

地域と共に歩んで40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

フォローしてね
LINE Instagram Twitter

〒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

春のカルチャー特集
おたのしみプレゼント
催し・コンサート情報

2P
6P
7P

2023



3/1号

vol.764

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



壺阪寺

春は桜。約3万本もの桜が、麓から下中上千本と咲き上がり、吉野の山を春色に染め上げる。日本一の桜名所、一目千本の絶景、世界遺産である吉野千本桜、境内一円、桜に包まれる桜雲の寺、壺阪寺で桜大仏に出会う旅へのお誘いです。



イメージ



竹林院群芳園。大和三大名園の一つ、お庭のご散策も(オプション)

日帰りバスツアー
参加者募集

4月4日(火)

お一人様 13,800円 (税込)
(ご昼食含む)

吉野の名旅館、竹林院群芳園で、豊かな山里の幸、春の恵みをご堪能ください。

その後は、一目千本! 見渡す絶景は、200種3万本もの桜が、吉野の山に次々と咲き誇る吉野千本桜。日本一のお花見を、圧巻の春景色をお楽しみください。お一人様のご参加も歓迎。お申し込みはお早め!

日本一の桜名所
吉野千本桜と
桜雲・桜大仏 壺阪寺
竹林院群芳園でお食事

マイライフ新聞社
072-859-3332
FAX 072-859-0054

感染防止対策を講じて実施します
※GoToトラベル事業が再開された場合、割引商品になる可能性があります。(条件有)
※旅行企画実施/ワールドツアーシステム(株) 大阪府知事登録旅行業2-2047号

各都府県7時30分~8時発
17時30分~18時着予定
最少催行人員30人

うれしい地元発着
枚方・長尾・藤阪
ラポールひらかた
JR藤阪駅
JR長尾駅

ご卒業・ご入学・ご就職
おめでとうございます

カンダイアモンド

ダイヤモンドフェア開催中



3月誕生石

アクアマリン・珊瑚
アイオライト
ブラッドストーン

石言葉◆幸福・勇敢・聡明

17日(金)は臨時休業致します

※営業日の変更など、随時ホームページでお知らせします

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

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 ビュー・ロール

072-846-2081 ツールラップ etc.

AM10:30~PM6:00 木曜定休 カンダイアモンド 敬告

3月度受講生募集
週1回(90分) 全6回
前結び体験コース

初心者対象

入学金不要 1回 500円

教室	開催日時	場所
枚方市教室	水曜日 午前	枚方市駅 徒歩3分
楠葉教室	火曜日 午前	★楠葉駅 徒歩5分
津田教室	水曜日 午前	★平和堂アル・プラザ側
交野市教室	金曜日 午後	★交野市駅 徒歩4分
大東市教室	水曜日 午前 土曜日 午前	★JR住道駅 徒歩9分
その他教室	寝屋川市教室、大和田駅前教室、門真市教室、守口市駅前教室、旭区教室、東大阪市教室、八尾市駅前教室、八尾文化会館教室、瓢箪山教室、柏原教室	

※午前=10時~午後=13時30分~ ★無料駐車場あり

前結びきもの着付文化学院

門真市宮野町2-14 京阪「大和田」駅北側 徒歩1分

072-885-0691 受付 10時~18時 定休 火曜・水曜

一度体験してみませんか
無料お試しレッスン受付中!

今こそ、着物ライフ
始めませんか
鏡不要の前結びで
簡単、きれいに手早く!
きもの文化PR事業の
一環として入学金も不要、
低料金で各所で開講。覚えやすく
着崩れしにくい着付け方法、礼装時
の帯結びまで幅広く指導します。



実行委員募集!

9/17(日) 15時~20時 開催

今年も「枚方の花火」を楽しもう!

花火4,704発

枚方市・高槻市で前年に

生まれた子どもの数

淀川河川公園枚方・大塚(高槻)地区

不動産のご売却は三井のリハウス枚方センター

マンション 一戸建 土地

三井不動産リアルティ

ご売却応援キャンペーン

3月1日(水)~19日(日)まで

秘密
厳守

我が家の印象を良くする 4プランから"選べる"無償サービス

▼ 期間中、三井のリハウスへご売却依頼いただいた方に下記メニュー①~④の中から1点ご利用いただけます ▼

1 水まわり4点クリーニングパック
+カビ・汚れ防止コート施工
キッチン(クリーニングのみ)
浴室(カビ防止コート付)
洗面所(汚れ防止コート付)
トイレ(汚れ防止コート付)

2 リサイクル回収サービス
搬出・分別作業を含み
最大1tトラック1台分
まで回収
※家財により買取・回収できない
場合があります。

3 浴室・洗面コーティング施工
浴室・浴槽床・浴槽エプロン(表面のみ)・
洗い場排水溝フタ・カウンター・洗面台
※床と浴槽の両方を施工(床面積4㎡まで)

4 水まわり5点クリーニングパック
気になる水まわりをプロの掃除で差をつけます。
キッチン レンジフード 浴室
洗面所 トイレ
※各所1箇所までが対象となります。

●期間/2023年3月1日~3月19日●対象エリア/近畿圏(大阪府・兵庫県・奈良県・京都府・滋賀県)の弊社営業可能エリア●対象者/弊社規定の仲介手数料をお支払いいただける個人の売主様(宅建業者を除く)●利用条件/①一戸建・土地・マンション(ワンルームマンションを除く)で当初の媒介価格(売却価格)が1,500万円以上の物件であること②弊社と専任もしくは専業専任契約(媒介期間3ヶ月間)を締結され、当初の媒介価格(売却価格)が弊社価格提案金額の125%以内であること●各サービス内容/①水まわり4点クリーニングパック+カビ・汚れ防止コート施工、キッチン(クリーニングのみ)、浴室(カビ防止コート付)、洗面所(汚れ防止コート付)、トイレ(汚れ防止コート付)②リサイクル回収サービス/搬出・分別作業を含み最大1tトラック1台分まで回収③浴室・洗面コーティング施工/浴槽・浴室床・浴槽エプロン(表面のみ)、洗い場排水溝フタ・カウンター・洗面台、設備の状況により、使用するコーティング剤が変更となる場合がございます。なお、使用状況により耐用年数に差異が生じます。④水まわり5点クリーニングパック/キッチン・レンジフード・浴室・洗面所・トイレの5箇所、各所1箇所までが対象となります。浴室のエプロン内部、換気扇内部は清掃対象外となります。●上記の4項目のサービスは組み合わせでのご利用および他のサービスとの併用はできません。条件によってはサービス適用外となる場合があります。詳しくは最寄りの店舗にお尋ねください。●サービス提供会社/弊社提携会社

