☑ mylife@mylife-np.com FAX 072-859-0054

ンあるいはタブレット

端末が1人1台配付さ

オ会議ツー

ルMeet

に全児童・生徒にパソコ 小中学校で、本年度中

時休校の際などに遠隔

と家庭を繋ぐツールと 休校や災害時にも学校

週1回

(90分)

して役立ち、また学習の

を活用したり、臨

ットドリル

授業ができるようビデ

れることとなり、私たち

の練習をしている学校

期待の声が。同市では、 幅も広がる」と、安心と 検索

(3P)



vol.739

可

能性広がる

新

学び

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

筆のように、「学習するための文房具」に。

これからの時代、子どもたちにとってタブレ

ト端末はノー

イや鉛

公立小中学生全員にタブ

ツ

1

配 付

うな緊急事態の中でも、ICT(情報通信技術)を活用し、日々の学び

そして昨年から世界を襲い、未だ出口が見えないコロナ禍。その

<sub>今だから</sub> 自分磨き! 新しい発見!

プログラミングの学習 できるようになります。 もタブレットで簡単に りの会の連絡や、宿題の 庭を繋ぎ、朝の会や終わ を」と、タブレットの教 提出、家庭へのお知らせ で学校と児童・生徒と家 オンラインシステム 現場での活用がス <u>ト</u>しています。

大で、予定より早くタブ たことから、「教える」 ットの配付が進めら

〒573-0126

枚方市津田西町2-31-21

新型コロナの感染拡

では市立全小中学校の を共有。また、有害サイ を行い、各学校での実践 ンラインでの会議など 代表と、教育委員会がオ

になりすぎるのではな

いかという危うさも

あ

を日々伝えていきます を授業の中で取り上げ タブレット使用時のマ するフィルタリングソ たり、講演会を行い、タブ ノトを入れるとともに、 ット使用上のルール ーや、SZSの危険性 へのアクセスを制限 い文房具として有効に 護者が共に見守り、新し 導き出す教育へと変わ りつつある今、学校・保 性や思考力を伸ばす、新 どもたちそれぞれの個 活用したいものです。子 なく、様々の[最適解]を りますが、一つの正解で

3年生への配付を皮切 誰一人取り残すことな は、昨年9月から中学校 れています。枚方市で 個別最適化された学び までに培った教育実践 員に配り終えます。これ りに、今年2月中には全 く、一人ひとりに公正に に加え、「子どもたちを 問題点を見据え、より良い活用を目指して

TEL 072-859-3332

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

の住む地域でも進めら 打ち込んだ文章や画像、 た授業では、児童たちが もあります。 教育ソフト[ロイロ eb検索結果などを ート」(小学校)を使っ

Y& 読売新聞

の可能性が広がってい 用してのフォローが始 対して、タブレットを利 まっており、これから 欠席した児童・生徒に

文化の心を伝える

開催日時

金曜=午後

水曜=午後

土曜=午前

水曜=午後

火曜=午前

**☎**072-885-0691

※午前=10時~ 午後=13時30分~ ※各教室とも、無料駐車場あり

メセナ枚方

火曜=午前・午後|寝屋川市民会館

前結びきもの着付文化学院

交野市教室

大東市教室

枚方市教室

楠葉教室

寝屋川市教室

お楽しみプレゼント おすすめクーポン

3P 5 P

全国の大半の公立

▲音楽の時間、アプリでいろ いろな楽器の音を鳴らして

◀枚方市で導入のiPad(第7世代) LTEモデル(wi-fiなしでも使用 可能)、キーボード付ケース入り

が保障できるよう、整備が急速に進められています ていましたが、クラス全 では出席順や座席順、 度が瞬時に把握できる とで、子どもたちの理解 手した人だけが発表し 員が意見を送信するこ 意見や解答を発表。今ま えをまとめ、アプリ内で ードにし、つなげて考 挙

とともに、様々な意見や 発想が共有できるよう になります。 保護者からは「今後

3月度受講生募集

学金不要 1回 500円

交野市駅 徒歩4分 JR住道駅 徒歩10分

EP

Ϊŧ

目

決

まる

他院の二重修正例

二重に左右差がある。

二重の幅が広すぎる・ 狭すぎる。

✓ 他院埋没二重後に 糸が出てきた。

✓ 二重ラインが ギザギザ・不自然。

✓ 目頭の傷ができた。

✔ 目頭が出ていない。

低料金で各地で開講。覚えやすきもの文化 P R 事業の の帯結びまで幅広く指導します 着崩れしにくい着付け方法、礼装 簡単、きれいに手早く! 鏡不要の前結びで



ご卒業・ご入学・ご就職 おめでとうございます カンダダイアモンド パールフェア 開催中 2月 (単音) アメジスト 石言葉◆真実の愛・誠実 絆を深める 2/10(水)・16(火)・21(日)は臨時休業致します ひらかたサンプラザ1号館3F 枚方T-SITE 向かい

AM10:30~PM6:00 木曜定休 カンダダイアモンド <mark>検索</mark>

#### ◇ 診療科目 **(1)** 毅峰 会 吉

田

病

●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

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)

ビ「とくダネ」をはじめ、5番組で取材を受けました

症状が改善しなければ、

責任もって再治療

※当院でも公序良俗に反する行為(失敗して

も責任を持たないとする同意書・念書をと

る行為)は行っていませんのでご安心してこ

You Tube 美容整形トラブル

くまもと大好き!!

保証

3

当医院は救急指定 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

# 35年の

# 全施術を髙牟禮院長が担当するので安心

始めませんか

メスを使わず手軽に行うことができ、傷跡が残る心配もありません。まぶ たの皮膚の状態に応じて2~6ヶ所糸で留めるので、取れにくく自然な二重 ラインを形成します。万一、糸

が取れた場合は、保証システ ムがあるので安心です。

川崎式特別埋没法二重 両月 250.000円

切開法

切開法二重

まぶたを希望のラインに沿って切開するので、パッチリとした印象的な目 まかんで4月エーン 元になります。腫れぽったい目 元の方は上まぶた脂肪取りを

#### 

当院で行う目頭切開法は目頭に沿って「くの字型」に切開、縫合するため キズが表面に出ず赤みも早く引きやすい特徴があります。だぶついた余分 なたるみや脂肪を取り除き、スッキリとした平行型の二重に。今までの二重 手術に満足していない方の 修正手術の相談も可能です。

目頭切開 21歳

●個室完備(プライバシー厳守 ●診察時間/10:00~18:00 ●予約制 ●学割あり ●各種クレジット、



#### 目の上のたるみ取りし

二重の方は二重のライン上から(一重で二重にしたくない方は上まつ毛の生え際)目 尻の外側約1cm前後まで切開し、たるんだ皮膚を正確に除去します。同時に腫れぼった

いまぶたの方は目頭と目尻の2ヶ所脂肪 を抜くことでスッキリとした明るい目元に改 善します。たるみの取り足しをご希望の 場合は処置料のみで受けられます。



**3** 0120-58-2081

メスを使わず上まぶたをご希望の二重ラインに、2~6ヶ所糸で留めることでたる みが改善します。

罗目の上たるみ改善 埋没法/両目 80,000円~

目の下のくま・たるみ取り

下まつ毛の生え際沿いに目尻の外 側1 cm付近まで切開して、正確に余分 なたるみを除去し、筋肉を縫い寄せるこ とで目元を若々しく保ちます。 目の下のたるみ取り 59歳 女性

#### プラ目の下のくま・たるみ改善 T瞼脱脂/両目 300,000円

目の下の眼窩脂肪は3ヶ所あり、皮膚を切らずに、まぶたの内側から適した量の脂 肪を上手く取り除くことも可能です。その上、腫れ・痛みは最小限で通院の必要も無く、 効果が持続し、治療当日から洗顔やお化粧が可能です。



元の印

歳若見え O

Ø



相談料無料

お気軽にご相談

大阪・梅田 (駅前第3ビル2F) ☎06-6348-0783

ンニア割引5%OFF (※60歳以上の方対象。保険証な 中齢確認かできるものをご提示くださ 個し、他の割引との併用はできません

要です。

身に合った痛み止めを

を知ろう

緊急事態宣言発令を国

感染症拡大で、大阪府も

した。

に要請する中でしたが

禍の中、人とつながるこ

が、

黒田実市長は「コロナ

使って、副作用を最小限

しょう。

に抑えていくことが必

しかし、

せっかくご自

で、ピューピューと旅人 だろうよ!」と自信満々

カポカポカと強い太陽

熱を送り続けました。旅

人は汗ばんできて、つい

働ける!

