

# マイライフ



〒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

送料無料キャンペーン!

産地直送

島根県 隠岐の島

お取り寄せグルメ特集 2P

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

## 通学圏の26校が枚方に!

地元で入試情報が集まる個別相談会



9月26日(日) 11時30分~17時(3部・入れ替え制) 会場:ラポールひらかた

新型コロナウイルス感染症防止対策を講じての開催となります。状況が流動的のため決定次第、参加者募集の案内をいたします。

## 予告

### 第28回 私立中学・高校 入試説明・懇談会

入場無料

48階からの眺望を 楽しみながらご昼食を



サンタマリアでクルーズ

地上300m、日本一高い超高層ビル「あべのハルカス」展望台から360度大パノラマの絶景と珠玉の美術鑑賞、大阪港クルーズで海から雄大な眺めを満喫し、気分一新しませんか。

日帰りバスツアー参加者募集

## 空と海からの絶景と名画を堪能

「あべのハルカス」の展望台と「ポーラ美術館」 ゆったり大阪港デイクルーズ

7月30日(金) お一人様 12,800円

◆感染防止対策を講じて実施します



ピエール・オーギュスト・ルノワール「レースの帽子の少女」1891年 ポーラ美術館蔵

写真提供:近鉄不動産(株)

午後、大阪港帆船型観光船サンタマリアに乗船、広大な海へ。ゆったりとクルーズをお楽しみください。

お一人様の参加も歓迎 ※最少催行人員25人

## カンダイアモンド



7月誕生石 ルビー スフェーン

7月21日(水)、28日(水)臨時休業致します

0120-58-2081

10:30~18:00 木曜定休

枚方を中心に近畿圏対応 大切なペットのお見送りをお手伝い 訪問火葬 FRAMA

JBC フィットネススタジオ 16年の信用 ヨガ エアロビクス ズンバ ヒップホップ(大人 子供) 週50のスタジオプログラム 各50分

半永久的リフトアップ アンカーフェザーリフト 手軽な注入法が人気ですが、ヒアルロン酸などは継続治療が必要でハリ・小じわは改善できても引き上げ効果が期待できません

川崎クリニック 高牟禮院長が担当するので安心 全施術を高牟禮院長が担当するので安心

**7月解禁!**  
隠岐のとれたてサザエ



ご当地グルメの  
さざえご飯にも!

コロナに負けない!  
隠岐の島×マイライフ  
6月・7月合同企画

**島根県**

お中元に!  
お家グルメに!  
隠岐の地酒を  
海産物を味わって!

後援/ 隠岐の島町・海士町・隠岐の島町商工会・隠岐商工会・隠岐スモールビジネス協議会

お取り寄せグルメ  
okinoshima

# 隠岐の島

**産地直送**

6月の人気商品

- 隠岐誉 室町、江戸のセット
- 寒シマメ肝醤油漬け
- あごだし みそだしの素
- いわがき「清海」Mサイズ

7月解禁!  
お刺身はもちろん、  
煮ても焼いても、  
美味しく召し上が  
れます。

農林水産省の支援を受けて

**送料無料** 申込受付中

**キャンペーン**

7月25日(日)ご注文分まで  
(7月31日までに発送のご注文分が対象)

※予算に限りがあるため、早期終了する場合があります。  
※「令和2年度 国産農林水産物等販路多様化緊急対策事業」の支援事業です。  
※商品代金はすべて税込価格です。

←←ご注文はこちら

掲載商品以外にも送料無料商品を  
多数取り揃えています!

隠岐ウェブ商店街 **検索**

**送料無料** 隠岐誉 純米大吟醸セット

純米大吟醸の上品で華やかな香りをお楽しみください

Kura Master 純米大吟醸酒部門  
2019年 プラチナ賞受賞!  
全米日本酒飲評会 大吟醸A部門  
2020年 金賞受賞!



隠岐酒造株式会社 常温

OKS 105	純米大吟醸斗瓶用い 1800ml×1 純米大吟醸 1800ml×1	17,600円
OKS 106	純米大吟醸斗瓶用い 720ml×1 純米大吟醸 720ml×1	8,800円

**送料無料** 寒シマメ肝醤油漬け 5食セット

大人気の肝醤油漬け! 熱々ご飯にのせるだけで絶品するめいか漬け丼の完成です

島根を代表するご当地どんぶり! TVや雑誌で紹介されたリピーター続出の人気商品です。



株式会社ふるさと海士(島根便) CAS凍結センター直送 冷凍

FRS 571 寒シマメ肝醤油漬け 80g×5パックセット 2,599円

**送料無料** 隠岐のいわがき「清海」蛸木(たぐ)産

春と初夏限定の隠岐の味覚! 牡蠣の王様いわがきの独特の甘味を味わっちゃい!!

3Dフリーザを使った旨味を閉じ込めた冷凍で旬の鮮度を保ったままお届け。



株式会社和田水産 冷凍

WAD 13	Mサイズ(250g~299g×10個)	7,000円
WAD 12	Mサイズ(250g~299g×5個)	3,500円
WAD 11	Sサイズ(200g~249g×10個)	6,000円
WAD 10	Sサイズ(200g~249g×5個)	3,000円

**送料無料** 隠岐活さざえ [1.3kg]

隠岐の美味しい海藻を食べてのびのびと育った、新鮮なさざえです



隠岐の島づくり株式会社 冷蔵

SZE 8 隠岐活さざえ1.3kg(13個~18個) 2,300円  
※時期と個体の大きさによって個数は増減します

**送料無料** 隠岐誉 室町と江戸の純米酒セット

フランスのKuraMaster 2020 プラチナ賞 TOP18を受賞(824点中)

「室町の純米酒90」は室町時代のお酒を再現した、貴腐ワインのようなお酒。超辛口の日本酒「江戸の純米酒90」をセットにしました。



隠岐酒造株式会社 常温

OKS 107	室町の純米酒90 1800ml×1 江戸の純米酒90 1800ml×1	7,260円
OKS 108	室町の純米酒90 720ml×1 江戸の純米酒90 720ml×1	3,630円

**送料無料** 隠岐誉 純米吟醸 生酛

穏やかな香り、スッキリとした酸味と膨らみのある旨み特徴です

穏やかな香りと生酛仕込により、キレの良い酸味と膨らみのある味わいで、後味もスッキリしています。



隠岐酒造株式会社 常温

OKS 95	1800ml	3,520円
OKS 96	720ml	1,760円

**送料無料** 朝どれ白いか お刺身用

隠岐の島近海で水揚げされた「朝どれ白いか」を急速冷凍し鮮度抜群でお届けします!

肉厚でほどよい歯ごたえと甘みいっぱい! 半解凍して切るだけで、手軽に新鮮な白いかのお刺身が楽しめます。



株式会社ふるさと海士(島根便) CAS凍結センター直送 冷凍

FRS 616	特大サイズ 110g 3枚セット	4,911円
FRS 260	大サイズ 90g 3枚セット	3,969円
FRS 259	中サイズ 70g 3枚セット	3,144円

**送料無料** 「いわがき春香」ハーフシェル

“ぶるんとしたリッチな食感”が人気の「いわがき春香」を生食でどうぞ!

