

ご卒業・ご入学・ご就職  
おめでとうございます

パールフェア開催中!

カシダダイヤモンド

2月誕生石 アメジスト・キャッツアイ

石言葉 ◆ 心の平和・守護・希望

※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 お気軽に相談ください

ひらかたサンプラザ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

トゥール・ラブ etc.

カシダダイヤモンド 販売

大切な命を守るヒーロー

寝屋川市駅に集結!

新年、消防の仕事始めに行われる消防出初式。防火・防災の決意も新たに、市民の防火意識も高めます。

1月11日、枚方寝屋川消防組合、寝屋川市・枚方市消防団合同の出初式が寝屋川市駅前で開催されました。

例年の淀川河川公園から場所を移し、寝屋川市駅前大通り「さわやかロード」で行われた今年の消防出初式。制服、防護服に身を固めた消防職員・団員による勇壮な行進に、最新鋭の消防車両のパレードでは、レオな車両も参戦し、沿道の子どもたちは大興奮!

さらに警防総合訓練では、駅前サビースゲートを使い、大型はしごで救出、高さ25mの屋上からレスキュー隊が急降下! 鬼気迫る人命救助や一斉放水による訓練も。身近な場所での実践ながらのシミュレーションに、消防隊員たちの高度な技術に感動の声が上がりました。

式典後はさわやかロードは歩行者天国になり、中央小学校で消防体験イベントも。はしご車搭乗体験や、救助隊員になりきりロープ渡りや壁を登りゴールを目指すレスキューアスレチック、起震車で「震度7」体験なども。寒風の中、集まった多くの来場者は普段できない体験を楽しみながら、日常を見守る消防活動に触れる機会となりました。

かわいい消防士も登場!

玄宮園

豊臣兄弟! 北近江長浜 大河ドラマ館

大通寺

近江牛すき焼き御膳 (イメージ)

お一人様

4月7日(火) 16,000円

彦根城入場料、大河ドラマ館入館料、大通寺拝観料、昼食代含む 税込

日本屈指の桜の絶景

NHK「豊臣兄弟!」大河ドラマ館へ

長浜散策と近江牛すき焼きも

日帰りバスツアー

参加者募集

古都、春の息吹を感じて

月ヶ瀬梅林とならまちへ

ホテル日航奈良でランチブッフェ

お申込みは

お早めに!

3月5日(木)

お一人様 13,900円

昼食代含む・税込

各地7時30分~8時発

17時50分~18時20分着予定

枚方から出発!

バスツアー

枚方・藤阪

長尾 発着

お申込

マイライフ新聞社

☎072-859-3332

(電話は平日 9時~17時)

HPPから

※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

202047号

枚方から出発!

バスツアー

枚方・藤阪

長尾 発着

お申込

マイライフ新聞社

☎072-859-3332

(電話は平日 9時~17時)

HPPから

※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

202047号

お一人様

4月7日(火) 16,000円

彦根城入場料、大河ドラマ館入館料、大通寺拝観料、昼食代含む 税込

春爛漫。咲き誇る桜に映える名城と名園、話題のNHK大河ドラマ「豊臣兄弟!」ゆかりの地、長浜を旅しませんか。

まずは、国宝彦根城へ。お堀を縁取る約1100本の桜に包まれる城と桜の競演は目を見張る美しさです。国指定の名勝・玄宮園へも。趣深い大名庭園からの国宝天守の眺めは格別です。ご昼食は、近江牛すき焼き御膳を赤鬼で堪能。食後は、豊臣兄弟! お一人様の参加も歓迎。※最少催行人員35人

北近江長浜 大河ドラマ館で、ドラマの世界へ! 衣装、小道具等々が展示され、物語の魅力に浸ります。その後、桃山文化が息づく古刹、長浜別院大通寺を拝観。そして秀吉が初めて城を築き、兄弟で夢を描いた長浜の町の散策を。レトロモダンな町並みが人気です。お一人様の参加も歓迎。※最少催行人員35人

修理代車・中古車販売・レンタカー

お車でお困りのことはありませんか?

中古車情報満載!

トラストヴィレッジ

https://trustvillage-hirakata.com

TRUST VILLAGE car shop

エコカーレンタカー枚方

〒573-1195 大阪府枚方市中宮東之町15-12

☎072-894-7792

中古車販売・買取

〒573-0045 大阪府枚方市藤田町3-28

☎072-845-6653

New Open

中古車無人展示場 (枚方池之宮店)

〒573-0005 大阪府枚方市池之宮2-4-10

☎072-845-6653

どんなお車でも買取ります! まずはお電話下さいね!

どんな状態でも

車検切れOK! 動かなくてもOK! 古くてもOK!