新たな門出を迎えまし

スク姿の新成人たちが れ、スーツや振り袖にマ わふねで成人式が開か

新成人となり、星の里い 交野市では881

人が

た。新型コロナウイルス

ンでライブ配信もされま 催をし、式典はオンライ 染防止対策を講じて開 の着席、時間短縮など感 手指消毒、間隔を空けて 新成人のみの入場、検温、 午前・午後の二部制とし、

# る丘から

JCHO星ヶ丘医療センター

がん性疼痛看護 認 定 看 護 師 木 枚方市星丘4の8の1 tel.072-840-2641

の、「この辺が重だるい」

キリキリ」といったも

痛みには、「ズキズキ」

またその一方で、「痛み しい」とよく言われます。 痛みを上手に伝えて 笑顔 にも様々な種類があり のある生活を

ようにしてほ

痛み

が な

し

わる中で、

も増えて、錠剤や貼り薬、 ます。 んの状態や生活スタイ 座薬、注射薬と、患者さ 昨今、痛み止めの種類

ない」と言われることも

作用が強くて飲みたく 止めはくせになる」「副

作用で悩まれている時 笑顔のある生活を送れ 近な看護師や主治医に は、お一人で悩まずに身 るように、痛みや薬の副 れたことで、便秘も改善 しやすくなりました。 痛みを上手に伝えて

まちコートは吹っ飛ぶ い北風を吹かすと、たち ます。北風は「俺様が強 しようという話になり ることができるか勝負 コートは脱ぎません。

す。正しく痛み止めを

つらい気持ちになりま

ご自身に合った痛み止

に医師に伝えることで、 ようになりました。上手 ルに応じて選択できる

めを処方してもらいま

ます。見ているご家族も

り、気持ちもつらくなり 日常生活に支障が出た あります。痛みがあると

> にオピオイド誘発性便 秘症の治療薬が発売さ

人のコー トを脱がせ 太陽熱を送ります。まだ 人にポカポカと暖か

日々がん患者さんと

があるように、痛み止め

があります。痛みに種類 副作用の便秘で、多くの 前は医療用麻薬などの 方が苦しんで

ある旅人がコートを

ピューピューと強く風 「これでもか!」とピュー は脱げません。北風は

対して、北風と太陽のど 皆さんは子どもさんに

負

ているでしょうか?今 ちらを使って対応され

度ご確認ください。

る」といった様々な種類

るみたい」「ビリビリす

|鈍い痛み」や「電気が走

副作用も様々あります くなる方もおられます 気になって、服用できな 処方されても、副作用が

が、副作用予防薬も同時

心理分析室

昭 (上級教育カウンセラー) **2**072-850-8073

コートは、脱げません。

かせます。しかし旅人の に向けて冷たい風を吹

にコー

トを脱ぎ捨て池

深田

もちろんのこと、コート かみ、風をはばみます。 旅人はコートの襟をつ

のイソップ物語「北風と

これは皆さんご存じ

太陽」のお話です。さて

に処方されています。以

し、2017年 いました。しか た。それを見た北風と 着て森を歩いていまし

太陽が、どちらが先に 深田 昭一さん 勝

でコートにくるまりま げるどころか座り込ん のでしょうか?いえ、脱 旅人のコートは脱げた を吹かせました。それで す。ここで北風は力尽き 

次は太陽の番です。旅 オなどにも出演。

-緒にミニコミ紙を

作りませんか

営業・イベント運営

パート ※正社員登用あり

曜日や時間応相談

男女·年齡·経験不問

原付または普通運転免許要

まずは写真貼付の履歴書をお送りください。

を行わず火葬だけを行う 式を行う「1日葬」、儀式 ごし、葬儀当日にだけ儀

「直葬」など、ご家族様の

規模に応じた式をご用意し ご家族・ご参列者の人数や お葬式」にしましょう。 信をもって、「自分たちの 惑わされず、流されず、自

ます。ご相談ください。

枚方市川原町2の2

経理事務・取材

連絡致します

の選択肢が増えたのだと なったわけでなく、お葬式 えています。決して複雑に 形式のお葬式が次々と増 様々な希望から、新たな

フローラルホール検索

枚方警察署そば 京阪| 枚方市| 駅歩5分

0120.0983.68

校正 ほか

地元で 家庭と仕事を両立!

お気軽に。お問合せは伊 開いています。見学・体験研究会」を主宰。勉強会を ★「関西カウンセラーズ 8856・6057(伊藤 滕または相坂(左)まで

# 配布員さん募集!

の勝利です。

に飛び込みました。太陽

毎月末4日間、自分のペースで 配布できます 空いた時間に

長尾元町、長尾東町、 長尾家具町、倉治 松井山手駅周辺 など

●1エリア 500~800部

チラシ折込作業もあります

年齡·性別·経験一切不問。初心者もOK

出社不要・時間自由(新聞引き取り有) その他の地域も 登録受付中

お気軽にお問合せください

花いっぱいの家族葬

#### マイライフ 新聞社 🕾 072-859-3332

〒573-0126 枚方市津田西町2-31-21

葬」、通夜は家族だけで過

マイライフ新聞

ーラルホ FLORAL HALL お葬式も選べる時代に 葬祭部 主任

親しい友人で行う「家族 かったですが、昨今は家族、 き、盛大に行うことが多 は多くの方に参列いただ お葬式といえば、かつて が|番です。周囲の情報に 分たちに最適のお葬式を」 りますが、ご家族様が「自 と向き合い、出した結論 でも良い」と思います。 とのお付き合いなどもあ 宗教やご親戚、ご近所

私は「ご家族様のご希望 であれば、どんなお葬式 か?」とよく聞かれます。 おり、悩まれ、事前相談で トなどで情報があふれて どんなお葬式がいいの テレビやインターネッ 難局を乗り越え、前進を! 交野市成人式





として、人とどう

との大切さを実



大人としての自覚を持ち、再会を喜び、新たな出発点に

万全の体制で開 催してもらえた ん(二部・写真)は、 部)と片岡和弘さ 小篠広幸さん(| た。 新成人代表の

の出会いを思い返し、今、 長期を支えた方たちと 生き抜き、日本の高度成 時に、厳しい戦争時代を 高齢者施設を訪問した 小篠さんは「中学時代に 不安や様々な思いを抱 ことと、育て、支えてく 今度は苦しい時を自 た人々への感謝を述べ、

若さと柔らかい感性で、 難局を乗り越えてほ. え方を知り、自分を磨い ていくことができます。

ほしい」と話しま を重ね、成長して え、出会いと経験 つながるかを考 世の中の動き、様々な考 の範囲を超えて、知識や を集め、自分たちの経験 を作っていきます。情報 の人々とつながり、仲間 ですが、ーTの進化と共 歩むことを誓いました。 いる。この経験をマイナ ど有意義に過ごす人も 見や自分と向き合うな に育った彼らは、世界中 な意味を感じ、前向きに し、この日の再会に大き 未来につなげたい」と話 スでなくプラスに変え、 閉塞する時代の船出

感した若い世代 見舞われたが、様々な発 片岡さんは「コロナ禍に

るよう精進したい」と。 分たちが引っ張っていけ

枚方本校 大阪府認可校 普通科 単位制 就学支援金 制度対象校

通信制で学ぶなら '校」がいいよね



随時入学可 自分のスタイルで まずはお電話

2/10(水) 2/9(火) まで 二次 2/12(金)~3/1(月) 3/2(火) 三次 3/8(月)~3/25(木) 3/26(金)

中学新卒生対象「スタートクラス」 通信制に慣れるためのクラスで、中学新卒生を対象

としています。全日制に近いシステムとなっています。 希望に合わせて自由に選択できるオプションプランとして、 大学受験対策や国際交流のプログラムがあります

香川大学(医学部)、大阪大学、和歌山大学、京都府立大学、大阪府立大学 大阪医科大学、近畿大学(医学部)、関西大学、龍谷大学 京都産業大学、甲南大学、京都女子大学、同志社女子大学、神戸女学院大学、武庫川女子大学、甲南女子大学、関西外国語大学、京都外国語大学、大阪音楽大学、 武蔵野美術大学、大阪芸術大学、京都芸術大学 ほか

650m〉 **国 為 国** 検索 枚方市長尾元町2-29-27〈JR学研都市線「長尾」駅西へ約650m〉 20-750-150 長尾谷 なんば校 奈良校

LINEで 情報発信

友だちに なってね!

LINE公式アカウントができました

<sup>最りバスツアーやマイライフのお楽しみ</sup> イベント情報などを、いち早くお届け!