身は肉厚でクリーミー、濃厚な味わいです。面倒な殻むき不要です。



株式会社ふるさと海士(島根便) CAS凍結センター直送 冷凍

FRS 682	LLサイズ(270g~) 5個セット	6,775円
FRS 207	Lサイズ(220g~) 5個セット	5,695円
FRS 208	Mサイズ(160g~) 5個セット	4,615円
FRS 209	Sサイズ(120g~) 5個セット	4,075円
FRS 696	SSサイズ(100g~) 6個セット	3,945円

**送料無料** 純米辛口 隠岐の海

さらりとしたのどごしで、超辛口、コクがあり、後味のキレが良いお酒です

口に含むとすぐに辛さを感じますが、喉ごしはなめらかです。特に熱燗がおすすめです。冷でも美味しく召し上がれます。



隠岐酒造株式会社 常温

OKS 20	1800ml	2,860円
OKS 21	720ml	1,540円

**送料無料** 隠岐誉 純米酒

爽やかな香りでキレの良い酸味と旨みの調和をお楽しみください

米のコクと旨みを感じる端正な純米酒です。コクの余韻が心地良く、「もう一杯」が欲しくなります。



隠岐酒造株式会社 常温

OKS 17	1800ml	2,750円
OKS 18	720ml	1,485円

**送料無料** 白いか組み合わせセット

隠岐のいかの最高峰! 「白いか」だけの贅沢セット

隠岐の海で獲れるいかの中でも、最高級の白いか。生・焼き・揚げ・煮つけと色々な調理で味わえるセットです。



株式会社ふるさと海士(島根便) CAS凍結センター直送 冷凍

FRS 750 朝どれ白いかお刺身用(70~90g)×1パック / 白いか島風干し(70~90g)×1パック / 白いか姿フライ210g(約5枚)×1パック / 我がこの白いか煮つけ100g×1パック 3,998円

**送料無料** ごっつおセット

ふるさと海士の大人気商品3つをセット! まずはお試しを

定番商品をピックアップ! 迷った方はこれを選べば間違いなしです。「ごっつお」とは、方言で「ごちそう」。



株式会社ふるさと海士(島根便) CAS凍結センター直送 冷凍

FRS 749 朝どれ白いかお刺身用(70~90g)×1パック / いわがき「春香」ハーフシェルSSサイズ(100g)2個入り×1パック / 寒シマメ肝醤油漬け50g×2パック 3,135円

**送料無料** 隠岐の島づくり あごだしギフト

隠岐の島の特産品、あごだしと藻塩を組み合わせた贅沢なセットです

隠岐ではとびうおを「あご」と呼びます。あごのだしと、みそだしの素に加え、海水と海藻のアラメを釜で煮詰めた「藻塩」をセットにしました。隠岐の味をご家庭に加えるのにおすすめのセットです。



隠岐の島づくり株式会社 常温

SZE 1002 あごだし固形60g×1袋 / あごだし粉末100g×1袋 / あごだしみそだしの素500ml×2本 / 手づくり「藻塩」100g×1袋 4,040円

**送料無料** あごだしみそだしの素

お湯にさっと混ぜるだけ! 本格的な「あごだし」の味を楽しめる液みそです

雑味・臭みがなく、上品な風味と栄養の詰まった液みそに仕上がっています。これ一本で味噌汁30杯分。



隠岐の島づくり株式会社 常温

SZE 3001	500ml×3本	2,400円
SZE 1	500ml×1本	800円

**送料無料** 隠岐の島特産 あごだし煮干し

隠岐島近海のとびうお100%の「あごだし」。煮もの、みそ汁、麺つゆにも。だしをとった後もアレンジできます!

頭部・内臓などを丁寧に取り除き、煮沸して身だけで作られる昔ながらの製法であくが少ないのが特徴。上品な旨味のあるだしになります。



隠岐の島づくり株式会社 常温

SZE 12	煮干し固形 1kg	9,400円
SZE 11	煮干し固形 500g	4,800円
SZE 20	煮干し固形 100g	1,000円
SZE 21	煮干し固形 60g	600円
SZE 9	煮干し粉末 100g	1,100円

**ご注文は電話、FAX、インターネットで**

**隠岐ウェブ商店街** 〒685-0014 島根県隠岐郡 隠岐の島町西町名田ノ51-5

[電話] 08512-2-2715 9時~17時(土日祝除く)  
[FAX] 050-3737-7892  
[ウェブサイト] https://okiwebshop.com

[事務局・運営会社] 株式会社 前川商会

隠岐ウェブ商店街 **検索**

**FAX でのご注文** 「マイライフ7月号注文」とご記入の上、下記の①②③を明記し、ご注文ください。ギフトの場合は④⑤もご記入ください。

①ご注文者の氏名、フリガナ、〒、住所、電話番号、FAX番号 ②ご注文商品名、商品番号、個数  
③支払方法(代金引換または銀行振込)  
④(ギフトの場合) 贈り先の氏名、〒、住所、電話番号、お届け希望日のある場合は7日後以降の日付をご記入ください。お届け希望時間: なし/午前/14時~16時/16時~18時/18時~20時/19時~21時のいずれか  
⑤(ギフトの場合) のしが必要な場合はその内容をご記入ください。(例: 表書き「お中元」 名前「大阪太郎」)

**お支払いについて** お支払いは下記からお選びいただけます。

[代金引換] 別途代金引換手数料がかかります。※330円~1,100円(税込)  
[銀行振込] FAXもしくはお電話でご連絡後、下記のゆうちょ銀行口座へお振込みください。ご入金確認後に発送します。(振込手数料はお客様負担をお願いします)  
郵便払込口座 01340-3-103114 / 加入者名 株式会社前川商会 隠岐ウェブ商店街  
[クレジットカード] インターネット注文でご利用いただけます。

※CAS凍結センター直送のマークがついている商品は他の商品との同時注文の時には別梱包となります。ご了承ください。

**発送について** ・商品のお届けはご注文後1週間~10日前後になります。「常温」「冷蔵」「冷凍」の商品が混在の場合、別々の発送になります。  
・離島からの発送のため、悪天候などで発送が前後する場合がございます。予めご了承ください。

### 星降る丘から健康便り

JCHO星ヶ丘医療センター  
皮膚・排泄ケア認定看護師 石濱 慶子さん  
枚方市星ヶ丘4の8の1 tel.072-840-2641

4月25日に大阪府下が発出された、3度目の緊急事態宣言が、6月21日に解除されました。府内の新規感染者数はピーク時と比較し、大幅に減少していることが報道されています。また、コロナウイルスワクチン接種対象者が職域接種などの方法も取り入れられ、重症化予防と感染拡大の防止が期待されています。しかし、新たな変異株も出現しているため、引き続き感染予防行動を取る必要があります。手洗いはマスク着用とならび、重要な感染予防行動の一つです。しかし、1日に何度も手洗いや消毒剤による手指衛生を行うことで、乾燥し手荒れを起こすことがあります。ひどい手荒れに行きましよう。そんな

### 手荒れ予防とコロナウイルス対策

にできないわ という方は、気が付いた時に多めにハンドクリームを塗り込んでください。睡眠時間もしっかり保湿するのも有効です。皮膚の表面の角質層は皮脂膜に守られています。しかし、手洗いや消毒剤による手指衛生を行うことで、皮脂膜が破綻し水分が蒸発した結果、乾燥し手荒れとなります。手荒れの部分には、保湿剤を塗ります。保湿剤は、肌の表面の角質層に多めにハンドクリームを塗り込んでください。睡眠時間もしっかり保湿するのも有効です。皮膚の表面の角質層は皮脂膜に守られています。しかし、手洗いや消毒剤による手指衛生を行うことで、皮脂膜が破綻し水分が蒸発した結果、乾燥し手荒れとなります。手荒れの部分には、保湿剤を塗ります。保湿剤は、肌の表面の角質層に多めにハンドクリームを塗り込んでください。睡眠時間もしっかり保湿するのも有効です。

### 枚方公済病院 シリーズ

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

心臓の中に左心室という分厚い筋肉でできた部屋があって、この部屋が力強く収縮して大動脈を通して全身へ血液を送り出します。左心室の入口、出口にはそれぞれ扉がはさみ込まれて、扉が閉まって血液が逆流しないようにしています。

### 心臓弁膜症

血液を前に進めます。この扉を「弁」と言っており、弁の閉りが悪くなると弁膜症と言われ、進行すると心臓の機能を低下させて、心不全を引き起こします。左心室への入口の扉が僧帽弁、左心室から大動脈への出口の扉が大動脈弁です。弁の開きが悪くなる(狭窄症)と血

### 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

### 葛藤

葛藤とは、心の中に2つ以上の複数の欲求が同時に存在し、その欲求の強さが同じくらいでどちらにしようか悩んで決断できない状態のことです。よく耳にする言葉ですが、実はドイツの心理学者K.レヴィン博士が提唱した



深田 昭一さん

### 一薬箱のいらない家庭

<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



代表理事

### それってかくれ貧血かも

疲れやすい、眠れない、めまいや息切れ、爪が弱くなった、心が沈み、やがて思っているような不調が、実は鉄分不足だったということが多いです。検査で貧血の診断が出なくても、鉄欠乏症だということがあるのです。鉄分が欠乏すると赤血球の中のヘモグロビンが減り、血中の酸素を十分に運べなくなり、酸欠で様々な不調が出てきます。鉄分と言え

