

辻外科リハビリテーション病院グループ
医療法人 歓喜会
歓喜会は地域に密着した医療・介護を目指します
E-mail honbu@kankikai.com
URL http://www.kankikai.com/
通所介護事業所
デイサービスれいぼう太陽丘
土曜日も営業始めました!
ご利用者様の「明るい声と笑顔」が広がる温かい施設です。
TEL:06-6775-4550

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：毎月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
うえまち編集局 メールアドレス uemachi@machi-sumai.com
ホームページ http://www.machi-sumai.com/uemachi/



Monthly
UEMACHI

2009
November
11
No.55
10月20日(毎月20日)発行



学園坂と大阪夕陽丘学園

上町台地が教育のまちであることは皆さんもご周知の通り。有名幼稚園に始まり、学校では伝統ある小・中学校、進学高校、さらに有名私立が名を連ねています。また、塾や幼児教室、英会話などの民間スクールも数多くあります。五十の手習いではありませんが、高齢者向けのパソコン教室やダンス教室など年齢を問わず幅広い学びのジャンル・機会が提供されています。

天王寺区民センターのすぐ南、江戸時代の名医北山寿安の墓と十三仏信仰を締めくく「虚空蔵菩薩(こくうざうぼさつ)」を祭る大平寺の横にこの坂はあります。その名は坂の北側に大阪女子学園(現在は大阪夕陽丘学園に改称)があることにちなみます。この坂道は昭和12年(1937年)に都市計画道路として新設されたもので、上町台地の坂としては珍しく当初から車の通行を目的に造られた坂といえます。

織田信長の時代、現在の大阪城二の丸の地辺りから南への一帯には生國魂神社と大坂本願寺が東を正面として並ぶように立っていました。この



学園坂

寄稿 仲田 昌宏(上町台地歴史講座) 監修 大澤 研一(大阪歴史博物館)

うえまち漫遊

坂めぐりの巻(其の七)

「坂」シリーズで「学園坂」を取り上げ、うえまちインタビューでは坂の名前の由来となった大阪夕陽丘学園理事長田中英俊氏に登場いただきました。

向学心満たす上町台地

少し肌寒く感じる季節となりましたが、教育のまち上町台地では心をホットに、風邪に負けない向学心で立ち向かいましょう。

(まち・すまいづくり)

大坂夏の陣の記憶(六)

―天王寺口の戦い―

一心寺長老 高口恭行師

大坂夏の陣は城方5万5000、関東方15万5000、つまり多勢に無勢の戦いで戦われました。5月7日天王寺口の決戦当日、関東方の勝利は目に見えており、しかし恩賞のめどはなく、関東方が死に物狂いで戦うメリットが実になかったといえるのです。そのような気のない部隊を奮起させるために家康は罵倒(ばとう)ともいえる恫喝(どっか)を行っておりました。先の本多忠朝は持ち場に不平を漏らしたことで「バカ呼ばわり」され死に物狂いにならなければ名誉回復できない窮地に追い込まれ、結果、英雄的な戦死を遂げたのであります。

越前松平忠直も恫喝された一人です。前日6日、八尾・若江戦での働きが悪いと非難された結果、「昼寝でもしていたのか」と罵倒され、死に物狂いの名誉回復を強要されたといえましょう。

戦いの現場として、あるいは平和な時代の参詣の場として、学園坂の歴史のひとときを思い浮かべるひとときを持つのもよいでしょう。

引越

夢の新生活へ

ZERO1引越センター

関東から大阪初上陸!!

ネット接続 安心価格 迅速対応

お見積 無料!!