ぜひ友だち追加をお願いします♪

は胸の重さを鎮め、気の

ています。

院外処方箋取り扱っ

捉えましょう。

. アムカ または IDで検索 @208ozepe

Remake 次の 尽きない思いを整理いたします 特 遺品整理 殊 リメイクが 生前整理 お手伝いします 見積相談無料 清掃 **への90-8235-7154** まずはお気軽にご相談ください 5片付け・住空間整理などトータルサポー

:阪を拠点に、関西近畿一円に対応

高

血

圧

こんな寒い時期は血

がいいでしょう。この薬 A 柴胡加竜骨牡蛎湯 もいこかりゅうこつほれいとう も悪いです。 や動悸、頭重感、肩こり です。眠りにくく、不安 圧が 50~10 mH くらいレスもあり、今は最高血 圧がやや高かったが仕 Q ます。また、新型コロナ 圧が上がりやすくなり 事の状況が変わり、スト 不調もあります。 下もあり、精神面からの 感染症の流行で気の低 (特に右側)があり、便通

58歳男性。元々、血

薬剤師 漢 ※漢方のご相談はできる **2072.892.8908** だけ電話予約願います

処方箋調剤 カジタ薬局 交野市妙見坂3の1の6 梶田 幸子

薬

方

しっかり食べて免疫力 為には温かいものを をアップしてください。

運動と頭頂部のマッ さい。またコロナ予防の サージもしてみてくだ のもいいと思います。 日常生活では適度な

三黄瀉心湯を足されるいの時は、黄連解毒湯や 頭重感が強く便秘が

る生薬が含まれていて、 動揺を治める作用のあ

これらの症状を軽くし てくれます。

康

加

脳

梗

塞

必要があれば脳卒中

の投与やカテーテル血 センターで血栓溶解薬

竹中 洋幸 先生

脳の壊死は数時間で完 れつ困難、めまい、歩行痺・感覚麻痺・しびれ、ろ けすぐに受診すること 成しますのでできるだ 障害、意識障害などです。 与が大事です。

専門分野:救急·総合診療科 勤務歴:京都大学医学部 病院、康生会武田病院 付属病院、市立島田市民 京都大学医学部卒

施設の見学に出向い

進。近年、全国から講演 運動習慣の定着化を促

ルウォーク学会名誉会長

て脳組織が壊死る血管が閉塞し 脳を栄養してい 気に脳梗塞があります。 突然発症する恐い病

救急科部長

竹中 洋幸 枚方市藤阪東町 1丁目2番1号

の動き、感覚、臓器の機 不思議はなく、特徴は突 のどこに症状が出ても 能調節をつかさどって クを通して全身の筋肉 いますので、脳梗塞は体

の四肢や顔面の運動麻 代表的な症状は、片側 と、心臓内にできた血の あります。予防につい 塊が流れてくる場合が 血管自体の傷みの場合 ては、前者は動脈硬化が 血管閉塞の原因は脳 影響していて高血

いて抗凝固薬の予防投 事長の松谷之義氏です。 シリーズ

☎072-858-8233

動や心疾患が影響して 煙の管理、後者は心房細 ステロール血症・喫 圧・糖尿病・高コレ

2021年 2月1日号

お話します。

及ぼす悪影響について 神的ストレス」が心臓に

が心臓病発症の引き金

ではなぜ「ストレス」

ことに気を付けましょ

心臓を守るために、次の

「ストレス」を予防し

るのでしょうか?私た や悪化させる原因とな

対処すること②気分転

せず前向きな気持ちで う。①何事にもくよくよ

ルネヒューマンスプラブ・大きなので、一定会2

果的にみかんのビタミ

ンを摂取する方法とし

判明しています。ビタミ ることが最近の研究で り、若返りの成分でもあ

取ることができます。効

のビタミンCを簡単に みかん100gで35幅

るビタミンPは毛細血

ク理事長 日本メディカルくずは統合医療クリニッ

早本

枚方市南楠葉―の―の27

\$072.807.3566

TPU-P

H 51

) **★** 検索

またみかんに含まれ

管を強化する成分であ

毎日を送っておられる

が増え、運動不足になる

高めることは何よりも

美肌のためのペクチン て腸内環境を整えたり.

が果肉の4倍も含まれ

ですが、自身の免疫力を

大切です。

るとお酒やたばこの量

され、「ストレス」の多い

する緊急事態 ウイルスに対

病

の

深

LI ス

関 係

乗り切りましょう。 スの多い毎日を皆で てコロナ禍のストレ

スクも大切 気や消毒、マ 新型コロナ

精

神 ル 臓 的ス

らに「スト

レス」を抱え

深呼吸をすること。 気持ちを大きく持って ⑥イライラしてきたら

コロナ禍も真っただ中

様はどのような感染

この6か条を守っ

予

防をされているで

しょうか。換

免疫力アップにみかんを!

りやすくもなります。さ が詰まり、心筋梗塞にな

○ 吉田医療新聞

循環器内科部長

木戸 淳道

枚方市北中振3-8-14

☎072-833-1831

きが高まって血液がド えます。また血小板の動

は適量にすること(ビー ④禁煙すること ⑤飲酒

なら350 | 程度)

ロドロになるため血管

するため、血圧や脈拍が ると交感神経が活性化 ちは「ストレス」がかか

換のためにも毎日適度

上がり、心臓の負担が増

分な睡眠を取ること 則正しい生活をして十 な運動をすること③規

-薬箱のいらない家庭を-

<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

かっています。また腸内

免疫力アップ、毛細血管

じフィトケミカルです です。つまりハーブと同

で希望のプレゼン 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(月)消印有効 【アンケート】 ①2月1日号マイライ

の強化、そして血流の改

善など重要な働きをし

をアップすることが分 てビタミンCの吸収率

の善玉菌の繁殖を助け

緒に食べることによっ

く、フラボノイドの総称 ンPはビタミンではな

て、白いスジも薄皮と一

宣言が再び出

か?今回はそんな「精

いるのです。

響を及ぼすと言われて ことからも、心臓に悪影

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

のアップにみかんの栄

今の季節なら免疫力

ているなど、かなり有効

で。お問合せは

に働いてくれます。

養成分を使いましょう。

のではないでしょう

影響を及ぼします。 その後の生活に大きな 脳は神経ネットワー

指すことになります。 織は再生しないのでリ 管治療で壊死部分を最 ハビリで機能回復を目 われます。壊死した脳組 小限に抑える治療が行

ウィークウェブ版〟に 紹介されたのが、医療法 人松徳会[松谷病院]理 て1月に゛ニューズ キングの伝道師、と ノルディック・ウォ 康寿命の延伸に結びつ 酸素運動を続けられ、健 りながら歩く手法で有 自立支援であり、足を守 せると決心。 くと考え、日本に普及さ

ることに。20年前、介護 医局を離れ開業。その後 護保険制度が施行され 高齢化社会が進行し、介 することを望み40歳で 氏は地域医療に貢献 ウォークの普及に努め、 いからノルディック きしてほしい」という思 げ会長に。「健康で長生 ウォーク学会を立ち上 を中心にノルディック 2012年には医師

日本ノルディック・ポー 日本呼吸器学会専門医 京都大学医学博士 京都大学医学部卒業

#### ディ 松谷病院理事長 及 ック・ウ に 貢 松 オー 献 谷 0

ゆっくりと姿勢正しく と出会いました。 両手にポールを持ち ルディック・ウォーク 依頼があり、健康に年を 研鑽を重ねています。 之 義 氏

たい! 戦する姿に拍手を送り 方〟にふさわしく、健康 寿命の底上げを願い、挑 重ねる生き方を教示し、 ノルディックの街、枚

いている姿がまさに

くにみが丘メディカ 枚方市津田山手1の19 ₩ONN.@O@·N0107 〈お問い合わせ〉 ルフィットネス倶楽部 リコロファーム ワイン 枚方市杉

でらプリ 2019

Delaware Princess

100%使用!甘くほのかな酸

味のデラウェアをそのまま味

わえる、オレンジ色が美しい スパークリングワイン。

和洋を問わずお料理に合う

枚方杉リコロファーム 検索

すっきりとした味

わいをぜひご堪能

ください。

**■750m**ℓ

木梨憲武展



Timing -瞬間の光り-2月16日(火)~3月28日(日) 京都文化博物館4階·3階展示室 (京都市中京区三条高倉)

一般 1,600円 大高生1,300円 中小生 600円 (前売・20人以上の団体は 各200円引。前売ペアチケット 2.600円:2枚組・一般のみ)

新作を含む約200点がいよいよ京都会場に登場!自身2度目 となる全国美術館ツアー。成功を収めたニューヨーク、ロンド ンでの個展で披露された大人気シリーズや絵画だけでなく、 ドローイング、映像、オブジェなど、自由な発想と表現方法で 観る人を幸せにする展覧会です。 木梨憲武展

#### にしてお料理やお茶に のみかんは皮をドライ **2**072.809.2131 会はリアル&Zoom もなく開校します。勉強 ンダー認定クラスはま てくれます。私は無農薬 にしてオレンジピー いています。 加えていただ ハーブブレ イテッド・シネマ枚方 映画ご招待券 3

お好きな上映作品をご鑑賞いただけます。



<sup>-</sup>ファ**ー**ストラヴ」

上映作品は7面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

フの記事・広告で一番興味を持たれ たものは。②「今ならではの自分 磨き」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 津田西町2-31-21 マイライフ「プレゼント」係 FAX072-859-0054

2

人 様

マイライフでお渡し

舞来国 手み

地図はQRで

チェック

3月からの掲載申込受付中!

