

地域と共に歩んで **33** 周年!

マイライフ

読売新聞

発行:マイライフ新聞社

配布地域/枚方・交野市 全域、寝屋川・八幡・京田辺市の一部
発行部数/15万部

〒573-0126 枚方市津田西町2-31-21
TEL 072-859-3332 FAX 072-859-0054

郵便振替口座/00900-8-68978
mylife@mylife-np.com

web版

2016

5/1 号

vol.682

マイライフ
配布員
募集中

枚方市駅周辺

登録も受付中!

問合せ 072-859-3332

熊本地震で被災された方々に 心よりお見舞い申し上げます。

4月14日の発生以来、未だ予断を許さない熊本地震。被害の様子に心が痛みます。弊社では被災地を応援すべく、フリーマーケットなどのイベントを通して、被災された方々のお役に立てますよう、皆様のご厚志を呼びかけて参ります。一日も早い復興と、被災された皆様のご健康を心よりお祈り申し上げます。

マイライフ新聞社 スタッフ一同

毎回好評をいただいていますマイライフツアー。今回は花めぐりツアーです。

まずは関西最大級とも言われているあじさいの名所、矢田寺へ。別名「あじさい寺」とも呼ばれるほど見事で、この時期には約60種1万株の色とりどりのあじさいが咲き誇り、夢の世界へ誘ってくれます。

ご昼食は三重県名張市の青蓮寺レークホテルで。青蓮寺湖の大パノラマを眺めながら、旬菜を盛り込んだ、和食を賞味いただきます。

その後、花の郷 滝谷花しょうぶ園(奈良県宇陀市)にご案内。1万坪の敷地には四季折々の花が咲き、園内には600種100万本もの花しょうぶがある

でやかに咲き競います。同時にすいれん・笹ゆり・あじさい・つるバラなどの花々も楽しめますよ。

最後に道の駅・宇陀路室生でお買い物も。お一人様の参加も歓迎。一緒にいかがですか。お申し込みはお早めに。

●ラポールひらかた 8時発

花めぐりツアー

矢田寺・花の郷滝谷花しょうぶ園

青蓮寺レークホテルでのご昼食も

地元発着
日帰りツアー
参加者募集



イメージ

6月24日(金) お一人様 **8,700円**

永遠の輝きを... 真実の愛を形に

カンダイアモンド



想いをかたちに
お手持ちの宝石類が
生まれ変わります

5月 誕生石 エメラルド・ヒスイ
石言葉◆絆を強める・成功を守護する

製造・小売り・貴金属買い取り・リフォーム
見積り無料 お気軽にご相談ください

AM10:30~PM6:00 木曜定休
0120-58-2081
ひらかたサンプラザ1号館3F
(1Fリソナ銀行)各種カード信販取扱

マリッジリング各種
ピター
ロル
ツールラフ
トゥレドウetc.

第35回 わくわくフリーマーケット開催!

120ブース

5月14日(土)

会場 アル・プラザ枚方北駐車場

JR学研都市線「藤阪」駅徒歩9分
京阪バス「津田中学校前」下車すぐ

10:00~15:00
※荒天時は15日(日)に順延

周辺道路は駐車禁止です。
公共交通機関をご利用ください。

今回は、マイライフ受付にて「熊本地震」災害義援金の募金箱を設置します。皆様の温かいご支援をお願い致します。

荒天時の開催の有無はHPでお知らせします。
← 携帯はこちらから

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

リゾートレクリエーションセンター アイアイランド

春のランチフェア

ランチフェアはレディースランチがお得!

~5/31(火) 11:00~16:00 (L.O.15:00)

事前のドリンク付 スパークリングワイン、ノンアルコールスパークリング、りんごジュース、ウーロン茶のいずれか

アミューズとスープのワンディッシュ お肉料理はサーロインステーキ

* レディースランチ *



メイン1品 **2,376円** メイン2品 **3,456円**

* スペシャルランチ *



メイン1品 **3,996円** メイン2品 **5,076円**

(オードブル) 稚鮎のエスカベッシュ ほろ苦いたで酢ソースで
(スープ) コーンとわかめのスープ
(メイン) ~お魚料理~ スズキのホアレ 筍のクーリーと共に
(ディッシュ) ~お肉料理~ 牛フィレステーキ レモンバターソース
(サラダ) 新じゃがとツナの マヨヨーグルト和え
(デザート) グレープフルーツのシャーベット
パンorライス(おかわり自由) コーヒーor紅茶

癒しのレディースプラン

~5月31日(火)

予約制 レディースランチとエステとお風呂のお得なセットプラン

お手軽プラン **5,616円**
フェイシャルのみ「ショートコース40分」
+ レディースランチ(メイン1品)
クレンジング→洗顔→フェイシャルマッサー
ジ→バック→お仕上げ

本格派プラン **8,100円**
保湿重視肌に「ベーシックコース60分」
+ レディースランチ(メイン1品)
クレンジング→洗顔→デコルテ+フェイシャル
マッサージ→トリートメントパック→お仕上げ

小顔プラン **11,556円**
キュッと小顔に「小顔石膏コース60分」
+ レディースランチ(メイン1品)
クレンジング→洗顔→デコルテ+小顔マッサー
ジ→石膏パック→ハンドマッサージ→お仕上げ

お1人様より ●JR四条駅 ●京阪寝屋川市 まで送迎いたします
予約専用電話 受付時間 9:00~18:00

072-879-1121
0120-76-1911
四條駅市街458(緑の文化園内)
072-876-1911 アイアイランド



第5回 Ring of Red 交野市チャリティーマラソン2016

走ることが誰かのチカラに 星のまちを快走!



会場:いきいきランド交野及び交野市域
主催:同マラソン実行委員会
共催:交野市・交野市体育協会ほか

春の交野市の街並みと、機物神社の急な坂道を登り、第二京阪を臨み、神宮寺のぶどう畑からいきいきランド交野へと。走りながら交野のまちの美しさや自然、市民の心の温かさを実感できる「Ring of Red 交野市チャリティーマラソン」第5回大会が4月17日に開催



まわりの美しさや自然、市民の心の温かさを実感できる「Ring of Red 交野市チャリティーマラソン」第5回大会が4月17日に開催され、約6千人が力走しました。同マラソンは実行委員長の元阪神タイガース・赤星憲広さんが現役時代から続けている体の不自由な人に車いすを贈る活動の一環で、小学生から一般、車いすのランナーも参加できる交野市でのチャリティーマラソンとして定着。今回障がいを持つ子どもらと共に6家族12人で初めて参加した大西博幸さんは「みんな3キロも走るの初挑戦。治道の人たちが声をかけ続けてくれたので、歩かずに全員が完走、素晴らしい達成感で、子どもたちの自信につなが

がりました。1.5キロ、3キロの部を完走した赤星さんは「走る皆さんの力を、熊本に届けたい」と、さらに「多くの人に賛同していただき、参加してもらいました。この大会が続いて開催されるように自分自身も走り続けたい」と感謝の思いを語りました。

雨上がりの強い日差しと強風の厳しいコンディション。それでも交野高校と関西創価高校の吹奏楽演奏の応援と、市民の途切れない声援に勇気づけられ、ランナーたちはゴールを笑顔で駆け抜けました。※今大会の参加費の一部約140万円が寄付されます。内70万円は熊本地震義援金に。

しました。1.5キロ、3キロの部を完走した赤星さんは「走る皆さんの力を、熊本に届けたい」と、さらに「多くの人に賛同していただき、参加してもらいました。この大会が続いて開催されるように自分自身も走り続けたい」と感謝の思いを語りました。

英語大好き!