三井のリハウス

国土交通大臣(15)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

フリー 0120-321-797

営業 10時~18時 定休日 火・水曜

枚方市岡東町8-6 現代枚方駅前ビル3F

物件情報は
ページを
4
ご覧ください

星降る丘から健康便り

JCHO星ヶ丘医療センター
小児科医長 田村 玲子先生
枚方市星ヶ丘4の8の1 ☎072-840-2641

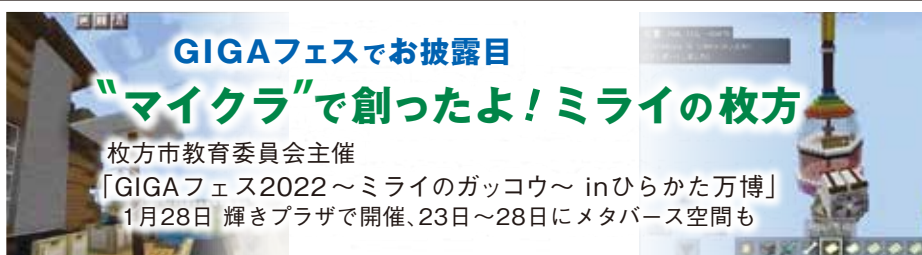
思春期が早く来る病気 思春期早発症

思春期とは、子どもが成長し、大人になっていく過程で心身ともにダイナミックに変化する時期のことです。性ホルモンの上昇することにより、体に変化し、著しい身長伸びを認めます。この思春期が2〜3年程度早く始まってしまふのが思春期早発症です。女兒は7歳6か月より前に乳房の発育、8歳より前に陰毛が生え

成長が止まってしまい、低身長になる可能性と、生理が来るなど体の変化が早い時期に起こることが精神的なストレスになる可能性を考えると、思春期を遅らせる治療を始めるかどうかを検討します。

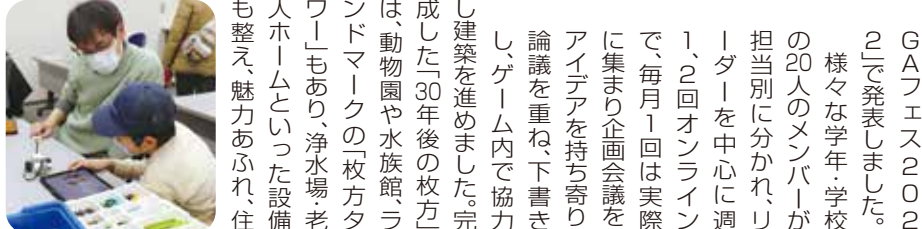
治療をする場合は思春期の進行を緩徐にするLHRHアナログというお薬を使います。月に1回病院で注射をするお薬になります。

ただし、思春期早発症で一番多い原因は特異性といって、異常の見つからない体質的なものになります。この場合は、早くに骨が成熟して



枚方市では、市内の小学生を中心に「30年後の枚方市が魅力ある街であるためには」というテーマで議論し、「マイクラ」で再現するプロジェクトチームを結成。マイクラは、立体ブロックで構成される仮想空間で建物などを造るゲームです。メンバーらが約4か月かけて完成した街を「GIGAフェス2022」で発表しました。

様々な学年・学校の20人のメンバーが担当別に分かれ、リーダーを中心に週1、2回オンラインで、毎月1回は実際に集まり企画会議を、アイデアを持ち寄り、議論を重ね、書きし、ゲーム内で協力し建築を進めました。完成した「30年後の枚方市」は、動物園や水族館、ランドマークの「枚方タワー」もあり、浄水場、老人ホームといった設備も整え、魅力あふれる街が完成しました。



みやすい街に! 放課後の作業で、保護者からは「仕事をしたいみたい」に真剣だったとの声も。メンバーは「みんながチャットするのが楽しかった!」と学校・年齢を超え、協力して創造する、素晴らしい体験になりました。

同フェスでは、市内の小中学校で開催しているタイピング選手権の大会、大阪工業大学主催のプログラミング体験、企業によるデジタル教育体験ブースや、市内の子どもたちが作ったポスターや動画をメタバース(仮想空間)内で観覧できる博覧会も、ICT(情報通信技術)の活用で、劇的に進化している教育を体感できるイベントとなりました。

英語大好き!

英語の伸ばし方

0歳から学べ、成果が大きいのが乳幼児期のメリット。小学生には、分ける、できるという喜びと自信を育て、中学生からは、自ら学ぶ自立した学習者に。中学では、新教科書の文法が難化、ランダム化により、専門的な指導者が必要に。4技能のバランスも重要で、音声から文字に進めるのが正しいアプローチ。

小中高の英語が難しくなり、大阪府立高校入試の優遇は英検2級から3級からは課題英作(3分の1の配点)があり、リスニングも配点が3分の1です。大学入試でもリスニング力は重要。大学の共通テストは、筆記100点+リスニング100点。大学生には、就活にも役立つTOEICもお勧め。日本人のスコアは、去年世界31位。小中高と学習するの社会に出て役立つに、なんでも、もったいないですね。資格取得も目指しつつ、本物の英語力、英語のセンスを育ててください。

無料教育相談、体験レッスン受付中。

「好きから得意へ!」
長年の講師経験と、元通訳の英語力で丁寧に指導。
TESOL 英語教授法修士
嶋村(交野)
Grace English School 検索
☎072-893-1231



考古学研究家 植田 正幸

過ちを繰り返さぬ「禁野火薬庫大爆発」

昭和14年3月1日午後2時45分、忘れてはいけな悲劇がありました。現在の枚方市禁野本町にあった禁野火薬庫第15号倉庫で砲弾から信管離脱中に発火、次々に誘爆し午後7時まで29回もの爆発がありました。幼少時当時京都にいた母は花火大会みたいだったという悲壮感のない話をしています。だが、私が10代の頃に地

元の古くから光善寺駅付近まで避難したんやけど、そこで砲弾の破片が飛んできたんや」という壮絶なお話を聞いたことがあります。

明治29(1896)年、砲兵第2方面本署禁野出張所、後に「禁野火薬庫」といわれる弾薬貯蔵施設が設置されます。日清戦争に勝利し、山口県

本町遺跡として研究が進み、禁野火薬庫跡は「大阪の戦争遺跡」との位置づけで4度の発掘調査が実施されています。直徑50m以上深さ7mという想像を絶する爆発土坑や基礎のみが残った建物跡三棟なども見つかっています。

最近のニュースでウクライナ戦争の弾薬庫爆発映像があったことを覚えています。枚方での惨劇を生々しく現代に伝える発掘調査の結果は、今後日本の「故きを温ねて新しきを知る」羅針盤にしたいなと願うばかりです。

埋蔵文化財発掘調査担当を経て、考古学・歴史講座を行う。
考古学・古代史探訪サークル顧問 専任講師

配布員さん 募集!