車買取

2万円以上で

買取りします

お客様に安心していただけるよう丁寧にご案内いたします

京阪バス通り沿い



感染症といえは病原  
体ウイルス・細菌・真菌  
などが口や鼻から入って起こる  
尿道感染が多い

ですが、尿道から入って  
前立腺男性のみ・膀胱・  
腎臓に炎症を起こす尿  
路感染症も多く、特に女  
性は尿道が短いので好



竹中 洋幸 先生

**枚方公済病院**  
シリーズ  
循環器内科 科長  
専門分野(循環器内科・  
救急・総合診療科) **竹中 洋幸**  
枚方市藤阪東町  
1丁目2番1号  
☎072-858-8233

腎臓は尿を濾して排出する働きをしますが、腎臓が正常に働かなくなると、血液中の老廃物が蓄積し、体に悪影響を及ぼします。尿路感染症は、尿の通り道に細菌が侵入し、炎症を起こす病気です。症状は、尿の痛み、頻尿、尿の色が濁るなどです。重症化すると、腎臓の機能が低下し、透析が必要になる場合があります。予防には、十分な水分を摂り、尿をこまめに排出することが大切です。

発します。膀胱炎では排尿時痛、血尿・残尿感・頻尿などの症状が起これば、発熱はあっても軽度です。病原体が膀胱からさらに細長い尿管を上がって腎臓や腎臓で繁殖すると腎盂腎炎が起これば、腰痛・発熱・尿混濁を来します。腎盂腎炎になると高熱・尿の細菌培養検査で原因菌を特定できる可能性があります。繰り返す場合は尿路の構造異常がある可能性があります。泌尿器科に相談が必要です。

### 尿路感染症

**星降る丘から健康便り**  
JCHO星ヶ丘医療センター  
糖尿病内科 部長 **五郎川伸一先生**  
枚方市星丘4の8の1 ☎072-840-2641

満症は肥満に関連する健康障害も併発しています。肥満症診療ガイドラインによれば、肥満症の診断に必要な健康障害として、**2型糖尿病(予備群を含む)、脂質異常症、高血圧、高尿酸血症、心臓病、動脈硬化、脳梗塞、腎臓病、脂肪肝、睡眠時無呼吸症候群、変形性関節症**などがあ

### 肥満症治療薬

り、また、肥満症の診断には含めないが肥満には含まないが肥満に

**BMI= 体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)**  
(身長はm換算してください)

肥満の目安 (BMI 25以上)					
身長 (cm)	140	150	160	170	180
体重 (kg)	49	57	64	73	81

医学博士  
日本糖尿病学会糖尿病専門医  
研修指導医・近畿支部評議員

**新和旬祥己 旬を味わう**

広々としたおしゃれな空間で  
本格和食とお酒を楽しんでください

旬の食材を使った天ぷらに  
脂ののった刺身など  
店主が丁寧に作る料理は  
お腹も心も満たされる美味しさ。  
ぜひお手軽なランチに  
ゆったりディナーを。

旬のお造りと天ぷらを一度に味わえる  
**祥己御膳** は女性にも人気のランチ **2,000円** ※金額はすべて税込  
・備前コース2,700円 要予約 ・日替わり定食など1,200円〜

**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)

**90分飲み放題 +2,000円** ※コース・会席ご予約の方

☎072-851-3715 昼・夜ともに  
お席予約可  
11:30~L.O.14:00  
夜 17:00~L.O.22:00 (休)月曜  
枚方市長尾家具町2丁目7-10  
P 店舗右横に10台有り

**人権を  
考えよう**

みなさんは、コップの中の水が半分こぼれたらどう思いますか。私は、半分しか残ってないな、うかな。杖でも歩けなくなったら、どんなにかいい車椅子に乗ろうかな。に出てくる作水先生は違います。藤田 莉子 先生は違います。

**「出来ること」に目を向けて**

交野市立旭小学校6年 藤田 莉子

作水先生は、ALSという難病を患っています。進行すると呼吸や体を動かすのが難しくなる病気です。ある日、日明小学校の合唱を聴いた先生は、「100%の力で歌う子供達に感動しました。そこで、(病気に)な、と考えてワクワクしています。」という先生の言葉が印象に残っています。私は、病気の人は可哀相とばかり思っていました。出来な

命のある限り前を向いて明るく生きよう!と強く決めたのです。私は、「ALSは本当に大変な病気だけど、先生は不幸じゃない。歩くのが辛くなったから、杖で歩けなくなったら、どんなにかいい車椅子に乗ろうかな。に出てくる作水先生は違います。藤田 莉子 先生は違います。」

なることに目を向けていたからです。でも先生は違いました。「出来ること」ではなく「出来ないこと」に目を向けていたのです。そんな考えや行動を知り、私は幸せかどうかは病気の有無に左右されず、自分が決めるものだと感じました。だから人とは比べず、自分の「出来ること」に目を向けて

**今年節分は2/3(火)**  
恵方は南南東

**弁慶グループ各店舗で  
ご予約承ります** 当日販売もOK!

※商品は全てサジ抜きでのご提供となります。  
※出前の場合は1本につき200円加算となります。

**丸かぶり  
恵方巻**

**太巻 国産うなぎ巻** 1,500円(税込)  
**太巻 特上巻** 2,500円(税込)  
**太巻 サラダ巻** 1,200円(税込)  
**太巻 ローストビーフ巻** 1,200円(税込)

**中巻 ネギトロ巻** 1,000円(税込)  
**中巻 玉子巻** 400円(税込)  
**中巻 サーモンマヨ巻** 1,000円(税込)  
**中巻 鉄火巻** 1,000円(税込)

**太巻 弁慶恵方巻** 通常価格1,080円(税込) **1,000円(税込)**  
お持ち帰り  
前日迄の  
ご予約で

**2/28(土)まで てっちりフルコース**  
・てっちり・てっさ・湯引き  
・唐揚げ・雑炊・香の物

**割引券** 前日迄のご予約で **半額 3,400円** (税込3,740円) 1人前  
※八幡店、倉治店、宮之下店、河内磐船店では実施していません ※必ず本券をご持参ください ※1枚で1グループ様有効

**弁慶グループ各店舗でご予約承り中**

国産うなぎ		西政	
招提平野店 ☎072-807-7078 枚方市招提平野町8-26	香里ヶ丘店 ☎072-800-1004 枚方市香里ヶ丘3丁目11-1	小倉店 ☎0774-34-3838 宇治市小倉町老ノ木26-1	八幡店 ☎075-950-3989 八幡市八幡五反田39-4
		倉治店 ☎072-896-7212 交野市倉治1-55-626	

