

わたしたちのまち

上町台地の地域情報紙

Uemachi area community paper

発行部数：60,000部
配布地域：大阪市中央区東部・天王寺区
配布方法：ポスティングによる無料配布

発行 NPO法人 特定非営利活動法人

まち・すまいづくり

http://www.machi-sumai.com

〒543-0001 大阪市天王寺区上本町8-1-14

ダイマルビル4F「うえまち・サテライト」

TEL.06-6779-7222 FAX.06-6779-7220

E-mail: uemachi@machi-sumai.com

うえまちホームページ作成中！

「うえまち・サテライト」
編集局オフィスが
オープンしました

うえまち

揮毫 一心寺 長老 高口恭行師

Monthly

UEMACHI

2005

July

7

No.4

毎月10日発行

見られる「まち」の魅力

上町台地の地域情報紙『うえまち』が創刊から第4号を数え、7月号を発行することができました。創刊誌が3号で途絶えることを俗に3号誌といいますが、この壁を超えることができましたのは読者の皆さまはじめ、ご支援・ご協力いただいた方々のおかげによるものです。これからも皆さまに感謝の気持ちを込めて『うえまち』をお届けします。

「近隣地域から上町台地を訪れ、『うえまち』を見ました」というご意見をいただきました。『うえまち』は上町台地の枠を超え、他の地域に住む人の関心を集めていたのです。決して小紙を評価するわけではなく、上町台地が魅力ある「まち」として見られているからに違いありません。

女優さんは人に見られることでより美しくなるといわれます。まちも同じように多くの人に見られることで魅力的な「まち」になることでしょう。『うえまち』が発信するものは上町台地の中だけでなく、外からも見られる「まち」の情報でなければなりません。地域としての「うえまち」をより美しくするために。

「時雨やしぐれぬなかの一心寺」有名な小西来山が詠んだ中に右の句があります。時ならぬ雨。今宮辺りから東、上町台地の上にとしりと目立つ一心寺の方を見ると、そこだけ雲の切れ目から日が差しているではありませんか！まるでスポットライトを浴びているように……。まあそんな感じの句だと思っています。

当時（正徳3年、1713年ごろ）一心寺から西は一面の畑でした。下寺町の道も300mほど北でおしまひ。現25号の「逢坂」は恐らく4-5mの道幅で畑の中を今宮村へと続いていた。その今宮村に小西来山の居宅「十万堂」があったといわれています。

「花散りてより古びたり 一心寺」という句もあり、今日風に思いめぐらせば、今宮村から朝夕来山は一心寺へ散歩していたように思われます。いまでもなく今宮から見ると、畑の中の一本道。その先に緑で覆われた高台があり、ひととき目立って一心寺の本堂がそびえて見えたことでしょう。

一方、画僧古欄（1653-1717年）による「一心寺絵巻」の中に描かれた当時の西の風景では、西にずっと畑があり、その向こうには海岸線の松並木。そして海。そのほか西には六甲山系と淡路島の山並みが描かれています。

古くは「難波80島」と言う言葉通り、海には松に覆われた大小の島々が散らばっていました。万葉集ではその空を鶴が飛んでいたという歌さえあります。今、埋め立てられ、空気が汚れて風景らしい風景は見えませんが、実はこうした風景が見えるはずなのです。

都ホテル大阪

WAI WAI
SUMMER
CARNIVAL

わいわいサマーカーニバル

2005 8/12 金 13 土

11:00a.m.~7:00p.m.
都ホテル大阪 宴会場3階・4階

ワクワク・ドキドキのメインステージ



科学特捜隊

サイエンスショー

あの米村でんじろうサイエンスプロダクション所属の名コンビが、化学の驚きとコトの楽しさをあわせたショーで楽しませてくれます。



ユーリジョン★ファクトリ

イリュージョンマジックショー

華麗でスピード感溢れるマジックに魅了されるスペクタクルショー!!

迫力の和太鼓ショー

演奏：和太鼓 鼓粋(こいき) 豊岡こうのとり

お楽しみビンゴゲーム

大人も子供も楽しめるキャラクターショー

よしもと着ぐるみ新喜劇
「浪花うでんは大騒ぎ！」



吉本新喜劇の着ぐるみショー。人気タレント自身の吹き替えでおもしろさ満点のオリジナルショー!!
①11:30a.m.~12:00p.m.
②3:30p.m.~4:00p.m.
※ショーの時間は予告なく変更する場合がございます。当日会場にてご案内をお確かめください。

チケット好評発売中!!

前売券 3,400円 当日券 4,000円
いずれも会場内利用券3,000円分と入場料・税金・サービス料を含みます。

カーニバルご来場のお客様はご宿泊、特別割引30%OFFでお泊まりいただけます。チェックインの際にカーニバルのチケットをご提示ください。他のプラン・特典との併用はご容赦ください。

協賛：Asahi アサヒビール株式会社

MIYAKO
HOTELS
RESORTS

MIYAKO HOTELS

都ホテル大阪

TEL.06-6773-1111(代表) 〒543-0001大阪市天王寺区上本町6-1-55
http://www.miyakohotels.ne.jp/osaka/

お楽しみコーナーも満載

- ホテル料理の屋台コーナー
- キッズパーク
バレードーム、積み木、絵本コーナーなど、小さなお子様も安全に遊べるくつろぎの空間。
- 夏休み工作教室 ●昆虫コーナー
- おもちゃ・風船の販売 ●占い・縁日コーナー
- ロボット対戦コーナー
- スポーツゲームコーナー

●都ホテル大阪チケットカウンター【3階】
06-6773-8156
チケットぴあ 0570-02-9999

ご予約は 0120-123-385

20th
Anniversary
もっと愛されるホテルへ

NPO法人 まち・すまいづくり顧問 木村 政雄氏

今、日本の政策は構造改革や規制緩和など、これまでの仕組み・枠組みを改革する動きを強めています。これは人間の

見直すことがたくさんあります。中でも大切なことは「人のつながりと地域」です。これは人間の

育にウェイトが掛かることはいままでもありません。日本はもともと教育にお金を掛けるべきです。

つことのできるモラトリウム人間（精神的にまだ自己形成途上）でない人が求められるのです。

育がまちづくりを促進し、まちの活性を図ることで新しい国の仕組みが地域から生み出されていくことが理想です。



木村政雄（きむら まさお）フリープロデューサー
まち・すまいづくり顧問

人をつくる教育、まちづくりの基本

よう。人が60歳で定年となるように、2005年、国の仕組みも60歳を迎えて再構築を図る時期に来たからです。

そこで、基本に返って

「人づくり」がこれからの鍵になるでしょう。「人のつながり」が「地域としてのまちづくり」に発展します。「社会にONする人材」自分の足で立

学校は動かぬもの、地域に根を張り、そこで育った人がたくさん巣立っていく。学校は地域にとって、いつまでも学べる場所であればなりません。

上町台地には文化・歴史・宗教など教育資源が豊富にあります。「うえまち」地区が大阪・関西・西日本の教育発信地となるように！

大阪府立清水谷高校は、上町台地の北に位置する歴史ある伝統校です。自



昨年の関西合唱コンクール

合唱部が活躍

清水谷高校のクラブ活動で一番元気なのが合唱部。詫磨真樹子先生の指導の下、7月21日いづみホール（中央区城見）で開催される「ハンガリー・ブロムジカ女声合唱団」の歓迎公演に向けて、60人を超す部員が毎日練習に励んでいます。

