

地域と共に歩んで **37** 周年!

発行:マイライフ新聞社

マイライフ新聞

検索

マイライフ

2020

4 / 1 号

vol.729

マイライフにチラシを
折込みできます! 月末配布

お気軽にご相談ください

〒573-0126

枚方市津田西町2-31-21

TEL 072-859-3332

mylife@mylife-np.com

FAX 072-859-0054

読売新聞

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

カレー屋スタンプラリー **3P**

おすすめクーポン **3P**

カルチャー特集 **5P**

5/23(土)に
※荒天時は24日(日)に順延
延期になりました

第43回 わくわく フリーマーケット 出店者募集

約120ブース

会場 アル・プラザ枚方北駐車場

主催:問合せ マイライフ新聞社



出店方法は4種類。
奮ってご応募ください!

申込締切 **4/20(月)必着**

申込方法

☆当選結果は、4月21日(火)に当選者のみに返信致します。

A. 車出店(1人1ブースのみ申込可) 4,000円

20ブース限定。車をブースのま後ろに駐車して出店できるので楽々!

B. 駐車場不要出店(駐車場なし) 3,000円

出店中、会場内に車を駐車されない方を20ブース限定で募集。次回開催時に使用できるクーポン(500円引き)を進呈!
※搬入出時は、出店ブースに近い駐車スペースを利用できます。

C. 通常出店(駐車場付き)

駐車スペースからブースまで手運びとなります。

● 1ブース **3,000円**

● お友達と一緒に広々出店!
2ブース **6,000円**

D. ワークショップ出店(駐車場付き)

体験(有料)と販売がセットのブース2ブース使用 **6,000円**

《限定4組》※申込時に体験内容記入要

New!

ワークショップ
ブースを募集!



右記の①~⑥を明記し、
ホームページ(パソコン・携帯)、
はがき、FAX
でご応募ください。



申込応募フォーム
<http://www.bra-vo.jp/furimamail/>

※応募は1人(1グループ)に1申込のみ
Aは1ブース、B・Cは2ブースまで申込可

※応募多数の場合は抽選となります。※1ブースは駐車場の車1台分のスペース(約2.4m×4.9m)。※出店者の車は、いかなる場合でも**1ブースにつき1台しか入れません(厳守)**。※飲食物や危険物など不適切なものは出品不可。サービス系(ネイルなど)、一般ブースでの業者出店は不可。

2015年に『火花』で芥川賞を受賞した又吉さんは、寝屋川市で生まれて高校卒業までの多感な時期を過ごしました。小学3年生でサッカーを始め、高校では大阪府代表選手に。淀川の河川敷をいつも走っていたこと、堤防で色んなこ

芥川賞作家でお笑い芸人の又吉直樹さん(39歳・寝屋川市出身)と直木賞作家の門井慶喜さん(48歳・同市在住)が、寝屋川市で初の「ねやがわPR大使」に就任。3月5日市役所で同時代に両受賞者がいることは市の誇りとの広瀬慶輔市長の言葉に、共に「光栄です。大好きな寝屋川の魅力伝えていきたい」と話しました。

寝屋川市初のPR大使に就任 又吉直樹さんと門井慶喜さん

(芥川賞作家・右) (直木賞作家・左)



「本は面白い!」と休校中の子どもたちにエールを

とを思ったこと、菅島駅から子どもだけで初めて電車に乗った時の思い出話など、お笑いの先輩や仲間もいて個性的で面白く、魅力ある人が多い街と話しました。

門井さんは2018年、宮沢賢治の父政次郎の視点から賢治の生涯を愛情と人情深く描いたエールを送りました。

「銀河鉄道の父」で直木賞を受賞。他県で生まれ育ちましたが、父として子育てをしたのは寝屋川市。ここで経験し、思ったことが政次郎の感情としての表現となりました。消防団の団員として地域と交流を深めた門井さんは、よそから来ても魅力的な街。歴史作家として寝屋川市を勉強して伝えていきたいと、話しました。

カンダイアモンド

ダイヤモンドフェア開催中

リフォーム、加工も
絶賛承り中です!

カラーダイヤモンドも
多数取り扱っております!



4月
誕生石 ダイヤモンド
石言葉 ◆
清浄無垢・永遠の絆
幸運をもたらす

4/12(日)・24(金)は臨時休業致します

製造・小売・貴金属買取リ・リフォーム
見取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 トゥルーラブ
0120-58-2081 トウレドゥ etc.
AM10:30~PM6:00 木曜定休

地域の皆様に心のご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 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

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

外装も新たに 15周年リフレッシュオープン!

基礎体力をつけてウイルスに負けない体に
自宅運動用 **無料動画配信中!**

JBCフィットネススタジオ 検索



ヨガ 少人数グループレッスン開講
会員様以外の方対象 先着順・要予約
お時間はお問合せください
1~3名様、約1時間
3,000円(1グループに付)
※窓のあるスタジオで、こまめに換気を行います

地域の皆様に支えられ、
オープンから15年。
減量・筋力、体力づくりのほか
病院(関西医科大学病院)と連携し
整形・心臓の手術リハビリ後の
トレーニングも行っています。
3歳から90歳まで
幅広い年齢層の方に安心して
参加していただいています。

今回の外装施工企業

塗装 KCP 塗装一筋27年
小北塗装
大阪府知事許可塗装店!!
一級塗装技能士 代表 小北 聡士
072-859-3266

屋根文字
デザイン **KTM**
河本工業株式会社
一級建築 土木 鋼製建具工事一式
リフォームなどのご相談ご用命は
0120-323-735

看板
文字型 **signshopbear** 見積り無料
サインショップベアー
看板・LED・テントの企画設計施工
代表 河野 俊博
TEL・FAX 072-867-5226
090-3035-1180
signshopbear@gaia.eonet.ne.jp

無料体験ご参加の方に
オリジナルエコバック
スレセント!
先着20名様

JBC フィットネススタジオ ☎072-857-1514 シャワー室 有



枚方・交野発

「つつした」で思いを紡ぐ

樋口メリヤス工業(株)・中江優子さん



つつした製造直営 TUTUSHITA LABO 交野市倉治4-35-23 ☎072-892-1022

店舗の奥では一針一針くつ下が編み上がる様子を見学できます

枚方・津田に一人の母として家庭を支えつつ、会社を背負い、頑張っている人がいます。一人ひとりの足の形だけでなく、使う人の心にも寄り添った靴下と商品を作り続けてきた樋口メリヤス工業株式会社(枚方市春日)代表取締役・中江優子さん。

15年前に祖父の代から続く会社を譲り受けましたが、多くの負債を抱えた状態でした。会社を畳んだ方が楽、しかし引き継いだ会社の歴史を閉じたくない、当時小

学生の2人の子どもの自分が挑戦する姿を見せたい、お客様に迷惑をかけたくないの思いで、再起に臨みました。そんな中、中江さんはわが子の通う小学校で子どものドッジボールチームを立ち上げ、4年で全国レベルの大会で優勝するほどに。そのチームでデザインした靴下を制作したことをきっかけに、メッセージ入りの靴下を受注販売する話題に。全国から問い合わせも相次ぎ、二足からの注文も受け、様々の要望にも応えてきました。障がいを持つ人が自分で履け、自立できるように、「傷みむくんだ足になつてし