**弁慶 山之上総本店** ☎072-894-9977  
枚方市山之上東町 3-1 公益社枚方会館横

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

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

**弁慶 招提店** ☎072-894-8895  
枚方市招提北町1-2230-1

**弁慶 河内磐船店** ☎072-891-5886  
交野市森北1-18-11 関西スーパー河内磐船店内

**海鮮ダイニング弁慶 宮之下店** ☎072-852-8004  
枚方市宮之下町16-5





OPEN 記念!!

リそな!n くずはモール 来店限定

個人のお客さま限定

キャンペーン期間  
2026年  
1月25日 日  
～3月31日 火

もれなく  
最大

14歳以下のお子さまの  
口座開設とご入金で

10,500 円分

くずはモールお買物券  
今ならもらえる!

土日祝も  
OK

詳細はこちら

## リそな!n くずはモール 1/25 OPEN

大阪府枚方市楠葉花園町15番1号  
くずはモール本館 ハナノモール3F

全日 10:00～18:00

年末年始(12/31～1/3)

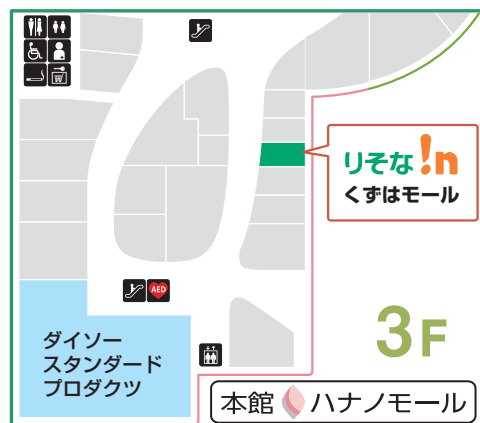
GW(5/3～5/5)および施設休館日は休業

TEL 072-867-7200

来店予約



イベント・  
セミナー予約



「くらしや生活がちょっと豊かになる」イベントを毎月実施中!



LINE申込み

会場 ▲マイライフカルチャー LINE

# マイライフカルチャー

大人の学びなおし、自分磨きでさらにスキルアップを！

会場 ヨミハン大津ビル2F 多目的ホール  
校方市津田西町2-31-21 (JR学研都市線「津田」駅徒歩7分)

申込問合せ マイライフ新聞社  
☎072-859-3332 (平日9時～17時)

## 印象美人の法則・体験会

表情、振る舞い、声を変えることで脱オバ姿勢！脱オバ声！若々しい印象を与える大人になりましょう。

- 立ち姿、座り姿、お辞儀などの所作
- 表情レッスン
- 声磨き 簡単な発声練習

2/16(月)10時～11時30分  
参加費：1,000円  
定員：15人  
講師：吉田 正美 (声とマナーの専門家)

## 津田文学サロン 2月スタート

かつて読んだ、初めて読む文学作品を講師の朗読と解説で面白さを味わいます。

朝ドラ「はげばけ」怪談を楽しむ  
2/10、24・3/10、24

毎月第2・第4火曜日  
共に10時～11時30分  
月謝／2,500円 (入会金なし、資料代込)  
体験も募集！  
参加費：1,000円  
講師：松本 英太郎 (SF・ホラー作家)  
6ページにコラム掲載！

## はじめての 水彩画教室

描きやすいモチーフを用意して、技法をわかりやすくご指導します。みなさん自分のペースで楽しく描かれています！

毎月第3・第4土曜日  
10時～12時 ※2月は21・28日 生徒さん作品  
月謝／3,300円 (入会金なし)  
まずは体験から！  
参加費：1,000円  
持ち物：鉛筆(シャープペン可)・消しゴム  
講師：村田 美穂

## 60歳から入れる保険って？

- テレビで持病があっても入れる保険があると見たけど...
- ネットの保険って安いけど実際はどうなの？
- 人生100年時代、必要な保険は？

2/18(水) 10時～12時 13時～15時  
ご希望の時間をご予約ください  
個別相談 1組 約50分  
講師：高橋 拓也 (ファイナンシャルプランナー) (株)Money Professionals JAPAN

## 講師紹介 「マナーは相手を敬う思いやり」

表情、振る舞い、声で人は変わる！「印象美人」へと導くプロフェッショナル

声とマナーの専門家 吉田 正美

おもてなしマインド合同会社(校方市)代表社員。長年にわたり国内外首脳や企業役員、賓客のエスコート。各種式典・イベントでのナレーター・司会など、のべ1000件以上経験。その実績をもとに、マナー講師へ転身、学校の教員や生徒対象、企業、各種団体などで研修講師として活躍。