同部は関西合唱コンクールに大阪府代表として出場し金賞を受賞。今年

は甲子園で開催される全国高等学校野球選手権大会の開・閉会式の合唱に参加派遣要請を受けています。

日曜学校の楽しい一日

今回は日曜学校の様子を紹介しします。

一日は清掃ボランティアから始まります。有志が午前9時15分に三千佛堂前に集まり、ナイロン袋とはさみを手に周辺道路のごみ拾いをしました。

道も心もきれいにします。9時30分に三千佛堂の講堂が開場、受け付けが始まりました。出席カードにはんこを押してもらい、名札やプログラム、その他資料を受け取り、講堂の中に入ります。

10時、壁画に描かれた大きな仏様に見守られて



高校校長から花束のプレゼントを受け取る参加者

一心寺倶楽部 事務局長 平田 秀瑞 師

授業が始まりました。まず朝の体操。四恩学園の中岡先生の指導で頭と体を動かすレフレッシュ

と「ふるさと」が校歌になっています。ピアノ伴奏は高口由起子さん（一心寺の若奥さんです）、ボーカルはソプラノ歌手田中雅子さん。生徒の皆さんは、その楚々（そそ）とした歌声に促されて心地良く歌っていました。

いよいよエンターテインメント。今日の出し物は落語、桂九雀さんの「くしゃみ講釈」でご機嫌伺い。生徒の皆さんはその

お話を始めました。「一心寺の歴史案内」と題して、一心寺の歴史、お骨仏や施餓鬼回向の由

体操。時々笑いながら、そして大きな声を出しながら愉快地体操をしました。次に校歌斉唱。なんと「ふるさと」が校歌

になっています。ピアノ伴奏は高口由起子さん（一心寺の若奥さんです）、ボーカルはソプラノ歌手田中雅子さん。生徒の皆さんは、その楚々（そそ）とした歌声に促されて心地良く歌っていました。

いよいよエンターテインメント。今日の出し物は落語、桂九雀さんの「くしゃみ講釈」でご機嫌伺い。生徒の皆さんはその

お話を始めました。「一心寺の歴史案内」と題して、一心寺の歴史、お骨仏や施餓鬼回向の由

学校は動かぬもの、地域に根を張り、そこで育った人がたくさん巣立っていく。学校は地域にとって、いつまでも学べる場所であればなりません。

学校は動かぬもの、地域に根を張り、そこで育った人がたくさん巣立っていく。学校は地域にとって、いつまでも学べる場所であればなりません。

学校は動かぬもの、地域に根を張り、そこで育った人がたくさん巣立っていく。学校は地域にとって、いつまでも学べる場所であればなりません。

学校は動かぬもの、地域に根を張り、そこで育った人がたくさん巣立っていく。学校は地域にとって、いつまでも学べる場所であればなりません。

学校は動かぬもの、地域に根を張り、そこで育った人がたくさん巣立っていく。学校は地域にとって、いつまでも学べる場所であればなりません。

うえまち 学校探訪

上町台地の公立高校、高津高校、清水谷高校、夕陽丘高校は、上町3高として交流・協調を図っています。『うえまち』6月号に掲載した高津高校木村智彦校長の特別寄稿を機に地域の学校に着眼し、各校の特色をお伝えします。

上町台地の北 清水谷高校

大阪府立清水谷高校は、上町台地の北に位置する歴史ある伝統校です。自

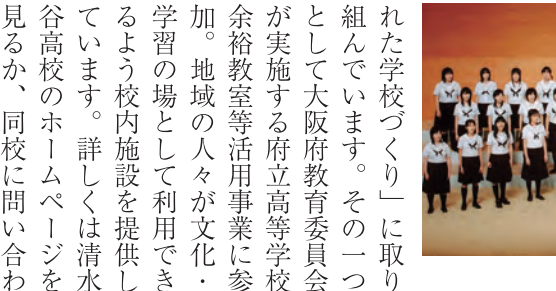


清水谷高生徒が幼稚園児たちと楽しく交流

律的、民主的な生活態度を養う①公立ならではのバランスの取れた社会人の育成②自ら学ぶ意欲と、思考力、判断力、表現力の育成③21世紀の国際社会に積極的に関わる人材の育成を教育方針に掲げ、時流に即した教育に取り組んでいます。

有名私学が多いこの地域で、公立高校は公立としての特色を表し、歴史と伝統を継承することに注力しています。

清水谷高校では、授業時間確保のため、2期制、1時限65分授業を10年前から行っています。また地域の人々に学校を活用してもらうため、「開か



昨年の関西合唱コンクール

合唱部が活躍

清水谷高校のクラブ活動で一番元気なのが合唱部。詫磨真樹子先生の指導の下、7月21日いづみホール（中央区城見）で開催される「ハンガリー・ブロムジカ女声合唱団」の歓迎公演に向けて、60人を超す部員が毎日練習に励んでいます。

同部は関西合唱コンクールに大阪府代表として出場し金賞を受賞。今年

は甲子園で開催される全国高等学校野球選手権大会の開・閉会式の合唱に参加派遣要請を受けています。

6月17日、実習授業で訪れた真田山幼稚園（天王寺区）の園児たちが同校へ遊びに来た際は、園児たちと一緒に合唱し、歓迎しました。

特別寄稿

伝統と発展―創立105年の歴史

府立清水谷高等学校 校長 富森 盛史 氏

府立清水谷高校は創立以来105年目を迎えました。

明治33年（1900年）大阪府第一高等女学校として設立され、翌年清水谷高等女学校と改称、昭和23年に新制高校となり、高津高校と生徒・教員の交流が行われ、現在に至っています。

その間、多くの俊才を世に送り出し、それぞれ社会の中核で活躍されています。清水谷高校は激動の時代を

越え、今もなお、古き良き

伝統と校風が息づいている学校です。地元の皆さまの中には「清水谷」の響きとともに、女学校時代から変わらぬセーラー服に懐かしさを感じておられる方も多いのではないのでしょうか。

生徒は学習・部活動・自主活動の充実を3本柱として、青春の貴重な時期を存分に謳歌（おうか）しています。学習に励むことを基

本とし、多くの者が進学を

目標とする中で、部活動に力を入れている生徒が多いことは大きな特長です。近畿大会や全国大会に出場し、高い評価を得ている部もあり、他の励みにもなっています。

清水谷高校は、すべての生徒がさまざまな分野において存分に活躍できる場を設け、無限の可能性を秘めている能力・適性を発揮で

きるよう努めています。また

学習のみならず、社会の一員として自ら気付かねばならないことを学び、大きな飛躍を遂げることができるよう願っています。

なお、清水谷高校では府教育委員会の「余裕教室開放事業」に参加しています。行事等では地元の皆さまにもご覧いただけるよう、また中学生の学校見学会、体験授業なども計画を進めています。詳しくは本校のホームページをご覧ください。

清水谷高校の今後の発展のため、地元「うえまち」の皆さまのご支援をお願い申し上げます。

メディカル・アドバイス 寝たきり予防 10 力条

島田クリニック
(天王寺区)
島田 恭光 院長

上町台地には多数の医療機関があります。充実した医療インフラを生活に役立てましょう。本紙では上町台地の医療機関・各種専門の先生に依頼し、医療面から見た生活のアドバイスをいただきます。今回のテーマは高齢者の方に注意していただきたい「寝たきり」予防についてです。