お気軽にお問い合わせください!! 0120-13-5501

聖なる夜にスターからの贈り物

12/18金 財津 和夫
お1人様 ¥33,000
[I部] 5:30p.m. ~ [II部] 8:20p.m. ~

12/19土 工藤 静香
お1人様 ¥33,000
[I部] 4:30p.m. ~ [II部] 7:30p.m. ~

12/20日 コロケ
お1人様 ¥32,000
[I部] 4:30p.m. ~ [II部] 7:30p.m. ~

12/22火 杏 里
ANRI It's Christmas
~QUIET STORM 2009 HOLY NITE!!~
お1人様 ¥33,000
8:00p.m. ~

Sheraton StarLight Xmas 2009

シェラトン スターライトクリスマス ディナーショー

会場/4F 浪速の間

※いずれも料金には、ショー、お料理、フリードリンク、税金・サービス料が含まれております。※会場内は全席禁煙とさせていただきます。
※ご入場は、12月18日(金)・19日(土)・22日(火)は中学生以上、20日(日)は小学生以上とさせていただきます。

◎チケットのお求め・お問合せは シェラトン都ホテル大阪チケットカウンター TEL.06-6773-8156
※チケットぴあ、ローソンチケット、イープラスでもお求めになれます。

シェラトン都ホテル大阪

近鉄 大阪上本町駅直結・地下鉄 谷町九丁目駅より徒歩約5分 www.miyakohotels.ne.jp/osaka/
駐車場900台(駐車サービスもご用意。)*当ホテルでは、お帰りにお車を運転されるお客様への酒類の提供をお断りしております。

Sheraton Miyako
HOTEL OSAKA

うえまちインタビュー

大阪夕陽丘学園
理事長・学園長 田中 英俊 氏

上町台地で活躍している企業や人を訪ねる、うえまちインタビュー。今月は大阪夕陽丘学園（旧大阪女子学園）理事長・学園長田中英俊氏です。創立70周年を迎え、同学園の運営と将来に向けた教育の課題に取り組み、改革を進める田中理事長。さらに上町台地のまちづくりにとも参画。同学園と地域との連携について話を聞きました。

大阪夕陽丘学園は高校が男女共学になって5年目。特別進学コースは年々実績を高めてきましたし、音楽・美術コースも充実し、留学も単位と認める英語国際コースも魅力を増しています。また、大阪女子学園の伝統を引き継ぐ総合進学コースの女生徒は自分の人生を豊かなものとするために、スポーツなどクラブ活動も含め充実した日々を送っています。

当学園は70年前に千葉県出身で大丸の2代目社長だった里見純吉先生が「愛と真実」の理念を持って創立したものです。前任の理事長も千葉

日曜学校のエンターテインメント…和太鼓

一心寺倶楽部 事務局長 平田 秀瑞 師

「エンターテインメントと説教」、心温まる法話とさまざまな芸能を楽しむ一心寺日曜学校。ユニークな現代の寺子屋としてますます好評を博しています。お話を伺うと、ながらエンターテインメントも人気があります。「実は、これが楽しみです！」と通ってくる生徒さんも少なくないようです。

今回は神奈川馬匠（かながわばししょう）さんの和太鼓演奏。馬匠さんは大阪市出身で、プロの和太鼓チームのメ



日曜学校で和太鼓を演奏

UEMACHI Interview

「地域総合科学科」を新設
地域の「知の拠点」を目指す

学経営が厳しい時代を迎えるにあたり、高校の共学化を行いました。短大も改革の検討が行われ、その結果、改組転換により本年度から「食物栄養学科」と、新たに製菓コース、福祉健康コースを加えた地域総合科学科としての「キャリア創造学科」を設置しました。米国では地域の意欲のある人に学校を学びの場



大阪夕陽丘学園
理事長・学園長 田中 英俊 氏

の1つとして地域の「知の拠点」づくりが求められています。地域のニーズをどう考え、学びの場として対応していくために、栄養士・家政・ファッションデザイン・ホームヘルパーなど、資格取得と技術を学べるコースも設けました。パティシエコースでは私も講義を受け持ちます。地域に開放され、学生が自分の学びたい科目を自分で組み立て、キャリア形成に向け努力する。その一人ひとりに手の届く教育ができることが理想ですね。

地域との連携ですが、地域の愛染まつりや七夕の夕べにファッションデザイン学科の

保護者向けの料理教室を開催したりしています。これからは地域の文化の研究やスポーツイベントに参加するなど、より交流の場を増やしていきたいと考えています。

そういう意味で、この上町台地は素晴らしい恵まれた地域であるといえます。交通アクセスが良いこと、歴史文化が豊富なことなど、地域社会がより豊かな基礎がしっかりとれていると思います。当学園がこの地にある意義を考え、役割を果たしていくことが重要です。