タイプを言います。次に②接近回避型は、学校に行きたいけれど勉強についていけない不安だというプラスとマイナスの状態の欲求です。最後は③回避回避型。これは、学校には行きたくない。でも落着くのは嫌だというマイナスとマイナスの状態の欲求です。そこで次号では3つの葛藤のタイプの問題点を説明します。

ば肉やレバー、魚動物性食品は「ヘム鉄」といって、単独で吸収されます。ですが植物性食品の鉄分(非ヘム鉄)は吸収されにくい反面、還元物質の吸収率が上がります。先月、自然栽培の日本茶を分析すると鉄分が豊富に含まれる種類がありました。お茶にはビタミンCも豊富です。ハーブティーなら私自身が実践した、ネトルとタンデライオンブレンドがイチオシです。日頃から摂取できるようにしましょう。

季節の野菜などを自分で育てたり、周りの畑から育て方を教えてもらったり、手探りで育てています。できた作物は飲食店に販売し、活動費に充てるほか、年2回の収穫祭で分け合います。活動時にイチゴを食べたり、玉ねぎをたき火で焼いたりも。枚方市立磯島小学校近くの畑で、月4回程度、概ね日曜日の午後10時～17時(1か月、1家族)で参加できます。活動の詳細、申込はHEROファーム 検索 一般社団法人 HERO ☎090-1968-6145 井関(いせき) HEROの活動について賛同いただける個人・法人様の協力も募集しています

### HERO FARM

おいでよ!仲間はずれ0の場所  
ごちゃませ農業HEROファーム  
学校で、会社で、組織で、なじめない・孤独だという人の居場所にと、昨年8月に始まった「ごちゃませ農業」。年齢・性別問わず誰でも参加OK。毎回来なくても、来てのんびりしてても、ひとりぼっちでも大丈夫。週に1回集まって農作業をしよう!

### がんばれ!受験生

体調管理と入試勉強の両立を!  
昨年に引き続きコロナ禍での夏休みとなり、そうです。感染防止や体調管理に十分気を付けて過ごしてください。受験生の皆さんはそのような学習内容への入試対策なども求められます。コロナ対策や新しい学習内容対策など様々なことで、今年もまたこれまでにない対応を迫られています。「がんばれ受験生!」

### アル・プラザ枚方

ペットボトル 500ml 各種 10%引き  
本券1枚で2本限り  
HOPカード会員様価格の品は対象外  
枚方市津田元町1-4-1 営業時間10時～20時半 2021年7月末迄有効 ☎072-896-1100

### ユナイテッド・シネマ枚方

映画鑑賞料金割引  
「ブラック・ウィドウ」  
本券はユナイテッド・シネマ枚方で「4DX・特別興行」を除く作品に利用できます。  
一般 200円引き  
学生 100円引き  
☎0570-783-450

### ダイコク整体院

症状改善整体  
「我慢していませんか?」症状を根本解決する整体院  
坐骨神経痛・狭心症・股関節など痛みの本当の原因を探し、改善、再発しない身体に。「我慢している痛み」当院にご相談ください。  
7月のキャンペーン! 根本改善コース 3回セットで(限定3名) 3,480円 通常1回6,490円

### おすすすめ 7月のクーポン

8月からの掲載申込受付中!  
掲載月選べます! ☎072-859-3332

### 朝採り市場

家庭菜園始めませんか? 花・野菜の苗が揃っています  
八幡、枚方、京田辺、久御山町の夏野菜がたくさん入荷中! 新鮮野菜が毎日届きます。  
安心!安全!安価! マイバッグにご協力を  
☎075-971-5208 八・美濃山一ノ谷28-1 スポーツアベニュー内 毎日営業! 9時～18時 有り

### たこ焼き としのぶさん家の粉

7月より新メニューがスタート!  
かき氷、ランチも始まるよメディアも大注目の話題の「たこ焼きの粉屋」です!  
1,000円以上ご購入の方 タコロッケ6個入 プレゼント!  
☎080-7150-2213 アル・プラザ枚方フードコート内 10時～最終受付19時 ※営業時間が変更になる場合があります

### POLA THE BEAUTY 枚方田宮店

長い長いおうち時間 POLAのリンパケアを試してみませんか  
リンパの流れを整えてむくみを改善し、血行促進。肩こり、首こり、リフトアップも! スッキリしませんか。  
リンパケア 先着5名様 通常9,350円が お試し 2,200円 ※7月末迄

# 三井のリハウス 枚方センター

## 売却物件募集中

### 三井のリハウスと他社不動産会社との違い

- ユニット制**  
複数の営業マンがチームとしてお客様の担当となり、それぞれの専門力を生かしてサポートします。
- 宅地建物取引士**  
三井のリハウス枚方センターでは、売却を担当する営業マンは全員宅地建物取引士です。
- 360°サポート**  
引渡し後の一定期間、建物・設備の保証費用を三井のリハウスが負担します。(適用条件有り)

### スマホで市場価格



無料査定のお申込みができます  
インターネットでは24時間受付中

ご売却検討物件周辺の相場情報や購入検討者情報などがチェックできます!

(電話かメールで簡易調査)  
または(訪問して詳しくご説明)