英語は「コミュニケーションツール」。他国について学びつつ、自国についても学び、草の根の国際交流をする...学生時代からずっと続けています。高校生の時に、カナダに行くと、それまでは英語は、教科として得意であり好きだったのが、英語が話せることで広がるコミュニケーションの楽しさに目覚めました。大学時代は、ロンドンでホームステイをして、その時、英国人のママに「久美を通して日本や日本人が分かった。あなた

は外交官だ」と言われました。今年度、実用英検がリニューアルします。これまでは3級以上には英語面接がありました。4級と5級にスピーキングテストが加わり、準2級以上にはライティング問題が課せられます。読み書きだけでなく、「聞く」「話す」を加えた4技能がテストされることになって、より実用的な英語の力が試されるというわけです。英語が使えると、視野も世界も広がります。楽しく学んで、力をつけてください。

TESOL 英語教授法 修士 嶋村久美子 060-5-8881-63058

星降る丘から健康便り JCHO星ヶ丘医療センター 循環器内科部長 鷹野 譲先生



鷹野 譲 先生

心不全とは、正しくは病名ではなく病態を表しています。様々な心疾患により心機能が低下して、体が必要とする血液を心臓

心不全

とが問題となります。従来心不全は、心臓の収縮機能の低下、すなわち心臓が動かなくなる状態を指していましたが、心臓の収縮する力は正常なのに心不全を発症する病態が知られるようになってきました。これを「HFrEF」といって、心臓の拡張する力が低下することによって心不全症状を呈する病態を指します。心臓移植を待つ間、重症心不全に対して補助人工心臓(LVAD)が使用されます。近年、植込み型のLVADが開発され、重症心不全患者が植込み型LVAD装着して退院できるようになってきました。心臓移植はドナーが少ないため、移植を前提としない植込み型LVAD治療(LVAD destination therapy)が注目されています。

が送り出せなくなった状態をいいます。近年、高齢化に伴い心不全患者が増えています。心不全治療は、原因となる心臓病の治療を行うとともに、主に投薬によって心臓の動きを

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) 072-833-8556



深田 昭一さん

心のスタンプシート

皆さんの財布の中に、何種類かのスタンプシートが入っていると思いませんか。そのスタンプシートがいついかならば、割引券などの「景品」がもらえる。実は皆さんの心の中心にもスタンプシートがあるのです。日々の生活の中で、世のため、人のためになる言動や感謝をすれば、心の中に「ゴールドスタンプ」が押されます。悪口を言ったりしたとしましよ。その場合には「ゴールドスタンプ」ではなく「ブラックスタンプ」が押されるのです。その「ブラックスタンプ」の景品は「苦しみ、不幸」という最悪な景品です。あえて名前を出しません。最近、政治家、芸能人、スポーツ界で、

元暴走族から更生、教師を経てカウンセラーに転身。現在、カウンセラーとして並びに各地での講演活動を実践。テレビ、ラジオなどにも出演。

お出かけ情報

城下町として、東海道の淀川の港として栄え、町中を流れる宇治川や疏水沿いには白壁の酒蔵が並び、柳が揺れる中を石船が進み、寺田屋などで幕末の歴史にふれ、タイムスリップ。酒造りに欠かせないおいしい水が湧く伏見では、5月中旬「伏見名水スタンプラリー」を開催中。まずは「名水百選」として環境庁より認定されたご神水のある御香宮神社にお参りしてから伏見散策を始めてみてはいかがでしょうか。最寄り駅は京阪伏見桃山駅、近鉄「桃山御陵前駅」

hair art Rooa 居心地のいい空間をお届けします。Cut 3,500円 ■ Perm 7,000円〜 ■ Color 5,000円〜 ※すべて税別価格。新規ご来店の方 初回20%OFF 時間外(着付け・セット・出張)ご相談ください。HAIR ART ROOA 枚方市長尾元町6-2-15(サンビレッジ長尾) 072-855-2168 Facebook | Rooa美容室 検索。予約優先制 9:30~18:00 定休 月曜・他1日 P有 ※お時間を大切にできるよう、事前の予約をお勧めします。

なごみグリーン薬局 健康ダイエット術 楽しくみになる!! やせたあとの生活が。当店は1000人以上のカウンセリングを経験してきたカウンセラー薬剤師 西島があなたのために「ダイエットメニュー」を考え、サポートし、楽しく健康的な体作りができるようお手伝いさせていただきます。当店の健康ダイエット術は、①正しい姿勢、②やせたままの方法、③ダイエットの続け方。なごみグリーン薬局 八幡市戸津東合52の8 営業11時~14時、14時~19時、土10時~14時 日祝定休 P有 072-506-0000

こんにちは! 赤ちゃん 笑顔が一番! やさしい心の輝きをいつまでも持ってね。花満 和樹くん H27.1.10生 (枚方市長尾家具町) 小川 彩乃ちゃん H28.3.14生 (枚方市津田西町) 一緒に楽しく遊ぼうね。初木 暢楽くん H25.11.20生 (枚方市高田) 南郷 ゆずきちゃん H25.7.22生 (交野市藤が尾) 赤ちゃん募集! 0~3歳までの子どもさんの写真を募集します。写真の裏に名前、ふりがな、生年月日、住所、電話番号、親の名前、コメントを明記してマイライフ新聞社「こんにちは! 赤ちゃん」係へ。紙面の都合で掲載が遅れたり、掲載できない場合もあります。

管を通して膀胱に集まり、腎臓にできた石がこの細い尿管に落ち

腎臓で作られた尿は尿管という極めて細い管を通って膀胱に集まり、腎臓にできた石がこの細い尿管に落ち



竹中 洋幸 先生

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

今回は尿管結石のお話です。比較的多い病気です。比較的多い病気です。比較的多い病気です。

尿管結石とは、尿管に尿管結石が落ちると、尿管が詰まり、尿が通らなくなるという状態です。

てみると、尿がつかえて尿管に圧がかかり、突然左右どちらかの腰、横腹・下腹部にかけて激しい痛みを自覚します。

冷や汗や吐き気を伴うことも多く、横腹を抱えて病院にいられたら、救急車を要請して病院を受診されます。お腹を押さえても痛みが強くなることはあまりなく、

尿管結石

ただし、腎盂腎炎(腎臓に感染が起こる)を合併すると重篤化しますので、発熱があれば要注意です。

関西外大

KANSAI GAIDAI UNIVERSITY
KANSAI GAIDAI COLLEGE

2018年4月、『英語国際学部』が御殿山キャンパス・グローバルタウンに移転予定

OPEN CAMPUS 2016

GO FOR M!

中宮・学研都市 両キャンパス 同日開催

7/30± 7/31日 中宮から学研都市への無料送迎バスあり(13:30~15:00)

集合場所: 中宮キャンパス
参加対象: 高1~3・既卒・保護者
開始時間: 各日・中宮11:00~、学研都市14:00~

中宮キャンパス 単独開催日

6/5日 文化博覧会同時開催
9/18日 公募制推薦入試対策講座同時開催
12/17± 一般入試対策講座同時開催

集合場所: 中宮キャンパス
参加対象: 高1~3・既卒・保護者
開始時間: 各日11:00~

学研都市キャンパス 単独開催日

8/20± 10/23日 公募制推薦入試対策講座同時開催

集合場所: 学研都市キャンパス
参加対象: 高1~3・既卒・保護者
開始時間: 各日11:00~

中宮キャンパス	大学	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/英語語学科・スペイン語学科	学研都市キャンパス	大学	英語国際学部※ /英語国際学科 ※2018年4月、『英語国際学部』が御殿山キャンパス・グローバルタウン(仮称)に移転予定
	短期大学部	英語語学科			

健康へ。ビタミンCなど単一のビタミンは飲まないなど知識の豊富さに驚きました。

またココナツオイルを単独で取っても意味

健康へ。ビタミンCなど単一のビタミンは飲まないなど知識の豊富さに驚きました。

またココナツオイルを単独で取っても意味

今年もやるよ! みんなおいで!!