私自身、地域の活性化にかかわってきた者として、まちづくりの地域活動にも出席させていきたいと思います。大変努力されている方もおられるのですが、「1歩でも半歩で



■大阪夕陽丘学園
（大阪夕陽丘学園短期大学・大阪夕陽丘学園高等学校）
天王寺区生玉町7-72、電話06-6771-33616

ティ」を掲げて「お嬢さん校」のイメージを築いてきましたが、少子高齢化の下、私

生徒が自分で作った浴衣で参加したり、大江小学校と連携して小学生向けの公開講座や

も踏み出せば、地域がより良くなるのではないかと考える人たちがもっと増えれば、とても大きな力が生まれてくるはずです。

「地域の教育力」も重要で、ふれあいまつりや朝市のように、子どもたちが地域の大人たちと交流する機会を多く持ち、あいさつなど明るく言葉を交わせる関係が築かれ、個人のネットワークが広がり、支援し合えるようになったら素晴らしいコミュニティになるでしょう。

行い、2006年8月、マカオ「Yokoso Japan」イベントにて演奏。2007年11月正倉院の復元楽器で演奏活動するグループ「天平楽府」のゲストメンバーとして文化庁主催の文化フォーラム「平和と文化」オープニングコンサートに出演（秋篠宮さまがご来場）など数々の実績があります。

大太鼓1つ、ばち2本。単純な音色、メロディーもない、ただただリズムを刻むだけの太鼓演奏…のはずでしたが、ばちがたたき出すパラエティー豊かなリズム、体を震撼（しんかん）させるような強弱の響き。まるで森の静寂・鳥の声・樹々を揺る風

な気がしました。生徒さんもこのような感想を寄せています。「1つの和太鼓、1人の人間が演奏しているように思えて、まるでオーケストラのように聞こえてきて、また聞いてみたいと思った」

「常々、太鼓の音は人間の本能に何か訴えるものがある」と思っていました。素晴らしい躍動感が力強く響きまわらされた！

和太鼓体験学習のコーナーもありました。生徒さんが7-8名、会場からステージに上がって太鼓を体験。トン・トト、トン・トト、トン・トト。恐る恐るたたいてみますが、右手と左手がトンチンカン、なかなかうまくいきませ

第8回 うえまちコンサート

2010年1月17日(日) 開催決定！

場所: 山本能楽堂(谷町四丁目)

※詳細は次号をご覧ください。

主催 NPO法人まち・すまいづくり「うえまちコンサート運営委員会」

協力 山本能楽堂/日本テレマン協会

一心寺 呼吸のヨーガ教室

一心寺 すすめ

洗心館道場で「一心寺ヨーガ練成会」を開催しています。ヨーガ(瞑想、禅定)を通じて日々洗心し、仏性の回復と心身の健康維持を目指します。簡単な瞑想と呼吸があなたに「癒しと健康」をもたらしてくれるでしょう。年齢に関係なくどなたでも気軽に始められます。

講師はNHKテレビのヨーガ教室でおなじみの「日本ヨーガ光麗会」の番場裕之先生とスタッフ。初めての方も丁寧に指導していただけます。

- 実施日＝毎月第2・4土曜日、午後1時30分から3時30分
- 会場＝一心寺洗心館道場
- 参加費＝1回 1,500円（当日受付。初回はテキスト代880円が必要です）
- 定員＝50人

スポーツに適した服装、タオルをご持参ください(更衣室有り)。

問い合わせ 一心寺三千佛堂・一心寺倶楽部
参加ご希望の方は 電話 06-6774-2500 まで (受け付け午前9時—午後5時)

丸善舎 秋の衣替え・冬物準備

割引セール 実施中!!

節約クリーニング 応援します!