老化は自然の摂理であり、決して病気ではありません。しかし、足腰が弱り、これといった病気はなくても日常生活が阻害され、しかも病気にかかることも多くなり、それを契機に「寝たきり」となることがあります。

身体面では視覚、聴覚が衰えます。心臓や血管、肺、泌尿器が衰え、血圧が高くなり、息切れがしやすく、排尿回数が増え尿漏れを起こしたりします。骨や筋肉も弱り、俊敏な運動ができなくなり、転倒しやすくなります。

精神面では抑うつ傾向になり、寝つきが悪く目覚めやすくなります。複雑な思考や総合判断力は高齢になっても衰えにくいですが、記憶力は低下します。職を離れ、人間関係も少なくなっていることから孤独感が強くなり、自分の役

割や可能性を見失い、目標を喪失し、生きがいをなくすと身体機能も急激に低下してしまいます。

高齢者は体がだるい、体が不自由だからといって家に閉じこもりがちになりやすいですが、外出せず体を使わないでいると「廃用症候群」に陥って足腰が弱くなってしまいます。身体的、精神的にも弱ってしまい、みるみるうちに「寝たきり」になってしまう恐れがあります。

「廃用症候群」を防ぐには体を使うこと。閉じこもりを防ぐには出掛けて行って楽しく過ごせる場所をつくることです。その前提として、屋内の移動が安全にでき、容易に外出できるような住環境を整えることが重要であり、厚生労働省の「寝たきりゼロへの10か条」を励行すべきです。

寝たきり予防10力条

- ①脳卒中と骨折予防
→寝たきりゼロへの第一歩
- ②寝たきりは寝かせきりからつくられる
→過度の安静逆効果
- ③リハビリは早期開始が効果的
→始めようベッドの上から訓練を
- ④くらしの中でのリハビリ
→食事と排泄、着替えから
- ⑤朝おきて、まずは着替えて身だしなみ
→寝食分けて生活にメリハリ
- ⑥「手は出しすぎず、目は離さず」が介護の基本
→自立の気持ちを大切に
- ⑦ベッドから移ろう移そう車椅子
→行動広げる機器の活用
- ⑧手すりつけ段差をなくし住みやすく
→アイデア生かした住まひの改善
- ⑨家庭(うち)でも社会(そと)でもよろこびつけ
→みんなで防ごう閉じこもり
- ⑩進んで利用 機能訓練、デイサービス
→寝たきりなくす人の和、地域の輪

グレイス・リー先生のビューティーレッスン 自分で簡単にできる若返り術

いつまでも若く美しくありたいと願う女性のために特別企画として、BMSサロン主宰グレイス・リー先生で美容アドバイザーのグレイス・リー先生に、自分で簡単にできる若返り術を3回にわたって教えていただきます。



BMSサロン主宰グレイス・リー先生

触れられることは人が覚える一番原始的な愛のレッスンです。優しく触れられる感覚は私というものの存在の確認にもつながります。優しく触れられる感覚は皮膚や筋肉のレベルでキャッチされ内分泌の総司令官である頭の中の視

床下部へ伝達され内分泌の命令が脳下垂体を通して各内分泌腺に伝わって人が自らつくる科学伝達物質であるホルモンが分泌されます。これをホルモンのフィードバックといいます。1日を終えた1人だけの時間、例えばお風呂のときがいいですね。温かい湯船の中で太ももの内側とおへそ

の下のお腹を優しくマッサージしてみてください。その優しいタッチは心地良いフィードバックになり、ホルモンのフィードバックによって副腎と卵巣から女性ホルモンの分泌が促されます。女性が自らつくる魅惑の化学伝達物質である女性ホルモンは、あなたをより女性らしく若々しくしてくれるでしょう。1人でやってみる touch me、too me。

内分泌のレッスンです。

技術面以外にもコミュニケーションの方法や在宅介護でのマナーなども学ぶことができます。

講修了後は、関連介護会社との連携で就職をサポート。さらに個別に介護相談にも応じてくれます。また、ガイドヘルパー養成講座など各種ステップアップ講座を用意しています。

天王寺校では7月31日まで資格取得応援キャンペーンを実施中。通常より1万5000円安くホームヘルパー2級養成講座を受講することができ

ます。無料体験説明会も開催しています。

▽未来ケアカレッジ天王寺校Ⅱ天王寺区南河堀町10-17、アクティ天王寺ビル7階、フリーダイヤル0120-16-8351

IWAMI BEAUTY SALON IWAMI

「美」と「満足」をご提供。(株)いわみ美容室

アットホームな思いやり、幅広い年齢層のお客さまに最高の「笑顔」をお届けします

スタイリスト
小笠原 真香

アシスタント
安達 巧

アシスタント
前川 孝文

新スキンケア商品
セルメイク
フィブリンシート
プレゼント

本広告をお持ちください
当店ご利用の
お客さまに限りです

● 受付時間 AM 9:00～
パマヘアカラー PM 5:00まで
カット・セット PM 6:00まで

● 料 金 パマ(カット＆ブロー付) … 9,450円～
ヘアカラー(ブロー付) … 9,450円～
カット(ブロー付) … 4,200円～
シャンプー … 1,260円～

● 定 休 日 毎週月曜日 第1・3週の月・火は連休

天王寺区石ヶ辻町6-6 Phone 06-6771-1294

仕事を続けながら技術を覚え
有力な資格を取得されることをおすすめします

■訪問介護員(2級)過程養成研修講座
※通学平日 遠習コース…受講料 80,000円
17年9月コース=8月23日開講予定
※通学夜間 夜コース…受講料 71,000円
17年8月コース(8月1日開講予定)
上記コース受講者の方には特別講義を
プレゼント(各3時間)。
(1)アロマセラピー (2)ビジネスマナー
(3)再就職への指導支援(再就職への親身指導)

■認知症ケアの基本
(講義と実技)
受講料 ¥40,000(テキスト・税込み)
詳細はお問い合わせください

毎月開講

■ガイドヘルパー養成研修講座
全身課程(障害者移動介護)
4日間…23,000円
視覚課程(視覚障害者移動介護)
3日間…20,000円
上記コースは土・日です。
両コース受講者は33,000円に。
開講予定日
8月コース 8/6、7、20、21、27、28
9月コース 9/10、11、17、18、24、25

各講座教室
見学OKです

■福祉用具専門相談員指定講座
17年8月コース(平日コース)
8/1、2、3、4、5、8、9

■難病患者等ホームヘルパー養成講座
難病基礎講座Ⅰ 50名
受講料 7,000円 17年9月18日開講予定

■営繕安全工事の実技講座(新規講座)
3ヶ月コース 60H…25,000円(分割可)
5ヶ月コース 100H…45,000円(分割可)
DIY合格指導 空調の洗浄技術

毎月開講

■介護福祉士国家試験対策講座
開講中、詳細はお問い合わせください

松下介護学館

松下ビルディング株式会社

〒543-0001
大阪市天王寺区上本町七丁目1-24 松下ビル9F
TEL 06-6774-6013 FAX 06-6774-6027
(近鉄上本町駅より徒歩3分)
最寄駅 (地下鉄谷町九丁目駅より徒歩8分)