掲載月選べます! ☎072-859-3332

POLA THE BEAUTY 枚方田宮店

after

毛穴の開き、目に見える 結果を体験しませんか

**3** 072-844-3407 枚•東田宮1-3-30 枚方スイミング向かい 営 10時~20時(最終受付18時)

不定休 (P)3台

あきらめないで! そのお肌 の悩みポーラで改善 今まで色々試したけど肌の 悩みが改善しなかった女性

の方必見!本気で肌改善し たい方への特別コース です。★枚方市コロナ対策 店応援クーポン券利用可!

ご新規様特別クーポン トライアル 4,070円に! 通常9,020円を LINE 

2021年2月末2

農家の直売所 朝採り市場 魚も販売

マイバッグにご協力を

新型コロナウイルスの

9時~18時 P有り

美味しい冬野菜続々入荷! 安心! 安全! 安価!

八幡、枚方、京田辺、久御山町 の産直野菜を販売しています 朝一番の来店がオススメ!

●新鮮で旬な魚を販売! 調理もおまかせ(水・土曜は休み) ●かつおのわら焼き 木工品、山野草など販売

予防対策行っています **25** 075-971-5208 八・美濃山一ノ谷28-1 スポーツアベニュー内 営 毎日営業!

お会計1,000円(税込)以上の方 100円引き

デリバリー **ゆたか** 

ア5組

美味しい手作りの 昼·夜 お弁当をお届けします



日替わり弁当 600円 毎日メニューが変わります。 レディースサイズもあります。

● おひとつでもOK!

● おかずのみは100円引き

●他にも約20種のメニューがあります。

【配達エリア】枚方、京田辺の一部、八幡全域

**配達時間** 昼 11時~14時 夜 16時30分~18時

会員募集!!

**2** 072-851-0105 FAX 072-850-7675

枚•長尾家具町2-7-1 受 8時~16時(当日) |**付**||前日の受付は22時まで

全品 80円引き デリバリーゆたか 検索

前日迄のご注文 

HPからもご注文OK!

ぜひご利用ください。

スマホでもOK!

# 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】

一般200m引き 学生·小人100m引き 「哀愁しんでれら」 ※本券はユナイテッド・シネマ ※年券はユディデット・シネマ 枚方で「4DX・特別興行」を除く 作品に利用できます。※本券1枚