多くの人々へ、自身のマナースキルを伝授することがライフワークの吉田さんは、小学校の時には人前で話すことが苦手でした。恩師のアドバイスで乗り越え、その時の成功体験をもとに、小中学校でプレゼン講座も行っています。「小学校時代にいただいたご恩返しに」と、頑張る吉田さんの言葉は、凛として心に響きます。

## 講師紹介 イケボの朗読で、作品世界へ没入！?

「クトゥール先生」の朗読術を体験して ※クトゥール：アメリカのSF作家ラヴクラフトの描いた架空の邪神

SFホラー作家、高校教師 松本 英太郎  
長年国語教師を務め、2019年「網の中」(青春社「クトゥール」はAIの夢を見るか?』所収)でSFホラー作家デビュー、以後同社アンソロジーの常連筆者に。

幼い頃に、江戸川乱歩などSF・探偵・ホラー小説に心酔した松本さんは、「いつか自分の書いた小説を出版したい」という夢を60歳過ぎてから実現。「こういう事があるから人生は本当に面白い!」と話します。また、様々な方面に精通し話題も豊富。昨年の体験会では、小泉八雲の怪談を紹介、知られざるエピソードも飛び出しました！

## フィールドワーク 「歴史散策」や「美文字体験」など企画中！

教室・体験会を開きませんか

会場も告知もまとめてマイライフにおまかせ  
体験会バック料金あります

## Giorno hair salon

理想の髪色・カットを叶えます

白髪染め、ヘナカラー、髪質改善、大人特有の髪の悩みをご相談ください

最新のカット・カラーをインストアチェック！

ジョルノ美容室  
TEL 072-858-2575  
校方市大津南町13-28 京阪バス停「四辻」すぐ

## 姿勢専科 美姿勢

スタイルアップ 姿勢改善 魅力アップ

猫背や姿勢のゆがみは老けて見られます  
いくつになっても美しい姿勢で若々しく！

～10歳 若返る姿勢講座～  
2/17(火) 11時～12時30分  
3/17(火) 10時～11時30分  
会場: KCSセンター校方院 京阪「校方市」駅「宮之阪」駅徒歩8分  
KCSセンター校方院 ☎0120-471-931  
姿勢セラピスト 募集中！

♈ 牡羊座 3/21～4/20 占歴41年 ネスチューン薬氏 メディア活動も 多岐にわたる	♉ 牡牛座 4/21～5/21 猛烈な勢いで前進 できる。プレッ シャーをもっとも にしいし、むしろ、 ハードルが高い ほど燃えるはず。 出世・昇進のチャ ンス。	♊ 双子座 5/22～6/21 こたわりが解けて いきなりと境界 が広がるとい つと前向きな 思考で進み上 昇。楽観的に捉えた 方が、何事もうま くいくはず。	♊ 蟹座 6/22～7/22 頑張りすぎるの めり込み過ぎる。 周囲の協力を 取り、周囲と足 みを合わせるこ と。このやり方し がたないという思 い込みが不安につ いて。	♊ 獅子座 7/23～8/22 連気のポイント は、目まぐるしく 変わる。協同に あがり、周囲と足 みを合わせるこ と。このやり方し がたないという思 い込みが不安につ いて。	♊ 乙女座 8/23～9/23 ハードスクリュー ル。目まぐるしく 変わる。協同に あがり、周囲と足 みを合わせるこ と。このやり方し がたないという思 い込みが不安につ いて。	♊ 天秤座 9/24～10/23 趣味やレジャー、 遊びに没頭する こと。知能や感性 がアップ、メリハ リつけて、楽しむ ため。遊びや思 い込みが不安につ いて。	♊ 蠍座 10/24～11/22 家庭が癒やしく、 楽しいこと。打ち 合わせ。知能や感 性がアップ、メリ ハリつけて、楽しむ ため。遊びや思 い込みが不安につ いて。	♊ 射手座 11/23～12/21 頭がええて、心身 ともに軽やかに 進める。知能や感 性がアップ、メリ ハリつけて、楽しむ ため。遊びや思 い込みが不安につ いて。	♊ 山羊座 12/22～1/20 金運好調。所得 が増える。お金の 出入りが激しく、 使い道も多岐に わたる。この春 から新たな支 出も、交際費は予 算拡大で。	♊ 水瓶座 1/21～2/18 思いもよらぬラッ キチチャンスが ありそう。無理と 断ることにプレッ シャー。嫌なこと、 筋が通ることも、 危険なことから回 避できる。パワ ーは増える。19日 は運気上昇。	♊ 魚座 2/19～3/20 インスピレーション が来る。自分 を守ることにプレッ シャー。嫌なこと、 筋が通ることも、 危険なことから回 避できる。パワ ーは増える。19日 は運気上昇。
--	--	--	---	--	---	--	--	--	---	--	--

## Kon 髪を育てる美容室

# 本気の髪育始めませんか

あなたの髪が10年後も元気な状態でいられるよう、サポートします

大人の髪悩み 薄髪 抜け毛

地肌がすけて見える

シャンプーの度に ぐちゃぐちゃになる

このまま 減り続ける のが不安...