●ホームページ <http://www.mickaigo.com>
●メール info@mickaigo.com

↑ 谷丸
↑ 上六
↑ 鶴橋へ

↓ 鶴橋へ
↓ 上六
↓ 谷丸

●近鉄上本町駅
●ホテルアウリーナ
●松下ビル

うえまち 広告掲載のお願い

『うえまち』では広告掲載スポンサーを募集しています。地域情報紙『うえまち』は広告掲載収入により発行・運営しております。地域の活性化を図る発行趣旨にご賛同いただける、企業・商店・医院・各種教室等の広報・広告宣伝にご活用ください(広告販売代理店も可)。詳しくは、『うえまち』編集部までお問い合わせください。
TEL 06-6779-7222 E-mail: uemachi@machi-sumai.com

泉屋 とりもどしたい… 感謝のこころ



ご相談下さい
お仏壇・お仏具から
霊園・墓石・ご葬儀まで

ご家庭に合った仏壇・仏具等豊富な品揃えでご提供いたします。

フリーダイヤル 0120-09-1238 上本町店

全国優良仏壇専門店会加盟
全日本葬祭業協同組合連合会加盟

こころの空間を癒す
追悼の旅立ちの葬儀

フリーダイヤル
0120-62-4142
高井田メモリアルホール
東大阪市高井田本通3丁目1番31号



<http://www.izumiya-gr.com>

関西に広がる泉屋グループ

本社／大阪市中央区上汐2丁目1番5号 TEL06-6761-2005(代) FAX06-6765-8248

大阪歴史博物館

特別展「東アジア中世海道」

国宝・重要文化財など多数



重要美術品「南蛮人來朝図屏風」

大阪歴史博物館では、特別展「東アジア中世海道―海商・港・沈没船」を開催中です。9月5日まで。

12―16世紀の東アジアの交流史を物語る国宝4点、重要文化財12点、重要美術品1点を含む27点の資料を展示し、東

ます)。
▽大阪歴史博物館Ⅱ中
央区大手前4―1―32、
電話06・6946・5
728。開館は午前9時
30分―午後5時まで(金
曜日は午後8時まで)、
火曜日休館
★10組20人に同展の無
料招待券をプレゼント。
ご希望の方ははがき、F
AXまたはEメールで編
集局までご応募ください。
7月末日締め切り。

森ノ宮ピロティールホール

藤沢周平の名作短編を舞台化

森ノ宮ピロティールホ
ールでは7月29・30日の両
日、俳優座公演「きょう
の雨 あしたの風」が開
催されます。大阪労演7
月例会として行われ、藤
沢周平の名作短編を劇団
俳優座の川口敦子、内田
夕夜らの出演で舞台化。
江戸深川の裏長屋に住む
女たちの、貧しさに泣き
笑いしながらも必死に生
きて情感を交
かに描きま
す。29日は
多数の場合は抽選。

午後6時30分、30日は午
後2時15分開演。
★大阪市内在住・在勤
の方50組100人を同公
演にご招待します。ご希
望の方は、往復はがきに
住所・氏名・電話番号を
明記の上、7月18日まで
に(当日消印有効)〒5
40-0003 大阪市
中央区森ノ宮中央1―1
7―5、森ノ宮ピロティ
ールホール「きょうの雨
あしたの風」係までお申
し込みください。7月
22日必着。

▽大阪市立近代美術館
建設準備室(大阪市役所
内)Ⅱ北区中之島1―3
120・電話06・62
08・9096

関西美術のすべてを集結

大阪市立美術館は7月
30日―8月17日、近畿地
方を中心とした作家たち
の公募作品を展示する特
別展「第51回全関西美術
展」を開催します。日本
画、洋画・版画、彫塑、
工芸、書と美術のあらゆる
作品が集まり、現代の
関西美術の流れを知るた
めには見逃すことのでき
ない展覧会といえます。
陳列総数は約1300
点。近畿を中心に四国や
北陸などから集まった作
品のほか、著名な美術家
を含む招待作家らの作品

大阪市立美術館で特別展
7月30日から

も展示します。
同展は1941年から
開催。地方の公募展で最
も長い歴史を持つっており、
美術館の歴史と伝統が感
じられることでしょう。
▽大阪市立美術館Ⅱ大
阪市天王寺区茶臼山町1
―82、月曜日休館
★抽選で10組20人に同
展の無料招待券をプレゼ
ント。ご希望の方ははが
き、FAXまたはEメー
ルで編集局までご応募く
ださい。7月末日締め切
り。
<http://www.city.osaka.jp/museum-art/>

小野ギター研究所

クラシックギターの魅力

コンサート「ギターとのひととき」

小野ギター研究所で
クラシックギターを教
えている、主宰の小野
剛藏さんのコンサート
「ギターとのひととき」
が7月23日(土)、中
山文甫会館(北区中崎
町)で開催されます。
午後6時開演。
小野さんはギターの
教則本やCDを出す一
方、ステージ活動にも
精力的で、同コンサ
ートは1990年に始め
て今回で44回目。ゲ
ス
トにNHK「ラジオ深
夜便」の峯尾武男氏を
迎え、2人のトークバ
室のお申し込
み、お問い合わせは小
野ギター研究所まで。
▽小野ギター研究所
Ⅱ天王寺区生玉町12
―11201、電話0
6・6770・702
5、e-mail: onogozo@
syd.odn.ne.jp
★3組6人に同コン
サートのチケットをプ
レゼント。ご希望の方
ははがき、FAXまた
はEメールで小野ギタ
ー研究所までご応募く
ださい。7月19日締め切
り(必着)。



一心寺シアター倶楽

民族音楽家たちが共演

満ちたる月のコンサート Vol.9



一心寺シアター倶楽
は満月の夜にだけ開か
れる不思議なコンサ
ートシリーズとして、「満
ちたる月の
コンサート」
を定期的に
公演してい
ます。
9回目は
8月20・21
日の2日間
「大阪EARTH
ROOVE
2005」
まで。
お問い合わせ・チケッ
トのお申し込みは一心
寺シアター倶楽(06・
6774・4002)
まで。

と題し、劇団四季「ラ
イオンキング」にも出
演経験のあるパーカッ
ションスト山村誠一さ
んをはじめ、ステイー
ルパンオーケストラや
ジャンベとアフリカン
ダンスなど関西で活躍
中のさまざまな民族音
楽家たちが共演します。
20日は午後6時から、
21日は午後3時から開
演。会場ではフリーマ
ーケットも開催します。
前売り2500円(当
日3000円)。
お問い合わせ・チケッ
トのお申し込みは一心
寺シアター倶楽(06・
6774・4002)
まで。