毎月末4日間、自分のペースで配布できます

募集エリア

枚方市
長尾東町、北山
交野市 倉治

その他の地域も登録受付中

- 1エリア 500~800部
- チラシ折込作業もあります
- 年齢・性別・経験一切不問。未経験の方もOK

お気軽にお問合せください
配布員問合せフォーム

マイライフ新聞社 ☎072-859-3332

2023 3月の運勢



ディアーナ翠(みどり)
西洋占星術 占歴38年
ネフチューン 紫氏に師事。
メディア活動も多岐にわたる。

牡羊座 3/21~4/20

すでに好調の機運ですが、目標を持って21日以降に照準を合わせて。それまでは準備を。不安材料は抜き、先に解決しておいて。

天秤座 9/24~10/23

仕事が増えて大忙し。休日は骨休めよりも、リチャードでストレス発散を。メリハリをつけて、振れ幅の広さが更なるやる気アップに。

牡牛座 4/21~5/21

忙しいままに、無計画に動いていることがストレスに。友人たちとの交流は楽しく、有意義でもあるけれど、やりたいことは後回しにして。

蠍座 10/24~11/22

有言実行で進んで。こうしたい、と思うことを言葉にすれば、勇気が湧くし、賛同者もあり。結果にとらわれず、失敗を恐れず挑戦を。

双子座 5/22~6/21

常に追い詰められているような気分がプレッシャーも大。でも頑張った分だけ、大きな成果が得られるし、社会的立場も上昇の時。

射手座 11/23~12/21

退屈を感じてしまっているような感じが。じっとしていられないからと言って、無目的に動くのはNG。今は充電を。21日~運気上昇。

蟹座 6/22~7/22

親切で面倒見の良いあなたは頼りにされて、引く手あまた。また、仕事では上の人に気に入られて、引き上げられるチャンスもあり。

山羊座 12/22~1/20

多忙。でも、忙しい時の方が時間を捻出できそう。あなたらしい知恵と工夫と努力で有意義に過ごして。イメチェンも今がチャンス。

獅子座 7/23~8/22

急がなくてもいいことは、先を気にしないでのんびり構えて。21日~運気上昇。始めるにあたってイメージトレーニングしておくとき。

水瓶座 1/21~2/18

ゆるやかに自分のペースを取り戻して新しい時。財布を新調するとラッキー。少し調子の良くない家電などは思い切って買い替えを。

乙女座 8/23~9/23

1人で抱え込んでの頑張り。楽しいことも、苦しいこともパートナーと分かち合って。ときにはグチもこぼして、甘えてみて。

魚座 2/19~3/20

「脱皮」の時。古い自分を脱ぎ捨て、新たな自分を目指して。これからは強い意志が問われる局面が。自分を責めて。プレは大敵。

春、Wake up! さあ、始めよう! カルチャー & おけいこ特集

4月号掲載受付中 ☎072-859-3332

60歳~のバレエ クラレ・ド・バレエ

- 60歳以上・小学生・超初心者 障がい者など、各クラス体験受付中
- ホームページからお問合せください

枚方市渚西1-6-1「御殿山」駅すぐ
クラレ・ド・バレエ
☎070-5266-0480

本格アシュタンガヨガ

- マイソール 月~土/朝6時~9時半
- 講師資格 Authorized Level2
- 初めての人の歓迎!

JR「河内磐船」駅から徒歩1分
アシュタンガヨガシュラダ
☎080-8421-9671

ヤマハ 松井山手センター

オープン2周年♪3月無料体験
体験の方にはプレゼント進呈!

- グループレッスン5月開講♪
- けんぱん無料体験 3/5(日)・3/26(日)
- 3才~7才対象※要予約
- 10時~ 新年少
- 11時15分~ 新年中・年長
- 13時~ 新小1・2年生



申込み ☎0774-64-4626

JR学研都市線「松井山手」駅すぐ
営月~土曜 休日・祝
②フレスト松井山手2h無料

web申込み



熟年時代の「生涯青春塾」

プロが教えるほんまもんの講座
会場: 枚方市総合文化芸術センター他

- 春期講座がスタート 月2回開催 10時~15時 4,000円/月
- 3月は健康講座と体操 健康長寿の人生を
- 朗読と音楽、正しい呼吸法で美しい発声を
- 3/10・24 朗読と健康講座と体操 ※すべて
- 4/14・28、5/12・26 朗読と音楽 金曜開催

☎072-859-3332

受付 マイライフ新聞社 平日9時~17時
主催 生涯青春塾実行委員会

マイライフ工作教室! プラ板アクセで親子コーデ

春休みに親子ワークショップ開催!
「オトナかわいい」プラ板アクセ作りに挑戦

- 日 時: 3/25(土) 10時~12時
- 場 所: ヨミハン大津ビル2Fホール 枚方市津田西町2-31-21
- 参加料: 1,000円(親子で2コ作れます) ※追加1コ500円
- 所要時間: 約1時間半 ※3/20までに要予約、対象年齢3才~
- 講師は子育て支援で指導中



申込み ☎072-859-3332

mylife@mylife-np.com
マイライフ新聞社 平日9時~17時

申込みは

Instagram DMからも▶

継続的な投薬が必要となる慢性的な病気を抱えたときに、病院や診療所に通院ができれば良いですが、重度の疾患を患ったり高齢になって移動が困難になるとそれも難しくなります。施設に入ると施設担当医が定期的に診療してくれることが多いですが、自宅で過ごす場合には通院するために介護者の協力が必須で、様々な苦労が強く接つていきます。

現代医療では、甲状腺機能低下や膠原病、糖尿病など冷えの原因になる病気を治療しますが、冷えだけでは治療の対象にはなりません。しかし東洋医学では、冷えは未病の段階とされ、このままだと病名がつくような症状が出てくる可

不調が病気になる前に、温めるケアが重要です。温めるケアとは、ただ温めるのではなく、冷えを取りながら頭寒足熱を目指すこと

予防医学の視点で冷えなど体質改善

性能があるため、解消しやすと考えます。冷えがあるというところは血流が悪く、リンパ液も細胞に送られない状態です。細胞に酸素、栄養、ホルモンが行き届かず、老廃物や二酸化炭素がたまり、細胞は元気をなくし、不調を感じ、時間と共に病気を誘います。

元々は統合医療クリニック理事長、日本メディカルハーフアカデミー主宰、日本がん難病サポート協会理事、枚方市南楠葉1-1の27番072-807-3566 H.PはIPH51 検査