緑Joyカーニバル

5月22日(日)10時~15時

長尾 菅原神社敷地内 ※駐車場はありません

「みやぎ・くまもと応援隊! ご縁があって援Joyします。くま・うま・スマイル・PTA(会長) 全員集合!! 福幸スペシャル」

熊本地震救援募金にご協力!

「地域のみなさんと楽しいことをしよう!」と、地元のお店や有志が始めた仲間が仲間を呼んで、縁が繋がって毎年大賑わい、4回目のお祭り! 長尾中学ブラスバンド部の元気な演奏で開幕、大人気「くまもん」も登場! お楽しみ撮影会(9時~抽選券配布)やショーも。ゲームや体験コーナー、抽選会、物産展やおいしい屋台も勢ぞろいし、地元ゆるキャラやヒーロー、アイドルも待つてるよ!! とりわけ、今回は、毎回開催の度に協力を得て、交流を深めている熊本県と、宮城県の人々の震災による苦しみに思いを寄せ、被災の方々の役に立ちたいと、募金など協力を呼びかけます。

ぜひご参加ください。

有害油の危険性と影響

有害油の危険性と影響

有害油の危険性と影響

有害油の危険性と影響

自然に美しいカラダを

耳つぼで無理なく

耳つぼで理想の体型に!

運動するのが嫌い... 太る前の体型にでも食べるのが好き。食欲を抑えたい健康のために

肩こり、腰痛、首痛改善に 肩・腰・首の3点施術 通常 3,000円を **500円OFF!** 2,500円で承ります

「マイライフを見た」でご予約ください。

アイデア サンブレッジ 長尾201号

耳つぼ瘦身アイデア長尾店 ☎072-807-4407

枚方市長尾元町6-2-15 サンブレッジ長尾201(駅より徒歩約3分) 完全予約制 平日 10時~19時 火・土 10時~13時 不定休

訪問マッサージ・リハビリ

歩行困難や寝たきり、障がいのある方 あきらめないで!!

健康保険で、ご自宅(入所先)で受けられる

経験、知識が豊富な厚生労働大臣免許(国家資格)を持つ治療師が生活復帰を支えます。

訪問エリア 枚方・交野・八幡寝屋川・京田辺

訪問マッサージ・リハビリ事業所

松原鍼灸マッサージ院 ☎072-868-8182 枚方市東船橋1-62-4

松原義五郎

鍋野鍼灸マッサージ治療所 ☎070-5651-0715 枚方市長尾東町1-45-2

鍋野 幸一

いっしん治療院 ☎072-848-7807 枚方市池之宮2-15-18

中村 一隆

義歯・入れ歯相談室

院長 紀本 哲 入れ歯の調子が悪い方もぜひお気軽にご相談ください!

2万床以上の義歯製作実績 圧倒的な実績

技工士とのタッグ 専任の技工士が在籍

充実したカウンセリング 義歯専門相談

入れ歯2万床の実績がある歯科医院

それぞれのお客様に合ったより快適で質の高い入れ歯を提供いたします。

パネ(留め金)のない入れ歯 (スマントデンチャー)

笑顔に自信が持てます!

●とても自然で美しい ●入れ歯であることに気付かれにくい ●お口にぴったり合うのでよくかめる ●軽くて、付けた時の違和感がない ●話しやすい ●食べ物に歯につまりにくい

お電話でご予約・お問合せください

☎072-844-4928

1時間駐車無料 タイムス 枚方市駅前

枚方市 斉藤歯科 検索

シワ取り タルミ取り

最新のシワ取り注射「アルカミド」

(シワの長さ1cmにつき10万円(消費税別)5年保証付)

5年以上の持続効果がある非吸収性の注入治療で、眉間や額、ほうれい線などの深いシワも治療できます。注射のみの施術で、時間は10分程度です。

タルミ取り「フェイスリフト」

ミニリフト 〈頬のタルミ取り 70万円(消費税別)〉
フェイスリフト 〈頬+あごのタルミ取り 100万円(消費税別)〉
トータルリフト 〈頬+あご+首のタルミ取り 120万円(消費税別)〉

ワキガ多汗症完全完治

ワキガ完治手術 両ワキ38万円(消費税別)

切らない最新の豊胸術 「アクアフィリング」

〈アクアフィリング 1cc 3,000円(消費税別)〉

注射のみの施術でグラマラスなバストを作ることができる最新のアクアフィリングは、柔らかさ、触った感じがとても自然で、5~8年の長期的な効果があります。

二重まぶた

埋没法両目1点止め 3万円(消費税別)

小顔・部分ヤセ 「脂肪溶解注射 BNLS」

〈BNLS注射 1cc 1万円(消費税別)〉

切らずに注射するだけで、痩せにくい顔の脂肪を溶かし小顔に整えたり、二の腕などの部分痩せができます。施術後のダウンタイムが軽く、長期的な持続効果が得られます。

あさひ美容外科

大阪・布施・堺東・高槻・奈良・和歌山・大津・西明日香・姫路・倉敷

☎0120-889-480

【大阪梅田院】 阪急梅田駅 東へ徒歩5分

【HP】 www.asahi-biyou.or.jp

大阪市北区堂山町17-15 若原ビル4F

カルチャー&おけいこ

爽やかな季節になりました！新しいこと、はじめませんか

今、話題の腸と脳のヨガ

キレイになりたい！ココロもカラダも健康になりたい方、美腸をGETして自然治癒力UPしましょう！

- 腸すっきりヨガ体験 +腸ほぐし(10分) 10名様限定/要予約 3,000円 → 2,000円 (5月末まで)
- 老若男女OK

ブレインヨガ枚方

イルチブレインヨガ枚方 枚方近畿ビル6F ☎072-841-5801 ⑩10時~21時 ⑤月・祝

♪交野でベリーダンス♪

杏慈Belly Dance School 交野校でベリーダンス始めませんか♡

- [基礎・ミセスクラス] 「ベリーを習ってみたい！でも、ついていけない不安」と、思われている方に☆
- ゆっくり丁寧にレクチャー致します。お気軽に。
- 木曜 16:30~17:30、19:00~20:00 京阪交野駅「郡津」駅 徒歩5分 月4回 6,000円 ※キッズクラス有
- 伏見桃山でも開講

杏慈ベリーダンス交野

朱莉(しゅり) ☎080-1452-2984

社交ダンスで美しい姿勢

楽しみながら健康になりましょう

- グループレッスン ⑩12時、13時 ⑤15時、19時 月謝 6,500円(予約不要)
- 「35歳以下ヤングコース」「親子でダンスコース」個人指導 30分(要予約) 10回で27,000円
- 個人レッスン毎日10時~22時(要予約) 入会随時 お気軽にお問合せください ダンススタジオ時間貸します♪

ダンススクールソフィア

くずは駅前 ☎072(857)1083

Yogaでスラッと美人

ヨガ初心者 大歓迎！

- ⑩10:00~10:50 ⑤・⑥・⑦ 11:10~12:00 ④・⑤ 15:10~16:00 クラス制月謝3,700円
- ④・⑤ 19:00~20:00 クラス制月謝 5,300円

新設！ヨガフリーコース 7,200円

JBCフィットネススタジオ

JR「長尾」駅徒歩2分 ⑤有・シャワー室有 プログはこちら☞ ☎072-857-1514

英会話を始めませんか？

在英米7年の現役大学講師が教えます TOEIC、英検対策もご指導いたします

- 初心者大歓迎！初めての方でも優しく教えます。
- 体験レッスン無料
- 9,000円(税込) / 月4回 1時間 2,500円 ※月~土(土曜はAMのみ)
- 「御殿山」駅 徒歩7分
- グループレッスンでなく、完全マンツーマンレッスンなので、上達のスピードも驚くほどの速さです。