関西進学セミナー 使える英語が楽しく身に付く

夏休み特別企画 参加者募集

関西進学セミナー上本町教室では、ベネッセのパートナー塾として「ベネッセこども英語教室」を開講しています。

インターネットや海外への交通手段の発達で、英語は以前より身近なものになっていきます。それに伴い、早期からの英語教育への関心も高まっています。

同教室では自然に英語



ゲーム感覚で楽しくレッスンを受ける子どもたち

めばえ幼児才能学園は0歳から小学3年生までを対象に、子どもの才能を無理なく自然に伸ばす教室を開校しています。

めばえ幼児才能学園大阪本部 子どもの豊かな成長を応援

の授業が好評です。すくすくコースと呼ばれる0-1歳のクラスでは、母親と一緒に遊びを通して感覚・言語・運動能力をはぐくみ、英語にも親しむような授業が行われます。

数・読解国語・英会話のほか、コンピュータや具体物を用いて思考力と分析力、数学力を高めるピタゴラスコースを用意しています。

▽めばえ幼児才能学園大阪本部教室 天王寺区東高津町11-7、電話06・6763・2201

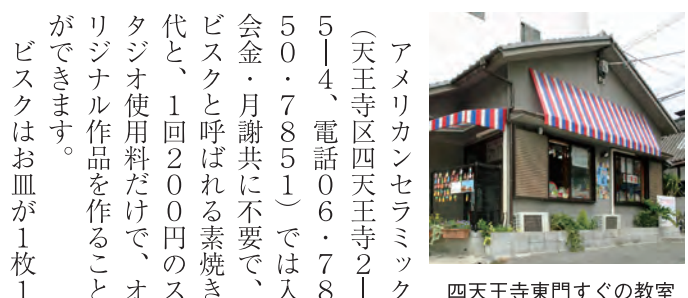
対象は年中児から小学6年生まで。1000円で3回の体験授業を受けることができます。

「わくわくサマリーングリッシュコース」を開講。000円から。約100種類のの中から選べます。

アメリカンセラミック
オリジナルの器作り体験
使って広がる楽しさ

アメリカンセラミック
オリジナルの器作り体験
使って広がる楽しさ

アメリカンセラミック
オリジナルの器作り体験
使って広がる楽しさ



四天王寺東門すぐの教室

大切な人へのプレゼントに自分で作ったお皿を贈ったり、家族の食器を



「デッドシー」と呼ばれるプール

天然温泉のあるフィットネスクラブ TAC桃山 リニューアルオープン記念キャンペーン

り使えるようになりまし
た。新しく設置した宝石
シャワーは、肌の保湿に
効果的と女性に好評です。

子育てのコツ おもちゃの与え方

頭と体をいっぱい使って

木のおもちゃ専門店「ばふ」
代表 岩城 敏之
(いわき としゆき)

その4.

光らない、鳴らない、動かないおもちゃ

ドイツに代表されるいわゆる木のおもちゃは「光らない」「動かない」「鳴らない」ものが多いです。

それに比べ、私たちが子どもに買与えているおもちゃは、電池が必要な、光ったり、鳴ったり、動いたりするおもちゃが中心ではないでしょうか？

赤ちゃんから与えるおもちゃを離乳食と同じように考えてみると、なるべく刺激の強いものを避けて、自然なものや基本的なものから与えてあげたいと思うは

ずです。でも、なぜかおもちゃは刺激の強いものを子どもに与える傾向があります。そして、日本を代表するおもちゃはテレビゲームとビデオを中心にしたおもちゃに発展していきました。

木のおもちゃ専門店「ばふ」
あべのルシアスビル東館2F
電話 06・6634・8140

石井行政書士の法律相談 Q&A

跡取りの長男は遺産を全部相続
できる？できない？

A 旧民法で定められていた家督制度という制度（家督制度）

●まちの相談所・石井行政書士事務所●
天王寺区小橋町13-12 アリスト上本町402
電話 06・6764・1418

めばえ幼児才能学園

私達と共にお子様の豊かな成長を見守っていきませんか？

無料体験
実施中
(TELにて要予約)

幼児部0～6才
●才能育成 ●知育造形
●幼・小受験 ●英会話

小学部1～3年
●算 数 ●読解国語
●ピタゴラス ●英会話



大阪本部教室
移転しました

TEL 06-6763-2201
大阪市天王寺区東高津町11-7 上本町SEビル3F
奈良本部・布施・生駒・その他多教室有

才能開発は0歳がスタート!

最高の能力・天才的な吸収力のこの時期にピッタリ

すくすくコース(0・1歳児)
のびのびコース(2歳児)

ぜひ一度無料体験レッスンに
ご参加下さい。(TELにて要予約)



http://www.goukaku.co.jp/



中学受験・高校受験
個別指導 (高校生時)
ベネッセグリムスクール
ベネッセこども英語教室

Heads: Educational Advantage & Dependable Science

学力が伸びるから勉強が面白い!!

夏期無料体験講習申込受付中!

カンセミの講習を初めて受講される方だけの教科授業! 受講後に講習申込も可能です。

Benesse こども英語教室

Summer English 3日間1,000円

関西進学セミナー

上本町
教室

〒543-0028 天王寺区小橋町2-12 森田ビル2階
TEL 0120-81-1115 (フリーダイヤル)

四天王寺では8月9日から16日まで、盂蘭盆会（うらばんえ）万灯供養法要が行われます。同法要は先祖供養のために開かれるお盆の恒例行事です。五重塔や仁王門が並ぶ境内には先祖の霊名が記されたりうそく約1万本が並び、夕刻になると火がともされ、伽藍（がらん）内を読経のもと、僧侶が練り歩きます。参拝者は幻想的な雰囲気の中、炎に手を合わせ



五重塔を囲みろうそくがとまります

四天王寺では8月9日から16日まで、盂蘭盆会（うらばんえ）万灯供養法要が行われます。同法要は先祖供養のために開かれるお盆の恒例行事です。五重塔や仁王門が並ぶ境内には先祖の霊名が記されたりうそく約1万本が並び、夕刻になると火がともされ、伽藍（がらん）内を読経のもと、僧侶が練り歩きます。参拝者は幻想的な雰囲気の中、炎に手を合わせ

お知らせ

「うえまち今昔」シリーズは隔月で掲載いたします。次回8月号をお楽しみに！

★読者プレゼントご応募方法

住所、氏名、年齢、電話番号、希望品名、ご意見・ご要望などをお書き添えの上、「NPO法人まち・すまいづくり、うえまち編集局」までお申し込みください。プレゼント品の発送をもちまして当選の発表にかえさせていただきます。

四天王寺 ろうそく1万本の火に照らされて 盂蘭盆会万灯供養法要（うらばんえまんとうくようほうよう）

授かる特別な日とされています。同寺では六時堂に開祖聖徳太子の御本地仏、救世観音（秘仏・試の観音）をまつり祈りをささげます。

▽四天王寺 天王寺区
四天王寺 1-11-18、
電話 06・6771・0066



高津宮の本殿、周囲の公園は緑も多く市民の憩いの場となっています

7月17・18の両日、高津宮で大祭（夏祭り）が開催されます。高津宮で最も荘厳かつにぎやかな祭りです。古来、夏といえば風水害や疫病、害虫など不安の多い季節でした。これらの災厄は俗に、悪霊や疫神の仕業と考えられていました。夏祭りには、これらの悪霊を鎮め、災害の除去を願う気持ちで託されてきました。夏祭り当日は古伝に基づき、神饌（しんせん）天の神様と地の神様への供物として境内に自生する「ごさいば」（アカ

高津宮 夏の風物詩・高津宮の夏祭り かち割りで暑気払い

メカシワ」と「氷室（氷を供えます。参拝者には暑気払いのかち割りが無料配られます。子どもみこしの宮入りと絵馬殿で行われるだんじり囃子（はやし）に合わせた龍おどりは両日共に見ることができ、17日には高津の富亭修復記念として落語寄席もあります。特設会場では17日に雅楽奉納が、18日には奉納演芸として河内音頭などが催されます。