代表理事

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

訪問診療

門に行く診療所も出てきました。時には入院で行うような処置や治療も訪問で行ってくださいます。調子が悪くなったときの往診対応をしてくれることもあります。

病院に入院することで精神的な負担が掛かって調子を崩す高齢者

訪問診療は医師、看護師だけでなく、薬局や介護に関わる人々みなで工夫して成り立つ診療です。システムの充実化はまだこれからですが、今後の発展を期待しています。

京都大学医学部卒 京都大学大学院卒 勤務歴：京都大学医学部 附属病院、市島田市民病院、康生会武田病院 専門分野：救急総合診療科

一葉箱のいらない家庭とー

＜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

発します。頭痛、めまい、立ちくらみ、首肩のこり、更年期症状、便秘、月経痛、頻尿などが冷える病気を治療しますが、冷えだけでは治療の対象にはなりません。しかし東洋医学では、冷えは未病の段階とされ、このままだと病名がつくような症状が出てくる可能性があります。

家族や、お客様の体質改善ができるスキルを身に付けてほしい。間もなく認定スクールが始まります。お問合せは、☎072-809-2131

元々は統合医療クリニック理事長、日本メディカルハーフアカデミー主宰、日本がん難病サポート協会理事、枚方市南楠葉1-1の27番072-807-3566 H.PはIPH51 検査

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

小学6年生の男の子が久しぶりにおねしょをしました。それを見たお母さんが

失敗

こそ叱らずに、子どもが気づいていない失敗は叱りましょう。叱っても洗濯はしなければなりません。また叱られることで膀胱はさらに萎縮し、おねしょを繰り返す可能性があります。可能性が高くなります。こんなときこそ、2つ目の対話、心の対話です。

「長い問おねしょは大きな失敗やわ」と叱責しま

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。

★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) ☎056-60057(伊藤) ☎056-89451517

失敗

す。これは前号での対話の1つ目、問題解決の1つ目の対話です。でも、ここでよく考えてください。おねしょは不可抗力であり、一番傷つき反省しているのは子どもの方です。傷口に塩を塗っているのです。以前にも書きましたが、大きな失敗をしたとき、おは元に戻らないのですから。

……

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。

未来の自分を輝かせるために!! おうちdeサロンはじめてみませんか?

エステティシャン × サロンオーナー 体験会 (45分) × 説明会

無料 5名様

未経験の方でも安心! 低資金・低リスク 充実の研修制度 安心のアフターフォロー

全国に580店舗展開中のフェイシャルサロングループがあなたの開業をサポートします。将来の自分を支える技術が身につく、自分らしい働き方ができる!! ぜひお気軽にご参加ください。

講師：三好

問合せ申込み ☎075-645-7700 10時～18時 受付

ジュビラン(株) 京都支店

フルカワ ミヨシ

申込みはQRでも

※3日前までにお申込みください

体験会は13:30～14:15

会場：枚方市総合文化芸術センター別館 第4会議室(3階)

京阪「枚方市」駅徒歩5分

令和4年度「枚方市 平和の日」記念事業 平和の燈火 (あかり)

小中学生らが平和の思いを描いたキャンドルなど約3千個を点灯。実行委員会の大学生らによるフードドライブや平和と未来への願いを込めたアートなども

3月4日(土) 13時30分～19時30分 17時30分～19時30分

分かん点灯式を実施。入場無料、雨天翌日順延

会場：二ツベ パーク 岡東中央 ※詳細は

主催：枚方市平和の燈火実行委員会、枚方市、枚方市教育委員会

☎072-841-259

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・外科 脳神経・脳卒中内科 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

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

JCHO 星ヶ丘医療センター 公式LINE

病院からのお知らせやイベント情報、医療情報を定期的にお届けします

大人入浴料 490円 (税込) ※中学生以上

ササ 応援! 最高の“ととのい”を極楽湯で

関西最大級! 広いサウナ、広い水風呂!

外気浴も楽しめる!

花粉が気になる方 ジャバラフェア

★400Pで入浴できる! 90円お得 ポイントもたまります!

★ウイルス感染拡大防止の取り組み実施中! 土・日・祝は朝6時オープン ※10時～翌2時(最終受付翌1時半)

極楽湯 枚方店 ☎072-867-4126 枚方市招提田近3-8-1 休館日 3/15(水)

大人入浴料クーポン 470円 (税込) 券売機で「マイライフ470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。 R5年3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

無料! 220台あり!

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

ご自宅まで火葬車で伺い、ご返骨致します

枚方ペットセレモニー FRAMA ふうま

枚方市新町1-13-46-3F ふうま枚方 検索

☎072-807-3137 24時間受付

クーポンを切りとって! お店へ行こう! My Town My Life Coupon

3月の おすすめ クーポン

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 会員価格の品は対象外

食品レジにて本券(クーポン)を先にお渡し 枚方市津田元町1-4-1 営業時間10時～20時30分 R5.3月末迄有効 ☎072-896-1100

ユナイテッド・シネマ枚方

9スクリーンの大規模映画館 [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

「映画 ネメシス 黄金螺旋の謎」 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。 ※本券1枚で4名様まで有効。 枚方市高野道1-20-10 フォレオひらかた内 割引券との併用不可。 ユナイテッド・シネマ枚方 検索 ☎0570-783-450 R5.3月末迄有効

洋菓子 スイーツ++

3月26日(日)閉店 全品売りつくしセール! 長らくのご愛顧、誠にありがとうございます。 ※ショップカードは3/26(日)迄にご使用、商品引き換えをお願いします。

店内全品 10%オフ ※一部商品除く (本体価格より) R5.3/26迄 イズミヤ☎500円以上お買い上げで3h無料

☎090-1961-0333

イズミヤ枚方店1F 正面入口すぐ左 ☎10時～20時(日曜は9時30分～) イズミヤ枚方店に準ずる

LINE登録

POLA THE BEAUTY 枚方田宮店

美白はポーラ! 最強成分シノール®配合のホワイトショット! 肌の中でメラニン生成を抑制できる成分として注目されています。

お肌の悩みはポーラで改善! 完全予約制。完全個室。★ひらカード使えます

春待ちマルシェ出店 3/13(月)10時～15時 マイライフご持参の方 プレゼント進呈!