無料相談 無料査定 秘密厳守

その他、不動産に関わるご相談は「売却・購入以外の相談」とお伝えください。所長自ら無料でお答え致します。お気軽にお問合せください。

まずはお電話ください **コール 0120-321-797**

<p>① 香里ヶ丘ガーデンハイツⅡ 1,380万円 京阪本線「香里園」駅 徒歩7分、「香里ヶ丘10丁目」徒歩3分</p> <p>●専有90.35㎡ ●バル17.51㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★3LDKの間取り</li> <li>★専有面積90.35㎡</li> <li>★両面バルコニー(南東側・北西側)につき日当たり・通風良好</li> <li>★端部屋につき通風・採光良好</li> <li>★各居室6帖以上有</li> <li>★エレベーター停止階</li> <li>★主寝室約8.5帖</li> </ul> <p>●枚方市香里ヶ丘9丁目●RC造6階建3階部分●築55年1月●管理費(月)8,400円●修繕積立金(月)15,120円●管理/自動●現況空家・引渡即時(残代金精算後)〈仲介〉</p>	<p>② 牧野駅前ハイツ 1,530万円 京阪本線「牧野」駅 徒歩3分</p> <p>●専有62.37㎡ ●バル7.43㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★南西向きバルコニー</li> <li>★最上階14階部分</li> <li>★3LDK</li> </ul> <p>改築履歴 令和2年6月 システムキッチン交換・ユニットバス交換・洗面台交換・全居室クロス(天井・床)交換・洗濯機乾燥機交換・電気配線工事・ハウスクリーニング</p> <p>●枚方市西牧野4丁目●SRC造14階建14階部分●築55年2月●管理費(月)6,800円●修繕積立金(月)5,500円●管理/自動●現況空家・引渡即時(残代金精算後)〈仲介〉</p>	<p>③ アズ・プレミアムステージ寝屋川 1,790万円 JR片町線「星田」駅 徒歩18分</p> <p>●専有71.72㎡ ●バル12.81㎡</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★14階部分につき・日当たり・眺望良好</li> <li>★ペット飼育可(規約に制限有)</li> <li>★令和3年5月ハウスクリーニング済</li> <li>★マンション周辺に商業施設が多く、生活利便性良好</li> <li>★キッチン食器棚有</li> </ul> <p>●寝屋川市寝屋川1丁目●RC造地下3階、12階建14階部分●築12年6月●管理費(月)7,100円●修繕積立金(月)18,360円●管理/自動●現況空家・引渡即時(残代金精算後)〈仲介〉</p>	<p>④ ステイツ枚方藤原メタセコイアの丘 1,980万円 JR片町線「藤原」駅 徒歩12分</p> <p>●専有70.46㎡ ●バル8.41㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★JR片町線「藤原」駅徒歩12分</li> <li>★JR片町線「長尾」駅徒歩15分</li> <li>★マンション敷地内遊園あり</li> </ul> <p>令和3年6月 改築完了 キッチン・洗面化粧台・ユニットバス・洗濯機・パントリー・温水洗浄便座交換・玄関収納交換・全室クロス張替・洋室・玄関床フロアタイル張替・トイレ・洗面室床C/Fシート張替</p> <p>●枚方市藤原北町●RC造8階建1階部分●築H7年8月●管理費(月)9,170円●修繕積立金(月)13,180円●管理/自動●現況空家・引渡R3年7月中旬〈仲介〉</p>	<p>⑤ セザール枚方公園 2,080万円 京阪本線「枚方公園」駅 徒歩10分</p> <p>●専有71.86㎡ ●バル10.97㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★京阪本線「枚方公園」駅より徒歩10分</li> <li>★専有面積71.86㎡の3LDK</li> <li>★室内フラット設計</li> <li>★南側が戸建てエリアの為、日当たり・眺望良好</li> </ul> <p>●枚方市伊賀加西町●RC造7階建3階部分●築H12年5月●管理費(月)12,510円●修繕積立金(月)3,470円●管理/自動●現況空家・引渡即時(残代金精算後)</p>
<p>⑥ パークシティ梅ヶ丘プラザヒルズ 2,580万円 JR片町線「寝屋川公園」駅 徒歩10分</p> <p>●専有85.37㎡ ●バル13.49㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★三井不動産レジデンシャル旧分譲マンション</li> <li>★専有面積約85.37㎡/4LDK</li> <li>★ペット飼育可(規約に制限有)</li> <li>★LDK約16.7帖有</li> <li>★南東角部屋</li> </ul> <p>●寝屋川市梅ヶ丘2丁目●RC造15階建9階部分●築H20年10月●管理費(月)10,300円●修繕積立金(月)11,100円●その他(月)250円●管理/自動●現況居住中・引渡相談〈仲介〉</p>	<p>⑦ M'プラザ香里園 2,830万円 京阪本線「香里園」駅 徒歩8分</p> <p>●専有77.82㎡ ●バル10.86㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★京阪本線「香里園」駅 徒歩8分</li> <li>★専有面積77.82㎡/4LDK</li> <li>★角部屋につき採光・通風良好</li> <li>★ペット飼育可(規約に制限有)</li> <li>★バルコニー側は2.2mのハイサッシ採用</li> </ul> <p>改築履歴 平成31年4月・キッチン水栓交換 平成30年6月・浴室暖房乾燥機交換</p> <p>●寝屋川市松屋町●SRC造13階建10階部分●築H15年8月●管理費(月)8,020円●修繕積立金(月)13,850円●自治会費(月)200円●管理/自動●現況居住中・引渡相談〈仲介〉</p>	<p>⑧ デュアル香里ヶ丘 2,980万円 京阪本線「光善寺」駅 徒歩9分、「香里ヶ丘八丁目」徒歩1分</p> <p>●専有102.11㎡ ●バル21.98㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★専有面積102.11㎡</li> <li>★南西角部屋、4LDK</li> <li>★ペット飼育可(規約に制限有)</li> <li>★高台につき日当たり・眺望・通風良好</li> <li>★淀見公園まで約20m</li> </ul> <p>改築履歴 令和2年12月 全居室クロス張替(壁・天井)・CF張替(洗面室・トイレ)・書斎・換気扇・換気扇・ハウスクリーニング 令和元年8月 給湯器交換</p> <p>●枚方市香里ヶ丘8丁目●RC造10階建5階部分●築H16年6月●管理費(月)9,600円●修繕積立金(月)18,380円●管理/自動●現況空家・引渡即時(残代金精算後)〈仲介〉</p>	<p>⑨ ステイツ南楠葉 3,080万円 京阪本線「楠葉」駅 徒歩8分</p> <p>●専有63.61㎡ ●バル10.92㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★京阪本線「楠葉」駅 徒歩8分</li> <li>★約7.8mのワイドパン設計</li> <li>★徒歩圏にはくずはモールやトップワールド等買物施設が充実</li> </ul> <p>令和3年7月下旬 改築完了予定 キッチン新調、浴室新調、全室クロス張替、洗面化粧台新調、トイレ新調</p> <p>●枚方市南楠葉1丁目●RC造6階建3階部分●築H8年2月●管理費(月)14,560円●修繕積立金(月)12,200円●管理/自動●現況空家・引渡R3年7月下旬以降〈仲介〉</p>	<p>⑩ サンマン香里園エルグ्रेस 3,280万円 京阪本線「香里園」駅 徒歩4分</p> <p>●専有70.06㎡ ●バル12.80㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★京阪本線「香里園」駅 徒歩4分</li> <li>★平成25年10月建築</li> <li>★ペット飼育可(規約に制限有)</li> <li>★洋室約6.0帖にウォークインクローゼット有</li> <li>★全居室ペアガラス</li> <li>★オール電化マンション</li> <li>★24時間ゴミ出し可能なゴミドラム有</li> </ul> <p>●枚方市川市松屋町●RC造15階建5階部分●築H25年10月●管理費(月)8,460円●修繕積立金(月)4,200円●管理/自動●現況居住中・引渡R3年9月下旬〈仲介〉</p>
<p>⑪ グランディア香里園山の手 3,380万円 京阪本線「香里園」駅 徒歩5分</p> <p>●専有79.16㎡ ●バル16.27㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★京阪本線「香里園」駅 徒歩5分</li> <li>★南東、北西の2面バルコニー</li> <li>★二重床・二重天井構造を採用</li> <li>★リビング窓は約2.2mのハイサッシ</li> <li>★室内大変綺麗なお使いです</li> </ul> <p>改築履歴 令和元年11月・給湯器交換 平成24年9月・クロス張替</p> <p>●寝屋川市香里本通町●RC造地下1階13階建3階部分●築H15年3月●管理費(月)9,400円●修繕積立金(月)11,850円●管理/自動●現況居住中・引渡相談〈仲介〉</p>	<p>⑫ 寝屋川市堀溝2丁目 1,280万円 京阪本線「萱島」駅 徒歩21分</p> <p>●土地44.93㎡ (他私道 約14.66㎡有) ●建延102.06㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★4LDKの間取り</li> <li>★LDK約10.0帖</li> </ul> <p>令和3年6月 改築完了 浴室ドア交換・浴室パネル張替・キッチン新調・農薬替・換気扇・換気扇・フロアタイル張替(廊下・LDK・各洋室)・クッションフロア張替(トイレ・洗面所)・全室クロス張替・給湯器交換・洗面化粧台新調・ペタダ板交換・ハウスクリーニング</p> <p>●木・RC造3階建●築H6年9月●現況空家・引渡即時(残代金精算後)〈仲介〉本物件は規定の建ぺい率・容積率をオーバーしており再建築にあたり同規模の建築物は建築できません。</p>	<p>⑬ 寝屋川市石津南町 1,980万円 京阪本線「香里園」駅 徒歩20分</p> <p>●土地55.86㎡ ●建延86.66㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★4LDK 角地</li> <li>★建延面積約26.21坪(ガレージ面積除く)</li> <li>★浴室換気乾燥機有</li> <li>★周辺は商業施設が多く便利です</li> <li>★室内丁寧にお使いです</li> </ul> <p>●木造3階建●築H19年3月●現況居住中・引渡相談〈仲介〉</p>	<p>⑭ 枚方市氷室台1丁目 2,090万円 JR片町線「津田」駅 徒歩14分、「氷室台」徒歩10分</p> <p>●土地100.21㎡ ●建延92.74㎡</p> <p><b>新築</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★令和3年8月完成予定 新築一戸建</li> <li>★敷地面積100.21㎡(約30.33坪)</li> <li>★LDK約15.0帖</li> <li>★4LDKの間取り</li> <li>★前面道路幅員約6.1m</li> <li>★各階にトイレ有</li> <li>★各居室に収納有</li> </ul> <p>●木造2階建●築R3年8月予定●現況未完成・引渡相談〈仲介〉建築確認番号 第NK21-0086号</p>	<p>⑮ 交野市星田9丁目 3,230万円 JR片町線「星田」駅 徒歩16分</p> <p>●土地151.13㎡ ●建延109.71㎡</p> <p><b>新築</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★平成29年12月建築</li> <li>★野村工務店施工の注文住宅</li> <li>★リビング階段有</li> <li>★サンルーム有</li> <li>★ウォークインクローゼット有</li> <li>★室内丁寧にお使いです</li> </ul> <p>●木造2階建●平成29年12月●現況空家・引渡相談〈仲介〉</p>
<p>⑯ 枚方市黄金野1丁目1号棟 4,080万円 京阪本線「牧野」駅 徒歩10分</p> <p>●土地124.43㎡ ●建延100.19㎡</p> <p><b>新築</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★令和3年8月完成予定 新築一戸建 4SLDK</li> <li>★明るく開放的な吹抜け</li> <li>★並列2台駐車可</li> <li>★前面道路幅員約6.2m</li> <li>★バルコニーには2部屋から出入り可能です</li> <li>★リビング全体が見渡せる対面キッチン</li> </ul> <p>●木造2階建●築R3年8月予定●現況未完成・引渡R3年9月中旬以降〈仲介〉建築確認番号 第R035HC104610号</p>	<p>⑰ 枚方市香里ヶ丘8丁目 4,300万円 京阪本線「香里園」駅 徒歩9分、「香里ヶ丘八丁目」徒歩1分</p> <p>●土地220.94㎡ ●建延123.91㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★こだわりの注文建築</li> <li>★平成15年12月建築</li> <li>★駐車2台可(サイズ制限有)</li> <li>★北東角地につき通風良好</li> <li>★3SLDK/LDK約22.3帖</li> </ul> <p>★テラスデッキ 約11.2帖有 ★掘込ガレージ 2F ★リビング・ダイニングに床暖房2面有</p> <p>●木造2階建●築H15年12月●現況賃貸中・引渡R3年11月上旬以降〈仲介〉</p>	<p>⑱ 枚方市東香里1丁目 6,880万円 京阪本線「香里園」駅 徒歩9分、「東香里」徒歩6分</p> <p>●土地482.41㎡ ●建延183.26㎡</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★敷地面積約145.92坪</li> <li>★建延面積約55.43坪</li> <li>★東香里の閑静な住宅街</li> <li>★敷地開口約18m</li> <li>★前面道路約6.5m</li> <li>★室内大変丁寧にお使いです</li> <li>★パナホームの軽量鉄骨造のお家です</li> <li>★建替用地としてもご検討いただけます</li> <li>★6SLDKの間取り</li> </ul> <p>●陸奥5造2階建●築H元10月●現況居住中・引渡R4年4月上旬以降〈仲介〉</p>	<p>⑲ 枚方市朝日丘町 2,080万円 京阪本線「枚方市」駅 徒歩12分</p> <p>●土地87.33㎡(約26.41坪)●地目/宅地●第二種中高層住居専用地域●建ぺい率60%●容積率200%●現況更地・引渡即時(残代金精算後)〈仲介〉</p> <p><b>新着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★京阪本線「枚方市」駅徒歩12分</li> <li>★現況更地</li> </ul> <p>敷地面積 87.33㎡(約26.41坪) 現況・更地 約5.8m 道路幅員 約5.2m</p>	