お問い合わせは toshimi@bolero.plala.or.jp ☎090-7882-5044 木下

教育のヤマノでエステを学ぼう 勉強しながらキレイに！！

生徒募集中 ライセンス取得後は自宅で開業も！

- 初級コース 50,000円(税別) 2時間×12教程
- 中級コース 88,000円(税別) 2時間×12教程

※中級コースは初級コース修了後に受講可 ※教材費・授業料・ライセンス料込み

- 随時開講、日程・お時間をご相談ください。
- 経験不問、18歳以上(女性限定)、少人数制。
- 相モデルで実習、ていねいに指導致します。

全日本エステ指導育成協会認定 ヤマノクレスティ アカデミー 山野愛子 どころご美容 クレスティサロン オオミネ フェイシャル専科 オオミネ教室 枚方市大峰元町1丁目7-8-15 ☎072-858-3344

多目的貸ホール

講演会・会議・各種教室に

- ホール1 39人
- ホール2 26人 1と2の利用も可
- マイク・プロジェクタ、DVD・ビデオ使用可

※読売新聞購読者特典あり

枚方市津田西町2-31-21 (ヨミハン大津ビル2F) ☎072(859)3340

チケット

会場：枚方市市民会館大ホール 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します(送料込)

三山ひろし

コンサート2016 気鋭の道

6/23(木) 13:30 / 17:30 S席 6,000円

※就学前児は入場不可 終面参照
魅力、迫力、温かさあふれる渾身のステージ!!
主催 / (株) デカナル

華の演歌

ビッグステージ 山本譲二・三船和子

8/23(火) 13:15 SS席 5,500円

終面参照
出演：生駒尚子・幸田和也 上川清美・藤和巴 ほか
主催 / (株) エムアイ企画

演歌唄祭り

三門忠司

8/28(日) 13:30 S席 4,000円

愛読者特別価格 終面参照
A席(2階) 2,500円
出演：山崎ていじ・水沢明美 ほか
主催 / 生田 企画

落語

「桂 文珍 独演会」

9/29(木) 13:30 全席 4,500円を 愛読者特別価格 4,000円

5/27発売・先行予約できます ※就学前児は入場不可
主催 / グリークス

たにけんのファミリーコンサート

6/4(土) 14:00 一般 2,000円 (当日2,500円) 3歳~中学生 500円 (当日1,000円)

※3歳未満は大人1人につき1人路上鑑賞無料(席が必要な場合は有料) 主催 / (公財) 枚方市文化国際財団

高嶋ちさ子

ピアノクインテット

7/2(土) 15:00 一般 4,000円 (当日4,500円) 高校生以下 2,000円 (当日2,500円)

※就学前児は入場不可
魅せます！聴かせます！ヴァイオリニスト高嶋ちさ子と男性4人による弦楽カルテット「男組」が贈る極上のピアノクインテット!!お楽しみに!
主催 / (公財) 枚方市文化国際財団

映画 映画券は2枚以上をお願いします

「ボーイ・ソプラノ ただひとつの歌声」 5/26(木) 一般 1,000円 (当日1,200円) 割引 800円 (当日 900円)

「ベトナムの風に吹かれて」 6/22(水) 一般 1,000円 (当日1,200円) 割引 800円 (当日 900円)

「岸辺の旅」 7/21(木) 一般 1,000円 (当日1,200円) 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) ※全席自由、各回入替制 ※赤外線補聴システム付

お申込 ☎072-859-3340 FAX 072-859-0054 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 (ゆうちょ口座間は送金無料) 加入者名 / マイライフ新聞社

読者の声

私の心に残る言葉

中学の先生に「君は歩みは遅いが着実に一歩一歩前に進める人だと言われたのが今も心の支えに。」
長尾谷町・K(29歳)

小学校卒業の時、友は宝石、心は玉石箱という言葉を。今も友を大切に、心に刻んでいます。
東香里・S代(68歳)

人の「良いところ」は、お金がかららないので、どんどん盗んで自分の身につけなさい、と先生に言われました。
匿名(33歳)

「ありがとう。日々暮らしの中でとても大切な言葉だと実感させられています。」
成田東町・S(52歳)

息子が社会人として旅立つ時、日頃無口な夫が「何も無い時は電話せんでもええけど、心配、悩んだ時は連絡せよ、元気でやれ」と。お父さんのあの一言は今でも「高く跳ぶためには、思いっきり低くかかむ必要がある」。子どもの卒業式に校長先生が話してくれました。
リンダ(37歳)

「ありがたいです。七転八起だよ。それで、なんとか頑張りました。」
交北・C子(59歳)

タレント野々村真さんの「あしたやるうはバカヤロウ」という言葉。受験の時もこの言葉を意識して頑張っていました。
香里園町・M(22歳)

シネマ	①イオンシネマ久御山 ☎075-633-0901	②イオンシネマ大日 ☎06-6906-0707	③シネプレックス枚方 ☎0570-78-3450	④TOHOシネマズくずはモール ☎050-6868-5059
上映中	映画ドラえもん 新・のび太の日本誕生(アニメ)	○	○	○
	アールと少年(アニメ)	○	○	○
	ちはやふる -上の句-	○	○	○
	暗殺教室 ~卒業編~	○	○	○
	バットマンvsスーパーマン ジャスティスの誕生	2D字幕	2D字幕・3D吹替	2D吹替
	あやしい彼女	○	○	5/7
	のぞきめ	○	○	○
	ルーム	○	○	字幕
	映画きかんしゃトーマス 探せ!!謎の海賊船と失われた宝物(アニメ)	○	吹替	5/13
	スポットライト 世紀のスクープ	○	○	5/14
	映画クレヨンしんちゃん 爆睡!ユメミーワールド大突撃(アニメ)	○	○	○
	劇場版名探偵コナン 純黒の悪夢(ナイトメア)(アニメ)	○	○	○
	レヴェナント 蘇えりし者(R15+)	○	字幕	5/21
	アイアムアヒーロー(R15+)	○	○	○
	ズートピア(アニメ)	○	2D吹替	2D・4DX
	ずっと前から好きでした〜告白実行委員会〜(アニメ)	○	○	2D吹替
	フィフス・ウェイブ	○	○	字幕
	劇場版遊☆戯☆王 THE DARK SIDE OF DIMENSIONS(アニメ)	○	○	5/28
	ちはやふる -下の句-	○	○	○
	テラフォーマーズ	○	○	○
	シビル・ウォー/キャプテン・アメリカ	○	2D字幕・2D吹替	2D字幕・4DX吹替
	スカンナー 記憶のカケラを読む男	○	○	○
	追憶の森	○	○	○
	64 -ロクヨン-前編	○	○	○
	ROAD TO HIGH & LOW	○	○	~5/20
	ヒーローマニア -生活-	○	○	○
	マクベス	○	○	○
	世界から猫が消えたなら	○	○	○
	殿、利息でござる!	○	○	○
	中島みゆき 夜会 Vol.18 橋の上のアルカディア 劇場版	○	○	○
	海よりもまだ深く	○	○	○
	更年期的な彼女	○	○	○
	スノー・ホワイト 氷の王国	○	○	○
	ヒメアノール(R15+)	○	○	○
	オオカミ少女と黒王子	○	○	○
	エンド・オブ・キングダム(PG12)	○	○	○
	熾寸少女	○	○	○

お届けします！ 知って得情報・楽しい情報

072-859-3340 FAX 072-859-0054

広告

一般に外壁塗装ほど手抜きをしやすい工事はないと言われている。手抜きをしたかどうか、数ヶ月から数年経たないと分からないからだ。しかし実は、公共工事等で用いられている、簡単で確実な手抜き工事防止法がある。これまで一般の消費者がほとんど知ることのなかったその方法を、ここで一般公開する。