☎072-844-3407

枚・東田宮1-3-30 枚方スイミング向かい ☎10時～20時(最終受付18時) 休 不定休 P3台

ゴルフ練習場 スポーツアベニュー

トラックマン打席料(90分) 初めの方 500円割引

あなたの打球をミエ化します

受付時間10時～0時 (平日・土日祝 共) 早朝5時～翌3時半 営業! ボール弾道測定器 トラックマンレンジ導入

☎075-982-2700

八幡市美濃山一ノ谷28-1 R5.3月末迄有効

結婚式の エピソード

主人が胸上げされ 落とされ、骨折して入院になりました。 (にゃん子(75歳))

「花嫁さんの涙」が感動ですが、我が家は息子が大泣きました。 (匿名(70歳))

友人の結婚式で着ていったワンショルダーのワンピース。ショルダー部分のチェーンが切れてしまい、大パニック! 高槻市・K子(40歳)

大好きだった人が後輩と結婚。食事会と割り切って結婚式に出席しました。匿名(59歳)

2024
2025
2026

きものつたや

成人式振袖展

常時展示中

21大特典付 (⑫⑬を除く)

レンタルコースは**18大特典付** (⑩⑪⑬⑭⑮を除く)

- ❶ きものパーティーご本人様+ご家族様1名様ご優待
- ❷ きものパーティーご参加時の着付無料+ヘアご優待
- ❸ 前撮り時 ヘア無料!
- ❹ 前撮り時 メイク無料!
- ❺ 前撮り時 着付無料!
- ❻ 写真六つ切1ポーズ+高級台紙付きプレゼント!
- ❼ 訪問着の表地プレゼント! (条件有)
- ❽ 成人式当日 ヘア無料!
- ❾ 成人式当日 着付無料!
- ❿ 無料アフターサービス!
(バルトーン加工していただきましたお着物に限ります。)
- ⓫ 帯のプレス加工 初回無料!
- ⓬ クリーニング不要 (着用後そのまま返却!)
- ⓭ ご成約〜成人式までの期間何度でも着用可能!
(条件有)
- ⓮ 着付何度でも無料! (ご購入の振袖に限る。その他条件有)
- ⓯ 卒業式袴レンタル無料サービス!
- ⓰ 2回目の振袖レンタル80%OFF! (条件有)
- ⓱ 着付小物セットプレゼント
(レンタルコースにも、肌補株、足袋の新品が付きます。
その他着付に必要な着付小物は、レンタルサービス。)
- ⓲ 金手手数料サービス
(10回分割・ボーナス1回・ボーナス2回)
- ⓳ 振袖の袖丈の詰め無料!
- ⓴ つたや和装学院基礎科 受講料無料 (6回無料)
- ⓵ 打掛レンタルで優待10%OFF!
- ⓶ 和装ブライダルフォトプランで優待10%OFF!
- ⓷ 留袖レンタル、モーニングレンタルで優待10%OFF!



創業 86年
の実績

フォト
スタジオ
完備

地域最大級
の品揃え

お買上げコース

198,000 (税込) 円より **+21大特典付**

帯・小物が自由に選べる
安心の30分フルセット

左記⑫⑬を除く

レンタルコース

110,000 (税込) 円より **+18大特典付**

成人式お出かけバック
衣装全て小物が付いて

左記⑩⑪⑬⑭⑮を除く

ママ振 持込みパック

97,790 (税込) 円

前撮り写真&成人式当日のお支度

前撮り記念写真、成人式当日のヘア・着付セット

バック内容

・前撮り記念写真 着付、ヘア、メイク。
撮影料含む5ポーズアルバム + ミニアルバム
・成人式のお支度 着付、ヘア(メイクは別途費用)

+12特典付

十三詣り、訪問着、黒留袖など着物レンタルも好評受付中! 詳しくはホームページをご覧ください。

詳しくはホームページをご覧ください。

つたや枚方本社ビル 〒072-844-1131 枚方市大垣内町2-5-5 営業時間 10:00～19:00 定休日 火曜・第3水曜 予約フォーム、電話ご予約優先	つたや寝屋川店 〒072-839-0221 寝屋川市東大町7-18 2F 営業時間 10:30～18:00 定休日 火曜・水曜 予約フォーム、電話でご予約	つたや四條驛駅前店 〒072-879-2330 四條市楠公1-13-9 2F 営業時間 11:00～18:00 定休日 火曜・水曜 予約フォーム、電話でご予約
--	---	---



前結び着付教室

新規受講生募集！

つたや和装学院は、枚方市・寝屋川市で
開講している「前結び着付教室」です

受講料 **3,000円** (基礎科 全6回・1回500円)

基礎コース
3月開講

枚方教室

つたや枚方本店

金曜日	10:30～ 13:30～ 16:30～
土曜日	10:30～ 13:30～ 16:30～
日曜日	10:30～ 13:30～ 16:30～

寝屋川教室

つたや寝屋川店

新規開講

土曜日	13:30～ New
-----	-------------------

つたや和装学院



前結び着付教室の詳細内容、
お問い合わせはこちらから →

つたや和装学院

枚方教室 枚方市大垣内町2-5-5
寝屋川教室 寝屋川市東大利町7-18 2F

☎072-844-1131
☎072-839-0221

[illegible]

ご自身の、ご家族の「聞こえ」考えてみませんか？

3月3日は「耳」の日

枚方で創業!!

補聴器一筋33年!!

信頼の補聴器専門店

認定
補聴器
専門店

枚方補聴器センター

枚方市駅のまん前!!

早期発見! 早期装用で! より良い「聞こえ」で、快適なくらしを応援



補聴器利用者の
89%が生活の質が向上

スポーツも
続けています!

みんなで
楽しく会話

外出も
気軽に

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きます。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。

当店は

「聞こえの順応トレーニング」を実施しています

ステップ
1

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

ステップ
2

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



ホームページの問合せフォームより
ご来店予約、ご相談
などお気軽にお問い合わせください。

補聴器体験会

聞こえづらいと感じている方
体験会で試聴してください!

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」
様々な場面での聞こえ、使い勝手をお確かめください。
当店では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。



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

補聴器のお悩みは認定補聴器技能者に相談を!

2022年補聴器装用者の実態調査の結果
補聴器満足度が大幅に上昇しました。
特に認定補聴器技能者による
フィッティングを受けた方の満足度が上昇!

満足度が
12%上昇

補聴器は装用してすぐに聞こえが改善するわけではありません。
聞こえに合わせた調整を繰り返すことが最も重要です。

- ・装用開始年齢を早めることで順応しやすくなります。
- ・認定補聴器専門店で補聴器の理解を深めましょう。
- ・定期的な調整やメンテナンス、通いやすさが重要です。

(JapanTrak 2022調査報告)



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

枚方補聴器

検索

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



お楽しみプレゼント

1 ペア10組様

大阪まいしまシーサイドパーク
空と海と100万株のネモフィラの共演!
「ネモフィラ祭り2023」



4月7日(金)~
5月7日(日)
平日 9:00~
17:00
土日祝 4/29~
5/6は18:30迄
5/7は17:00迄
※最終入園は
閉園30分前

大人 1,300円
子供(4歳~小学生) 600円

関西最大規模! 約100万株のネモフィラと大阪湾の青い海、青空が織りなす絶景。大阪湾一望の約36,000㎡の丘一面をネモフィラが青く染め上げます。

ネモフィラ祭り2023 検索

2 ペア3組様

映画「異動辞令は音楽隊!」



4月15日(土)
①10:30 ②13:30
八幡市文化センター
大ホール
前売 900円
当日 1,100円

鬼刑事がドラム奏者に!? (人生大転換)エンターテインメント
阿部寛主演の人間ドラマ。犯人逮捕のために手段を選ばず、部下に厳しい、現場一筋30年の刑事。高齢者を狙ったアポ電強盗事件の捜査で令状も取らず強引な捜査を繰り返していると、まさかの音楽隊への異動を命じられる。そこは警察署内の(はぐれ者集団)、覇気のない隊員ばかりで.....