インターネットでは物件のお問合せ、見学希望を24時間受付中

スマホで物件探し!

見学希望を24時間受付中

国土交通大臣(14)第777号 ■(一社)不動産協会会員 ■(一社)不動産流通経営協会会員 ■(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

三井のリハウス **三井不動産リアルティ株式会社 枚方センター**

営業 10時~18時 定休日 火・水曜  
〒573-0032 枚方市岡東町8-6 現代枚方駅前ビル3F

**コール 0120-321-797**

ご不明の場合はお気軽にお問合せください

広告情報/令和3年6月23日 広告有効期限/令和3年7月26日 万が一売却済みの場合はご容赦ください。成約の際は既定の仲介手数料を申し受けます。●坪表示は1㎡=0.3025坪で換算した約表示です。●記号凡例・L/リビングルーム、D/ダイニングルーム、K/キッチン、MB/メーターボックス、PS/パイプスペース、SK/スロップシンク、S/納戸 ※上記QRコードは、一部の機種やアプリケーションで読み込めない場合があります。※QRコードは特許商標です。



# 枚方補聴器センター

## 枚方市駅のまん前!!

サンプラザ  
1号館 3F



### 枚方で創業!

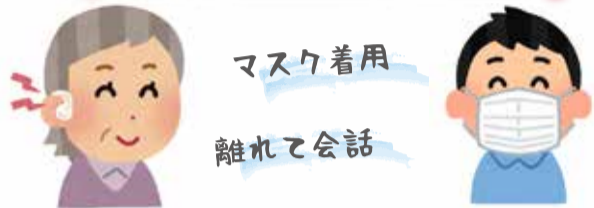
# おかげさまで 創業32年!!

## 補聴器一筋! 信頼の補聴器専門店

### 7月で創業32周年を迎えます

## より良い「聞こえ」で、快適なコミュニケーションを

「新しい生活様式」が定着



音を理解するのは耳ではなく脳

会話時のマスク着用や人との間隔を空けることが日常になっています。長年にわたり低下した聴力では、このような変化に対応できずコミュニケーションが不足しがちに聞こえない状態に慣れると脳に伝わる刺激が低下し、言葉を理解する力が落ちていきます。音を聞くのに慣れるため補聴器の早期装用をおすすめします。補聴器はただ音を大きくするだけでなく、本人の聴力に合わせて言葉を理解できる能力が保てる音量に調整し、「聞く力をつけるトレーニング」を続けることで補聴器の音に慣れていきます。快適な音と会話を楽しみましょう。

当店で「聞こえの順応トレーニング」を実施しています。

毎日1~2時間の装用からスタート

- ・負担の少ないボリュームから
- ・声を出して本を読む
- ・生活音を意識して聞く
- ・家族との会話、電話をする

初めてでも安心

日中、長時間の装用に慣れる

- ・テレビ、ラジオを聞く
- ・外に出て雑音の中で会話する
- ・音の刺激に慣れる

補聴器は購入前にトレーニングして十分に納得してから購入しましょう

## 補聴器・聞こえのお悩み相談会

### 試聴無料・予約優先

じっくりとご相談、試聴できるようお一人様1時間半程度を予定しております

※ご来店が困難な方は、ご自宅への訪問もご相談ください

見て 聴いて 触って

試せて安心! 補聴器貸出しサービス ※当店指定器種に限りです。

「外出先で」「自宅で」「職場で」さまざまな場面での聞こえ、使い勝手をお確かめください。当店でフィッティングルームも完備。店内で街中を再現し、体験できます。



Q. 補聴器は雑音がうるさい?

A. 最初は雑音がうるさく感じる人もおられますが、順応トレーニングで音に少しずつ慣れていき、上手に使いこなせます。

Q. 操作がわずらわしそう

A. 周りの環境に合わせて調節する全自動型や充電型補聴器など、操作は簡単で使いやすくなりました。

Q. 必ず購入しないとダメですか?

A. 経験豊富なスタッフがお客様の環境やご希望を伺い、試聴や調整を重ね、納得いただければご購入いただいております。購入後は定期的な点検・クリーニング、再調整を継続的に行います。

0120-41-3339  
072-841-3339 FAX072-841-3340

営業 9時~19時 駐車場有  
定休日 日曜・祝日、土曜(第1、3、5) ※予約可能日あります

新型コロナウイルス感染症予防対策中

マスク着用 除菌消毒 店内換気

そばにいる、今だから  
家族の「聞こえ」が  
気になったら...  
電話相談  
受付中

枚方補聴器 検索

### お楽しみプレゼント

**1 ポーラ美術館コレクション展**  
モネ、ルノワールからピカソ、シャガールまで  
7月9日(金)~9月5日(日)  
あべのハルカス美術館 一般 1,500円 大高生 1,100円 中小生 500円 (前売・15名様以上の団体は各200円引) ※前売セット券も有り (一般2枚組) 2,400円 前売券は7月8日まで販売  
ポーラ美術館コレクション展 検索

**2 昔ながらの自然な味わいの無添加梅酒 上等梅酒 (じょうとうめしゅ)**  
新鮮で良質な梅実を原料に、香料、着色料、酸味料を一切使わない昔ながらの自然な味わいの梅酒。上質なアルコールに厳選した梅実、糖類を漬け込み、じっくりと熟成。より自然な梅の香りと爽やかな味を出すために梅の実を多くし、アクセントにブランデーと蜂蜜を加えたワンランク上の手造り梅酒の味と香りをお楽しみください。  
14度 720ml 990円  
本坊酒造 検索 ☎099-822-7003