まった、病床の家族へ贈るために、靴下づくりを続けてきました。そして、さらに中江さんは試行錯誤を重ね、かかとをなくした筒状の靴下「つつした」を開発。改良を重ね、きつ過ぎずフィットするように編み方糸の太さを工夫し、肌に触れる内側は天然素材を使用。かかとがないからこそ足に沿う靴下で、履き心地は抜群と好評を得ています。製造直販店の工場では、今も、先代からの機械が大切に使われています。使い捨てではない、ものを大切にしてもらいたい、次世代に少しでもよい環境を残したい、「つつした」にそんな思いを込め、中江さんの挑戦は続きます。

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 秦志麻さん 枚方市星丘4の8の1 tel.072-840-2641

国民の5人に1人以上が糖尿病やその予備軍と言われています。メタボリックシンドロームとは、糖尿病をはじめとする生活習慣病の前段階の状態を示すものです。具体的には内臓脂肪に高血圧、脂質異常症・高血糖が2つ以上基準値を超えた状態のことをいいます。これらは、単独でも動脈硬化を進行させる病

も重なる起ると動脈硬化が進行しやすく、糖尿病の発症ならびに狭心症や心筋梗塞、脳卒中といった病気につながりやすいといわれています。このため、今の生活習慣を改善し、糖尿病などの発症合併症予防のための予防行動が大切となります。

メタボリックシンドロームと糖尿病

日本においては40歳以上74歳までの方が受診できる特定健診(メタボ健診)が実施されています。しかし、自営業の方や若い方の実施率が2〜4割と低く、40歳代男性の治療を受けている割合が他の年代よりも低いという結果もあ

り、働き盛りの方ほど受診ができていない現状があります。予防するためには、①運動を習慣づける②食生活を改善する③禁煙する④健康診断を毎年受けるなどが必要です。例えば、食事は野菜から摂取し、バランス良く腹八分目を心がけ、ゆっくりよく噛んで食べる。日常生活の中でエレベーターなどは使わず意識的に階段を使い、歩ける距離は歩く掃除機かけなどの家事も運動の一つです。春は心も華やき何かを始めたい季節です。ぜひ、すぐに始められることから生活習慣の改善に取り組みしましょう。

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

(前号の続き)背中にやけどのあるA子ちゃんの身体検査が終わった後にお母さんが学校に来ました。担任の先生はお礼を言われると思いましたが、ところがお母さんは「実は、A子が学校から帰ると、私も皆と一緒に身体検査を受けたかったと大声で泣くのです」と話しました。

けどを気にしないほどのクラスメイトとの信頼関係を築いていたのか。真意は分かりませんが、人間は何らかのコンプレックスを隠そうとすべし、こでコンプレックスの克服法です。例えば字が下手な子どもが習字を習い、克服することを心理学で「直接補償」と呼びます。苦手なことを直接的に克服するからです。逆に字が下手な子どもが絵を習う別の選択肢で間接的に克服する。これを「間接補償」と呼びます。いすれにせよ、コンプレックスを持っていると生きづらさを感じるものです。もし子どもさんが何らかのコンプレックスを持っていたら、子どもさんの性格や特性を考え、コンプレックスを解消させてあげてください。

元暴走族から更生、教師を経てカウンセラーに転身。現在、カウンセラー活動と並行して各地での講演活動を実践。テレビ、ラジオなどにも出演。

★関西カウンセラーズ研究会を主宰。勉強会を開いています。見学・体験お気軽に。お問合せは伊藤または相坂(左)まで ☎0566057(伊藤) ☎0566057(相坂) ☎0566057(伊藤)

「戦争」を人権を考えよう

交野市立星田小学校 6年 森野 紗希さん

広島は八月六日、七十四回目の原爆忌を迎えました。犠牲者の鎮魂と平和を祈りました。私は八月六日の新聞に原爆が落ちた日と書いてあったので、どんな事が書いてあるのだろうと思い読んでみました。するとかわいそうな話がたくさんあっていました。お母さんが死んでしまったのか、せなかの皮がめくれた赤ちゃんが道をはいはいて、次の日その形のまま死んでいたそうです。内ぞうが見えているのに子どもをだいて歩いていた人もいたそう

です。川にはい体がたくさんうかび、駅にはい体がつみあげられていたそうです。つらかったらうな、いたかったらうな、想像したらとてもかなしい気持ちになります。同時に、平和な世の中に生きている幸せも感じました。

でも、今でも世界では戦争をしている国もあるそうです。ケガをしたり死んでしまったりする子どももいるし、戦争が続いているから学校や病院もなく、住む家もないそうです。子どもは何も悪くないのにかわいそうだな、なんで話し合えて解決できないのかなと思ってかなしくなりました。世界中の戦争が無くなって平和になってほしいです。*5年生時に書いた作文です。

春の気温変化、湿度に敏感なピアノ! 調律と共に乾燥剤もお取替え! ピアノ調律半額キャンペーン 「大切なピアノは調律専門店」

枚方で天然温泉は極楽湯! 天然温泉サウナに入れて大人450円! 極楽湯 枚方店 ☎072-867-4126

紅葉の名所 京都東福寺 塔頭寺院 大機院 永代供養墓承り中! 春の新墓地 特別案内会

吉田医療新聞

救急部 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



虚血性心疾患

(心筋梗塞、狭心症)による心不全

桜が開花し、例年なら心躍る季節ですが、今年は新型コロナウイルスウィルスの問題で世の中が大揺れしています。皆さんもお花見気分にはなれないのではないのでしょうか。恐ろしい一言ですが、心不全になりやすいので、控えるしかなさそうです。

さて今回は「心不全」の原疾患の一つである「虚血性心疾患」についてお話しします。

「虚血性心疾患」とは心筋梗塞や狭心症の総称で、心臓に酸素や栄養を供給する冠動脈が動脈硬化で詰まったり、細くなったことで、心臓が酸素不足(虚血)になる病気をいいます。虚血状態になった心臓は、左心室のパワーが落ちて、循環器内科を受診してまいります。

「階段の上り下りや運動をした際に胸が苦しくなる」などの虚血性心疾患症状に思い当たる節のある方は、早めに循環器内科を受診しましょう。

京都府立医大医学部卒業
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

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



竹中 洋幸 先生

認知症

誰でも加齢とともに脳機能は低下しますが、それを上回る記憶・理解・判断などの障害が生じ、

日常生活に不都合が出てくると認知症が疑われます。認知症の有病率も加齢とともに上昇し、60歳

早期発見・早期治療すれば「心不全」になる可能性を減らすことができます。

「階段の上り下りや運動をした際に胸が苦しくなる」などの虚血性心疾患症状に思い当たる節のある方は、早めに循環器内科を受診してまいります。

京都府立医大医学部卒業
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

健康相談

ストリートネック

43歳男性。中間管理職でストレスがたまりつぱなし。仕事上ではほとんど一日中パソコン業務です。頭痛や肩こり、首を上下するのもしんどい。

A 本来は湾曲しているはずの頸椎が生活習慣上の悪い姿勢などでまっすぐになってしまいう「ストレートネック」が起こります。血流を良くし、気持ちを安定させる作用のある川芎、芍薬、紅花、香附子、木香、丹参を含有している生薬二号方が良いと思います。