ドライ

クレジットカード

VISA MasterCard JCB

丸善舎全店で利用可能になりました

入会金無料

新規会員様限定10月
ドライコース
クリーニング
1回限り何点でもOK!(ワイシャツ・寝具・特殊品除外)

20%OFF

新規会員様限定11月
ドライコース
クリーニング
1回限り何点でもOK!(ワイシャツ・寝具・特殊品除外)

20%OFF

新規会員様限定
12月12日まで
ドライコース
クリーニング
1回限り何点でもOK!(ワイシャツ・寝具・特殊品除外)

20%OFF

リフォーム券

すそ上げ 新規会員様限定
12月12日まで

250円引き

シングル ¥800～ (通常1,050円～)

本店 TEL.6771-6646 寺田町店 TEL.6772-4535
北店 TEL.6771-7731 生野店 TEL.6712-8064
上本町店 TEL.6761-3788 国分町店 TEL.6771-6266

豊かなライフスタイルを提案する ニューコンセプト歯科ってなあに？ ②②

入れ歯のフランクコントロールされていま
お話し。今回は「入れ歯のお手入れについて」
がテーマ。入れ歯になった人、歯を磨
かなくていいから、全部抜いて入れ歯に
すればいいのでは？」などの声を、診療室
で聞くことがあります。もちろん、自分の歯に勝
ることはありません。1本でも多くの歯を守るこ
とが大切です。そして、残念ながら入れ歯になっ
てしまっても、歯磨きをする必要があります。一生
磨き続ける必要があります。入れ歯でも同じです。
入れ歯にもさまざまな微生物が棲息します。
入れ歯の表面がヌルヌルしているのは、入れ歯
のフランク、すなわち「微生物バイオフィルム」が
原因です。微生物バイオフィルムからは、むし歯・
歯周病の原因菌、肺炎を惹き起こす菌、消化管感染
菌など非常に多くの病原微生物が検出されると言わ
れています。
では、入れ歯の歯磨きとはどのようにすればよいの
でしょうか？小学校などで歯の磨き方の指導はあり
ましたが、入れ歯の磨き方はご存じない方が多いで
しょう。入れ歯のフランクコントロールは、化学的
洗浄と機械的洗浄の2つの方法で行います。少なく
とも、1日1回は洗浄することをお勧めします。
・化学的洗浄 テレビのCMでもおなじみの入れ歯
洗浄剤を使います。次亜塩素酸・過酸化水素・酵素
があります。薬局や歯科医院で購入できます。当院
では、安全性の高い酵素系の商品販売しています。
通常の歯磨き粉では、研磨剤が入る歯に傷をつけたり
、磨耗させる原因になります。
・機械的洗浄 入れ歯洗浄剤が粘膜に炎症を惹き起
こすことがあります。化学的洗浄後、入れ歯専用フ
ラッシュを使って十分に洗浄します。入れ歯専用フラ
ッシュも、歯科医院で購入できます。通常の歯ブラシより
入れ歯が磨きやすいように工夫されています。
今まで、通常の歯ブラシで入れ歯を磨いておられた
方、入れ歯を装着したまま歯を磨いておられた方は
おられますか？正しく入れ歯を手入れして、快適
に長く使ってくださいと思います。入れ歯の方も、自
分の歯の方も、フランクコントロールを見直して
みて下さい。

上本町ヒルズ歯科クリニック 院長 永井美也子
岡山大学歯学部卒。マタニティ歯科研究会代表。
地域・幼稚園・企業と連携し、セミナー・執筆も行う。
天王寺区筆ヶ崎町5-52ウエルライフ上本町201 大阪赤十字病院西隣

TEL. 06-6774-4182
www.uehonmachi-hills.jp

ヒザ痛・腰痛・足のトラブル
足元を直せば変わります！

中敷きと歩きやすいの専門店 異邦人

足・腰の痛みを訴えて来店する人のほとんどは、特
に中高年世代が安心して履ける靴選びと足のトラ
ブルの相談に乗っています。
足・腰の痛みを訴えて来店する人のほとんどは、特
に中高年世代が安心して履ける靴選びと足のトラ
ブルの相談に乗っています。
足・腰の痛みを訴えて来店する人のほとんどは、特
に中高年世代が安心して履ける靴選びと足のトラ
ブルの相談に乗っています。