**3 ユナイテッド・シネマ枚方**  
お好きな上映作品をご鑑賞いただけます。(4DX・特別興行を除く)  
上映例 7/2公開 「ゴジラvsコング」  
上映作品は右記またはホームページをご参照ください。  
ユナイテッド・シネマ枚方 検索 ☎0570-783-450

上映中 ● るろうに剣心 最終章 The Final/The Beginning ● 機動戦士ガンダム 閃光のハサウェイ(アニメ) ● ザ・ファブル 殺さない殺し屋  
7/2~ ● ゴジラvsコング(字幕・吹替・4DX3D吹替)  
● ジェジュン:オン・ザ・ロード 7/8~ ● ブラック・ウィドウ(字幕・吹替・4DX) ● 東京リベンジャーズ 7/16~ ● 竜とそばかすの姫(アニメ) ● ファイナル・プラン(字幕) 7/22~ ● 仮面ライダー 50周年Xスーパー戦隊45作品記念セイバー+ゼンカイジャースーパーヒーロー戦記 ● 劇場版 GのレコンギスタⅢ 宇宙からの遺産(アニメ) 7/29~ ● ジャングル・クルーズ  
※新型コロナウイルス対策のため、各上映は延期・中止になる場合があります。状況はホームページまたは電話でご確認ください。また、上映作品は予告なく変更する場合があります。

暮らしを楽しむ12の専門店

# ソフィアモールへ 行こう!

ソフィアモール 八幡市欽明台北1

### エディオン

**「おうち家電」も「リフォーム」もエディオンにお任せを!!**

暑い夏にも電気代を気にしない省エネエアコン・大容量冷蔵庫の買い換えセール実施中!  
「おうち家電」「リフォーム」「おもちゃ・ゲーム」も全部まとめてエディオンにお任せを!

☎075-972-0070  
🕒10:00~20:00

### 業務スーパー

**全国に922店舗展開の業務スーパー**

業務スーパーには北海道をはじめ、国内25拠点の自社グループ工場で製造した商品や世界各国から直輸入した商品がたくさんあります。調理するのに便利なカット野菜や大容量の調味料などをエブリデー・ロープライスで提供しております。

☎075-981-1155  
🕒10:00~20:00

### 眼鏡市場

**サングラスシーズン到来!! 紫外線対策はできていますか?**

目やお肌に有害な紫外線ですが「体の疲労」にも影響することをご存じですか?眼鏡市場では毎年好評の度付サングラスキャンペーン開催中です!今ならこの記事を切り抜いてご持参いただくとさらに500円OFF!! ※2021年7月31日まで有効

☎075-972-3858  
🕒10:00~20:00

### キリン堂

**夏の紫外線と暑さから体を守ろう!!!**

暑い夏を涼しく快適に過ごすためにもおうちの中の暑さや体の暑さ対策にひんやりグッズを取り入れよう。さらに重要なのは紫外線対策を!対策を怠るとシミやしわ、たるみといった肌の老化の原因に。当店では各種対策商品を豊富に取りそろえています。

☎075-971-3611  
🕒10:00~20:00

### ダイソー ジャパン

**今年も夏がやってきた! 人気商品が盛りだくさん!**

水遊びに必須アイテムの水鉄砲や水風船など、多数取りそろえています。また毎年人気のオシャレなビーチサンダルも多数入荷しています。この機会にぜひご来店ください。

☎075-972-5064  
🕒10:00~20:00

### トータルビューティーサロン ノーブル

**人気No.1メニュー! ヒト幹細胞培養液エステ!**

30代から始める究極のアンチエイジングエステ! SNSでも話題!  
クレンジング→フェイシャルエステ→毛穴洗浄→ヒト幹細胞美容液導入→ヒト幹細胞パック→お仕上げ  
2・3日後からお肌ふっくら。約60分 6,600円(税込)

☎075-983-7113  
🕒10:00~20:00

### 手打ちとんかつ かつ屋

**オススメ! 瀬戸内レモンポン酢のさっぱりおろしカツ**

期間限定で瀬戸内レモンポン酢のさっぱりおろしカツが1,353円(税込)で登場!! さっぱり爽やかなレモン風味のポン酢を大根おろしにかけて暑い夏でも食べやすく仕上げています。ぜひ一度ご賞味ください。

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

### 美容整体MAILE

**滋賀県に6店舗を展開する話題の美容整体がOPEN!**

どの店舗も地域口コミNo.1を獲得中の人気施術がこちら!

- ・美容鍼(はり) ・骨盤矯正
- ・小顔矯正 ・猫背矯正
- ・バストアップ ・O脚X脚矯正

お悩みの方はぜひ一度ご連絡ください!

☎075-972-6656  
🕒9:00~12:30  
15:00~19:30

### 牛角

**ご宴会・歓送迎会は牛角 松井山手ソフィアモール店で**

最大40名様までお座敷の貸切ができます!  
宴会特別価格の食べ放題もあります。お気軽にお問い合わせください。単品メニューも充実しています。お楽しみください!  
皆様のご来店をお待ちしています。

☎075-982-2299  
🕒10:00~20:00

### 理容 ピーブル HairSalon ROSE

<p><b>理容 ピーブル</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 大人調髪 1,760円</li> <li>● 中学調髪 1,320円</li> <li>● 小人調髪 1,100円</li> <li>● 白髪染め(カット付) 4,730円</li> <li>● 白髪ぼかし(カット付) 3,740円</li> <li>● 女性顔剃り 1,650円 ※すべて顔剃り付・税込</li> </ul> <p>☎075-874-1050 🕒10:00~20:00</p>	<p><b>ヘアサロン ローズ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 子供カット(小学生まで) 1,430円</li> <li>● 中高生カット 1,650円</li> <li>● カット 1,980円</li> <li>● パーマ 4,400円~</li> <li>● カラー(白髪染め) 3,850円~</li> <li>● トリートメント 1,430円~</li> <li>● ヘッドスパ 1,320円~ ※すべて税込</li> </ul> <p>☎075-874-1080 🕒10:00~19:00</p>
--	---

### ノムラクリーニング

**いつでもクリーニング ワイシャツ140円(税込)**

クリーニングはワイシャツハンガー 140円(税込) 朝10時にお預り当日夕方6時お渡しの即日仕上がり!  
コインランドリーはアプリの初回登録で300円のチケットGET! マイクロバブル洗浄搭載の洗いにこだわった至極の洗濯乾燥機を設置

クリーニング(木曜定休)  
平日 9:00~20:00  
日・祝 9:00~19:00  
コインランドリー(年中無休)  
9:00~22:00  
☎075-950-5658

### イトウゴフク

**イトゴアプリでお買い得!**

イトウゴフク公式アプリ、もうダウンロードはお済みですか?お気に入り店舗を登録すれば、その店の情報がすぐに届きます!ためてうれしいスタンプやお得なクーポンも!イトゴアプリで、楽しいお買い物ライフを!