塗装業者を見極める「たった一言の質問」とは？

外壁塗替事例

●事例①



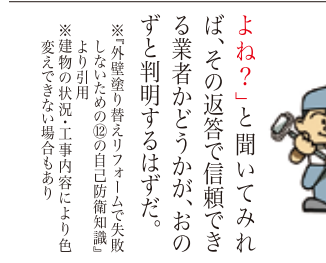
●事例②



公共工事に学ぶ、手抜き工事予防法

実は、塗り残しを無くす簡単で確実な方法がある。上塗りの色に影響が出ない程度に、中塗りの色を少しだけ変えるのだ。そうすれば、塗り残し箇所は一目で分かる。公共工事ではそれに加えて工程毎に写真を提出するよう

義務付けられているが、一般住宅の塗り替えでも、きちんとした業者ほどこの作業を徹底して行っている。しかし、大半の業者はこの作業方法を嫌がる。どんなに小さな塗り残しも許されなくなるからだ。だから敢えて「中塗り」と



よね？」と聞いてみれば、その返答で信頼できる業者かどうか、おのずと判明するはずだ。

※外壁塗り替えリフォーム失敗しないための自己防衛知識より引用
※建物の状況、工事内容により色変えできない場合もあり



外壁塗装で失敗しないための自己防衛知識

外壁塗装は、通常3回塗りして仕上げる。まず塗料の密着をよくするための下塗り。次にその上から仕上げ塗料を塗っていく(中塗り)。そして、さらにもう一度、同じ塗料を上から重ね塗りして完成となる(上塗り)。下塗りと中塗りは色が違うため問題ないが、心配なのは上塗りの業者が中塗りと同じ色で塗り残しをそのままにしているからだ。これは部分的に中塗りのままで終わってしまう箇所が出てきてしま

う。つまり塗り残しだ。塗り残しがあると塗膜が早く劣化してしまい、次の塗り替え時期が早まってしま

意図的に上塗りの工程を省いてはならない。その分手間も材料も

半分は済むので、大きな利益を確保できるのだ。

信頼できる塗装専門店を探し出すには

わが家を塗り替えるなら、誰もが信頼できる塗装店に依頼したいはず。しかし、自分でそのような業者を探し出すのは至難の業だ。そんな時に役に立ててほしいのが、全国各地で12年以上もリフォーム会社の調査を行い続け、選び抜か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、リフォーム工事や塗装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、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。もちろん、塗装工事店が工程写真を提出してくれる信頼できる業者ばかりだ。全国720社を超えて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無料で利用できる。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。

現在、優良工事店ネットワークが無料で配布している外壁塗装の参考書「赤本」は、塗り替えのタイミング、塗料の選び方、工事金額の相場、契約前の確認事項など、塗装工事で失敗しないための知識を全て網羅した内容。また、リフォーム会社選びの参考書「青本」にも、一般には知られていない有益な情報が満載なので、読者の価値あり。全国の公立図書館の要望で既に300冊以上が寄贈され、新聞やテレビのニュース番組でも数多く紹介されている。電話や訪問勧誘などは一切ないので、ひとまず気軽に請求してみてください。

信頼できる塗装専門店をどうやって探しますか？

ひとまず赤本と青本を無料でお取り寄せください!

上記の内容以外にも、ご近所の塗装会社やリフォーム会社選びに役立つ最新情報を一挙公開!

信頼できる塗装会社・リフォーム会社選びの参考書

最新保存版 2冊セット

即日発送 送料無料で差し上げます

本企画は、在庫部数限りで終了となります。

あなたのお近くにいるリフォームの匠を無料でご紹介! 信頼できる工務店を無料でご紹介! 全国40都道府県で720社の工事店が参加

優良工事店ネットワークが選ばれ続ける7つの理由

- 1 リフォーム営業会社ではなく、自社施工の工事店だけをお客様にご紹介するので、大幅なコストダウンが可能。
- 2 経験豊富な建築のプロ(多くの場合、社長さん)がお客様を担当し、自ら現場を管理。
- 3 全体の1割も登録に至らない厳しい審査を通過した、精鋭の工事店だけをご紹介します。
- 4 全国720社の参加工事店の中から、多くの消費者が「優良」と認めた、評価の高い工事店だけをご紹介します。
- 5 第三者的な立場を活かした「工事完成まで保証」と「工事完成後も保証」があるから、万が一、工事店が倒産しても心配無用。
- 6 第三者的な立場を活かした「紛争解決のための仲裁サービス」があるから、万が一トラブルが発生しても安心です。
- 7 全てのご相談はインターネットではなくお電話で直接受け付け、相談員が第三者の立場からアドバイスさせていただきます。

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、青本と赤本をご請求された方の個人情報は、資料の発送のみに使わせて頂きます。

ご好評につき、特に午前中はお電話とFAXが混み合っております。つながりにくい場合は、大変お手数ですが時間をあけてお掛け直しいただくか、インターネットもしくはハガキでお申し込みください。

お申し込みは 申込番号 [2119]

お電話 通話料無料 0120-146-064

お電話で申込番号 [2119] 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)

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上、ご送付ください。

インターネット https://ykn.jp リフォームの青本 検索

ハガキ 〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神3-10-20 K&G天神ビル東4階 優良工事店ネットワーク 営業事務局 青本・赤本係

①申込番号 [2119] ②〒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

お困りですか? 知って得する! 最新の情報・楽しい情報

広告掲載・地域の話は、地元のマイルライフ新聞へ



ベビーフェイス プラネット
メニューが新しくなりました。プレミアムセットメニュースタート!!
 メニューが一新。人気メニューに加えて、厳選の素材を使った新作メニューが始まりました。特におすすめは、シンガポールチキンイカと明太子の和風ピラフ、デザートではシフォンケーキプレートなど、盛りだくさんです。ぜひご来店ください。

プレミアムセットメニュー
 ☎ 075-982-3271
 営 11:00~24:00(L.O 23:00)



牛角
ゴールデンウィークはやっぱり牛角!!
 ゴールデンウィークは家族や友達とみんなで焼肉!! 大好評の食べ放題やキッズメニューも充実しています! GW期間は混み合いますので、事前予約をおすすめします。お肉を食べて、夏に向けて体力をつけましょう。

当店自慢の牛角カルビ!
 ☎ 075-982-2299 営 11:00~15:00, 17:00~24:00
<http://www.prime-link.com/brand/gyukaku/?top>



イトウゴフク
母の日は、イトウゴフクでプレゼント探し♪
 「便利さと安さ」「楽しさとおしゃれ」を発信する楽しいお店。このGWも皆様に楽しんでいただけるセールを開催。母の日「特設コーナー」開設。また、5月1日から松井山手店限定企画(30点限り) 婦人バッグ、メーカー価格2,900円~4,900円の品を999円(税別)で販売。皆様のご来店をお待ちしています。

☎ 075-982-1080 営 10:00~20:00
<http://www.1105.co.jp>



ザ・ダイソー
早くも夏に向けての商品が続々入荷中!!
 今年も新商品のビーチサンダルが続々入荷しています。お子様の小さいサイズから女性用、男性用と今年はサイズも豊富でデザインもシンプルなものから可愛いものまで品揃えしています。きっとお気に入りが見付かるはず! ぜひご来店ください。

☎ 075-972-5064 営 10:00~20:00
<http://www.daiso-sangyo.co.jp/>



眼鏡市場
ゴールデンウィークはご家族おそろいで補聴器体験会
 眼鏡市場ソフィアモール店では補聴器体験会を開催しています。きめ細かい聴力測定、聞こえについてのカウンセリングなど、丁寧にさせていただきます。また、実際に補聴器を付けて聞こえを体験していただけます。この機会にご家族と一緒にご来店ください。

☎ 075-972-3858 営 10:00~20:00
<http://www.meganeichiba.jp>



理容ピープル
調髪・顔剃り・毛染めが安い!