【八幡市文化センター】 検索 ☎075-971-2111

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】3月15日(水)消印有効【アンケート】①3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。②「卒園式、卒業式、入学式、入社式などの思い出」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 枚方市津田西町2-31-21 マイライフ「プレゼント」係 FAX072-859-0054

3 ペア5組様

ユナイテッド・シネマ枚方
映画 ご招待券

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 3/3 公開
「映画ドラえもん のび太と空の理想郷」

枚方市高野道1-20-10 フォレオひらかた内
※上映作品は右記 またはHPを
ご覧ください。【ユナイテッド・シネマ枚方】 検索

☎0570-783-450



話題作続々上映!!

- 上映中
- THE FIRST SLUM DUNK (アニメ)
 - レジェンド&パタライ (PG12)
- 3/3~
- 映画 ドラえもん のび太と空の理想郷 (ユートピア) (アニメ)
 - なのに、千輝くんが甘すぎる。
 - エブリシング・エブリウェア・オール・アット・ワンス
 - ブラックライト
 - 熊川哲也 Kバレエカンパニー「クレオパトラ in Cinema」
- 3/10~
- 有リ、触れた、未来
- 3/17~
- シャザム! ~神々の怒り~
 - 霧落
- 3/18~
- シン・仮面ライダー
- 3/24~
- シング・フォー・ミー、ライル
- 3/24~
- 映画 刀剣乱舞 -黎明-
 - 映画 ネメシス 黄金螺旋の謎
 - ダンジョンズ&ドラゴンズ/アウトローたちの誇り

上映作品は予告なく変更する場合がございます。



ショッピング情報

3月1日(水)～31日(金)

＜ご注意＞営業時間や催し、企画が変更になる場合があります。

ソフィアモール

ザ・ダイソー

入園、入学に向けてのハンドメイド商品が多数入荷中です！桜コレクションで春を先取り！新生活はダイソー商品でお楽しみください。ご来店をお待ちしています。

☎075-972-5064

ノムラクリーニング

ありがとうセール開催！＝24日(金)～31日(金) 会員になると、レギュラーコース30%OFF、VIPコース25%OFF。仕上がり時間が12時までのご予約で翌日17時のお渡し。ダウンセール開催、30%OFF！＝1日(水)～4/2日(日) ダウン 類を全品VIPコース仕上げて頑固な汚れもノックアウト！

☎090-1144-7635

眼鏡市場

☆春の補聴器体験会実施中！22日(水)まで☆毎日のマスク生活で人の言葉が聞き取りづらいことはありませんか？マスクの邪魔になりにくく、便利な充電式耳穴補聴器も好評です！聴力チェックや補聴器の体験にぜひお立ち寄りください！

☎075-972-3858

キリン堂

「日本百貨店マルシェ」がメチャ売れ中！日本百貨店の初の業態、全国からこだわりの食品をセレクト！人気のごはん

のおともや、おつまみ、お菓子など、こだわりの「ニッポンのスクレモノ」をそろえています。ぜひお立ち寄りください！

☎075-971-3611

MAILE パーソナルジム

全米認定の資格保有トレーナーのマンツーマン指導！主婦やOLさんに人気のパーソナルジムです。ご自身のペースで継続でき、食事サポートも！あなたの“なりたい”を叶えます。

☎075-972-6656

フレンドマート交野店

◆京阪「交野市」駅から路線バスが運行しています。ぜひご利用ください。◆毎週火・土曜日はHOPマナーのお支払でHOPポイント3倍進呈＝28日(火)まで◆4月1日(土)～3日(月)ガラボン抽選会実施、3月25日(土)～29日(水)抽選補助券配付します。◆各種イベントは、平和堂アプリもしくはフレンドタウン交野ホームページよりご確認ください。HPは→



☎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

イズミヤ枚方店

◆イズミヤ直営売場限定、毎週水・土日は電子マネー(Litta)ご利用ポイント3倍！◆ホワイトデーフェア＝14日(火)まで◆ドコモ携帯相談会＝6日(月)～12日(日)◆「未来館」わらび餅・和菓子販売＝7日(火)～9日(木)◆アウトレットバッグセール＝8日(水)～20日(月)◆四国物産展＝18日(土)～21日(祝・火)◆春の陶器まつり＝23日(木)～4月3日(月)※イベントは、すべて10時～18時(予定)

◎営業／9時30分～21時

◎休まず営業

☎072-898-7051

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ホワイトデーコーナー開設中！パレンタインのお返しに、大切な人に、感謝の気持ちを添えてプレゼントしましょう。＝14日(火)まで◆毎週火・土曜日、26日(日)はHOPマナーのお支払いでHOPポイント3倍進呈◆HOPウォレットで1万円チャージ毎にクレジット・銀行口座振替チャージで100ポイント、現金チャージで50ポイント進呈◆月のまんなか市＝15日(水)◆らぶきっずイベント＝毎週土・日曜日 15時～3Fキッズフォレスト◆昔なつかし紙芝居＝第2・4土曜日14時～ 3Fキッズフォレスト

◎営業／10時～21時

☎072-835-6600

イオン枚方店

◆イオンお買物アプリ新規会員登録中！◆イオンの超春トク祭開催＝1日(水)～5日(日)期間限定のお買い得品や楽しいイベントに、お得なアプリクーポン祭りも同時開催◆1階催事場イベント①「ブックバーゲン」新古品の本が②「春のシューズフェア」新学期準備に、パレエシューズも販売＝19日(日)～31日(金) ◎営業／地下食品売場：9時～23時 1～2階：10時～20時 ◎休まず営業

☎072-843-0048

枚方ビオルネ

◆防災キャンプ・ミニ＝25日(土)地下吹抜け広場&1Fインフォメーション横防災食堂オープン！備蓄食の販売&実食会を開催。「AED体験」や最新技術に

よる水循環の「手洗い体験」なども。当日お買い上げで先着プレゼント有。

◆牡蠣奉行＝4日(土)～26日(日)岡本町公園 東北復興支援イベント、炭火で食べる海鮮BBQ！産地直送の牡蠣をご賞味ください。◆「ドローン国家資格(2等)対応コース受講申込受付中！」スクール説明会・ドローン操縦体験会開催＝18日(土)

◎営業／10時～20時、地下食品売場のみ 9時～20時

※一部対象外の店舗あり

アル・プラザ枚方(平和堂)