☎075-982-1080  
🕒10:00~20:00

# ドキドキらいふ

No. 324 るーレ小林



## ショッピング情報

7月1日(木)～31日(土)

### ソフィアモール

暮らしを楽しむ  
12の専門店  
(右面広告参照)

### フレンドマート交野店

◆夏休み直前! 昆虫イベント(カブトムシの無料配布) 暑い夏を昆虫パワースタンプで乗り切ろう! =18日(日) 10時~16時 フレンドスペースにて

- カブトムシプレゼント
- 昆虫との記念撮影
- 世界の昆虫展 対象:小学生以下のお子様限定(保護者同伴可) 先着100名様

◎営業 / 9時~21時 専門店10時~20時(一部専門店により営業時間が異なります)

◎休まず営業

☎072-895-7861

### 枚方ビオルネ

◆枚方ビオルネ公式アプリが始まりました! 最新情報とお得なスタンプが貯まる。たぐいで会員登録! ◆夏のブラッシュアップキャンペーン開催中=8月16日(月)まで ◆オンライン七夕企画 天の川を愛を叫ぶ! ~大切な人に感謝のメッセージを伝えよう~メッセージ動画をデジタルサイネージで放映=1日(木)~7日(水) ◆「くらわんかミュージアム」始まります! =15日(木)

☎072-843-0048

~8月15日(日)対象商品を3F「KURAWANKA」でご購入、ご自宅で作成した作品をお持ちいただくと店内の「くらわんかミュージアム」特設ブースにて作品を展示します。◆枚方ビオルネお笑いライブ=17日(土)13時~、正面玄関前、出演:若手芸人数組 ◆ナチュウウィッグの無料相談会を開催中 =毎週日曜日、3F「moonlight」にて、小顔見せを追求したニューコンセプトウィッグ。髪のパフォーマンスアップで華やかに、若々しく。◆ドローンスクール(JUAVAC ドローンエキスパートアカデミー 大阪校)受講生募集中! 入校説明会を毎月1回開催、詳しくはホームページで。 ◎営業/10時~20時、地下食品売場のみ9時~20時

### アル・プラザ枚方(平和堂)

◆7、8月は毎日がお得デー、HOPマネーチャージ1万円毎に50ポイント進呈 =8月31日(火)まで ◆超長特別招待会開催=4日(日)まで ◆毎月11日(ワンワンデー)22日(ニャンニャンデー)ペットフード各種2割引 ◆「月のまんなか市」集めてお得! 青い謝恩シールラリー開催。ご購入1,000円(税別)ごとに1枚進呈。30枚で1,000円分のお買い得券と交換 =15日(木)、16日(金) ◆HOP-IDでのお支払いで請求額より5%還元 =18日(日)

◎営業 / 10時~21時(店舗:フロアにより営業時間が異なる場合があります)

◎休まず営業

☎072-835-6600

### イオン枚方店

◆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~2階:10時~20時

◎休まず営業

☎072-843-0048

### アル・プラザ香里園(平和堂)

◆7月は毎日がお得デー、HOPマネーチャージ1万円毎に50ポイント進呈。 ◆毎週火曜日はHOPマネーでのお支払いでポイント3倍進呈=6日、13日、20日、27日 ◆「月のまんなか市」

◎営業 / 10時~20時30分

※ 11日(日)までまん延防止措置期間中 閉店時間を変更 1F食品・薬品・銘店20時30分、2F・3Fは19時まで

◎休まず営業

☎072-896-1100

<ご注意>  
新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言発出などにより、営業時間や催し、企画が変更になる可能性があります。

## 2021 7月の運勢

<b>牡羊座</b> 3/21~4/20 家族の幸運。家族や身近な人と、和やかで、ほっこり幸せな時を過ごそう。家の中を整理、手芸や園芸、家で過ごす時間を大切に	<b>牡牛座</b> 4/21~5/21 コミュニケーション力がアップ。難しい交渉事も今ならチャンス。逆に些細なことでも面倒がらず意思表示。意思疎通を。断断は禁物
<b>双子座</b> 5/22~6/21 物事のテンポが遅く感じられ、イライラがつりそう。あえて急がず、ゆっくりに決めて、時間をつぎから意外な発見あり	<b>蟹座</b> 6/22~7/22 諦めていた事に再チャレンジのチャンス到来。新たな視点から取り組むことで打開できそう。予想以上の支出も。資金面は計画を
<b>獅子座</b> 7/23~8/22 動はさえていなのに、気が滅みがち。うっかり忘れ物や落し物。大事な約束を忘れるなど、悔やみきれないことにならないように注意	<b>乙女座</b> 8/23~9/23 人付き合いが楽しい。交際範囲が広がり、知り合いの意外な面を発見して感じ入るなど、交流から得るもの大。新たな出会いもラッキー
<b>天秤座</b> 9/24~10/23 周囲の期待と要望が、あなたの理想とマッチ。ここは奮起して今の自分を乗り越えて、頑張りに見合った結果が得られて、やりがい大	<b>蠍座</b> 10/24~11/22 今の幸せ気分やパワーを家庭に向けて、何となくすれ違いや誤解を招き、ケンカやしごかしが。思い込みを捨て、聞き役に回ると吉
<b>射手座</b> 11/23~12/21 インドアな夏になりそう。部屋にこもって趣味ごまかしているものもクリエイティブな才能が開花。夢中になって取り組むチャンス	<b>山羊座</b> 12/22~1/20 交流活発に人間関係も発展。家族間でもいつも一人で背負い込む傾向は改めて、持ちつ持たれつ、相互扶助の精神がラッキー
<b>水瓶座</b> 1/21~2/18 自分に厳しくなりがち。自分に課題を与え、乗り越える姿勢は良いけれど、神経質に傾くと自他に辛い。心身を休めりリラックスして	<b>魚座</b> 2/19~3/20 天衣無縫。思わぬ展開も。こだわりなく、屈託なく楽観的な自信が成功を招く。体がつくりを心がけて

### マイライフ「大人の工作プロジェクト」開催!!

大人の自由研究!大人の作った工作作品を募集します。(プロ不可)

応募は名前(匿名希望は明記)、住所、電話番号、画像を添付して

ご家族様からの応募もOK

mylife@mylife-np.com

優秀作、力作は紙面またはInstagramで公開するかも!!

応募は7月まで

## 大阪の酒蔵を守れ!「大阪日本酒の陣」

### 伝統の味、一献傾けて

日本人の心を満たす、水の恵みとお米の旨みの調和がもたらした奇跡、日本酒。その日本酒を造る酒蔵が、今危機にさらされています。昨年来のコロナ禍で蔵開きなどのイベントの中止が相次ぎ、お花見や飲食店の自粛、そして大阪の歴史ある酒蔵がこれ以上なくなってしまうように、今後酒造りを続けていけるようにと、交野市の山野酒造、緊急事態宣言下で酒類の提供が禁止され酒蔵は多大な被害を受けています。また、かつて60軒以上あった大阪の酒蔵は、今はわずか16軒にと年々減少しています。大阪の歴史ある酒蔵を守るといふ基本はゆるぎません。伝統を受け継ぐ大阪の酒蔵、コロナに負けないで!

クラウドファンディング「大阪日本酒の陣」

コロナ禍に苦戦する大阪府の酒蔵9社を支援。大阪産の日本酒飲み比べセットをリターン。300ml 9種飲み比べは3本セットのコースも。参加酒蔵: 山野酒造・大門酒造(交野市)、清鶴酒造・壽酒造(高槻市)、井坂酒造場・元朝(岸和田市)、浪花酒造(阪南市)、北庄司酒造店(泉佐野市)、西條(河内長野市)

クラウドファンディングサイトのキャンペーン内「大阪日本酒の陣」で検索 またはQRから

### お通夜を ご家族様だけで

「花いっぱい家族葬」

FLORAL HALL

通信 vol.13

「デザインできるお葬式に」

葬祭部 主任 吉井風太

人様の好きだったアライストの音楽を流して別れを偲ぶ告别式。これはすべて実際の葬式で行われていること。葬儀における考え方は、もろろ人それぞれですが、もうおうちに縛られする必要はありません。故人様ご遺族様が好きなかたちにお葬式をデザインすることが可能です。

そして、私たち葬儀会社こそ従来の形式に囚われず、皆様の希望に沿えるような「柔軟さ」が求められるのだと感じる今日この頃です。

ご家族ご参列者の人数や規模に合わせた式をご用意します。ご相談ください。

枚方市川原町2の2 京阪枚方駅徒歩5分 枚方警察署そば

FLORAL HALL 検索

0120.0083.68

### Hop Step 乾杯!

vol.3

穂谷産クラフトビールの完成を目指しています!

8月にホップの収穫を予定。摘み取り作業に協力して下さる方、ご連絡ください。

◆枚方市穂谷のホップは大きく成長中! 既に4m越えのものや、立派な穂花(まりはな)をつけているものも!

興味のある方はDMまたはメールで hotanihop@gmail.com

## 出張買取・遺品整理

おうちにあるもの何でも査定します!

### 出張費・査定費 すべて0円

他社で値段がつかなくなった、断られた品物 ご相談ください!