髪が老化する原因をご存じですか？

髪の悩みを解決するには頭皮の皮脂を毎日ケアする事が重要です。皮脂が詰まると毛穴は正しく呼吸できないため健康な髪が育たず、髪は細くなり抜けやすくなります。正しい頭皮ケアを始めることで、抜け毛が止まり新しい髪が作られ、薄髪でも悩まなかった方も髪は育ち始めます。パーマやウィッグに頼らないボリュームのある髪を目指しましょう。

10年、20年後の自分のために、髪と自信をじっくり育てていきませんか？

Kon 髪を育てる美容室 TEL 072-807-4272  
校方市星丘3-119 2F 京阪交野線「星ヶ丘」駅徒歩1分 有 営業時間/9時～17時 定休日/日・月曜

人生の黄金時代 凛として輝く！

# “人生100年時代” 楽しもう！セカンドライフ シニア応援特集

何から始めたい！今からでも楽しめる？  
習い事や、運動、おひとりさま旅行もチャレンジ！  
これからスタートできることが盛りだくさん  
人生はここからが本番！

ふくらはぎは“第二の心臓”  
ウォーキングで鍛えよう！

100歳を超えてもたくさん歩くために！  
足指動かそう！ 人は足の指でバランスを取って立っています。足指が自在に動かなくなると、体が傾くなどの不具合が出てきます。日々、少しの合間合間に足指で、「じゃんけん」グーチョキパー、おどめです！  
また、足に合わない靴も体に負担がかかります。実際に計測するとサイズが違ふ場合がよくあり、お客様も驚かれます。  
足にフィットした靴を履くこと、日々のエクササイズで「人生100年時代」に備えましょう！  
足にお悩みがある方は無料足型計測にお越しください(要予約)  
当店で、足型を計測し、足に合った歩きやすいシューズのご提案・オーダーメイドインソール(中敷き)を作成します。

延べ1万人超のフィッティング経験のシューフィッターがアドバイス

足と靴の専門店 ぐすは優足屋  
校方市楠葉中町1-4  
090-6322-7220  
☎10時～19時 日曜

読者の声  
英語を習って、  
かっこよく日常会話  
できたらいいな  
(59歳)

川柳を作って  
応募しています。  
目指せ当選!  
(81歳)

合気道、  
この年でも  
興味あり!  
(77歳)

写真の習っています。  
上手になったら  
色付けも習いたい  
(73歳)

旅行やコンサート  
お食事会などの予定があると  
ワクワク♪ 免疫力も UP!

今から  
「何をやりたい?」  
「何ができる?」  
見直すために  
前向きな人生設計として  
終活を考えて  
みよう!

身回りの整理をしよう  
体力があるうちに手をつけたい!  
エンディングノートを書いてみよう  
遺言だけでなく、人生を振り返る  
ことで今後の展望が見えてくる  
やりたいことをリストアップして  
生きがいを探していこう!

## 訪問鍼灸

健康保険適用 鍼灸 鍼灸 リハビリ  
健康保険適用 (医師の同意書が必要) 介護保険と併用できます

- 腰・膝・肩の痛み、日常生活での悩み
- 歩きにくい、車イスや介護者が必要な方
- パーキンソン病による痛み
- 脳梗塞による後遺症、痺れなど

アベリア鍼灸院 校方市招提大谷3-23-3  
お問合せ ☎070-8357-5786 24時間OK

沖先生 山本先生  
国家資格者

## 校方長尾駅すぐ！ 在宅マッサージ 新規オープン

ご自宅で、施設で マッサージ、鍼灸 が受けられます

医療保険適用 ※医療保険適用には医師の同意書が必要です

寝たきりの方、車椅子の方、杖歩行などで介助なしでは通院が困難な方  
まずはお問合せください

あん摩マッサージ指圧師、鍼灸師(有資格者) 施術者募集

フレアス在宅マッサージ 校方長尾施術所  
はりきゅう マッサージ  
HPはこちら

申込み ☎070-1006-4020 校方市長尾元町6-7-1-4F

## 出張買取は 徳にお任せください！

先着100名様限定！ 不用品がお金に変わる！  
買取品目 300種類以上！

1,000円 必ず出張買取します！  
※1世帯1袋1個限り 極端に汚れたもの、破損しているものは不可

壊れたカメラ、サビたフライパンなども買取します

メッキアクセサリー、貴金属、宝石など高価買取

終活の相談サービス 専門家による個別相談会開催 参加無料 予約制 各日限定6組

2/21(土)・23(月・祝) エンディングノートの書き方講座  
(ライフプランナー・ファイナンシャルプランナー)

2/22(日) 相続不動産・空き家などお悩み相談会  
(マークスライフ大阪支店・相続診断士) お気軽に！

買取も相談会も申込はこちら

高価買取 徳 10時～19時 定休日/水曜  
奈良県公安委員会 許可641170000824

072-814-8155 店頭での買取も可

校方市早子町23番2-B103号  
アドバンス ぬやがわ2号館  
地下1階(スーパーラッキー横)

LINEで お気軽にお問合せ

## 第49回「新春走ろうかい ひらかたハーフマラソン」

1月12日(成人の日) 淀川河川公園校方地区 公益財団法人 校方市スポーツ協会主催、読売新聞社など後援

# 約3,954人、校方の新春を駆ける！

1月12日、校方市の淀川河川公園で「第49回新春走ろうかい ひらかたハーフマラソン」が開催されました。男女・年齢別の多彩な種目があり子どもの頃から出場の手選手もいる同大会では、参加者が昨年より約1,000人増加！「二十歳のメモリアルRun」では、晴れ着の新成人がゲストランナーの森脇健児さん、三津家貴也さんと風を切り、小中学生や視覚障がい者の部での力走に大きな声援が。爽やかな笑顔と感動にあふれました。