◆セントラルコート特設会場にホワイトデーコーナー開設中！＝14日(火)まで◆HOPウォレットで1万円チャージ毎にクレジット・銀行口座振替チャージで100ポイント、現金チャージで50ポイント進呈◆毎週火・土曜日はHOPマナーのお支払いでHOPポイント3倍進呈◆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＝15日(水)◆らぶきっずイベント＝毎週日曜日 15時30分～ 銘店前特設会場◆昔ながらの紙芝居＝11日(土)・12日(日)14時～ 3F特設会場◆ひらかた元氣くらわんか体操＝毎週木曜日 10時10分～ 3F特設会場 ◎営業／10時～20時30分 ◎休まず営業

☎072-896-1100

マイライフのLINE公式アカウントからイベントなど最新情報をお届け！

ぜひ友だち追加してねよ

LINE

QRから または→ IDで検索 @208ozepe



地元注目！行ってみよう！

催し・コンサート・スポット情報

☎マイライフ

◀このマークの催しはマイライフで受付・チケット購入可

窓口販売も有 枚方市津田西町2-31-21

☎072-859-3332

☎072-859-0054

枚方市総合文化芸術センター
京阪「枚方市」駅より徒歩5分
大 関西医大大ホール 小 ひらしんイベントホール

熱唱 演歌&新舞踊 大 ☎マイライフ
3/15(水) 12時30分
S席(1階・指定) 4,500円



特別優待席(1階) 3,000円 2,500円
詳しくは8ページ参照

主催：(株)アクティブデイズ OFFICEナカオ

Love Jazz 2023 小 ☎マイライフ
4/14(金)19時
全席自由 3,000円
(当日3,500円)
※未就学児は入場不可



残りわずか！
前売り完売の場合は
当日券の販売は
ありません。

主催：LOVE JAZZ 2023実行委員会

市川由紀乃 大 ☎マイライフ
30周年記念コンサート
5/26(金) 14時
通常価格 7,000円を
愛読者特別価格
全席指定 5,000円
※未就学児は入場不可
主催：(株)デカナル



新型コロナウイルス感染症拡大の影響で掲載イベントが変更になる可能性があります

電話(平日9時～17時)か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。

ゆうちょ銀行
払込取扱票／00900-8-68978
加入者名／マイライフ新聞社
記号・番号／009008-68978

※送料(書留)、手配料として500円別途要

門真ルミエールホール

京阪「古川橋」駅より徒歩5分

辰巳ゆうとコンサート

3/8(水) 14時

通常価格 6,000円を

愛読者特別価格 5,000円

※未就学児は入場不可



主催：(株)デカナル／
門真市民文化会館指定管理者
NPO法人トイ・ボックス

枚方市立御殿山生涯学習美術センター

京阪「御殿山」駅より徒歩5分

たけうち ちひろ絵本原画展

みんなのいちにち

3/5(日)まで 9時～21時 ※日祝は17時まで

月曜休館

枚方市出身在住で、
同市PR大使の
絵本・切り絵作家
たけうちちひろさん*の
新作切り絵、
枚方市にまつわる
原画などを一挙に展示。

※イタリア・ポローニヤ
国際絵本原画展入選
をきっかけに、国内外
で絵本を出版中。



絵本「みんなのいちにち」
(アリス館)より

主催・問合せ：枚方市立御殿山生涯学習美術センター
☎050-7102-3135

各種情報を掲載しませんか
お申込は ☎072-859-3332
✉ mylife@mylife-np.com

第3回 International Concert in Hirakata

国際コンサート in 枚方 “ウクライナに平和を”

本公演の収益と募金は、駐日ウクライナ大使館に寄付いたします

3/10(金)発売 5/4(祝) 14時開演 (13時半開場)

自由席 一般 4,500円→ 愛読者価格 4,200円

小・中・高生 2,500円

村上敏明

日本を代表する
テノール歌手。
NHKニューイヤー
オペラコンサートに
12年連続出演。

枚方市総合文化芸術センター関西医大 小ホール

マイライフ新聞社 申込み方法は
☎072-859-3332 (平日9時～17時) 左記をご参照ください

主 催 一般社団法人
国際芸術文化アカデミー

お問合せ ☎090-3274-3973

病気やけがで日常生活や
仕事に支障のある方へ
生活支援として国から
年金を受け取れる場合があります

毎月
予約
制
催

障害年金 無料相談会

国による
生活保障

経済面の
支援

身体障害
内臓疾患
精神疾患

殆どの
傷病が
対象

3/19日 ①13:20～ ②14:30～ ③15:40～

枚方市総合文化芸術センター マルチスペース1

さくら社会保険労務士事務所 申込
特定社会保険労務士 本山美子 フォーム▼
枚方市南楠葉1-1-41 昭光ビル3階
全国社会保険労務士会連合会登録番号/27200007

☎072-845-4210

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

健康相談

不安・不眠

コロナが収まらない
今、不安・不眠の人が
増えています。漢方薬に
は服用してすぐ眠れる
ような作用はありません。
また、環境によって
も違ってきます。

Q 48歳男性。高血圧
で何か胸に詰まった感
や肩首のこり、頭痛、イ
ライラがあり、気分が
落ち着かず、カッとし
のぼせる。便秘もあり、
頭がさえて眠れない。
家でパソコンの仕事
が多く運動不足。
A 気の動揺を鎮静さ
せる薬を処方します。
漢方相談は
平日9時～18時
土曜9時～14時
日曜・祝日は休
み
できるだけ電話
予約をお願いします。
※院外処方箋
取り扱い

漢方薬
処方箋調剤
薬剤師 梶田 幸子
交野市妙見坂3の1の6
☎072-899-28908

3回服用し、眠る前に便
通も改善する効果のあ
る三黄瀉心湯が良いで
しょう。
普段から温かい物を
食べ、お腹の中からしっ
かり温め、体を動かして
ください。ウォーキング
もいいです。また、1日
1か所だけ家の中を掃
除してみるのも良いの
ではないでしょうか。

気になる部位を徹底的に
集中ケア！※脂肪の種類に合わせて
ケアします

お腹・腰回り 太もも・ヒップ
三の腕 むくみ・血流改善

“好評”お得なキャンペーン実施中

90分コース×6回 定価128,304円→**50,000円**
90分コース×3回 定価 64,152円→**30,000円**

セルライト脂肪
老廃物と脂肪細胞同士が結合、
肥大化して皮膚が凸凹の脂肪に

皮下脂肪
消費エネルギー以上に食事などで
カロリーを取りすぎるのが原因の脂肪

たるみ脂肪
運動不足や加齢によって
筋肉が低下し、皮膚がたるんで脂肪に

内臓脂肪
生活習慣やストレスが原因で内臓に
十分な血液が届かず内臓脂肪に

たっぷり充実！満足の90分
脂肪撃退コース
初めての方 **3,300円** (税込)
通常価格21,384円/1回 先着15名様

ご予約は下記お電話又はWEBで
WEB予約は24時間受付中→

完全個室 Ariel アリエル 枚方店

営業時間 月～土 10時～20時
日・祝 10時～19時
定休日 毎月1日(1日が土・日・祝の場合は翌平日)