まず、1か月間服用して適度な運動を怠れないでください。少しずつ改善してくると思います。

最近子どもが、長時間ゲームなどで、長時間同じ姿勢を続けて体を動かさないと環境で目の疲れや肩こり、頭痛が起る人が多くなっています。

若い頃は軽くても、年を重ねると治りにくくなります。軽いうちに薬と運動で治しておいてください。

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

インド料理は健康料理! スタンプを5つ集めて次回使える1,000円の金券をもらおう

★5店舗共通プレゼント「ソフトドリンク1杯」※金額はすべて税込 ※全店舗 駐車場有り

店内で800円以上ご飲食の方に限り
金券の引き換えはお1人様1回限り
スタンプラリーは R2年5月末まで

5店舗スタンプラリー Go! Go!

最後の店で金券と引き換えてね 金券は5店舗いづれかで使えます

本格インド料理の店 Kiran キラン

免疫力アップで健康に! 日本人好みの味にアレンジされたインド料理が楽しめる「キラン」。漢方薬とされるスパイスをふんだんに使ったインド料理は美味しただけでなく病気を予防する作用も。風邪予防、整腸作用、冷え性改善、免疫力アップなどの効果があります。

効果があります。野菜、ナッツ、スパイスなどを使用したヘルシーなカレーと一緒に食べるふわふわのナンも格別! 本場インドの味を年齢問わず食べやすくした料理は何度でも食べたいです。インド料理をあなたの健康に役立ててください!

ランチ
Aランチ 850円・Bランチ 950円
チーズナンセット 1,280円
キランコース 1,280円
(カレー2種・タンドリーチキン・ナンorライス・サラダ・スープ・ソフトドリンク)

ディナー
カレープレート 1,280円
ミックスグリル 1,800円
バターチキンカレー 1,050円
タンドリーチキン(2P) 500円

交野市向井田3-100-1
☎072-891-1005
11時~14時半(ランチ)
17時~22時(ディナー)
11時~22時(土・日・祝)

年中無休

Instagram
ホームナート店長

店内は落ち着いた雰囲気バリフリー。大きな窓から交野山が一望できます。

インディアンレストラン&バー ミラン 長尾店

枚方インド料理の老舗!! 広い座敷はお子様連れに人気ノスタルジックでほっこりする長尾店は創業15年! はやりのインド風ステンレスの器でカレーセットが食べられる! ○ランチセット 800円~ ○ディナーもお得なセットあり

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

☎072-852-7666
枚・香里ヶ丘4-2-3
香里ヶ丘CORIO
☎11時~14時半(ランチ)
17時~22時(ディナー)
11時~22時(土・日・祝)
☎月曜(夜のみ) 祝日営業

インディアンレストラン&バー ミラン 香里ヶ丘店

皆様へ感謝!! 創業10周年を迎えることができました! 笑顔が人気の優しい店長が皆様をお迎えます! カウンター、掘りごたつ席など団体もお一人様でもお気軽に。○Aランチ 850円 ○ディナーもお得なセットあり

☎0774-65-1423
京田辺市宮津宮ノ下10-11
☎11時~15時(ランチ)
17時~22時(ディナー)
11時~22時(土・日・祝)
年中無休

インディアンレストラン&バー ミラン 京田辺店

インドの宮殿をイメージした店内でお姫様気分! シャンデリアと大理石のテーブル、高級感あふれる店内。コスパに優れた安くて美味しい料理が楽しめる人気店! ○Aランチ 850円 ○チーズナンセット 1,050円

☎0774-65-1423
京田辺市宮津宮ノ下10-11
☎11時~15時(ランチ)
17時~22時(ディナー)
11時~22時(土・日・祝)
年中無休

クーポンを切りとって 地図はQRでチェック お店へGo!

おすすめ 4月のクーポン

5月からの掲載申込受付中! 掲載月選べます! ☎072-859-3332

アル・プラザ枚方

シリアル各種 10%引き ※398円以上の品に限り

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、ご購入ください。

☎072-896-1100
枚方市津田元町1-4-1

ユナイテッド・シネマ枚方

9スクリーンの大型映画館 [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

「娘は戦場で生まれた」
4/3公開

☎0570-783-450
枚方市高野道1-20-10
フォレオひらかた内

花と緑ガーデニング専門店 hanauta (はなうた)

150坪の敷地に200種類の草花苗揃え! 特に宿根草・多年草・バラ・クレマチスなどイングリッシュガーデンの植物が一杯ですよ(∩_∩)!

●オリジナルの寄せ植え販売
ご予算に合わせた寄せ植えお造りいたします。

夏野菜苗 (斎藤農場苗直売)
4/11(土)より販売します
新入荷の植物の情報をUPします。
https://hanauta.shopinfo.jp

アクセス
JR松井山手駅から徒歩10分
花住坂ゴルフハレットさんの隣です。

☎0774-66-7661
京田辺市大住虚空蔵谷5-1
☎9時半~18時(冬季17時)
☎毎週火曜・第2水曜

フェイシャルサロン Stella-ステラ-

人気のサロンが10周年特別価格でお得にきれいに自宅ケア。悩んでいませんかエステが初めての方でも気軽に体験できるキャンペーンを開催!

エステ後はプロのメイクアップ付き! 春メイクを体験しましょう!

☎090-8528-9221
交・星田9丁目 妙見口すぐ
☎9時半~18時 (※月曜お電話ください) ①有施術中の時は折り返しいたします

ご予約はメールでも!