メッキ製品・白金など汚れ、サビありでもOK	楽器	腕時計	カメラ	切手・古銭	ゲーム機	骨董品	車・バイク	etc.
-----------------------	----	-----	-----	-------	------	-----	-------	------

高価買取 カウカウジャパン 東大阪市若江東町5-6-21

☎06-4309-5212 9:00~18:00 日・祝

古物番号 第62221074784号

## チケット

お電話1本でチケットをご自宅に郵送 ※送料(書留)、手配料として500円別途要

マイライフで直接購入可

<b>枚方市総合文化芸術センター 関西医大大ホール</b> <b>第7回 枚方パリの祭</b> 7/5 発売 7/14 発売 先行予約できます	<b>三山ひろし コンサート2021</b> ~歌の宝石箱~ 7/14 先行予約受付	<b>山本譲二 伍代夏子 市川由紀乃</b> スペシャルコンサート ~明日を信じて~
10/9(土) 16:30 全席指定(当日引き換え) 4,000円 主催/ワイワイ企画	10/29(金) 13:00 / 17:00 全席指定 6,600円を 愛読者価格でご提供 昼 6,000円 夜 5,000円 ※未就学児は入場不可 主催/(株)デカナル	10/14(木) 13:00 / 16:30 全席指定 6,500円を 愛読者価格でご提供 5,000円 ※未就学児は入場不可

電話(平日9:00~17:00)またはFAXでお申込ください ☎072-859-3332 FAX072-859-0054 郵便払込口座 / 00900-8-68978 加入者名 / マイライフ新聞社

# 三山ひろし

歌の宝石箱  
コンサート2021

愛読者特別価格でご優待!

**10月29日(金)** 昼13:00 夜17:00  
※開場は30分前

枚方市総合文化芸術センター  
関西医大ホール

7/1(木)より 先行予約受付!

全席指定・税込 **6,600円**を  
昼 **6,000円** 夜 **5,000円** 7/14(水)発売  
※未就学児のご入場はご遠慮ください

枚方の新しい総合文化芸術センターでお会いしましょう!

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

主催 デカナル 協力 グリークス

郵便振替番号/00900-8-68978 加入者名/マイライフ新聞社

感染症予防対策を講じた上で開催します。詳しくはクリークスのHPをご覧ください。

## 枚方市総合文化芸術センター 開館記念

# 第7回 パリ祭 枚方

2021年 **10月9日(土)**  
開演16:30 (開場15:30)

7/5(月)発売 先行予約できます

枚方市総合文化芸術センター  
関西医大 大ホール

入場料 **4,000円**  
全席指定・当日引き換えになります

※当社取扱分、数に限りがあります

東京などからの出演者6名を含む、総勢18名が、素晴らしい歌声を披露します。  
新会場でシャンソンなどに酔いしれてみませんか!

お申し込み 問い合わせ **マイライフ新聞社** TEL 072-859-3332  
FAX 072-859-0054

### 暮らしの案内

- 求人・営業1行 ...1,650円
- サークルほか 非営利1行 ...550円

お申込みは **マイライフ新聞社**  
☎072-859-3332

### 教えます

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

### おしらせ

自宅で結婚お話しします  
会員7万人 JCB J認 南  
☎0908-1093-0967  
☎072-850-5391

### 配布員募集

月1回月末の4日間で  
マイライフを配布してく  
ださる方を募集。配布料・  
部数などはお電話で。  
募集エリア/津田元町  
長尾元町・松井山手など  
お問合せ/マイライフ  
☎072-850-0300

### 参加者募集

好きを仕事に!  
「おうちサロン」相談会  
低リスク、低予算でサ  
ポートも充実。未経験者  
子育て中の方も資格を取  
得できて安心スタート!  
7/3(土)・16(金)午前  
参加無料・会場30ミハン  
大津 JR津田駅 定員4名  
☎075-645-7700  
ジュビラン(株) 京都支店

### 7月~9月は 朝風呂!

大人入浴料 (税込) **450円!**  
※中学生以上

極楽湯 お食事処  
テイクアウトメニュー  
フロントにて 入浴前に注文 (時間指定OK)  
サウナも入れる!

お弁当 持ち帰り  
お持ち帰り TAKE OUT  
22時30分まで

Uber Eats で注文も  
400Pで入浴 ポイントもたまる!  
※お食事処の営業時間は HP又はお電話でご確認ください。

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 7・8月は休まず営業

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。  
R3年7月31日迄有効

無料送迎 バス運行! (平日のみ)  
京阪樟葉駅・JR松井山手駅・ルート  
ファミリート  
中野池公園 フォレオ 家具団地前  
枚方企業団地前 ニトリ モール  
新大池 松井山手  
無料🅑220台あり!

## 健康相談

### 夏の冷え

冬よりも冷房による夏の冷えの方がきついのと思いませんか。本来暑い時は発汗して体温を下げて調節していますが、冷房が利いた部屋にいて発汗する機会が少なく、体調を崩す人が増えています。毛穴が閉じたまま汗を上手にかけず、体温調節の仕組みが乱れるのです。

Q 食欲が低下し、腹痛下痢、軟便があり、みぞおちの辺りが重苦しい寒気がする。眠って、朝も起きない。

A 全身の新陳代謝が低下して腸も冷え切っています。附子理中湯がおすすめです。

Q 何となく元気がなくてしんどい。食欲は低下し、測ったら熱はないが微熱感がある。

A 補中益気湯と双参(人参とえそうごき配合)がよく効きます。

大切なことは腸を温めることです。冷房の利いた部屋で夏こそ鍋料理を食べてお腹の芯から温めて、この夏を乗り切らしましょう。

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

地域の皆様に心の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

循環器内科・脳卒中内科・脳神経内科  
消化器内科・糖尿病内科・総合内科  
腎臓内科・緩和ケア科・精神・神経科  
小児科・化学療法科・呼吸器内科  
感染制御内科・免疫内科・整形外科  
スポーツ整形外科・外科・形成外科  
脳神経外科・脳血管内治療科・呼吸器外科  
心臓血管外科・血管外科・皮膚科  
泌尿器科・婦人科・眼科・耳鼻咽喉科  
リハビリテーション科・放射線科・麻酔科  
歯科・歯科口腔外科・臨床検査科・病理診断科

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

サファイア × RP3

## ぜず 銭司めだか

水を生かす 水で薬するメダカ屋さん

営業時間はGoogleマップで  
木津川市加茂町 銭司金鍔山28  
☎080-5320-2800

## 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

## コロナ禍で「コロナフレイル」をご存じですか?

新型コロナウイルスの影響で外出を控えた結果、運動不足になったり、人とのかわりが減り体力や気力が低下し、一気に老化が進む状態を「フレイル」(虚弱化)と呼びます。

### 65歳以上の方ご注意ください

フレイルの早期発見、予防を行えば健康な状態に改善できます

健康 → フレイル(虚弱化) → 要介護

筋力低下 → 転倒

### フレイルチェックシート

- 散歩や買い物など、外出が減った
- 歩くスピードが以前より遅くなった
- ほかのひととの交流が減った
- 同じことを何度も尋ねるようになり、物忘れが気になるようになった
- 以前と比べるとふくらはぎが細くなった
- 人との接触が減ったため会話が減り、滑舌が悪くなった
- 最近、楽しいと感じることがほとんどない

↓複数当てはまった方は要注意

適度な運動を続けて、フレイルの進行を予防しましょう

### シニアの健康を守るフィットネス

## ピバスポーツアカデミーに 体験・ご相談を!

筋肉量の測定 姿勢チェック

日常的にできる運動 筋力トレーニング 生活習慣の見直し

スタジオでスタッフや会員さんと交流しながら体を動かしましょう!

65歳以上の1日あたりの歩数目標は  
男性 7,000歩 女性 6,000歩

安心してご利用いただくために  
手指の消毒 検温のお願い  
マスクの着用をお願いしています  
トレーニング、レッスンはできるだけ離れて

マイライフご持参の方 体験料(1,100円)を無料に!  
※8月7日(土)迄 電話でお申込みください!

No.27~53(34・40~49番除く) No.55~61が駐車場となります  
JA北河内山田  
ピバスポーツアカデミー枚方  
都ヶ丘バス停  
枚方市駅 宮園歯科 須山バス停 144 出屋敷

ピバ枚方 検索

☎072-840-7800 見学・体験申込はお電話で  
枚方市甲斐田町2-15 Pあり  
大型プール、スタジオ、フィットネス シャワールーム、サウナ等完備