匠の技術で洗濯・・・Dr. 米田の

プロが教える衣類のお手入れ

梅雨が明けて暑さも本格的になり、いよいよ夏の始まりです。気温が上がるにつれて出番の多くなるのがTシャツや綿製品。品物を選ぶときに気を付けるべき点があるそうです。Dr.（ドクター）米田にお伺いしました。お店には色とりどりのおしゃれなTシャツがたくさん並んでいますが、中にはちよつと気を付けないといけないものもあります。例えば、綿製品で淡色の生地には鮮やかな赤や青のプリントがあるもの。淡色の生地には濃い色が染み出し、色褪せすることがあります。また、以前は洗っても色落ちしなかったものでも、急に色落ちすることがあります。これは紫外線や汗などの影響で染料が分解してしまったことによるものです。最近では、水にぬらすと縮んだり、色が変わったりなどの理由で水洗い禁止の表示が付いたものもあり注意が必要です。雨や汗にぬれる機会の多いものなのに、家庭で水洗いできないシャツなどが夏用の衣類として適当でしょうか。汗を多く吸ったTシャツやサマーセーターなどはドライクリーニングではなく、水洗いしなければ清潔さを保てません。衣料品を買うときは必ず洗濯表示を見てください。Tシャツを洗濯すると首の部分が伸びてしまうという方は、Tシャツをネットに入れて洗えば首や袖の部分の伸びを抑えることができます。少し気を付けるだけで、大事な衣料品を長く愛用することができますよ。見た目で選ぶことも多い衣料品ですが、品物選びから気を付けて正しくお手入れをすることで長く着用したいもの

夏用衣料の失敗しない選び方



“ヘレンさんの” お料理レシピ

大根と貝柱の中華煮物 （6人分）

〈材料〉
大根（中程度の太さ）……1本
干し貝柱（碎片）……40—50g
小松菜……1わ
貝柱の戻し汁……300cc
ガラスープ……小さじ1・200cc
水……500cc / しょうゆ……30cc
オイスターソース……小さじ1強
片栗粉……適量
酒……少々
塩・油（小松菜ゆで用）……適量



岩崎ヘレン先生



- 〈作り方〉
- ①貝柱はゆっくりと水に入れて戻して十分にだしをとる。大根は2cm厚さ程度の輪切り。
 - ②鍋に分量の戻し汁・ガラスープ・水・しょうゆ・酒を入れ、沸騰したら大根を加えて弱火で大根が柔らかくなるまでじっくりと煮る。
 - ③小松菜は塩と油の入った湯でゆで上げ、食べやすいように切り分ける。
 - ④大根にはしがすつと通る程度に煮えたら、鍋から煮汁を200ccほど取り出してオイスターソースと片栗粉を加えてあんを作る。
 - ⑤器に小松菜を敷き大根と貝柱を盛り付け、あんをとりりと回しかければ完成。



夕陽丘の四季

『夕陽丘の四季』 阪田収写真集 うえまちの風景をあざやかに（東方出版）

上町台地の美しい表情をとらえた写真集『夕陽丘の四季』阪田収写真集が東方出版から発売されました。大阪の高台、上町台地の夕陽丘・寺町付近を散策しつつ、四季のうつろいや季節の行事を思いに美しい夕日をとらえた表紙に始まり、上町台地の高台から見るまちの風景、寺社と花木、そこに集まる人々、天王寺七坂。上町台地は大阪市内でも緑が多く残ることから文化と自然の調和が美しく、このまちの魅力あふれる写真を収めています。

手づくり御馳走家 和み 谷町九丁目店 オープン記念

「うえまち」ご持参の方

料理全品 30%OFF

有効期限：平成17年8月末日迄（金・土・祝・祝前日は20%OFF）

和み名物料理例（約120種）
ももち豆腐揚げ出し ¥399 → ¥279
ごぼうのかりかりサラダ ¥609 → ¥426
生まぐろほっぺのたたき ¥609 → ¥426
割引最高限度額は¥5,000まで
コース料理は除く
クレジットカード利用不可
（いずれも3割引後の税込み価格）

「うえまち」限定プラン ¥3,980 -
飲み放題付大皿宴会
（金・祝前日は利用不可）
または ¥4,480 -
ポッキリ価格
▼¥4,480プラン
付だし／造り盛り合わせ（5種盛り）／一品大皿盛り合わせ／揚げ物盛り合わせ
おすすめ料理の一品／季節の一品／寿司盛り合わせ／デザート



谷町九丁目店 TEL: 06-4304-7575
大阪市中央区谷町9-2-29北平谷町ビル2F
上本町本店 TEL: 06-6776-7553
大阪市天王寺区上本町6-6-26上六光陽ビルB1F
営業時間 17:00～23:30（ラストオーダー22:40） 無休



●SHOP99	上本町6丁目	千日前通り
●谷町九丁目店 （北平谷町ビル2F）	●近鉄百貨店	●都ホテル
谷町9丁目	●近鉄劇場	
上本町7丁目北	●りそな銀行	
	●ローソン	●上本町本店

上町台地からまちを考える会

地域を豊かにする学びのデザイン

上町台地からまちを考える会（秋田光彦代表理事＝大蓮寺住職・應典院主幹）は6月19日、同会の設立2周年記念イベント「地域を豊かにする学びのデザイン」―持続可能性教育を拓く地域間連携と地域内協働―を天王寺区下寺町の應典院本堂ホールで開催しました。

創立2周年記念イベント

スペシャル」を展開。「伝統野菜を用いた初等教育の実践」「市民ミュージアム設立の挑戦」「地域発のエコロジーと教育との融合」「学校とアーティストの協働」「多文化共生教育の展望」「教育と共育の架橋」について発表しました。

都心回帰の進展という住環境の変化の中、地域と教育の在り方が問われ続けています。学校教育の枠を超えた地域教育・社会教育の必要性が叫ばれ、その素材として用い

ることを目的に、地域資源への着目が地域内で多方面からなされています。「総合的学習の時間」を中心に子どもたちの暮らしと学びの連続性を導き、問題を把握し解決に取り組むプロセスを身に付けていく実践があります。

上町台地からまちを考える会は、活動の成果を基に、持続可能性教育という概念を地域内での課題に実現できるかという課題に向き合っており、その必然性や必要性を見つけていきます。



第1部リレートークの様子、左から2人目が秋田代表理事（上）。第2部トークセッション、左は山口洋典事務局長（下）

「上町台地からまちを考える会」とは

上町台地における実践者たちのネットワーク組織。2003年5月発足。資源力、コミュニケーション力、市民力の3つの力を育成しながら、都心で暮らす「つながりのデザイン」を提案。昨年玉造の商業・文化複合施設「結」内に事務所を構え、地域に根差した実践家の数珠つなぎから学び合うトークサロンや寺町付近を

対象とした「上町台地もやま話シリーズ」を実施しました。

3つの力を育成するには、地域資源の緊密な連携の有り様を模索し、具体的な事業を推進することが必要です。国連による「持続可能な教育の10年」の最初の年である今年には「持続可能性教育」をテーマに活動に取り組みます。

6月11日、映画「カーテンコール」の大阪応援団の結成式と試写会が應典院で行われました。同映画の原案は浄土宗大蓮寺の住職で、應典院主幹の秋田光彦氏。監督の佐々部清氏と秋田氏は大学時代の青春を映画にかけた仲間で、今回は夢の組み合わせとなりました。