フェイシャル 90分(メイク付き)
体験 6,600円
⇒1,500円
お1人様1回限り
2020年4月末迄

メロンパン べいく堂

みんなが大好きメロンパン 子ども達がいっしょに(∩_∩)定番から限定商品まで♪

○プレーン・チョコ・ガトーシュクルなど 170円
○紅茶・抹茶 190円
○あまおう等 200円

★期間限定★
お会計より10%引き!
2020年6月末迄

☎072-850-5334
枚・長尾家貝町2-5-24
☎10時半~15時半
☎土・日・祝・月
移動販売 べいく堂 検索

農家の直売所 朝採り市場

新鮮! 「朝掘り筍」販売
上質な筍の産地、八幡・京田辺市の農家から、採れたてのやわらか「朝掘り筍」が続々入荷! (地方発送も受付可)

●新鮮で旬な魚を販売! 調理もおまかせ(水・土曜は休み)
●毎週月曜はテント販売「かつおのわら焼き」など

魚も販売
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・美濃山ノ谷28-1
スポーツアベニュー内
☎毎日営業!
9時~18時 ①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
2020年4月末迄

花苗割引券

このクーポンで お買い上げ1000円毎に100円引き
3,000円→2,700円に

2020年4月末迄

広告

住宅リフォーム特集



依頼先によって大きく変動するのがリフォームの値段。同じ工事でも業者によって倍以上金額が違うこともしばしば。消費者にとっては不可解な話だが、リフォームに携わる建築業者にとっては別段珍しいことではない。この金額差が生まれる背景を知っておくことで、リフォーム費用を抑えられるケースは多々ある。

依頼先によって大きく変動するリフォームの値段

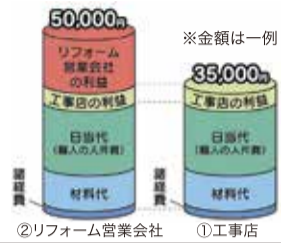
リフォーム費用を節約するために

① 工事店(工務店・塗装店など) ② リフォーム営業会社

リフォーム業者の種類は大きく分けて2つ。①自社で工事をする「工事店」と②営業マンが受注した工事を下請けの「リフォーム営業会社」だ。どちらも工事そのものに掛かる実費は変わらないが、リフォーム営業会社の場合、工事の実費以外に広告費や営業マンの人件費を加算したものが総額になる。リフォーム営業会社の利益を3〜4割と仮定すると、同じ工事内容であっても①であれば3万5千円の工事費用が、依頼先が②に変わるだけで5万円に跳ね上がっていく。(左図)

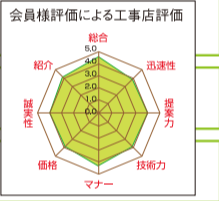
この事情は大規模なリフォーム業者の種別は大きく分けて2つ。①自社で工事をする「工事店」と②営業マンが受注した工事を下請けの「リフォーム営業会社」だ。どちらも工事そのものに掛かる実費は変わらないが、リフォーム営業会社の場合、工事の実費以外に広告費や営業マンの人件費を加算したものが総額になる。リフォーム営業会社の利益を3〜4割と仮定すると、同じ工事内容であっても①であれば3万5千円の工事費用が、依頼先が②に変わるだけで5万円に跳ね上がっていく。(左図)

リフォームは高い買い物なので、価格にも技術にも十分に納得した上で依頼したいもの。では、何を基準に工事店を選ばよいのだろうか。それが、左下の「工事店選びの7大鉄則」だ。ところがこの7条件を満たす工事店を探すのは至難の業だ。



工事店選びの7大鉄則

- 1 まず何よりも誠実である。
- 2 プロとしての提案力がある。
- 3 確かな技術力がある。
- 4 工事終了後の手直しの対応が速い。
- 5 利益につながらないような小さな工事でも喜んで対応する。
- 6 マナーが良く気配りが行き届いて対応が丁寧である。
- 7 工事金額が本当の意味で適正である。



そんな時に役立ててほしいのが、全国各地で16年以上もリフォーム会社の調査を行い続け、選抜されたリフォームの匠だけを消費者に紹介している「優良工事店ネットワーク」だ。

同団体は、リフォーム工事をした消費者にアンケート調査を実施。それを詳細に分析した上で、左記の条件を満たした多くの消費者が「優良」と認めた工事店だけを次の消費者に紹介している。全国950社を超える参加工事店の登録料で運営されているため、消費者は近隣の優良工事店の紹介サービスや、第三者リフォーム工事保証、仲裁制度などのサービスを利用できる。ただしリフォーム完了後にアンケートに協力することが条件。

優良工事店ネットワークが出版した「超簡単」60分でわかる！リフォーム・外壁塗装の教科書には、左記の7条件を満たす工事店を探し出す方法や、近所の工事店選びに役立つ最新情報



リフォーム会社選びの『参考書』を無料進呈!

「超簡単」60分でわかる! リフォーム・外壁塗装の教科書

最新版 即日発送 送料無料

まんがでわかりやすく解説!

在庫部数限りとなります。在庫がなくなった場合、オリジナル版を無料でお送りします。

門外不出の最新情報を一挙公開! お見逃しなく! /

- 信頼できるリフォーム会社の見極め方
- 依頼先によって変わる工事金額の秘密
- 手抜き工事を防ぐ簡単で確実な方法
- 工事金額を極限まで安くする方法
- 見積書の6つの確認ポイントとは?

<読者の感想>

- 過去にリフォームで失敗した理由が今頃わかりました…。もっと早くこの本を読んでおきたかった。(T様)
- まさに教科書! インターネットにはない情報ばかりでとても勉強になりました。(S様)
- これは読まないに絶対に損! リフォームをしようと思っていた友達にも教えたいです。(K様)

あなたのお近くにいる **リフォームの匠を無料でご紹介!**

信頼できるリフォームの匠に出逢える

全国40都道府県で950社の工事店が参加

リフォーム会社や仲介サイトとどこが違うの?

優良工事店ネットワークが選ばれ続ける10の理由

- 1 建築士による厳しい登録審査
- 2 会員様評価の高い工事店だけを紹介
- 3 直接発注で大幅コストダウン
- 4 社長さんが自らお客様を担当
- 5 建築士による見積り査定サービス
- 6 建築士相談サービス
- 7 安心! 工事完成まで保証
- 8 安心! 工事完成後も保証
- 9 安心! トラブル仲裁制度
- 10 充実したご提案資料

リフォーム会社ではありませんので、電話や訪問による勧誘や営業活動は一切ございません。また、参考書をご請求された方の個人情報、資料の発送のみに使わせて頂きます。

ご好評につき、電話とFAXでのお申し込みは混雑する場合がございます。大変お手数ですが、時間をあけてお掛け直しいただくか、インターネットにてお申し込みください。

お申し込みは **お電話 0120-146-064** (通話料無料)

お電話で申込番号[R4417]とお伝えください

お掛け間違いのないようご注意ください。受付時間 朝9時から夕方5時まで(土日祝日も笑顔で活動中) ※時間外は伝言メッセージダイヤルにて受付。

FAX **0120-146-067** 24時間受付/年中無休 ※ハガキと同じ必要事項をご記入のうえ、ご送信ください。

インターネット <https://ykn.jp/60book/> 超簡単本プレゼント

八ガキ 右記の①〜⑤の必要事項をご記入の上、ご返付ください。

〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神4-1-17 博多天神ビル2階 優良工事店ネットワーク 本部事務局

① 申込番号 [R4417] ② 干番号 ③ 住所 ④ 氏名 ⑤ 電話番号

リフォーム会社選びの専門機関 **優良工事店ネットワーク** 本部事務局 〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神4-1-17 博多天神ビル2階

●一般消費者のためのサービスです。建築・不動産関係者からの応募はご遠慮ください。●お客様の個人情報は、当社規定のガイドラインに沿って適切に管理いたします。詳しくは、<https://ykn.jp/privacy/>をご覧ください。

もっともっと！ 始めよう、動き出そう！ カルチャー & おけいこ

新規生徒募集に
5月号の掲載申込みも受付中
☎072-859-3332

キッズHIPHOP 新クラス開講

全14クラス 無料体験実施中！
おすすめ5クラス(New!)