■ 大人調髪(顔剃り付)	1,620円
■ 中学調髪(顔剃り付)	1,080円
■ 小人調髪(顔剃り付)	870円
■ 白髪染め(カット顔剃り付)	4,110円
■ 白髪ぼかし(カット顔剃り付)	3,030円
■ 女性顔剃り	1,520円

☎ 075-874-1050
 営 10:00~20:00



ゴールデンウィークはソフィアモールへ行こう

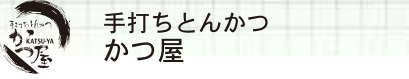
4/29 (祝・金) から
 5/8 (日) まで

八幡で買おう 応援事業



SAKE市場 グランマルシェ
5月5日までお買い得セール開催!
 昨年11月にリニューアルして、野菜・果物・お肉が充実しました。新鮮な青果がお買い得!! お肉も専門店ならではの切り立てのおいしさが味わえます。もちろんグランマルシェのお酒と輸入食品も充実しています。

☎ 075-982-2339
 営 10:00~20:00

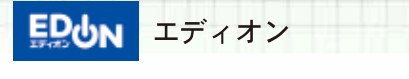


手打ちとんかつ かつ屋
かつ井始めました!
 お客様の声にお応えして、かつ井始めました。※数量と時間帯が限られていますのでご注意ください。☆5月のイベント☆ 当店では小学生までを対象とした、お絵かき大会を開催しています。詳しくは当店におたずねください! ※入賞者には嬉しい特典も…!

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



平日16時~、日・祝~15時迄
 20食限定 ¥780(税別)

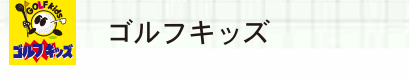


エディオン
今話題のマシン! ワンダーコア 2新発売 夏バテ対策におすすめです。
 5月はエアコンキャンペーンを開催しています。キャンペーン特典も多数ご用意していますので、ぜひご来店ください。また、話題のマシン、ワンダーコアの特設コーナーを設けており、体感していただけます。お出かけ前にぜひ一度当店にお立ち寄りください!

☎ 075-972-0070 営 10:00~20:00
<http://my.edion.jp/pc/>



ワンダーコア 2体験コーナー



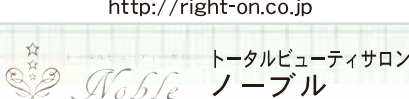
ゴルフキッズ
5月8日(日)まで ゴルフ祭り開催中!
 ゴルフシーズン到来! ただ今ゴルフキッズでは「春のゴルフ祭り」開催中! 期間中はなんと、クラブ買い取り10%UP(未使用品は除く)。さらにクラブ買い替えなら+10%の20%UPで買い取り致します。この機会をお見逃しなく!!

☎ 075-972-3933 営 10:00~20:00
<http://www.golfgkids.co.jp>



ライトオン
ゴールデンウィークセール! Tシャツ2枚目半額!
 ただ今ライトオンではGWセールを開催中!! 今すぐ使えるTシャツやショートパンツ、クロップドパンツが2点目は半額!! また毎年大人気のリーバイスやエドウィンなどの夏ポトムが期間限定で1,000円引きと大変お買い得です。GWはぜひライトオンソフィアモール店へ!

☎ 075-971-0453 営 10:00~20:00
<http://right-on.co.jp>



ノーブル
もう皆様始めて! 美肌&美ボディで夏への準備☆
 まずはプチプラメニューから!
 ①肩・肩甲骨リンパトリートメント
 ②両脇・口周り2回脱毛
 ③毛穴洗浄+オイルトリートメント
 ④キャビテーション +ラジオ波+LED(30分)
 各3,240円(約40分)
 ご新規様・当日予約大歓迎です

☎ 075-983-7113 営 10:00~20:00
<http://beauty-noble.com>



フェイシャル・ボディ・まつ毛エクステ・脱毛メニューございます。

ドキドキらいふ

No.263 るー小林

5月1日(日)~31日(火) ショッピング情報

暮らしを楽しむ12の専門店

ソフィアモール
八幡で買おう応援事業 詳細6面参照

エディオン
夏バテ対策にワンダーコア2 新発売
SAKE市場 グランマルシェ
野菜、果物、肉売場も充実しました。
眼鏡市場
補聴器体験会開催!
ライトオン
Tシャツ2枚目半額セール開催
ザ・ダイソー
夏に向けての商品、続々入荷!
ゴルフキックス
ゴルフ祭り開催中!
手打ちとんかつ かつ屋
かつ始めました
トータルビューティサロン ノーブル
美肌、美ボディで夏の準備
牛角
GWはみんなで焼肉を!
ベビーフェイスプラネット
メニューが一新!
理容ビーブル
調整、顔剃り、毛染めが安い!
イトウゴフク
母の日に素敵なプレゼントを!

京阪百貨店くずはモール店
◆GW子供バーゲン※1・大阪「龍の巣」
かすうどん※1〜4日(祝・水)◆特
選洋食器5日(祝・木)〜11日(水)(各
日18時閉場・最終日は17時閉場)
◆タオル寝具バーゲン※1=12日(木)
〜18日(水)◆お中元ギフトセンタ

ー=19日(木)◆婦人服バーゲン
※1=19日(木)〜25日(水)◆タオル・
エプロンバーゲン※2=26日(木)〜
6月1日(水)
最終日※1は18時、※2は19時閉場
◎営業/10時〜20時
◎休まず営業

京阪百貨店ひらかた店
◆リーディンググラスフェア・婦人
服バーゲン=4日(祝・水)◆母の
日婦人服・雑貨バーゲン=5日(祝・木)
〜11日(水)◆今むかしきもの掘り
出し市=12日(木)〜18日(水)◆
タオル・パジャマバーゲン=19日(木)
〜25日(水)◆子ども服スペシャル
バーゲン=26日(木)〜6月1日(水)
※すべて最終日は17時閉場
◎営業/10時〜20時
◎休まず営業

アル・プラザ枚方(平和堂)
◆8日(日)は母の日!母の日特集開
催=5日(祝・木)〜9日(月)◆月の
真ん中市開催(集めるほどおトクな
ハトの謝恩券シールラリー)=毎月
15日◆無料育児相談開催=毎週日
曜日
◎営業/10時〜20時30分
◎休まず営業

アル・プラザ香里園(平和堂)
◆いいねいねドットコムはとび
ー合同イースターパレード=15日
(日)15:30頃〜食品売場周辺にて
◆母の日HOPカードポイント3倍
進呈=7日(土)・8日(日)
◆カウンセリング化粧品HOPカ
ードポイント10倍進呈=14日(土)・
15日(日)

◎営業/10時〜21時
◎休まず営業
☎072-835-6600

イオン枚方店
◆毎週火曜日は火曜日◆毎月10日
はポイント5倍◆GWこどもの日
=1日(日)〜3日(祝・火)◆母の日
=5日(祝・木)〜8日(日)◆初夏の
ファッション=20日(金)〜22日(日)
◆夏のくらし=27日(金)〜30日(月)
◆日曜大市・お客さま感謝デー=
29日(日)・30日(月)
※一部変更になる場合があります。
◎営業/10時〜20時、地下食品売
場のみ9時〜23時
◎休まず営業
☎072-843-0048

ハッピーズ枚方
◆お得なハッピーズカード会員&
メール会員、シニア会員(60歳以
上)大募集。入会無料。シニア会員様
には当日無料配達(配達地域限定)。
◎営業/10時〜20時45分
◎定休日/毎水曜日
☎072-840-6161