地域の各種目入賞者(6位まで)は次の通り  
【男子】○一般ハーフ21.0975km②本田浩輝(大阪市、校方マスターズ)③門脇宏(校方市)  
④新谷浩生(校方市、神戸大学)⑤久本駿輔(校方市、日本ペイント・オートモーティブ)  
一般10km ①吉田健太郎(校方市)④川上倫(校方市、GRlab)○一般5km ①渡邊裕也(交野市、大阪国際大学)②下水流寛之(校方市)④岡本

公佑(校方市、セリオ鍼灸整骨院)○中学生2km④曾我部太陽(交野市、茨木AC)○小学5・6年生2km②田代直樹(京都府、関西創価小)  
⑥吉岡凌(交野市、交野KSRC)○小学3・4年生2km③村田龍彦(校方市、香陽小)④村上岳(校方市、SSC体力作り部)⑥東俊汰(校方市、樟葉北小)○小学1・2年生2km②萩田颯生(交野市、妙見坂小)③宮澤幸人(校方市、藤原小)④大

谷翔翔(校方市、校方スーパース)⑤久保田結翔(校方市、Virtuoso Triathlon Team)⑥稲田陽比(校方市、磯島小) 【女子】○一般ハーフ21.0975km③三尾川唯(校方市、関西外国語大学)○一般10km①神田美咲(校方市、関西外国語大学)②山村佐智子(交野市)③堀田理恵(校方市)⑥高橋敦子(校方市)○一般5km②長町くらら(校方市、関西外国語大学)③合志知

優(京都府、関西医科大学)④岡林佳苗(校方市)⑤山下理紗(校方市)○中学生2km⑤山田詩乃(校方市、交野KSRC)○小学5・6年生2km⑤端野真歩(校方市、ひらかたKSC・開成大学)○小学3・4年生2km③三牧らん(校方市、明倫小)⑤古堅瑞穂(交野市、交野KSRC)⑥小居美穂乃(校方市、磯島小)○小学1・2年生2km⑤大西華子(校方市、山之上小)※敬称略





# クトゥルー先生の「ばけばけ」ごぼれ話

SF・ホラー作家  
松本 英太郎

朝ドラ「ばけばけ」の主人公トキのモデルである小泉セツは家の中を毎日二度

## 八雲の家はいつもひっそり

掃除したいほどの掃除好きでした。一方、夫の小泉八雲は勉強する時も作品を執筆する時も集中するための静かさが最優先の人。ですからセツが彼の書斎をバタバタ掃除するのは「その掃除はあなたの病気で」とくるさがるの

でなかなか大変だったようです。学校に出勤する日は留守中に綺麗に片付けられるのですが、在宅の日は朝起きて顔を洗ったり食事をしてい



# おもひのなんやで歴史漫談

考古学研究者  
植田 正幸

今回はファッション特集！飛鳥時代(592〜710年)の高

大陸直伝 飛鳥女子コーデを解説 島松 隆之

に服装制度が大陸風に変わっていった。飛鳥文化は形成した



2・3月の説明会参加者全員に Amazonギフトカード1,000円分を進呈!

## くもんの先生説明会

★全日程とも3日前までに要予約

- 公文式 岡山手教室[枚方市] 3/18(水) 10:00~11:30
- アルカスホール 2/9(月) 10:00~11:30
- 枚方市総合文化芸術センター 別館 2/16(月) 10:00~11:30
- 松下IMPビル[京橋駅・大阪ビジネスパーク駅直結] 2/27(金) 18:00~19:30

web説明会も随時実施中! お気軽にご参加ください!

くもんの先生、はじめませんか? お問い合わせは 0120-834-414



まずはホームページをチェック! くもんの先生 検索 KUMON



# オギちゃん流 親育て 子育て

荻田 喜代一  
KIYOKAZU OGITA

多くの大学の新生入生アンケートでは、「友達

## 「主体性」から考える、「いい子」の課題。

「正直・真面目・素直」

もたらされる結果に責任をもつことと定義します。主体性のある人の特徴には「自分の考えを表現できる、失敗を恐れずにチャレンジできる、好奇心旺盛、自分で考え

**ゆ 男湯 オートロウリユ**

大好評 炭酸泉 天然温泉 サウナ

大人入浴料 600円(税込)

580Pで入浴できる! ポイントもたまる!

天然温泉 つくもの湯 極楽湯 枚方店

☎072-867-4126 枚方市招提田近3-8-1 休館日 2/18(水)

**大人入浴料クーポン 580円(税込)**

券売機で「マイライフ580円」の子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。

R8年2月28日迄有効

無料送迎バス 運行!

京阪樟葉駅 JR松井山手駅ルート※平日のみ

ファミリーマート 極楽湯 京阪樟葉駅 JR松井山手駅

中の池公園 新大池

無料P 220台あり!

**十割そば三昧**

十割そば唐揚げ三昧 1,350円(税込)

名物×名物=超名物

土・日・祝は朝6時オープン

☎10時~翌2時(最終受付翌1時半)

**NEW 1/2オープン!**

値段交渉できるペットショップ

パラダイズ (Paradizo)

枚方市津田元町

ペットが喜ぶ商品が直販で! いいもの見つけて

自社工場を持ち、企画デザインも手掛け、オリジナル商品も販売する製造メーカーがペットショップをオープン!