- 週1回 クラス制
5,300円(税込)/月
- 火曜 17時10分～18時
18時～18時50分
- 水曜 17時10分～18時
(アクロバティック)
- 土曜 13時30分～14時20分
19時～19時50分



JBCフィットネススタジオ 検索
JR[長尾]駅 徒歩2分 有り
☎072-857-1514 HPはこちら

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(税抜)
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 Let's get started!
 - 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！
- クラライングリッシュスクール
☎090-7882-5044



無料体験あり、星田スイミングスクール

お子様の安心・安全を考え、
水のきれいなスイミングスクール

- ベビーコース 6ヵ月～2歳11ヵ月
火・木・日 11:00～11:50
3,200円(月3回)/5,900円(月8回)
- 幼児コース 2歳～4歳11ヵ月
月・水 10:50～11:50
5,900円(週1回)
- 本科コース 3歳～中学生
月～土曜日
6,000円(週1回) 全て税抜



コモンティ星田ふれあいクラブ
交野市星田西5-16-2
☎072-810-7733 <わくわくはHPで>

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・体幹トレーニング
セミナー・体験会 など
※読売新聞購読者
割引特典あり
- 枚方市津田西町2-31-21
(ヨミハン大津ビル2F) ☎072-859-3332



業の世界でも起きています。元気に育っています。元気の育ったキュウリのハウス栽培で数年経過した頃、立ち枯れ病が目立つようになり、土壌を殺菌するとまた元気に育つようになった。病原菌を殺すことが大切だといふことがよく分かりました。しかし、数年後に

同じ新型コロナウイルスに感染しても無症状で元気な人と、ひどく悪化してしまう人がいます。実は同じ現象が農業の世界でも起きています。元気に育ったキュウリのハウス栽培で数年経過した頃、立ち枯れ病が目立つようになり、土壌を殺菌するとまた元気に育つようになった。病原菌を殺すことが大切だといふことがよく分かりました。しかし、数年後に

一薬箱のいらない家庭へ
<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

細菌に強い環境とは
はまた立ち枯れ病が目立つようになり、濃く、もっと深く、年に2～3回土壌を殺菌しました。すると、病気がかからず育つようになった。これは、病原菌も有用菌もいなくなった畑で育ったキュウリは、いったん病



代表理事

原菌が入ると競争相手のいない世界で病気が激発したのです。これを人に例えると長年の抗生物質やステロイド、抗がん剤の使用や、無菌生活を続けて腸内細菌の種類も量も減った人は、ウイルスに感染しやすくなります。5年前当社でセッティングした生卵やバナナやパンが腐らない空間で行う4月の勉強会は4日(土)10時～1万円要予約 ☎072-807-0006

原菌が入ると競争相手のいない世界で病気が激発したのです。これを人に例えると長年の抗生物質やステロイド、抗がん剤の使用や、無菌生活を続けて腸内細菌の種類も量も減った人は、ウイルスに感染しやすくなります。5年前当社でセッティングした生卵やバナナやパンが腐らない空間で行う4月の勉強会は4日(土)10時～1万円要予約 ☎072-807-0006

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: 4/6(月)～11(土) **まずは体験!**
費用: 1,000円+税(材料費込) ※入会金・月謝は各6,000円+税
枚方店 ※日・祝休み
枚方市岡東町14-50 三和ビル5F 501号
ご予約は ☎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/
佐藤貴美枝 新規会員募集中!
ニットソーイングクラブ LINE @iao6453n
全国200店舗 ニットソーイングクラブは女性限定のクラブです。

枚方市成人祭
「はたちのつどい」のポスターや記念小冊子を作りませんか?
「はたちのつどい」検討委員会委員募集
令和2年度に、新成人となる平成12年4月2日～13年4月1日生まれの、二十歳の記念に思い出を作りますか。申込/4月1日～24日までに、電話、ファックス、Eメールで、住所、氏名・電話番号、Eメールアドレス、ドレスまたはファックス番号、「はたちのつどい」検討委員会募集課へご応募ください。
※先着5人程度
☎072-807-0006
FAX 072-807-1711
E-mail kysoumu@city.hirakata.osaka.jp

関西外大 KANSAI GAIDAI UNIVERSITY KANSAI GAIDAI COLLEGE

国際教育・国際交流の一大拠点
御殿山キャンパス・グローバルタウン
2018年4月誕生

GO FOR it!
語学の、その先へ。

オープンキャンパス2020 申込不要

同日開催 中宮キャンパス & 御殿山キャンパス・グローバルタウン 全日程 11:00 START!!

集合場所 中宮キャンパス
① 4/26日 グローバルキャンパス体験! 外国人留学生と話そう
③ 7/25日 ④ 7/26日 関西外大ならではのキャリアを知ろう!
⑤ 8/2日 国内留学を体験しよう!
⑥ 9/20日 公募制推薦入試対策講座開催

集合場所 御殿山キャンパス・グローバルタウン
② 6/14日 キャンパスライフを知ろう!
⑦ 12/19日 一般入試対策講座開催

英語キャリア学部 英語キャリア学科 英語キャリア学科小学校教員コース
外国語学部 英米語学科 スペイン語学科
英語国際学部 英語国際学科
短期大学部 英米語学科

入試広報企画部
問合せ TEL 072-805-2850
枚方市中宮東之町16-1

詳細はホームページで 関西外大 検索

わが家のペット

アイリー(オス) わが家の次男です♡もうすぐ9歳、いつまでも元気でいてほしいな!

ベストショットやおもしろ写真をお送りください!

ペットの写真募集中!

ペットの名前・年齢・オスorメス・種類・コメント、飼い主の氏名(掲載しません)、住所、電話番号を明記してマイライフ新聞社まで。(メールまたは郵送で)

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.or.jp/

☎ 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

ぜす 銭司めだか

えさが すごいんです。
こだわりの商品を揃えて お待ちしております

☎ 080-5320-2800

銭司めだか 検索
営業時間はGoogleマップで

京都府木津川市加茂町銭司金鑄山28 ⑩10台あり

Saitoh Dental Clinic

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～

- 1 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。
- 2 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。
- 3 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。
- 4 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。

お気軽に相談ください

一般歯科 予防歯科 ホワイトニング

斉藤 歯科 SAITOH DENTAL CLINIC

☎ 072-844-4928

枚方市 斉藤 歯科 検索

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

指定駅前P1時間無料
三井住友銀行 南口
サンプラザ1号館 T-SITE
サンプラザ3号館 ロータリー
枚方市駅 大阪

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

お子様の歯並びのご相談に
ぜひお越しください!