映画は昭和30年から40年代に下関の映画館で幕あいた芸人として働いていた男の人生と、彼に関心を抱いたライターが、彼の人生をたどるうちに浮かび上がる家族模様を、日本映画全盛時代のヒットソング「いつでも夢を」の歌声に乗せてつづります。今秋全国公開予定。

地震の豆知識④
津波への対策

日本列島の沖合などで発生する海溝型地震の場合、津波が発生することがあります。

海底で大きな地震が起きると、海底の地殻変動により海水が持ち上げられたり引き下げられたりして、海水が動くことにより津波が発生します。

津波は、陸地に近づくにつれ速度は遅くなりますが、波の高さは高くなります。また海岸線の地形の状況により、さらに波が高くなることもあります。

東南海・南海地震津波対策検討委員会によると、東南海・南海地震が発生した場合、地震発生後約2時間で、2m程度の高さ（最大で2.9m）の津波が大阪湾に面した大阪市内の海岸線や河川に到達します。

大阪市はこれまでに、台風による高潮被害から街を守るため、満潮時

大阪市危機管理室より

の海水面から4m程度の高さで、湾岸部や河川に防潮堤や水門などを整備してきました。

つまり、東南海・南海地震による津波が大阪市内に到達する2時間以内に防潮扉（防潮堤に設けられた開口部の鉄扉）や水門を閉鎖することにより、津波による浸水被害はほとんどないものと想定しています。

そのため、大阪市は市職員および水防団や民間企業との連携により、津波が到達するまでの2時間以内に市が管理する防潮扉などを閉鎖する体制をとっています。

気象庁では、震度3以上の地震が発生すると、3～5分以内に津波に関する情報を発表します。津波警報や津波注意報が発表されたら、海岸や河川には近づかないようにしましょう。

（お）

災害に強いまちをつくらう

今ある窓にもう1つ窓をプラス
くらしの豆知識②

NPO法人まち・すまいづくりの
リフォームアドバイス

住まいの気になる悩みはありませんか？ 冬場、部屋の中がとても寒かったり、逆に夏は暑くてたまらなかったり。空調にかかる高熱費も安いものではありません。道路沿いのマンションに住んでいる人は騒音で悩まされることが多いでしょう。物騒な世の中になり、防犯面も心配ですね。

そんな悩みを一举に解決できるのが後付け樹脂製断熱サッシ「ブラマードU」（YKKAP）です。今の窓に取り付けるだけで2重窓になり、断熱・防露効果、防音・遮音効果、防犯効果の3つの高い効果を得られます。

窓は熱の出入り口です。「ブラマードU」は優れた断熱性と気密性を持っていますので、取り付けるだけで冷暖房費を削減できます。たとえば暖房の灯油使用量がひと冬で3分の1

になり、結露も減って住まいも長持ちします。

窓は音の出入り口でもあります。リフォーム後は、うるさい街の騒音を日常生活で望ましい静かな公園並みのレベルに保ち、室内からの音漏れを防ぎます。

泥棒被害の約7割が窓からの侵入によるものです。2重窓にすることで泥棒に侵入をためらわせ、てこずらせ、あきらめさせる効果を持たせます。たたいても割れ難い防犯タイプ合わせガラスや暗証番号を押さないと開かないボタン錠付きクレセントを取り付ければさらに安心。

施工時間は1窓当たり約1時間。手軽に窓のリフォームができます。

本記事に関するお問い合わせは
NPO法人まち・すまいづくりまで

快適な住まいをつくらう



1

大人気のお風呂にシャワー・洗い場を増設

2

駐輪場を拡大

3

身体にやさしい宝石シャワーを設置

4

プールサイドやプールへの階段、ロッカーの床にすべり止め

リニューアルオープン

うえまち読者の方は7/25(月)まで
入会金 0円 「うえまち」を見たフロントにお伝え下さい。
見学はいつでもOK！ 会員料金はTELにてお問い合わせ下さい。

夏休み短期水泳教室生募集集中！

天然温泉のある
フィットネスクラブ

**TAC タック桃山**
www.tac-momoyama.com

**0120-26-0454**
〒543-0027天王寺区筆ヶ崎町2-33 (火曜休館日)

数霊の計算方法

①生まれ年を西暦に直します。
(1月生まれの方は西暦から1を引いてください)
②西暦の4けたの数字を足し算し、合計数を再び足し算します。
③1けたの数字(数霊)にします。
例:1957年生まれの人
1+9+5+7=22、さらに2+2=4
(10になった場合、1+0=1)



珠理亜 今月の星占い



占いの城 ピカレスク
http://www.pikaresuku.com
電話06・6991・1146

数霊1 希望的で明るく、物事が急発展する運気の開く月。軽率な言葉と慌てないことが大切。言葉の配慮を。

数霊2 忍耐と努力・奉仕の月。勤勉で誠意ある行動で来月芽が出ます。怠慢していると芽が腐敗してしまいます。

数霊3 考えは深く、行動は消極的にする月です。気が焦っても現状を維持し、休養してください。エネルギーを蓄える時。

数霊4 半年間の結果が現象化する月。実績の良かった人は良い事が、悪かった人は…。さてあなたは？ 良い結果が表れますように。

数霊5 身の回りに変化の風が吹きますが、衰運なので今は動かないで。特に転職、引っ越しは禁物。次々変わることで不幸な結果に。

数霊6 レジャーや恋愛が楽しい月なので、浪費と心のすき間に注意して楽しんで！

数霊7 強運。活動力・実績が社会や上司に認められるチャンス。実行力で頑張れば良い結果に。金運も良いので貯金を。

数霊8 冷静に半年間を反省する小休止の月。進みっぱなしや広げっぱなしは障害あり。強運の時期に備え、魂を休めましょう。

数霊9 引き続き盛運。遠方へ行くとか人間関係の付き合いも公私ともども出入りが激しく、金銭の出入りも激しい。縁談、取引OK！

あなたはギターを諦めるのですか！
小野ギター研究所

何度も手にしては、何度も投げ出し、それでも諦め切れずに手元にあるギター。誰もが一度は手にして、なかなかマスター出来ないギター。実は「目からウロコ」の取っておきのやり方があったのです。興味のある方は、今すぐ下記まで電話、またはFAXで資料請求して下さい。ご請求頂いた方の中から抽選で5名様に小野剛蔵のCD「ギターで綴る日本の叙情歌」を呈します。

資料請求
お問い合わせ
☎&FAX 06-6770-7025
☎543-0071 大阪市天王寺区生玉町12-1-201

24時間留守電対応しています。
お気軽に、どうぞ。





花と心の ふれあい

涼しさを取り入れる工夫

暑い季節になりました。今年は冷夏だという予想ですが、作物のことを考えると夏は暑く、冬は寒いのが良いのでしょうか。

小さいころの夏休みを思い出してみれば、いろんな工夫をして涼を取っていたのが懐かしいですね。打ち水、よしずをくぐり抜けてくる風、風鈴の音、表の戸も裏の窓も開け放し、明かりを消してうちわ片手の昼寝。夕食後は表に出した床几（しょうぎ）に座り、近所のおっちゃん、おばちゃんという話したものでした。時間がもっとゆっくりと流れていたんですね。