> その他の割引券との併 用不可。※コピーは無効。 2021年2月末迄有効 **23**0570-783-450

(C)2021「哀愁しんでれら」製作委員会 枚方市高野道1-20-10 フォレオひらかた内

▲■ アル・プラザ枚方

パウチ 鍋スープ各種



本券1枚で1コ限り 食品レジにて本券(クーポ ン)を先にお渡しいただき、 ご精算ください。

営業時間10時~20時 2021年2月末迄有効

**2072-896-1100** 枚方市津田元町1-4-1

#### マイライフ新聞 2021年 2月1日号 (4)スマートフォン対応サイトから のリハウス 枚方センター 無料査定のお申込みができます スマホで ご売却検討物件周辺の 三井のリハウスと他社不動産会社との違い 市場価格 相場情報や購入検討者情報 などがチェックできます! ユニット制 宅地建物取引士 360°サポート 複数人の営業マンが 三井のリハウス 引渡し後の一定期間、 ご所有不動産の市場価格をお知らせします 枚方センターでは、 チームとして 建物・設備の 売却を担当する お客様の担当となり 保証費用を (電話かメールで簡易調査) または (訪問して詳しくご説明) それぞれの 営業マンは全員 三井のリハウスが P 提携駐車場 宅地建物取引士 専門力を生かして 負担します。 **サポート**します。 です。 (適用条件有り) 权万センタ 無料査定 秘密厳守 無料相談 太陽生命 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。 P 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。 枚方市駅 32元0120-321-797 オープンハウス 開催!1/30(土)~1/31(日)13時~17時 ④ グリーンハウス枚方 ③ ひらかたパークハイツ **450**層 890層 ⑤ レジデンス香里ケ丘中央 1,980 🛭 「さつき丘」停歩4分 京阪交野線「宮之阪」駅 徒歩2分 京阪本線「枚方公園」駅バス7分、「五本松」停歩1分 ①枚方市三栗2丁目 1,680萬 ②枚方市長尾家具町3丁目 1,480萬 ●専面66.38㎡ ●専面52.68㎡ ●バル7.50㎡ ●専面94.89m 京阪本線「牧野」駅 徒歩7分 片町線「長尾」駅 徒歩17分 直接お越しください 直接お越しください 42 .25 HE C **(**) 枚方市三栗2丁目17-16 住長尾家具町3丁目12-33 $\bigcirc^{N}$ ●土地59.07㎡●建延128.79㎡ ●土地64.46㎡ ●建延92.06㎡ A COL ROSE art Sea ★京阪本線「牧野」駅 徒歩7分 ★3LDK★北西·南西の角地に 11.00 ★高台·南向きのお部屋に ★南西角地、5LDK つき日当たり・通風良好 100 ▶車庫スペースに余裕あります ★LDK 約16帖★車庫有 つき、日当り・眺望良好です Like ★京阪バス「五本松」停徒歩1分 ★京阪交野線「宮之阪」駅 徒歩2分 用金 (4.5s) 22. - 改装履歴 平成23年8月 ★浴室・洗面室に窓有 ★専有面積94.89㎡/3LDK ★南東向きにつき日当たり ★全居室ペアガラス仕様 び装確能 平成23年8月 ・クロス張替え ・床フローリング張替え ・床CFシート張替え ・システムキッチン交換 ・洗面化粧台交換・浴室交換 ・トイレ交換・気質ドア交換 ・インターホン交換 ・スイッチ、コンセント交換 NEE. ★LDK約14帖 ★自走式駐車場1台無償 10.00 ★2部屋がバルコニーに \* . . ★バルコニーに収納有 ▼ 2 部座 かパルコーーに面しています ・ 改装履歴 令和2年12月 ・ 給湯器交換・クロス張替(DK・洋宝2 部屋)・フロアタイル張替 (DK・洋宝2 3)・キッチン新調・換気扇交換・冷積交換・洗面化粧 台洗面ボウル・鎖交換・和室壁塗り替え・畳表替え・模張替 31 22 ★両面パルコニー (南·北) につき日当たり良好 ★LDK約15.5帖 有 33, Haff. ★山之上西町の閑静な住宅街 100 ... 7 ★令和2年5月CFシート理替(LDK) ... ●枚方市香里ケ丘5丁目●RC造5階建3階部分●築H1年3月● 管理費(月)11,800円●修繕積立金(月)13,000円●その他/ 200円●管理/一部●現況空家・引渡相談〈仲介〉 N ●木・RC造3階建●築S54年 ●枚方市山之上西町●RC造地上5階建3階部分●築S46年3月 ●管理費(月)7,800円●修繕積立金(月)15,000円●管理/日 動●現況空家・引波相談〈仲介〉 ●枚方市宮之阪2丁目●RC造地上8階建4階部分●築547年8月 ●管理費(月)11,100円●修繕積立金(月)9,200円●管理/日勤●現況空家・引渡相談〈仲介〉 ●木造3階建●築H10年2月●現況空家·引渡即時〈仲介〉 ⑥ 東急ドエル・アルス枚方高塚町 2,098 ⑦M'プラザ香里園 2,680層 ⑧ レ・ジェイド樟葉 2,880 🖺 ⑨ディーグラフォート程ヶ丘スカイフォート 3,200 10 枚方市長尾元町7丁目 1,380 召 京阪本線「枚方公園 |駅 徒歩14分/「枚方市 |駅 徒歩1 京阪本線「香里園」駅 徒歩8分 片町線[長尾|駅 徒歩12 ■バル16.11㎡ ■バル10 71㎡ ●建延83.43㎡ ●バル7.22㎡ Par I ★京阪本線「香里園|駅 徒歩8分 ★北東角地につき イルスプルにファ 日当たり・通風良好 ★室内丁寧にお使いです ★専有面積 77.82m/4LDK ★角部屋につき採光、風通し良好 SE, 32, 2 M 2 FB sitte 22 ペット 飼育可(規約に制限有) 改装履歴 平成26年3月\_ 攻褻権歴 平成26年3月 - フローリング張替え・ウロス張替え - システムキッチン新調(食洗機付) - 床下収納付・洗面化粧台新調 - ユニットバス新調 - 給湯器新調・便器新調 - 外壁塗装(1階東側および西側) ★ガス温水式床暖房有 12 ★東急不動産(株)旧分譲マンショ ★バルコニー南東向きに ★室内は大変丁寧にお使いです。 つき日当たり良好 20 1 NE. ★大和ハウス工業旧分譲マンション EE. ★令和2年1月建築 32 Д, 築後未入居物件 ★最上階15階につき眺望良好 ★自走式駐車場1台無償 ★サイクルポート1区画無償 ne E ★4LDK/全居室6帖以上有 ★南西向きバルコニーにつき 22 111111 .53 ★リビング、ダイニングに床暖房有 日当たり良好 ★角住戸につき通風良好 100 22, 48 ★ペット飼育可(規約に制限有) ★令和2年11月室内ハウスクリーニング済 52 5 洗浄便座交換・洗面化粧台、洗濯パン交換 ◆枚方市香里ヶ丘2丁目●RC造地下1階、17階建5階部分◆築H19年2月●管理費(月)9,820円●修繕積立金(月) ●枚方市樋之上町●RC造15階建15階部分●築R2年1月 ●管理費(月)9,350円●修繕積立金(月)9,760円●管理/日勤 ●現況空家・引渡即時(残金清算後)〈仲介〉 ●寝屋川市松屋町●RC造13階建5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200円●管理/日勤●現況空家・引渡即時〈仲介〉 ●枚方市高塚町●RC造地下1階、6階建3階部分●築H7年12 月●管理費(月)6,600円●修繕積立金(月)12,810円●管理 /日勤●現況空家・引渡相談〈仲介〉 12,930円●その他(月)300円●管理/日勤●現況空家・引渡即時(残金清算後)〈仲介〉 木造 2 階建●築559年1月●現況居住中・引渡相談〈仲介〉 ※価格改定日/R2年12月28日 ②交野市幾野2丁目 1.980 13 枚方市香里園山之手町 2,480 個枚方市香里ヶ丘12丁目 2,490層 15 寝屋川高宮2丁目 **2,690** 召 ⑪寝屋川市若葉町 1,640 科 京阪本線「寝屋川市」駅バス14分、「あさひ丘」停歩10分 京阪本線「寝屋川市」駅 徒歩12分 京阪交野線「交野市」駅 徒歩15分 京阪本線「香里園」駅バス10分、「新香里」停歩6分 ●土地151.80㎡ ●土地56.94㎡ ●土地80.05㎡ ●土地101.51㎡ ●土地107.07㎡ ●建延92.74㎡ ●建延119.06㎡ ●建延96.59㎡ ★京阪本線「寝屋川市」駅徒歩12分 ★平成15年10月建築 ★『香里園』駅徒歩11分 ★全居室約6帖以上の ★野村工務店旧開発分譲地内 広さが確保された 4LDKの間取り ★間取り3LDK ★敷地面積約30.7坪 ★閑静な住宅街 ★平成24年10月建築 ★LDKにロフト有 ★土地面積151.80m ★ガス温水式床暖房有(LDK部分) ★香里園の閑静な住宅街 (約45.91坪) 1 4 ★室内丁寧にお使いです 室内丁寧にお使いです 新価格 前面道路幅員約6.2m 33 ★トイレ2箇所 45 (N.B) (A) [D. .... (1階、2階)有 洋里 67.5% 115 ★駐車スペース有 (車種による制限有) .11. [7 (単種による制限有) 「改装履歴 R2年6月・全クロス張替え、カーテン及 びロールスクリーン新調、検張替え、畳 表替え、元井タイル張替え、位駐車スペース) H30年1月・2階ガスコンロ新調 H29年8月・門第新設(駐車スペース) H25年10月・外壁塗銭 H22年4月・1階キッチン新設、屋上 防水工事(他 LDK m16.8u .... 45. E .72 TI. (N) Sub--400 2 4 2 5 1304 道路幅員 136 22 ●S浩3階建●範H3 -2F 年11月●現況空家・ 引渡即時(残金清算 1E 屋根裏収納 ●S造陸屋根2階建●築S53年4月●現況空家·引渡即時〈仲介 ※価格改定日/R3年1月23日 ●木造2階建●築H14年9月●現況空家·引渡即時(残代金 清算後)〈仲介〉 定日/R3年1月25日 ●木造2階建●築H24年10月●現況居住中·引渡相談〈仲介〉 16 枚方市楠葉野田3丁目 3.080 召 ①交野市私部4丁目 3,730 🛭 ⑨枚方市山之上西町 5.880 18 枚方市香里園桜木町 4,280 沿 ●土地179.04㎡ ●建延137.66㎡ ●土地258.61㎡ ●建延149.66㎡ ●土地218.64㎡ ●建延154.64㎡ ●土地126.76㎡ ●建延93.56㎡ ★「交野市」駅徒歩5分 ★香里ヒルズ (積水ハウス分譲り ジ2台駐車可 ★積水ハウス設計・施工 St. ★LDK 約21.5帖 住宅 ★4SLDKの間取り ★玄関ホールが広く 22 a H ★敷地面積 約38.34坪 ゆったりとしたスペース 12 22 ★5DK ★前面道路幅員 約6.4m につき日当たり・通風良好 ★敷地面積約78坪 ★南西向きにつき、 日当たり良好 ★駐車2台可(車種による制限有) ★カーポート付き ★屋根付きサイクルポート有 平成21年6月建築 ガレージ2台駐車可 ★樟葉北小学校 徒歩1分 ★吹き抜け有 45 ★室内は吹き抜けが多く ★2階バルコニーに屋根有 ★1階勝手口外に屋根付 明るい開放的な空間 ★敷地間口約7.2m 洗濯物干し有 ★前面道路幅員6m以上 ★建替え用地としてもご検討ください。 ●木造2階建●築H21年6月●現況空家・引渡相談〈仲介〉 ※価格改定日/R3年1月17日 ●木造2階建●築S61年6月 ●現況空家・引渡即時(残代金清算後)〈仲介〉 ●木造2階建●築H10年12月●現況空家·引渡相談〈仲介〉 ●軽鉄浩2階建●築H18年4月●現況居住中・引渡相談(仲介 ■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

三井不動産リアルティ株式会社 枚方センター

三井のリハウス

フリー 0 1 20-32 1-797 営業 10時~18時 定休日 火・水曜 〒573-0031 枚方市岡本町4-10 井川ビル1F

広告情報/令和3年1月25日 広告有効期限/令和3年2月22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坪で挽算した約表示です。●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、M B / メーターボックス、P S /パイプスペース、S K / スロップシンク、S /納戸 ※上記 Q R 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。※ Q R コードは側デンソーウェーブの登録商標です。

三井のリハウス 枚方 検索 ご不明の場合は お気軽にお問合せください

# 街の新店情報

# NEW

#### 新しくオープンした スポットをご紹介

137741

**Soft** 

マ

松井

Ш

セ

タ

松井山 ハ 楽

手駅前に

オ

ヤ大

東

#### 気になってた! まってみたい!

#### ニューオープンのお店 掲載募集中!

毎月1日発行のマイライフにオープン情報 を掲載しませんか。飲食店、サロン、教室etc お問合せください ☎072-859-3332

菜九

ね

ぎ」農家が

ね

の店舗をオー

て。

3月号掲載募集中! オンライン教室、美容、テイクアウトetc. 今、やってみたい!新しい発見! マイライフで発信しませんか。 掲載枠、料金などお問合せください。

**☎** 072-859-3332

地元のお店を応援!