しおみ歯科クリニック なりた だいすけ
副院長・歯科医師 成田 大輔

しおみ歯科クリニックでは、矯正治療についてもっと知っていただき、納得して治療を始めていただくために「矯正相談会」を開催する事にいたしました。

矯正治療は治療費も決してお安くなく、治療期間も長い治療です。是非、相談会で矯正治療の正しい知識を持っていただき、矯正治療をご検討する際の参考にしてください。参加費は無料です。もちろん、相談会に来ていただいたからといって治療をする必要はありません。

相談会では、当日参加していただいた方の

まずは相談会へ!

「歯列矯正相談会」

参加費
無料!!

目立たない、できるだけ歯を
抜かない矯正治療を行っています!



しおみ歯科クリニック
歯周病専門医・指導医 院長・歯科医師 しおみ のぶゆき
塩見 信行

口腔内のレントゲン撮影を行い、担当医が診断させていただいた上で適切なアドバイスをさせていただきます。

「歯並び矯正治療」にご興味のある方は、是非この機会に相談会にご参加ください。当日は心ばかりのプレゼントもご用意しております。皆様が最適な治療をご検討していただけるために、しおみ歯科クリニックスタッフ一同、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

前回開催時も多くの方がご応募いただき、また人数も限られますのでお早めのご連絡をお願いします。

3/28 土

9:00~17:00

4/1 水

9:00~17:00

4/4 土

9:00~17:00

4/8 水

9:00~17:00

4/11 土

9:00~17:00

歯列矯正相談会お申し込み方法

参加費無料

当日は、所定の時間内で相談会を実施します。当日のご参加も承りますが、人数に限りがあるため出来れば事前にご予約をお願いいたします。ご予約は、ご希望の時間・人数を下記番号より電話にてお伝えください。



KUZUHA MISAKI

しおみ歯科クリニック

〒573-1112 大阪府枚方市楠葉美咲3-12-13

072-856-2525



ホームページ <http://www.shiomi-kyousei.jp>

インビザライン くずは 検索

Instagram 始めました! shiomi_dental

受付時間	月・火・木	9:00 ▶ 13:00 14:30 ▶ 18:00
	水	9:30 ▶ 13:00 14:30 ▶ 18:00
	土	9:00 ▶ 13:00 14:30 ▶ 17:00

休診日 日曜日・祝日



取材:株式会社 クロオビ 06-6768-8878

詳しくはお気軽にお問合せください

ドキドキらいふ

No.310 るー小林



ショッピング情報

4月1日(水)~30日(木)

ソフィアモール

眼鏡市場

☆度付きサングラス¥11,000~☆春の行楽シーズンに向けて、サングラスはいかがですか?スポーツタイプからトレンドまでたくさん用意しています。また、お得な度付きセットもご用意しています。ぜひ、お立ち寄りください♪

☎075-972-3858

ザ・ダイソー

新生活、入園入学の準備はお済みでしょうか?「Brand New Day」シリーズのかわいい文具やおしゃれなカフェカーテンなど多数取りそろえています。この機会にぜひご来店ください。☎075-972-5064

キリン堂

春本番! たいまUV対策キャンペーンを実施中です。対象の日焼け止め商品でポイント3倍進呈中。春先から紫外線の量は強まってきましたので、この時期のお肌のケアは大変重要です。お肌ケアのご相談はキ

リン堂まで。皆様のご来店をお待ちしています。☎075-971-3611

ビオルネ

◆ビオルネ30周年祭=10日(金)~5月31日(日)○30周年記念イベントみんなの30年写真展「ひらかたり」○ビオルネアプリ開始
◆プロレスリング紫焰ビオルネ大会=4日(土)14時~(無料・雨天中止)
◆ビオルネお笑いライブ=18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

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)

◆11日(土)(ワンワンデー)・22日(水)(ニャンニャンデー) ペットフード各種2割引

◎営業/10時~20時30分
◎休まず営業

アル・プラザ香里園(平和堂)

◆「スマホフェア」スマホデビューにお得な機種を取りそろえています。=2日(木)~5日(日)10時~19時
◆「寝具大市」半期に一度の寝具大市開催。羽毛ふとん、敷ふとんなどお買い得品が満載! =8日(水)~13日(月)10時~21時(最終日は14時まで)※共に1Fセントラルコートにて
◎営業/10時~21時
◎休まず営業

*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1ポイントを進呈 ◆「月のまんなか市」集めてお得意! 青い謝恩シールラリー開催。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=14日(火)・15日(水) ◆HOPマネーチャージ1万円で50ポイント進呈=15日(水)・16日(木)・25日(土)・26日(日)
◆HOP-IDでのお支払いでご請求金額より5%還元=19日(日)

2020 4月の運勢

★ディアーナ(みどり)★西洋占星術 占歴35年 ネブチューン氏に師事。梅田マリルなどメディア活動も多数にわたる。

牡羊座 3/21~4/20 願いかなう春。用意周到にコツコツ頑張ってきたことなら、願う以上の結果も思いつきや無謀なチャレンジはNG。誠実に、慎重に	牡牛座 4/21~5/21 こだわりがマイナスに働きがち。つまらない点にこだわって、肝心なところでうっかりしないように。心を柔軟に保っておくことが大切
双子座 5/22~6/21 発展運。発想の豊かさ、気分転換の上手さが、これまで苦境に思えた場所から収穫を得ることも。コツコツ積み上げたことが報われる	蟹座 6/22~7/22 目標に向かって無理をしがち。また、頑強な自分をアピールするのはいけけれど、スタンプレーに見られると損。焦らず謙虚に努力を
獅子座 7/23~8/22 活力アップで、生き生きと活動できる。ただし、思いつきや相手の都合を考えない態度があると人間関係悪化も。円満に協力を求めて	乙女座 8/23~9/23 日頃から体調を整えて。フルパワーで活動すれば息切れも。睡眠はたっぷり。その日の疲れはその日のうちに解消するよう心がけて
天秤座 9/24~10/23 人との活発な交流が、色々なことに気づかせてくれる。行き詰ったような閉塞感ももちろん。何となく気がなっていた問題もクリアに	蠍座 10/24~11/22 目まぐるしい忙しさですが、せっせと働き、成果をあげて。見込み通りの結果は先送りになるかもしれないが、行動の貯金と考えると
射手座 11/23~12/21 あなたの魅力が高まって、モチベーションもスムーズに進行しそう。あなたが楽しいと思えることを、どんどん相手に提供して	山羊座 12/22~1/20 程よいところで満足するよう心がけて。欲張って無理な追求は疲れるだけ。ポジティブシンキングで、心の調子を整えるようにして
水瓶座 1/21~2/18 後半には多忙さも一段落。そこで英気を養えるよう、計画を立てておいて。働く・遊ぶ・食べる・運動を。といったメリハリが大切	魚座 2/19~3/20 待たされることが増える。約かなが予約が取れない。約束の返事待ちなど。些細なことがストレスに。気にせず、自ら何度も連絡を入れて

「読者の声」

失敗した! しくじりエピソード

宝塚歌劇が好きで、宝塚駅周辺で好きなタカラジェンヌさん発見! 目で追って歩いていると、道路のへこみに気付かず思っきりこけました。
天野が原町・T美(51歳)

人気の焼肉店、ランチ終了間際にやっと見つけ、階段を駆け下りたら最後の段を踏み外し、剥離骨折。ランチにも手が届かず痛しくじりでした。
あわてん坊さん(54歳)

41年前の公務員採用試験の日。駅で財布を忘れたことに気づき、取りに戻ったら集合時間に間に合わず…。でもまたまた、電車事故があり、延着扱いで30分遅れで受験できた。遅延なければ人生変わってました。
藤原元町・T(63歳)

地域情報誌

マイライフ 配布員さん募集!