完全予約制 TEL.072-804-5055

枚方市岡東町18-15
キューブ枚方駅前ビル5F
枚方市駅 南口より徒歩1分

Ariel 5F 南口 T SITE
au オーエス ドラッグ サンプラザ 1号館

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！

ランチ限定

蟹と卵白の蒸し豆腐スープ
大海老のカタイ揚げ 3月のミニランチコース

終日/要予約

しんじの 真珠コース (全8品) 3月限定
※4月は「琥珀コース」 詳しくはこちら▲

京鼎樓
JIN DIN ROU

京鼎樓 (ジンディンロウ) 枚方T-SITE店
☎072-845-5589
大阪府枚方市岡東町12-2枚方T-SITE 8F

営業時間 11:00～22:00 (L.O.21:30)

●他券他サービス併用不可●予約時申請・注文時提示
●1枚で1グループ全員使用可●2023年4月30日まで
●キリトリ

◆蟹と卵白の蒸し豆腐スープ
大海老のカタイ揚げ ランチタイム限定 (税込)
※4月からはコース内容と価格が変わります
特別ご優待価格 **2,180円**

特別ご優待価格 (全8品) 5,470円↓
◆真珠コース (2・3月) → **3,280円** (税込)
◆琥珀コース (4月) → **3,500円** (税込)
※前日までの要予約、2名様から受付

◆飲み放題ご希望のお客様
プラス2,200円 (税込) → **1,650円** (税込)

※国や自治体の要請により、飲み放題がご提供できない場合がございます。予めご了承ください。

熱唱 演歌&新舞踊

3月15日(水)
枚方市総合文化芸術センター
関西医大 大ホール
12時30分開演

三門忠司
五月あやの
津軽ひろ子
三好亜律子

マイライフ愛読者様
限定30人
特別ご優待

S席 (1階・指定)
4,500円を
3,000円で!
2,500円のお席もごさいます
お申込は3/6(月)まで
※売り切れ次第ペ切!

マイライフ新聞社
☎072-859-3332
(平日9時～17時)

花いっばいの家族葬
フローラルホール
FLORAL HALL
通信 vol.33
「副葬品」
何でもOK?
葬祭部 主任 吉井風太

5月26日(金)
14:00 開演 ※開場は45分前
枚方市総合文化芸術センター
関西医大 大ホール

愛読者特別価格でご優待!

7,000円 (全席指定) を
5,000円
手配料・送料として
別途500円要
※未就学児のご入場は
ご遠慮ください。

お申込
マイライフ新聞社
☎072-859-3332
FAX072-859-0054
郵便振替番号 00900-8-68978
加入者名 マイライフ新聞社

主催 (株)デカナル 協力 グリークス 感染予防対策を講じた上で開催します。詳しくはグリークスのHPをご覧ください。

市川由紀乃
30周年記念
コンサート

好評発売中!

故人様との最後のお別
れの時に、愛用していた
もの、好きだったもの、思
い出の品などを棺に納
めることが可能で、それ
を「副葬品」といいます。
古いお墓から出土される
装飾品などの副葬品は歴
史や文化を知る手がかり
になります。
写真を入れているので
すか?と聞かれることが
あります。問題はないの
ですが、ご存命の方が一緒
に写っている場合は注意

がが必要です。イメージな
のですが、一緒に連れて行
かれてしまうのでは...と
考える方もおられますの
で、出席の方、写ってお
られる方に確認された方が
よいかと思ひます。
そのほか、水分の多い
大きな果物や、杖・眼鏡・
腕時計など金属やガラス
製品、爆発の危険性が
あるものなど、お棺に納
めることのできないもの
があります。残念ですが、
お仏壇やお墓にお供えす
ることで、故人様への思い
を伝えることができるの
ではないでしょうか。
ご家族ご参列者の人数や
規模に応じた式をご用意
します。ご相談ください。
枚方市川原町2の2
京阪 枚方市駅 徒歩5分
枚方警察署そば
フローラルホール 検索
0120-0000368

暮らしの
案内

自宅に結婚お世話します
会員8万人 JICA認定 南
0900-819-30067
072-850-5361

第2回 KATANO
ラーメンコンクール
集え!! ラーメン好き!
審査員はあなた!
お客様の投票に
よるガチンコ勝負!!
3月5日(日) 11時~16
時 いきいきランド交野
13店舗の、自慢のオリ
ジナルラーメンを食べ
比べ、ラーメン王者を選
ぼう! 「体験ブース」や
スイーツなども多数出店
来てね♪ 詳しくは▲
問合せ/交
野市商業連
合会事務局

枚方・交野
の寿司屋 弁慶

創業29周年祭

お好みにぎり寿司
なんと! **全品300円均一!** (税込330円)
3/1(水)~5(日) お持ち帰りもOK!!
(細巻き・三味シリーズ等
一部商品は除く) 5日間限定!

旬のおススメ
にぎりも!

生だこ 鯛うにのせ まぐろ 生サーモン 中トロ 大トロ
初がつお 桜鯛 ホタルイカ うに 和牛にく いくら
自家製 焼きたて玉子 かつお ねぎとろ かにみそ
ゲソ塩レモン 他

380円(税込418円) 480円(税込528円) 580円(税込638円)
メニュー
72種以上

第一弾

3/7(火)~12(日)
マイライフ読者限定
20%引き
※店内飲食のみ

クーポン持参で

3店舗で開催

弁慶 東香里本店
☎072-852-5983
枚方市東香里3-5-1
東香里ゴルフセンター内
☎11:30~14:30、17:00~22:00
※月曜(祝日の場合は翌日)

弁慶 楠葉並木店
☎072-864-5678
枚方市楠葉並木2-25-8
☎11:30~14:30、17:00~22:00
※月曜(祝日の場合は翌日)

弁慶 交野駅前店
☎072-894-1147
交野市私部2-12-1
☎11:30~14:30、17:00~22:00
※月曜(祝日の場合は翌日)

弁慶 東香里本店 楠葉並木店
交野駅前店 R5.3/7~12迄

お会計より **20%引き**
(店内飲食のみ)
※ランチメニューは除く
※1会計1回限り
※他の割引と併用不可
マイライフ
読者限定
昼/夜OK

弁慶 東香里本店 楠葉並木店
交野駅前店 R5.3/1~31迄

ランチメニュー
全品100円引!
※ランチタイムのみ利用可
※1枚でグループ全員利用可
※他の割引と併用不可
マイライフ
読者限定
昼のみ