SPECIAL LIVE 日曜体験レッスン 2/11(祝·木) 2/14 or 2/28

エレクトーン コンサート 10:00 / 11:30 1・2歳 10:30~ 各回 年少 10:00~ 定員5組 ピアノ コンサート 年中·年長 11:15~ 参加無料 要予約・お早めに 13:00 / 14:30 各回 定員8組 **小1・2** 11:30~

3大特典プレゼント 2月末まで ★ポンポンバルーン ★ぷっぷるバッグ <sup>10の方</sup> ★ご人会の方にマックカード1,000円

平日の体験レッスンも受付中!★詳し<はHPで



体験の申込みは HPから▶ 又はお電話で▼□

**2**0774-64-4626 JR松井山手駅改札出てすぐ 三井住友銀行ATM横 當10時∼20時 土曜 9 時~19時

駅改札を出てすぐ、 人ンを始めませんか。 松井山手センター 月8日 中-新 新料 : // 対 体 切 児 か ヤマハの. 月 しい教 験レッ から 、 お 買 は

> です。 題  $\Delta$ り 別のグル 楽 身に も楽々で便利な立  $\mathcal{O}$ な  $\mathcal{O}$ く無理なくしっ、ループレッス★ヤマハでは年 つくカリ ボ ツト 安 +

ラミン

グ教室

も併設

「大人の音楽レッスン」 無料体験受付中!

ピアノ、ウクレレ フルート、オカリナなど 入会者の7割は初心者! 楽器が無くてもOK! 気軽に楽しく





Menu ボリューム満点!

▲ 大人気 ねぎ焼 500円 インスタ の (ネギ・スジトッピング +100円) グラムは こちら▼ ■焼きそば(目玉焼付き)500円

▲牛スジ丼 500円 (牛スジ単品 300円)



\$075·205 時八 18 幡 9 時 三反長46・ 時 \ 18 3873 

した代表の山本さん。 早く畑で収穫作業を は をは スますー ・ぜひ味わ

た女性スタッフ達。

気の

ね

き焼き」

安全な九条ねぎを全国

採

n

九

条

ね

ぎ

4 18の広大な畑で安心八幡市、久御山町など約

|山町など約

運営のとらこ(株)

は

店頭で焼き上げるの

雷話予約で お持ち帰りがスムーズに!

ネッ

しつうしかよ! 京都で初 **このお店** テイクアウト専門店 京の ぎ焼きタイ 12月にオ う食べてほしいな九条ねぎを ガ ブン! Ø Manual Tic TIGER

スジ肉も入ってボリュ込み、シャキシャキに! るい笑顔でお客様を迎自慢の九条ねぎと明 な500 ム満点!なのに、 お

スタートしましょう 俄日·祝 D 7 容を今 おき 0

アル・プラザ枚方 フードコートにOpen! としのぶさん家の粉

#### 昭和の名店の餃子を継承し アル・プラザ枚方に堂々 OPEN!!

餃子専門店しのはら

・ひとくち冷凍餃子 20個 850円 ・ひとくち焼き餃子 7個 300円 ·絶品手羽餃子 250円 ・手作り生餃子セット 1,700円 (皮と餡のセット販売。お家時間

を楽しく美味しく!<数量限定>)



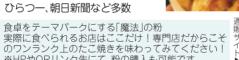
厳選した国産の具材を使用して、一 でおります。専門店の餃子をぜひ一度ご賞味ください ●1,000円以上ご購入の方に自慢のニラだれをプレゼント マイライフご持参ください※2月末迄 ※すべて税込

-つずつ丁寧に包ん <sup>通</sup> -度ご賞味ください。サ

☎ 072-896-9097 (単枚・津田元町1-4-1アル・プラザ枚方 営 10時~20時(L.O19時)※緊急事態宣言のため 年中無休

#### 日本初!高級たこ焼きの粉専門店が ついにアル・プラザ枚方に登場

今、話題沸騰中!メディアでも 大注目の"たこ焼きの粉屋" 2021年プレイク必至グルメ第1位獲得店 「大阪5教科TV」「ちちんぷいぷい」 「王様のブランチ」TVで紹介! ひらつ一、朝日新聞など多数



※HPやQRリンク先にて、粉の購入も可能です ☎ 072-812-5759 ④ 枚・津田元町1-4-1アル・プラザ枚方

営 10時~20時(L.O19時)※緊急事態宣言のため 不定休



#### CHIIBO DELIVERY チーボ デリバリー

枚方の"おいしい"をお届けします。 和食・丼・鉄板焼き・お弁当など♪

お家でお店のご飯を召し上がれ! 枚方の飲食店のこだわり料理を、 配達員が心を込めて配達します。 様々なジャンルの料理をご家庭 で楽しんで♪



「地域の飲食店を応援したい!」の強い思いで スタートしたデリバリーサービスです。 お店情報や、ご注文はQRから⇨



飲食店40店舗が加盟、テイクアウトもできます 加盟店、配達員募集中! ☎090-1968-6145 担当 井關

オンラインクラス開催中!

イルチブレインヨガ 枚方スタジオ

今、話題の「腸活」ヨガはじめませんか

#### フェイシャルサロン ステラ

#### **サロン11周年フェア いつでも-5歳肌** ご新規様 フェイシャルエステ1,500円

マスク生活の今、お肌に差をつけ ましょう!ほうれい線、くすみ、 乾燥、ニキビなど…気になる肌ト ラブル。今こそ本格的なお手入 れをスタートしませんか。 ※感染予防対策中・1組ずつの施術



イシャルエステ(メイク付き·ご希望の方)/90分 × ビジター料金8,800円~ → 1,500円に! ご予約時マイライフを見たと伝えてください ※お一人様1回限り ※3月末迄

☎ 090-8528-9221 健交・星田9丁目 妙見口すぐ 営9時30分~18時 係月曜 ₽有



#### TURUSAKI きれいな歯クリニックさくら

#### 自分の歯にもっと自信を! 歯のホワイトニング専門クリニック

テレワーク会議で 口もとが気になりますか? 白い歯でほほえむ笑顔は あなたの自信をつたえます!!

※飛沫感染、接触感染予防を実施中



営 9時~12時/14時~17時30分(土曜は13時迄) (休木・日・祝





●LINEの友達登録で情報Get ! 申込も可

腸を整えていつまでも元気に 若々しくいたいあなたへ

お得な1ヶ月体験を申込みの方

<個人トレーニング 3回付>

呼吸チェック、個人運動アドバ

●HPの申込フォームで受付中

イスで相乗効果大!

今だけ

営10時~21時

nvoga.com/



# 本屋さん おすす

め

#### 『ストレスフリー超大全』

## ストレス フリーバ 超大全 ○○疲れ」を 完全リセット。」

樺沢紫苑/著 1,600円(税別)

#### そのストレスには解決法があり ます。まずはあなたが変わること。

誰でもどんな時でも、必ずストレス とは付き合い続けなければなりませ ん。だからこそ、ストレスとはうまく 付き合っていかなければならないの です。長い人生の中、ストレスに押し つぶされることなく、生きやすい人 生を構築していくためのたくさんの ヒントが、この本の各所にあり、スト ダイヤモンド社 レスとの良い付き合い方という新し い考え方が生まれます。

#### 『スーパーで買える「肉」を最高においしく 食べる100の方法』



方法がココにあります!

お肉は調理過程のひと手間で劇的 においしくなる! そんな魔法の技 が、この本の中に山ほどあり、知っ てて損はないお宝裏ワザです。そし て、知ってしまうと試したくなって しまう。老いも若きも大好きお肉レ シピ。きっとこの本を読むと、明日

長田絢/著 ダイヤモンド社 1.500円(税別)

#### Q1.1~9の数字を1回ずつ使って 万 式を完成させましょう。

うち  $\square + \square = \square$  $\square - \square = \square$ 時  $\square \times \square = \square$ 間

> Q2. 右の漢字を使って四字 熟語を完成させましょう。

- 🗆 二 📗 三 🗆 四 🗆

五□六□ 七□八□

倒鳥 臓 寒

温転

石腑



で

頭

0

体

操



2 または 面 紙面のどこかにあるよ。 ※ 探してね♪ または

# 安いお肉を最大限においしくする



から肉料理三昧の日々になります。

推薦:水嶋書房ニトリモール枚方店 ニトリモール枚方2F ☎072-808-7597

# こんな「シミ」がこれ1回で…!? 大失敗の過去

# シミ、実はレーザー キンケアにだまされてきたこ けれど今までなんと多くのス をリアルに実感してきた私。 40歳をすぎた頃から「シミ」 治療で

とか!「もうレーザーに頼る のように黒く残ってしまって れどころか、一番気になってい ザーを試すが、結果が期待外 た頬のシミがまるで「ほくろ」 しかない!」と思いきってレー

見えない友人の勧めで54歳、なのに30代にしか

のに、化粧ら間もない

か

品満足度

「ほんと?」と疑いつつも、思 のに30代にしかみえない肌。 のよ!たった1回で実感でき るの!」確かに彼女は54歳な オールインワンゲル。「すごい い切って試してみた。すると 友人が教えてくれたのがこの そんな私に美容ライターの

このゲルの注目の一つは「水

先着

選ばれるほどの実力の美白オ

で第1位に アンケート

インワンゲルがあるという。

ゲルにはいつもがっかり れどこれはまったく

いつも期待外れだったオー

悩んで悩んで悩みぬいた女性開発 もって試してみました。そこには 逸品。美容ライターのプライドを

者ならではの特別なこだわり

が開発のきっかけだったという、

自らがシミに悩みはじめたこと

企画開発者の佐藤さんイチオシの

としっとり!もっちり!の ルインワンゲル…ところがこ ルと何がちがうというのか 立たない!けれど、一体他のゲ そっ!シミが…あれっ?!触る 深い私。おそるおそる、翌朝鏡 ど、肝心の効果は…?」と疑い 肌が実感できるほど!「けれ まず驚いたのは、肌につけた のゲルはまったくちがった! 肌。これならシミやシワも目 を見てみた。すると…。う 使った直後からもっちりハリ お肌の奥にグングン浸透し、 瞬間、するするっとなじむ!