折り畳み式、コスパ最高の爪とぎ、布派の犬猫フェルトハウスなど交換や出会いの場として

日本最大級の「インターペット」にも出店、ペットグッズの最新情報も入手できます。情報交換や出会いの場として

▲おしゃれで可愛い爪とぎはインテリアにも爪とぎ 4,999円

▲愛猫の運動不足解消、ストレス発散に!! キャットホイール

フェルト生地 3,999円

ホームページ▶

※生体の販売はありません。ペットの同伴はご遠慮ください

☎072-894-9865 枚方市津田元町1-3-12 4F アル・プラザ枚方 左横

☎10:00~17:00 日・祝

マイライフ特典 入会金 500円無料 2/2~14ご来店の方のみ

て利用してほしいとカフェスペースも併設予定、会員は無料で利用可能、後は会員限定のイベントも企画です!

**お楽しみプレゼント**

10人様(大峰本店でお渡)

郷土枚方の和菓子処 大黒屋 枚方名物「掘りほり おいも巻」

半分サイズ 600円(税込)を10人様にプレゼント

日本一美味しいおいもを作る「達人」の畑で育った「鳴門金時」をきんとん風にじっくり焼上げ、ふんわりソフトな生地で巻いた、超人気のオリジナル「和スイーツ」です。素材にこだわり甘さ控えめ、まるで「ふかし芋」のような自然な美味しさを、ぜひご賞味ください。

大峰本店 枚方市大峰元町2-8-5 ☎072-858-8552

津田駅前店 宮之阪店

大黒屋枚方 検索

ホームページ

**「おいものチカラ」1袋 6L**

お芋から生まれた優しい猫砂

くつつかず 簡単にすくえる

2/2オープンの「パラダイズ」販売商品 キャッパバとおからを混合した、すばやく固まるタイプの猫砂をプレゼント。

99%アンモニア臭をカット、燃やせる天然素材。掃除がしやすくサラサラした粒です。

ペットショップ Paradizo 枚方市津田元町1-3-12 岡本ビル4階 (アル・プラザ枚方 左横) ☎072-894-9865

**西洋絵画400年の旅**

一珠玉の東京富士美術館コレクション

3/20(金・祝)~5/24(日) 京都市京セラ美術館 本館 北回廊1階

一般 2,000円 高大生 1,500円 小中生 500円 ※前売は各200円引き

モネ、ルノワール、ゴッホ、シャガールなど人気画家のほか、オールドマスターの名画を通して、伝統的な神話画や宗教画から近代の斬新な絵画主題や造形表現の革新まで、西洋絵画400年の歴史をご堪能ください。国内屈指の西洋絵画コレクションを誇る東京富士美術館の所蔵品から厳選の80余点の西洋絵画を展覧します。

西洋絵画400年の旅 検索

**ブルックリン博物館所蔵 特別展 古代エジプト**

3/20(金・祝)~6/14(日) あべのハルカス美術館 一般 2,300円 高大生 1,800円 小中生 500円 ※前売は各200円引き

質、量ともにアメリカ屈指と名高い、ニューヨークのブルックリン博物館が誇る古代エジプトコレクションから選りすぐりの名品群が集合! 彫刻、棺、宝飾品、土器、パピルスや人間やネコのミイラなど約150点の遺物を通じて、高度な文化を創出した人々の営みをひも解きます。最新技術を使ったピラミッド研究まで、映像や音声も交えて紹介します。

特別展 古代エジプト 検索

**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】2月15日(日) 【アンケート】①2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。②FAIについて思う事を教えてください。匿名希望は明記。採用分は粗品進呈。

〒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▲







### 京料理の魅力

如月・2月

「厄除け・招福」  
板長 中川 一朗

二月は冬から春へと季節が改まる節目を迎えます。古来より節分は「季節を分ける日」とされ邪気を払い、新たな春を迎えるための大切な行事として親しまれてきました。

一谷では、京料理ならではの季節の趣を大切に、この時期のお料理をご用意しております。大根で作る「大根升」に煮豆を入れ、福を招く福豆に見立てた一品や、海老を鬼の金棒に見立てた「鬼棒海老」を枝の葉と共に八寸に添え、節分の由来を表現します。

琵琶湖の本膳子は旬を迎え、甘露煮として滋味

専用法要室完備

お祝い事・ご法要・ご宴会も  
創業60年  
割烹 一の谷

### マイライフ 配布員さん 募集!

月末4日の間で

梅の香や  
マイライフ手に  
新しき日♪

枚方市/ 長尾元町2 招提大谷 北山1  
枚野駅周辺 津田東町2・3 野村元町  
交野市/ 倉治6・7・8 星田西3・5 南星台  
八幡市/ 欽明台中央 欽明台西

- 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〜
- チラシ折込作業有り

その他の地域も登録受付中

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附属

### 訪問看護ステーション

当ステーションには、心不全療養指導士が在籍しています。

心不全のある方が、安心してご自宅でご生活できるよう、体調の確認やお薬・生活のことまで、わかりやすく丁寧にサポートします。ご本人やご家族のお気持ちに寄り添いながら、再入院を防ぐお手伝いをします。