ビオルネ
◆「映画クレヨンしんちゃん」公開
記念!クレヨンしんちゃんとスマ
ホでAR撮影会、館内を回ってキー
ワードを並び替え、正解のお子様
に1階インフォメーションで「公開記
念シール」をプレゼント! =8日
(日)◆母の日ワークショップ(カル
トナー・ジュ作り、フラワーアレンジ、
ミニ陶芸教室など)=1日(日)、3日
(祝・火)〜5日(祝・木)、7日(土)、8
日(日)
◎営業/10時〜20時、地下食品売
場のみ9時〜20時
◎休まず営業

2016 5月の運勢

★ディアーナ(みどり)★西洋占星術
占歴31年 ネブチオン家系に師事。
梅田マルビルなどメディア活動も多岐にわたる。

牡羊座 3/21〜4/20
金運好調。グル
メやショッピングが
楽しめそう。欲しい物は
迷わずゲット。所得の上
昇もあり。マネープラン
のふくらみが楽しみ。

牡牛座 4/21〜5/21
絶対調の機運。
魅力も上がって人気者。
今月は何をやってもあ
なたが主役です。目立と
うの精神が吉。控えてな
いで一歩も二歩も前へ。

双子座 5/22〜6/21
何かとデジ
ション下がり。予定変
更も入りやすく物事が
頓挫することも。相手と
争って不利なし。充電し
て仕切り直しがベター。

蟹座 6/22〜7/22
万事好調な時
こそ体調の管理は大切。
ひよんな事から調子を
崩さないよう気を付けて。
仲間で出かける旅や食
事会が楽しめそう。

獅子座 7/23〜8/22
とんとん拍子
で進んでいたことが停滞
ぎみ。無理にこり押しす
ると変な方向へ行くこと
も。エネルギーは月後半
まで溜存したほうが吉。

乙女座 8/23〜9/23
行動力抜群。
判断も冴えます。周囲の
様子をうかがうより、思
い立ったら即行動。つい
て来る結果に自信を深
めるはず。旅行運も好調。

天秤座 9/24〜10/23
縁の下の力持
ちになって。目立たず地
味な立場は不意にも感
じられる。迷いや不安を
感じること。人間関係の
助けになることを優先。
後で必ず良いことが。

蠍座 10/24〜11/22
交流の機会が
増え、多くの出会いに
恵まれる。迷いや不安を
感じること。人間関係の
助けになることを優先。
後で必ず良いことが。

射手座 11/23〜12/21
疲れが出やす
い時なので、無理をしな
いように。活発に動いた
後は体を休めることも
必要。不満をためないよ
う。こまめに発散を。

山羊座 12/22〜1/20
好調。何事も
成功率高め。今、積極
的にチャレンジを。思
い切った行動が良い結
果を招く。自信を持って
次へ進んで。金運も◎。

水瓶座 1/21〜2/18
家族で過ごす
時間を大切に。日ごろの
コミュニケーション不
足を補うチャンス。家族
旅行やレジャー、外食な
ど。心に残る思い出に。

魚座 2/19〜3/20
今月の出会
いはあなたにチャンス
を運んでくれる。欲し
かった人脈や情報をもた
らしてくれる。感謝は言葉
だけでなくプレゼントを。

震度7を2回も記
録した熊本地震はこ
れまでに経験したこ
とのない地震と報道さ
れています。

今、日本への外国人観
光客が年間2千万人に
も達し、当日も被災地
にたくさん観光に來ら
れていますが、地震で
なくなられた方がおら
れなかったのは不幸中
の幸です。

いきいきと輝く60歳代からの人生に
知ってシニア社会講座 48
安心!
文・岩城 伸
(株)ロイヤルコミュニケーション倶楽部 代表

幸いといえます。
その外国人観光客へ
のインテビューでは、一
様に自分よりもお客様
の安全を優先する日本
人スタッフの対応に感
謝され、更には被災地
の人々の冷静さと他人
への助け、日々の訓練
など、近いうちに起こ
るとされている南海トラ
フ巨大地震への備えが
大切で、日本には四季があり、
海や山に恵まれていま
すが、地震、津波、台風と
度重なる大災害に見舞
われもします。
それでも、日本人は誰
一人として、天に感謝し
こそすれ恨むことはあ
りません。

南海トラフ巨大地震への学習を

謝され、更には被災地
の人々の冷静さと他人
への助け、日々の訓練
など、近いうちに起こ
るとされている南海トラ
フ巨大地震への備えが
大切で、日本には四季があり、
海や山に恵まれていま
すが、地震、津波、台風と
度重なる大災害に見舞
われもします。
それでも、日本人は誰
一人として、天に感謝し
こそすれ恨むことはあ
りません。

香里ヶ丘サロン シニア講座と説明会 **無料**
60歳、70歳からの趣味と生きがいづくり
～定年退職後の日々を楽しく～
5/9(日) 10:00～
申込問合せ 阪急阪神ホールディングスグループ
(株)ロイヤルコミュニケーション倶楽部
香里ヶ丘サロン(香里ヶ丘バス停) ☎0120-135-689

1 5人様
山野愛子 どんご美容
クレスティサロン オオミネ
エステ フェイシャルコース
●クレンジング・どろ洗顔・ハンドマッサージ
●どろパック・化粧水仕上げ・メイクアップ、眉カット
枚方市大峰でオープンから30年の「クレスティサロン オ
オミネ」。安心・安全の山野愛子どんご美容、「琥珀」と
「泥」で仕上げる極上の肌をぜひ体感してください。フェ
イシャルコース(1回4,320円)を5人様に。
クレスティサロン オオミネ ☎072-858-3344

2 ペア10名様
大阪湾に咲く、250万輪のゆり
大阪舞洲ゆり園 海とゆりの競演
5月28日(土)〜7月3日(日)
9:00〜17:00
※土・日は19:00まで
大阪市此花区北港緑地2丁目
●大人 1,200円
●小人(4歳〜小学生) 400円
開園4年目を迎え、総入場者数60万人を突破した癒しのスポット。
大阪湾を望むロケーションに、空と海のブルーと、色とりどりのゆりの
鮮やかなコントラストをお楽しみください。ゆり苗販売もあり。
「ゆり園」検索 ☎0570-02-1187 yurien.com

3 ペア15名様 (2F席)
第4回 枚方パリ祭
7月9日(土) 16:30開演
枚方市市民会館大ホール 入場料 4,000円
本場のパリ祭以上に枚方で盛り上がりましょ
う。シャンソンに酔いしれ、お楽しみください。
出演:渡辺歌子、ケン・カタヤマ、芳村直樹、
藤本統紀子ほか
問合せ/ワイワイ企画 ☎072-853-3566

4 ペア3名様
みんなで聴こう!
大阪フィル
ハーモニー交響楽団
6月4日(土) 15:00開演
高槻現代劇場大ホール
一般 3,500円 学生 1,000円
※未就学児の入場はご遠慮ください
ドヴォルザーク:チェロ協奏曲
口短調Op.104(B.191)
ブラームス:交響曲第1番8短調Op.68
指揮:横島勝人 チェロ独奏:伊藤悠貴
高槻現代劇場 検索 ☎072-671-9999

5 5人様
主原料、調味料へのこだわり!
水産缶詰 5缶
新商品セット
●「うまい!鮭」各180円(税別)
●生薑入り醤油煮
●唐辛子入りピリカラ仕立て
●「サンマdeオードブル」各200円
(税別)
●トマト&バジル
●オリーブオイル&ガーリック
●香草焼き
SSKセールズ(株) 検索 ☎0120-04-8189

映画ご招待券
各館ペア5名様
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)

- 6 イオンシネマ久御山 ☎075-633-0901
- 7 イオンシネマ大日 ☎06-6906-0707
- 8 シネプレックス枚方 ☎0570-78-3450
- 9 TOHOシネマズくずはモール ☎050-6868-5059

各館で人気の話題作
続々上映!!
上映例
「シビルウォー/キャプテンアメリカ」
4月29日(金)全国ロードショー
「64 -ロクヨン- 前編」
5月7日(土)全国ロードショー
上映作品は各館のホームページ
または5面をご参照ください。

改良メダカ専門店 **メダカ飼ってみませんか**
容器(フタ付き)持参でメダカ水差し上げます
080-5320-2800 ☎10時〜17時
京都府木津川市加茂町銭司金鑄山28 駐車場10台有

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】5月16日(月)消印有効【アンケート】
①5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、②6月19日は父の日。「お父さん、
ご主人に何か言いたい、伝えたいこと」を教えてください。匿名希望は明記、採用分には粗品進呈。
〒573-0126 津田西町2の31の21マイライフ「プレゼント」係 FAX072-859-0054

青空の下 テニスを楽しもう!