**碓かにプラセンタはすごい。** 実はそこではなかった!

当の違いは二つ目!なんとあ なら他のゲルにもあった。本 い美白エキス。ただ、そこまで を抑制する、美白効果が確認 の原因となるメラニンの生成 溶性プラセンタエキス」。シミ セル技術」によって約10ナノ された、厚生労働省認可の凄

な違いだった!

# **敏感肌でも使える** 10年シミに悩んだ女性が開 優しさにも配慮

果を果たしながら、なんと敏 こにあった。きちんと美白効 肌がピリピリしない理由はそ のゲルが美白効果が高くても 佐藤さんは、実は敏感肌。こ 感肌にも優しい植物由来成 10年シミに悩んで開発した

※3、美白とは、メラニン生成を抑制し、日焼けによる※3、美白とは、メラニン生成を抑制し、日焼けによるシミ・そばかすを防ぐことです。

分が超浸透!ここが決定的 層の奥深くまで美白美容成 だから普通では届かない角質 メートルまで極小にナノ化。

もう2度とな いて1日たった も今なら全額 分をたっぷり 心して試せて かに肌荒れし 問題. やす 含ん 返金保証までつ 63 機会。ぜ )円で試: かざ な 私でも じ。し S せ か 安 確

ひお試しくださ い !

岡本 できます。赤字覚悟の企画!ぜ もう10年近くシミで悩み、私 自身諦めかけていた1人です。 開発をはじめて2年半、ようや く最高の製品ができました。こ れだけは自信をもってお勧め できます。赤字覚悟の企画!ぜ 救われた救世や 重い す私

)めは疑った私。けれど1回使ってみたら…

取材・文 \ 美容ライター

100 名様 限定 [医薬部外品] 初回限定価格 9% OFF! 個限り ※「シミ0実感プラン」は1ヶ月に1回ずつお届けする特別価格プランです。 1,900円+税でのお届けは初回のみとなります。2回目以降は4,163円+ 税。送料無料。いつでも解約が可能です ※返金保証の適用期間は、発送日から20日間以内とさせていただきます。

お申し込みはお電話かFAX・ハガキで! ※定員になり次第締切

FAX 048-708-6467 24時間受付年中無休

9時~21時(年中無休)ケータイでもOK

優待番号 \$125

FAX・はがきの場合は【優待番号】【名前(ふりがな)】【郵便番号】【住所】【電話番号】 【生年月日】をご記入ください。送り先:〒336-0021 埼玉県さいたま市南区別所 3-38-29 和田3ビル 2階 プレシア製薬お客様受注センター 薬用ビハクプラス係

株式会社プレシア製薬 〒156-0053 東京都世田谷区桜3-9-21

●送料無料 (通常は全国一律500円(税別) )●お支払いはコンビニにて。NP後払い手数料無料。●商品は、ご注文後一週間程度でお届けします。●返品は 未開封商品に限り、商品到着後8日以内 (返送料・返金振込手数料はお客様負担)。ご返送前に必ず電話にてご連絡ください。●ご返品ご希望の際はお買い 上げ明細書が必要です。●商品不良を除き2回目以降のお客様都合による返品はご遠慮いただいております。●20日間返金保証は初回のご注文のお客様 に限ります (1家族1回まで)。●お客様の個人情報は、商品·カタログの発送·お問合わせ等にのみ使用させていただきます。









#### ショッピング情報 2月1日(月)~28日(日)

#### ソフィアモール

#### ザ・ダイソー

2月14日(日)はバレンタインデー!! ダイソー商品でおうち時間を楽しみ ませんか?手作りチョコ用品、ラッ ピング用品が入荷しています。ぜひ ご来店ください。☎075-972-5064

まだ遅くない!今の時期から花粉に 備えよう!!今年は多くの花粉が飛ぶ 予測です。早めのアレルギー対策を おすすめします。目のかゆみ、くしゃ み、鼻水はとてもつらいですね!腸 内環境を整えるなど、花粉症予防を 提案しています。それ以外の健康に 対するご相談もお気軽にお声掛けく ださい。 **☎**075-971-3611

#### 手打ちとんかつ かつ屋

各種お弁当・おそうざい、お電話での ご注文を承っています。なお、営業時 問は緊急事態宣言のため2月7日(日) まで19時20分ラストオーダー、20 時閉店とさせていただきます。

**☎**075-972-3861

山本譲二 伍代夏子 市川由紀乃

スペシャルコンサート

~明日を信じて~

6/9(水) 13:00 / 16:30

全席指定 6,500円を

読者特別価格 5,000円

99

眼鏡市場は補聴器も取り扱いしてい

カーの最新補聴器を店内ですぐに体 カフェ出張版=20日(土)・21日(日) 験できます!マスク装着での会話の 聴こえにお困りの方、お気軽にご相 談ください。 **2**075-972-3858

#### アル・プラザ枚方(平和堂)

◆今年の節分は2月2日(火)、124年 ぶり!◆毎週土曜日は、HOPマネー チャージでお得デー◆HOP-iDのお 支払いで5%還元=21日(日)◆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 ◎営業/7(日)まで10時~20時

以降緊急事態宣言などで変更あり

◆100円写真館開催中!=4月15 日(木)まで場所:催事場撮影料・ 衣装代無料、写真代100円~

フレンドマート交野店

◆フレンドタウン交野 ホームページ開設! ◎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

◆「みんなのビィーゴほいくえん」 感謝デー 5%OFF ※一部変更となる 3月上旬オープン◆新生活応援キャ ンペーン=4月30日(金)まで、3階 「KURAWANKA」◆ビオルネお笑い ライブ=20日(土)13時~正面玄関 ます。聴こえのチェックや有名メー 前 出演:若手芸人数組◆アニメイト

主催/(株)デカナル

正面玄関前 ◎営業/10時~20時、地下食品売場

のみ9時~20時 ◎店休日/ 17日(水)※一部対象外

#### アル・プラザ香里園(平和堂)

◆1階セントラルコート特設会場に てパレンタインコーナー開設中!大 切な人に感謝の気持ちを添えて、プ レゼントを=14日(日)まで。ホワイ トデーコーナーは15日(月)~◆毎週 土曜日は、HOPマネーチャージでお ☎072-896-1100 得デー◆「月のまんなか市」集めて お得し青い謝恩シールラリー開催。 ご購入1,000円(税抜)ごとに1枚進 呈。30枚で1,000円分のお買い物券 と交換=15日(月)◆HOP-iDのお支 払いで5%還元=21日(日)

> ◎営業/10時~21時※非常事態宣 言により変更の場合あり

> ◎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. ことがございます。

◎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

**2**072-843-0048

**☎**072-859-3332 **☎**072-859-0054 郵便払込口座/00900-8-68978

電話(平日9:00~17:00)かFAXでお申込

加入者名/マイライフ新聞社

※送料(書留)、手配料として500円別途要 マイライフ新聞社で直接購入もできます

#### 202 | 2月の運勢

★ディアーナ翠(みどり)★西洋占星術 占歴36年 ネスチューン紫氏に師事。 梅田マルビルなどメディア活動も多岐にわたる。





牡牛座 これまでと同 じやり方では通用しな ハ場面が出てくるかも。 変えたい、と思っていた 什事上なら、なおさら

6/22~7/22

停滞運。粘り

強さは良いのですが、小

さなこだわりが行く手を **聞みそう。季軟に多角的** 

に物事をとらえるように



お互いに大いに前進を

再チャレンジ のチャンス。過去に断念 運が味方しそう。失敗を て。自信が戻るはず

獅子座



8/23~9/23 淡々と規則正 しい生活を。多忙な中で スケジュールを詰めす ぎるとパンクする恐れ も。優先順位を振り分け 楽なペースを維持して



く、憧れの先輩やお手本

にしたいおしゃれな知人 などと仲良くなる好機。

マッチングを意識して

遊び・楽しみを生活の中 心に。オンとオフ、メリ ハリのある過ごし方て 運気もやる気もアップ スポーツも始めどき



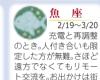
幅にアップ。知識や情報 の交換にも得ることが 多く、惜しみない発信が 有益情報になって戻っ てくれそう。試験運も強