訪問範囲  
枚方市・交野市

☎072-840-3151 枚方市星ヶ丘4-8-6  
https://hoshigaoka.jcho.go.jp/

JCHO星ヶ丘医療センター  
公式LINE

病院からのお知らせやイベント情報、医療情報を定期的にお届けします

救急指定病院  
国家公務員共済組合連合会

### 枚方公済病院

TEL 072-858-8233  
枚方市藤阪東町1丁目2番1号

夜間や休日の救急外来受診希望の際は事前に、上記代表電話におかけください。

■外来診療日 月〜金(受付時間8:30〜11:30)  
※一部診療科を除き、初診紹介患者様受付は14:00まで

■休診日 土・日・祝日・年末年始

当日の検査・診療が必要な患者さんを各医療・病院へお迎えにあがり、枚方公済病院まで搬送いたします。

各診療科につきましては、当院ホームページをご参照ください▶

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

空き家問題! 住み替えに! すぐに現金化! 高価買取!

# 家・不動産の売却なら ハウズドゥ!!

第14回全国FC大会 第1位  
第16回全国FC大会 第1位

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!!

スピード査定  
相談・査定無料

人工知能が自動で査定

スマホで今すぐ査定▶

ハウズドゥ 津田 売りたい

**HOUSEDO** ハウズドゥ

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

ハウズドゥ 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

ハウズドゥ 京阪くずは  
通話料無料 0120-64-1088  
枚方市楠葉並木1丁目38-10-103  
営業時間/10時〜20時 定休日/水曜

ハウズドゥ 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

ハウズドゥ 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

大好評です!  
お電話1本でお伺いします♪

マイライフ配布エリアの皆様に! 先着200名様

いらなくなった衣類 または  
着物・帯 など(1袋に10点まで)

出張無料 **1,000円**で  
必ず出張買取します!

マイライフ配布エリアにお住まいの方は、出張無料で買取します。  
処分できなかった衣類、買取してもらえなかった着物など  
現金化できます! (下着、極端に汚れている作業服などは不可)  
※買取したものは返却不可  
※他エリアの方もご相談ください

「マイライフ見たよ」とお電話ください

不用品 買取します  
査定額に自信あり!

受付 10時〜18時 休 日曜

メール査定もOK

リサイクル寿  
守口市西郷通4-16-4

よい は な さ く

☎0120-41-8739

kotobuki.kaitori@gmail.com

古物商営業許可番号 大阪府公安委員会 第62229R035962号

信頼と安心の  
京阪犬友社 枚方 長尾

### ペット火葬・葬儀

一ご家族だけで旅立ちの時間を〜

個別火葬  
個別・共同墓地  
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2-3272-1 HP▶

病院やサロンの送迎は **ぺったく**  
予約制 ☎080-2483-7915(受付9時〜16時)

coming soon!

### ひらコン恋活

バスツアー企画  
詳細は決まり次第第1!

ひらコン公式LINE  
登録してね

メタロ・バランス検査 早期発見に

20〜80歳 対象 **がんリスク検査**

50〜80歳 対象 **認知リスク検査**

マイライフMBコード  
MYLF000124  
※有効期限 2026.3.31

【MBコード】ご利用で全国どこでも検査会場でも下記の料金で受検できます

検査費用 保険適用外

同時検査がオススメ

がん+認知 リスク検査 **23,100円(税込)**  
(通常24,200円/税込)

がんリスク検査 各**18,700円(税込)**  
認知リスク検査 (通常19,800円/税込)

枚方で受検するなら

愛成クリニック 枚方市山之上西町32-15  
京阪バス「さつき丘」徒歩1分  
毎週:月〜土曜日(第3土曜・祝日・年末年始を除く)

※会場への直接の問合せ・ご予約は受け付けておりません

申込み ☎0120-785-602 完 全 予約制

※採血時点でのリスクを評価するもので、確定診断するものではありません。※お支払いはコンビニ後払い。結果は検査後約5週間程度で自宅に郵送します。

株式会社 神奈川県伊勢原市高森4-19-15

家族の聞こえ、気になっていませんか? “今の”補聴器を知ろう!

要予約・無料 体験・試聴会

# 補聴器 ご自宅で試せます

2/2(月) 28(土)

聞きとりづらい・二度聞き ありませんか

早期装用で生活を豊かに

聞こえの低下は認知力の低下に

難聴は認知症の危険因子のひとつです※

聞こえの問題をそのままにしておくと社会的交流が減少し、認知機能に影響が出ることがあります。

危険察知・注意力低下

認知症のリスク

※認知症施策推進プラン(新オレンジプラン)より

補聴器を正しく装用して  
もっと快適な暮らしを

利用者の89%が生活の質が向上!

早期装用で  
ご家族との会話  
コミュニケーション  
を快適に♪

購入前に試せます  
ご自宅で  
外出先で  
※当店指定器種に  
限ります

認定 補聴器専門店

## 枚方補聴器センター

ヨイ 耳 サンキュー 営業

☎0120-41-3339 9時〜18時

★初めてでも安心!「聞こえの順応トレーニング」実施中。

★ご家族の方も安心!話しかけ方、会話の工夫などご説明します。

信頼の補聴器専門店  
枚方で創業36年

枚方市駅のまん前!

サンフラザ1号館3階

枚方市 補聴器購入費用を助成  
最大 25,000円  
条件あり 問合せください

☎電話相談も承ります

定休日 予約可能日有り  
日曜・祝日、土曜(第1、3、5)

お問合せ