局 平日 10:00~17:00
枚方市岡本町 7-1 枚方ビオルネ 5F

TEL 072-843-5309