水瓶座 1/21~2/18 好調。やりた 体的に鮮明にイメーシ できて、幸運な第一歩を **黙み出せそう あなたの** 味方になる良い出会いも



嫐座





ではなく自然の中へ



CARAはイタリア 語で「かわいい!」。 気軽におしゃれを♪ カット1,800円、パーマ4,500円 カラー 4,500円(すべて税別)

交野市梅ヶ枝55-13 072-808-8892(予約不可) 営9時~18時 休月曜 (P)スーパーマンダイ向かいのコイン パーキングをご利用ください

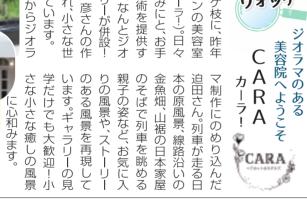
※日程変更になりました ※未就学児は入場不可 るお店 CAR 界が広がっています。 交野市 月 |格で技術を提ったしなみにと、 オー · 迫 田 Α 宗され、 には、 (カーラー) 梅ケ 一彦さんの作 な 枝に、 、小さな - が併設-0 美 昨



お兄ちゃん、お姉ちゃんと、

賑やかで楽しい毎日を過ごそうね。







5面·頭の体操の答え Q1.4+5=9(or1+7=8) 8-7=1(or9-4=5) 2×3=6 Q2. —石二鳥 三寒四温 五臓六腑 七転八倒



#### 人権を考えよう 「新型コロナ ウイルス」と人権 交野市立岩船小学校6年

福井 朋生さん

最近世界では新型コロナウイルスで教 育や文化、経済に大きな打げきを与えてい る。しかし打げきを与えられているのは経 済や教育、文化だけではなく、人権すなわ ち人間にも与えられている。

**例えば、新型コロナウイルスに感染した** 人とその濃厚接触者の人達に対して、他人 が「新型コロナウイルスに感染しているか ら近寄らないでおこう」という発言をする。

また、他の人にうつしたら困るからなど の理由がある人もいるかもしれないが それはもうれっきとした差別だ。新型コロ ナウイルスと関わった、たったそれだけの ことで差別するのはおかしい。今一度自分 のしていることが正しいか考え直してほ しい。

また差別的発言をした自覚のない人でも、 感染してしまった人には差別に入るかも しれない。

例えば「あの人本当に大丈夫?」などだ。 ぼくがこのように思う理由はある体験が あるからだ。それは、昔まつ毛がからまっ て左目が見えなくなったことがある。その 時、友達が「うわ、大丈夫?」ということを 言った。その時友達は、本当に可哀想に思っ ていたかもしれない。しかし、いやだった。 自分はまわりから見てそんな哀れに思わ れているのかと思ったからだ。

話はもどすが、新型コロナウイルスの差 別は感染者だけでない。医りょう従事者ま でだ。身をけずって人を救おうとしている のに差別されなければならない。一度自分 も医者になればいい。

しかし世界は新型コロナウイルスだけ でなく人種や宗教の差別がある。場合に よっては戦争に発展している。「公平」を一 人一人が意識すれば世界は平和になる。 きっと。



ユナイテッド・シネマ枚方 **2**0570-783-450

上映中

●劇場版「鬼滅の刃」無限列車編 (アニメ)(PG12)(2D·4DX)

● 新感染半島 ファイナル・ステージ(2D・4DX) ● おとなの事情 スマホをのぞいたら

●劇場版 岩合光昭の世界ネコ歩き あるがままに、水と大地のネコ家族

2/5~ ●樹海村

●哀愁しんでれら

●ディエゴ・マラドーナ 二つの顔

**2/11~** ●ファーストラヴ ● ツナガレラジオ〜僕らの雨降Days〜

2/20~ ● スーパー戦隊MOVIEレンジャー 2021

2/26~ ● あのこは貴族

☆2020 PLAY BACK上映(特別料金) 2/5~ ● ランボー ラスト・ブラッド(字幕) 2/12~ ● TENET テネット

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 助言・指導が必要な作品



■ 090-5659-6774(あしはら)



**\$**06.4860.4684 コード·CD買取します レコード Û

または同センター窓口で、

は公演中止となりました。

めています。 **2**000.8-00007 072.850.536-南 (枚方)

おしらせ

30 時 〈 お問合せ/成田山不動尊 **\$072.889** 顔から元気に! フェイシャルヨガ教室

> ひらかた会館で上演予定 染拡大の影響で、メセナ

新春寄席·米朝一門会

民センター 月2日(火) 10 2月23日(祝·火) 14時 さだ生涯学習市 対象/ 時~電 申込/2 般 話

長い長い恋のものがたり」 プレミアム演劇公演 |枚方市文化芸術アドバ わかぎゑふ氏企画

目宅で結婚たくさんまと

実績豊富。中学受験も対応 受験研究会 昌栄館 検索 香里アテーナー幼児教室

料福豆を授与します。

8881

新型コロナウイルス感

を頒布、総受付前にて無

教えまで

暮らしの案内 ●求人·営業1行 ···1,500円 -クルほか (各税別) お申込みは

マイライフ新聞社

**2072-859-3332** 2月2日(火)、厄を祓い 「節分祭」について

摩供のみの厳修とし、特 \* c め、本堂での追儺式大護 か、本堂での追儺式大護 ナウイルス感染防止のた 豆まきは、中止します。 設舞台での著名人による ますが、今年は、新型コロ福を招く「節分祭」を行い 、境内各所にて福豆

\$072·841·2790 淀川の眺望は格別です。 跡展望広場」から見渡す 種です。見頃は2月下旬 咲く「源平咲き分け」は珍 梅林横の 「枚方市」 」駅徒歩10分 「御茶屋御殿

枚方屈指の梅名所 紅梅・白梅が約110本 本の木から紅白の花が 意賀美(おかみ)神社 極楽湯は天然温泉・サウナも入れで! 然温 使えます/

**风田山不動尊** 

## マイライフ配布エリアの皆様に!

いらなくなった衣類を

#### 出張無料 ■ 1世帯1回1袋限り

■ **450ゴミ袋 1袋分の衣類**(5枚程度~OK)

マイライフ配布エリアにお住まいの方は、リサイ クル寿が出張無料で買取します。年末の大掃除 で処分できなかった衣類やリサイクルショップ で売れないものも現金化できます!

※買取したものは返却不可 (下着、極端に汚れている作業服などは不可) ※他エリアもご相談ください

まずは お電話ください

「マイライフ見たよ」と

伝えてください!

**206-6967-8732** 

リサイクル寿 受付 10時~18時

■ 24時間受付 kotobuki.kaitori@gmail.com

## 新規オープンにつき買取強化中



ブランドバッグ 腕時計、 アクセサリー カメラ、楽器 記念切手など



■営業 10時~18時 ■定休日 日曜 守口市西郷通4-16-4

古物商営業許可番号 大阪府公安委員会 第62229R025903号



# 地域の皆様に心のこ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

2月7日(日)

総合内科・脳卒中内科・糖尿病内科 腎臓内科・緩和ケア科・化学療法科 呼吸器内科 消化器内科 感染制御内科 循環器内科 精神•神経科 脳神経内科 免疫内科·小児科·外科·整形外科 スポーツ整形外科・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·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・歯科・歯科口腔外科 臨床検査科病理診断科救急科

枚方市星丘4-8-1 http://hoshigaoka.jcho.go.jp/ **2072-840-2641** FAX 072-840-2266



# 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/

■ 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 ·心臟血管外科·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



● 定員12名の小規模保育園

<u>●生後57日~2歳児をお預かりします</u>※R3.4.1時点で2歳

土・祝日も開園しています ※年末・年始を除く

保育料一律26,000円/月※給食費・教材費込み ※当社の従業員・連携企業社員の 子どもさんは6,000円

開園AM7:00~閉園PM8:00

個別保育を重視したスタッフ配置をしています

看護師が常駐しています

0

▶床暖房、冷房完備。新しくピカピカの保育園です!

・時預かりサービスもあります

※定員に余裕のあるときのみになります



交野市天野が原1丁目38-2 堀ビル1F

お気軽にお問い合せください!

株式会社M・Kプランニング TEL 090-6643-9183

(担当/準備室・角畑)