無料体験レッスン 受付中!

賞品あり 要予約

レディース練習会

10:00~16:30
 初中級 5/9(月) 中上級 5/12(木)
 各1,200円/1名

ダブルス最低4ゲーム予定
 試合終了後~16:30 コート開放

一般(初心者~) ①回 クラス・コース
 ジュニア(3歳~) ②回 多彩なお気軽に!

キッズ用コート 2面 砂入り人工芝コート 5面

ほうだ 日本プロテニス協会オフィシャルテニスクール
宝田テニスカレッジ・パッション
 交野市郡津2-2-1(京阪郡津駅より徒歩7分)
 TEL 893-4599 TEL・FAX 893-8159
 第2コート:交野市幾野3-6-8(本校より徒歩3分)

成人式振袖

H29年 成人式を迎えられる皆様へ

成人式 振袖、草履バッグやショール、小物類も全部セットの安心価格です。レンタル価格 38,000円からです。振袖レンタルの方に髪飾りプレゼント。男性の紋付き袴も豊富にご覧いただけます。

写真スタジオ 完成!

お宮参り 初着・小物セット 13,000円から

結婚式衣裳 モーニング 留袖 訪問着
 二次会ドレス 還暦セットなど 貸衣装充実!

枚方市川原町4-6 有 木曜
 ☎072-841-8743
 9:30~18:00 まからんや(検索)

髪飾りプレゼント クーポン

華の演歌ビッグステージ

歌手デビュー40周年

山本譲二

好評発売中!

夫婦演歌の心髄を唄う

三船和子

8月23日(火) 13:15開演(13時開場)

枚方市市民会館大ホール SS席 5,500円 (全席指定・税込)

前売券発売所
 マイライフ新聞社 ☎072-859-3340
 枚方市市民会館 ☎072-843-1122
 協催 舞夢ミュージック ☎080-5366-8373
 主催・問合せ 株工ムアイ企画 ☎03-6383-4451

出演者
 生駒尚子 幸田和也 上川清美 藤和巳 吉田秋 春奈佑果

暮らしの案内

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

お申込みは **マイライフ新聞社**
 ☎072-859-3332

教えます

香里幼児教室 検査
 国・私立小学受験科有
 一人ひとりを大切に指導
 実績豊富。中学受験も対応
 ☎072-841-7641

おしらせ

自宅で結婚たくさんと
 めていきます。南(枚方)
 ☎072-859-4061

自然好きな子、あつまれ!
 意賀美神社月会
 敬神婦人部茶道会
 5月1日(日) 10時~15時
 担当は表千家流・西川宗桜さん 流派にとらわれずお越しください。
 ☎072-841-2790

親子ネイル教室 セルフ
 ネイル教室 生徒募集
 リリレジーナ/西岡
 ☎0909-667976

婚活相談・年中無休 枚方
 市役所前 電話24時間対応
 http://www.thejpn.jp
 ☎020-15905050

女声合唱団 コールラック
 歌う事は元気に生きる源
 幸せになります!見学大
 歓迎 水曜月3回9時半
 菅原生涯学習センター
 入会千円、月3千円伊藤
 ☎072-859-4061

大阪市立大学附属植物園(私
 市で、仲間作り、植物遊び・
 観察・工作を楽しみます。
 問合せ/同クラブ、堀内
 ☎072-8693-2518
 ☎06090509625

星ヶ丘医療センター
 一緒に学びませんか
 「高血圧教室」参加者募集
 5月11日(水) 高血圧
 と塩分摂取(医師)・高
 血圧の運動療法(理学療
 法士) 5月25日(水) 高
 血圧と脳出血(医師)・高
 血圧の食事療法(栄養士)
 ※両日共、13時30分~14
 時30分 2F 新会議室B
 ※教室終了後、個別栄養
 指導の予約もできます。
 ☎072-8402641

「禁煙教室」参加者募集
 5月18日(水) 13時~14
 時30分 2F 新会議室B
 ※両教室共、無料参加自由
 お気軽ににご参加ください。
 星ヶ丘医療センター
 ☎072-8402641

イタリア「ポロニャ国
 際絵本原画展」入選記念
 たけうち ちひろ展
 たけうち ちひろさん(枚
 ☎0507105812

方在住の切り絵作品が、
 世界中の新人イラストレ
 ーターたちの登竜門の同
 展に2年連続入選しまし
 た。ぜひご鑑賞ください。
 ◎枚方市立中央図書館
 絵本原画展 5月8日(日)
 ☎0507105812
 ◎さだ生涯学習市民セン
 ター 図書館
 絵本原画展 5月12日(木)
 ~22日(日) ワークショ
 ☎0507105312

健康相談

生理前のイライラと更年期?

今は仕事も家庭も神
 経を使うことが多く、精
 神的に不安定になりや
 すい時代ですね。

Q 45歳。一年に1~2
 度、生理の間隔が空くよ
 うになり、イライラがひ
 どく、子どもや主人に当
 たり散らしてしまい、困
 っています。

便秘気味で、肩もパン
 パンに張ってきます。ど
 うしたらいいのでしょ
 うか?

A 女性なら誰でも通
 る道ですが、ホルモンパ
 ランスが崩れ、自律神経

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

星ヶ丘医療センター

脳卒中内科・糖尿病内科・腎臓内科
 緩和ケア科・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
 脳血管内治療科・呼吸器外科
 心臓血管外科・皮膚科・泌尿器科
 産婦人科・眼科・耳鼻咽喉科
 リハビリテーション科・放射線科
 麻酔科(麻酔科・救急科)・歯科・歯科口腔外科
 臨床検査科・病理診断科・救急科
 スポーツ整形外科・健康管理センター

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

演歌 三門忠司 唄祭り

8月28日(日) 13時30分開演(13時開場)

枚方市市民会館大ホール 昼1回のみ

S席(全席指定) 4,000円
 マイライフのみで販売 A席(2階指定) 2,500円

前売券発売所
 マイライフ新聞社 ☎072-859-3340
 郵便口座/00900-8-68978 加入者名/マイライフ新聞社
 枚方市市民会館 ☎072-843-1122
 問合せ/☎072-891-4923 ウエノ 主催/生田企画

出演者
 水沢明美 柴田まり子 山崎ていぞう 奥あけみ

若松久 藤田久寿 西川栄矢 西川栄矢 西川栄矢

三山ひろし コンサート2016 気鋭の道

6月23日(木) 13:30 17:30 (開場は30分前)

枚方市市民会館

S席(全席指定 税込) 6,000円 ※未就学児のご入場はご遠慮ください。

プレイガイド
 ●マイライフ新聞社 ☎072-859-3340
 ●枚方市市民会館(1F) ☎072-843-1122
 ●新屋堂 京橋店 ☎06-6352-3869
 ●新屋堂 古川橋駅前店 ☎06-6909-4312
 ●チケットぴあ Pコード(285-743) ☎0570-02-9999
 (お近くのサークルK・サンクス・セブンイレブン)
 ●ローソンチケット Lコード(55451) ☎0570-084-005
 (お近くのローソン)

主催 株式会社 デカナル ☎06-6362-7610
 共催 マイライフ新聞社 後援 テレビ大阪