便利さを追い求めたせいで、なくしたものがすごく多いなと最近

の事件を見るたびに思います。

花の命が短いと思われがちな夏ですが、涼しげなガラスの花器に青や白の花を生けるとか、さわやかなグリーン（葉っぱもの）ばかりのアレンジメントなどで目から涼を取るのも良いんじゃないでしょうか。こまめに水を替えてあげたり、少しでも涼しい所に置いてあげたりといった心配りをしてあげると、花もこたえてくれるでしょう。花からあふれ出るエネルギーをもらって夏を楽しみましょう。

▼花の店 Windmolen
(ウインドモレン)

大阪市天王寺区味原町16-13

電話 06・6772・4616

<http://www.windmolen.jp>



都ホテル大阪1階のロビー

都ホテル大阪には、快
適なホテルライフが楽し
度「レディースクラブ」

「音楽が心に響くとき」セミナー レディースクラブ入会のチャンス

同セミナーにホテル会
員（レディースクラブ・
ヘルスクラブ）を無料招
待。一般参加は受講費2
000円（税込み）が必
要となるため、この機会
にレディースクラブに入
会してみたいかがでし
ょうか。

入会金は不要、年会費
5000円（税込み）で、
宿泊料金が30%オフ、
イー&ケーキ券5枚（6
000円相当）プレゼント、
レストランでの料理
と飲み物が10%オフ、
会員の都ヘルスクラブ内
室プールが特別料金で
利用可能、ブライダル料
金の割引、宿泊・レスト
ランのモニター参加など
豊富な特典が魅力です。
18歳以上の女性なら誰
でも入会可能。お申し込
みはホテル2階フロント
まで。

▽お問い合わせは都ホ
テル大阪営業企画（天王
寺区上本町6-1-155、
電話06・6773・6
047）まで。
<http://www.miyakohotel.co.jp/osaka/>

「レディースクラブ」
では、年間を通じてさま
ざまな講座を開催してい
ます。ホテル開業20周年
を記念して「セレブな一
煌き（ひととき）」セミ
ナーを開催。7月30日開
催のセミナーは、話を聞
くだけで幸せになれる「音
楽が心に響くとき」。音
楽療法士の高本恭子さん
を講師に招き、音楽によ
って精神や身体を元気に
させる「音楽療法」につ
いて詳しく解説、音楽が
与える不思議な力が体感
できます。

ようか。
入会金は不要、年会費
5000円（税込み）で、
宿泊料金が30%オフ、
イー&ケーキ券5枚（6
000円相当）プレゼント、
レストランでの料理
と飲み物が10%オフ、
会員の都ヘルスクラブ内
室プールが特別料金で
利用可能、ブライダル料
金の割引、宿泊・レスト
ランのモニター参加など
豊富な特典が魅力です。
18歳以上の女性なら誰
でも入会可能。お申し込
みはホテル2階フロント
まで。



ホテルアウィーナ大阪

ホテルアウィーナ大阪 サンバ・ものまね・マジック 食べて遊んで夏まつり

7月30日、ホテルア
ウィーナ大阪で「アウィー
ナの夏まつり2005」
が開催されます。
4階金剛の間「お祭り
ヨー、マジックショー、
お楽しみ抽選
会など、盛り
だくさんの内
容です。会場
には金魚すく
いやヨーヨー
釣り、ホテル
シェフによる
屋台などが並
びお祭り気分
を盛り上げま

す。7月1日からフロ
ントでチケットを発売中。
館内にあるグリル「コ
ックドール」では、サマ
ーフェスタを開催。バイ
キング料理で飲み放題が
付く同プランは7月16
20日と8月5・9日の期
間限定、予約制となつて
います。

アウィーナ大阪へは近
鉄上本町駅から徒歩3分、
地下鉄谷町9丁目駅から
8分。玄関前が大阪市営
バス（赤バス）天王寺ル
ープ「石ヶ辻町南」バス
停なので、天王寺からの
アクセスには赤バスが便
利です。

▽アウィーナ大阪 天
王寺区石ヶ辻町19-1
2、電話06・6772・
1441



新しくオープンした谷町9丁目店

手づくり御馳走家「和 み」 谷町9丁目店オープン記念 特別割引キャンペーン実施中

手づくり御馳走家和み
（なごみ）は旬の新鮮な
食材を生かした本格割烹
（かつぱう）の味を、居
酒屋のように手ごろな値
段で楽しめるお店です。
有名割烹で調理指導を
していた店長が、手づく
りの味にこだわってオー
プンした同店。料理はも
ちろん、心地良い空間の
中で食事のひとときを楽
しく過ごせると好評です。
他店ではなかなか味わ
うことのできない穴子の
造りや、まぐろのほほ肉

のたたきなど自慢の手づ
くり料理は約120種類、
季節限定メニューも多数
あるそうです。店長のオ
ススメ料理は、もし口に
合わないければ返品に応じ
るという自信の逸品です。
昨年5月に上本町本店
を、今年6月には谷町9
丁目店もオープンし、ま
すます便利になりました。
▽和み上本町本店 天
王寺区上本町6-1-2
6、上六光陽ビル地下1
階、電話06・6776・
7553、谷町9丁目店
中央区谷町9丁目2
29、北平谷町ビル2階、
電話06・4304・7
575

★うえまち読者の皆さ
まに特別割引と特別プ
ランをご用意いただきま
した。詳しくは別掲の広告
をご覧ください。

上本町に感動の 岩盤浴 誕生

全ての女性の（美容＋健康＋健やかなる精神）のために



写真撮影：松野 幸一

森海浴 ハニースウェット

ハニースウェットコース

- 森海浴ハニースウェット
- 小顔リンパセラピー
- ハーブ・コラーゲンパック

（70分）¥4,800



グレイス・リー式
サロンメニュー

- Sweet body 整体
- 子宮・卵巣セラピー
- 腸セラピー
- リンパドレナージュ
- ヒーリングアロマ
- 骨盤調整

夏期特別企画

Sweet body
1ヶ月ダイエットコース
オリエンタルハーブを飲んで
ハニースウェットに入って
グレイスリー式
リンパドレナージュをうけて
1ヶ月で5kg以上減量!!
この夏 Sweet body をゲット!!

本広告をご持参の方に限り
ハニースウェットコースを
初回¥3,800で体験できます

天王寺区上本町8-4-11 KIMURAビル4F

TEL 06-6774-5770

<http://www.sweet-body.com>

おかげさまで、この地域で52年目

ライフスタイルに合わせて丸善舎各店をご利用ください。

本 店 / 天王寺区大道1丁目2-27

TEL6771-6646

寺田町店 / 天王寺区大道4丁目1-10

TEL6772-4535

北 店 / 天王寺区上本町6丁目4-5

TEL6771-7731

生 野 店 / 生野区生野西4丁目22-18

TEL6712-8064

上本町店 / 天王寺区上本町3丁目2-14

TEL6761-3788

国分町店 / 天王寺区国分町3-17

TEL6771-6266



匠の技術
クリーニングの



株式会社 丸善舎 <http://www.maruzensya.ne.jp>

本社 大阪市天王寺区大道1-2-27 TEL 06-6771-6646

国家資格クリーニング師5名（2005年3月現在）

お近くの丸善舎各店をご利用いただけます
オーダーコース無料
1点お試し券
新規ご入会の方のみ
（本類の制限あり）