- 毎月末4日間、あなたの空き時間に配布してください(チラシ折込作業もあります)。
- 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歳代の方が活躍中!
- 1エリア 500~800部
- マイライフイベント参加特典あります。
- 配布料など詳細はお電話で

その他の地域も 配布員登録受付中

募集エリア 山田池東町、長尾谷町、松井山手など

応募 マイライフ新聞社 ☎072-859-3332

お気軽にお問い合わせください。

お楽しみプレゼント

1人様

家庭用生ごみ減量乾燥機 「パリパリキューブライトアルファ」

生ごみの悩みは乾燥させるだけで、簡単にすべて解決! 生ごみの水分と雑菌を乾燥させるだけでおい、悪臭、虫・コバエ、汁だれなどを防ぎ、重さも5分の1に減量します。ごみ出しの回数も減り、楽に処理物は、有機肥料にも使えます。忙しい朝にゆとりを!

大きさは、A4用紙サイズほどコンパクト!
価格:30,360円(税込)
型式:PCL-33

「パリパリキューブ」検索 ☎0120-256-333

映画招待券

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)

4 イオンシネマ 御山 ☎075-633-0901

5 ユナイテッド・シネマ 枚方 ☎0570-783-450

シネマインフォメーション

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歳以上の方がご覧になれます。

イオンシネマ 御山 ☎075-633-0901

上映中 ● 野性の呼び声 ● 劇場版 SHIROBAKO(アニメ) ● Fukushima50 ● 仮面病棟 ● ジュディ 虹の彼方に(字幕) ● 弥生、三月-君を愛した30年- ● ハーレイ・クインの華麗なる覚醒(PG12)(字幕・吹替) ● 一度死んでみた ● 劇場版 メイドインアビス 深き魂の黎明(アニメ)(R15+)

4/17 ~ 劇場 名探偵コナン 緋色の弾丸(アニメ)

4/24 ~ クレヨンしんちゃん 激突!ラクガキングダムとほぼ四人の勇者(アニメ) ● 糸

ユナイテッド・シネマ 枚方 ☎0570-783-450

上映中 ● スマホを落としただけなのに 囚われの殺人鬼 ● 野性の呼び声 ● Fukushima50 ● 一度死んでみた ● 仮面病棟 ● ジュディ 虹の彼方に ● サーホー ● ハーレイ・クインの華麗なる覚醒(PG12) ● 弥生、三月-君を愛した30年- ● 犬鳴村 ● 三島由紀夫VS東大全共闘 50年目の真実 ● 劇場版 騎士竜戦隊リュウソウジャーVSルパンレンジャーVSパトレンジャー/魔進戦隊キラメイジャー エピソードZERO【スーパー戦隊MOVIEパーティー】 ● ジュラシック・ワールド(4DX3D吹替) ● ONE PIECE FILM GOLD(アニメ)(4DX2D) ● 前田建設ファンタジー営業部 ● パラサイト

4/3 ~ 娘は戦場で生まれた ● 9人の翻訳家 囚われたベストセラー ● スキャンダル ● 名もなき生涯 ● ジュラシック・ワールド/炎の王国(4DX3D吹替) ● 劇場版 ONE PIECE STAMPEDE(アニメ)(4DX2D) ● ハンターキラー 潜航せよ(4DX2D)

4/10 ~ 劇場版 SHIROBAKO(アニメ) ● パーパ! 伝説誕生 完全版 ● パーパ! 王の凱旋 完全版 ● 酔うとけい物になる父がつかない YESTERDAY ● 星屑の町 ● 新聞記者 ● 仮面ライダージオウ NEXT TIME ゲイツ、マジェスティ ● セッション ● コジラ キング・オブ・モンスターズ(4DX3D吹替)

4/17 ~ 名探偵コナン 緋色の弾丸(アニメ) ● 劇場 機動警察パトレイバー the Movie 4DX(アニメ)

4/24 ~ クレヨンしんちゃん 激突!ラクガキングダムとほぼ四人の勇者(アニメ) ● 糸

2 ペア3組様

第27回 茂山一族 デラックス狂言会

「数相撲」

5月30日(土)14:00開演
高槻現代劇場中ホール(全席指定)
一般4,000円 学生1,000円
※未就学児の入場はご遠慮ください。

「数相撲(かずもう)」「呼声(よびこえ)」「悪太郎(あくたろう)」
出演:茂山千五郎・七五三・あきら・千三郎・宗彦・茂・逸平・千之丞 他

高槻現代劇場 検索 ☎072-671-9999

3 約70年ぶりに パッケージリニューアル

5人様

ノザキのコンビーフ 6缶セット

開けやすいシール蓋などパッケージをリニューアル。製造日から3年6か月常温保存でき、非常用の備蓄食品としても最適です。そのままでも、野菜や卵など様々な食材と調理してもおいしい、安心で長年、大人気の缶詰です。

80g×6缶(2,559円相当)

川商フーズ 検索

上映例

「名探偵コナン 緋色の弾丸」 4/17公開

「糸」 4/24公開

各館で人気の話題作続々上映!!

上映作品は各館のホームページ、または左記をご参照ください。

黒猫 ハル 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!

約1年半前、枚方市橋本並木の自宅から行方不明になりました。SNS、チラシ配布で多数の情報を頂いています。見つかるまで、探し続けています。

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

チケット

スマホでも見れます! お電話1本でチケットを ご自宅に郵送(送料無料) ☎072-859-3332 FAX072-859-0054

三山ひろし 2020 笑顔をお届けます! コンサート

5/13(水) 13:00 / 17:00

※就学前児は入場不可

愛読者価格でご提供
全席指定 6,500円
昼 5,500円 夜 5,000円
主催/デカナル

熱唱 演歌 冠二郎 & 新舞踊

冠二郎 5/9(土) 13:00 S席 4,500円

津軽ひろ子 山崎ていじ

出演:三好亜律子、五月あやのほか
主催/三好亜律子音楽事務所 オフィス上野

メセナひらかた会館・多目的ホール

映画 映画券は郵送の場合2枚以上で

「引っ越し大名!」6/20(土)

1 10:30
2 14:30
3 18:15

時間指定・全席自由

一般 1,000円(当日 1,200円) 4/17発売
割引 800円(当日 900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】日本語字幕版上映(音声ガイド貸出あり、先着15名。補聴器貸出あり、先着3名)
主催/(公財)枚方市文化国際財団

マイライフ新聞社で直接購入もできます

電話(平日9:00~17:00)がFAXでお申込の後、1週間以内に郵便局の払込取扱票でお振込ください。郵便払込口座/00900-8-68978 加入者名/マイライフ新聞社

吉田病院
医療法人 殺峰会

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。

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

おしらせ

自宅で結婚をお世話します。会員6万人・1BJ公認

☎0000-819-0069
☎0000-819-0067
☎0000-819-0069

ダンス教室時間貸します
2時間～ご相談応じます
ソフィア「樟葉」駅前
☎072-841-2790

意賀美神社 月例会
4月は休会いたします。
新型コロナウイルス感染症拡大の影響で休会させていただきます。

問合せ/意賀美神社
☎072-841-2790

教えます

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

「心理カウンセラー養成講座」の体験と説明会
心理学を分かりやすく学べます。①4月15日・22日(水)10時30分～12時
②4月22日(水)19時～20時
30分ラポールひらかた
※参加無料。詳細はHP
主催:申込/NPO法人
京阪総合カウンスリング
☎072-814-7140

レコード・CD買取します
スノーレコード 検索
☎06-4862-4684

暮らしの案内

- 求人・営業1行 ...1,500円
- サークルほか ...500円
- 非営利1行 (各税別)

お申込みは
マイライフ新聞社
☎072-859-3332

自然好きならあつまれ!
「交野」子ども自然体験
クラブ参加者募集
交野の山や川、植物園、公園などで自然の勉強や遊び、ハイキング、親子泊キャンプなど、楽しい体験を。対象は交野及び近隣の小1～6年(先着30人)①5/17②6/21③7/18④8/15⑤10/18⑥11/15⑦12/20 ※7/18以外は日曜日 基本10時～15時 1回500円
※③キャンプは子ども1500円、大人2000円。そのほか実費負担有
開会の5/17(日)は大阪市立大学附属植物園(私市)で楽しみます。
主催/枚方・交野地区自然体験クラブ 問合せ/堀内
☎072-800-3151
☎06-0000-6000

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&ディナーを特別価格で!

鳥比寿 **京鼎樓**
JIN DIN ROU

京鼎樓(ジンディンロウ) 枚方T-SITE店
☎072-845-5589 営業11時～23時(L.O.22時)
大阪府枚方市岡東町12-2 枚方T-SITE 8F (休)元旦

●他券他サービス併用不可 ●予約申請・注文時提示
●1枚で1グループ全員使用可
●2020年4月1日～5月31日まで有効

◆フカヒレと浅利の蟹肉入り玉子餡かけ 麺又は炒飯 ※オープンから17時まで (税別)
特別ご優待価格 **1,790円**
※5月:フカヒレと蟹肉の卵白餡かけ麺又は炒飯

◆特選コース (税別) ※要予約、2名様から受付
5,400円 → 2,700円

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

はじめての! 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 要予約

スマホ体験会 参加しませんか

- 周りの人がスマホデビュー。私も使ってみよう!
- お得な「キャッシュレス払い」について知りたい!
- 動画や音楽、カメラ...色々楽しめる!?
- スマホのこと知りたいけど家族に聞けない...

実際に使って体験しましょう

- ☎ 電話、写真などの基本操作
- 🗺️ 地図・ナビを使ってみよう
- 📺 脳トレや動画アプリを体験

ガラケーの方、他社契約の方、携帯を持たない方も大歓迎!

2店舗で同時開催 4月18日(土)、19日(日) 10時半～12時半(2時間)
25日(土)、26日(日) (各日 先着5組様) 会場:各店舗

※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。
宮ヶ阪でも 藤阪でも お近くのお店で **手ぶらでお気軽にお越しください**

三山ひろし
笑顔をお届けます!! コンサート2020

5月13日(水) 昼13:00 夜17:00
※開場は30分前

門真ルミエールホール
京阪「古川橋」駅下車徒歩4分

全席指定・税込 **6,500円**を
昼 **5,500円**
夜 **5,000円**

好評発売中!

4/1より 門真ルミエールホール リニューアルオープン! チケット発売中

お申込 問合せ **マイライフ新聞社**
☎072-859-3332 FAX 072-859-0054

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

ソフトバンク 枚方宮之阪
枚方市禁野本町1-16-10 京都中央信用金庫1F
☎072-805-6655 イズミヤ枚方店 向かい
営業10時～20時 (休)第3水曜日

ソフトバンク 枚方藤阪東
枚方市藤阪東町3-5-21 スーパーアカシア 枚方長尾店向かい
☎072-897-0150
営業11時～20時(土・日・祝は10時～) (休)第3水曜日

配布用 20-0319-2133

34年の信頼実績 | 安心です! 当院では全施術を高牟禮院長が担当します。
関西屈指の症例数 **たるみ・シワが改善し10歳若く見える!**

最先端ヒアルロン酸注入 (他院異物注入治療後の修正可)
ほうれい線、口元のしわ・くぼみ改善! 「ボリュームXC」導入!!
厚生省認可 2年以上の長期持続性
従来のヒアルロン酸と比べ3～4倍の持続力と強力リフトアップで、理想のラインに近づきます。ヒアルロン酸などの注入物は入れすぎるとたるみの原因になるトラブルが発生しています。追加注入も可能なため初めは少なめに注入することをおすすめします。顔全体に入れても目安として5cc程度です。ボリュームXCは、院内感染を防ぐために滅菌済みの1cc単位の処置しかできません。

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
たるみ自体を取り除き、表情筋を引き上げる
耳の内側の目立たない部分で切開します。
■フェイスリフト **900,000円**～

失敗すると多額の賠償金発生
川崎クリニック院長 高牟禮 彰 (医学博士)
美容外科手術 修正
他院手術による糸リフトアップ(糸抜き)・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/クワガ・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) イレズミ除去/女性器(陰・小陰唇・大陰唇)/男性器(包茎・増大) ED治療

万一、症状が改善しなければ、責任もって再治療させていただきます。

間違った治療により多額の賠償判決や後遺症補償事例が多数発生しています。多額の賠償を受けても人生は台無しです。治療を受ける前にはいくつかのクリニックに相談に行かれ、治療を受けてください。万一、同意書に保障がない旨の書面でも裁判では多額の賠償が受けられます。

美容外科 形成外科 美容皮膚科 歯科
川崎クリニック
kawasaki@kawasakclinic.com

●個室完備(プライバシー厳守)
●診察時間/10:00～18:00
●予約制 ●学習あり
●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認定医療機関
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! **0120-304-783**
※公的保険は適用されません。治療費は標準的な費用になります。

大阪・梅田 (駅前第3ビル2F) ☎06-6348-0783
シニア割引5%OFF ※60歳以上の対象。保険証など、年齢確認ができるものをご提示ください。但し、他の割引との併用はできません。