4天王寺参道店=天王寺区堀越町8-17レ・フラッグビル1階
(JR・地下鉄天王寺駅徒歩3分) 電話06・6773・2492
●定休日：毎週火曜日と第1・3月曜日
●営業時間：AM10:00～PM7:00

マツオ 整骨院 寝たきりにならないために
足の筋肉を鍛えて予防

「寝たきりや認知症にならず、
幸福に人生を終えるにはどうした
らよいか」長生きしようと頑張っ
てきた人なら誰もがそう思うで
しょう。

上本町で開業して20年以上の美
績を持つマツオ整骨院では「それ
は簡単、足の筋肉を鍛えることだ
す」(松尾弘規院長と指導してい
ます。上体を床から55度起こ
し、腕を組み、両足を10cmの高さ
まで2回上げられなくなったと
き、寝たきりラインに近づいてい
るそう、筋力に不安を感じてい
る人はチェックしてみてください。

松尾院長は、NHK「転倒予防
教室」で有名な東大武蔵芳照教授
のセミナーを受け、現在もコッ
コツと治療技術の研さんを積んで
いる整復師です。日整寝たきり予
訓練指導員。風変わりな経歴の持
ち主で、早稲田大政経卒後、政治
家を目指し、あの吉田茂の大磯の

寝たきりラインをチェック
する松尾院長

心身の病気を引き起こす低血糖症を判断
5時間糖負荷検査

低血糖症とは、血糖のコン
ロールが不良になり適切な状態に
維持できない病気。血糖値は食事
を取る前後で大きく異なり、血糖
値の変動によって自律神経が刺激
され、ときどき頭痛・筋肉のこわ
ばりなどの症状だけでなく、不
安・恐れなどから時に幻聴や幻覚
などの精神的な症状を引き起こす
ことがあります。

たにまちクリニックは形成外
科・皮膚科・美容外科領域だけで
なく、栄養・サプリメント療法・
内科領域など体の内面からも美
容・健康をバックアップ。低血糖
症の判断に必要な5時間糖負荷検
査を受けることもできます。

低血糖症とは、血糖のコン
ロールが不良になり適切な状態に
維持できない病気。血糖値は食事
を取る前後で大きく異なり、血糖
値の変動によって自律神経が刺激
され、ときどき頭痛・筋肉のこわ
ばりなどの症状だけでなく、不
安・恐れなどから時に幻聴や幻覚
などの精神的な症状を引き起こす
ことがあります。

たにまちクリニックは形成外
科・皮膚科・美容外科領域だけで
なく、栄養・サプリメント療法・
内科領域など体の内面からも美
容・健康をバックアップ。低血糖
症の判断に必要な5時間糖負荷検
査を受けることもできます。

大阪小児科医会無料公開講座

大阪小児科医会では11月7日
午後2時から「安心して子育
てを楽しむために」をテーマ
にした無料公開講座を開催し
ます。26回目。場所は大阪市
立五条小学校(天王寺区小宮
町9-28)。

第1部の講演内容は、小学
校に行く心の準備について
「友達100人できるかな」

小学校生活を楽しむために
「安心して子育てを楽しむ
ために」と今注目のインフル
エンザを取り上げた「怖い？
怖くない？ 新型インフルエ
ンザと季節性インフルエンザ
」正しい知識があれば不安や
心配は無用です」。

第2部では五条幼稚園の園
児との交流や親子で楽しむワ
トミック体験も予定していま
す。

子どもを育てることは大き
な楽しみです。不安や心配
も多くあります。安心して子
育てを楽しむために専門の先
生が正しい知識を教えてください
ます。

講演会の間は一時保育を利
用できます。6カ月以上が対
象、60人限定。要予約。申し
込みは大阪小児科医会事務局
まで。

▽大阪小児科医会事務局
電話06・6761・7613

上本町ヒルズ歯科クリニック
親子で楽しく虫歯予防
歯列矯正無料相談会を毎月開催

上本町ヒルズ歯科クリニックは
予防歯科の観点から、特に子ども
の健康な歯を守る取り組みに力を
入れています。歯列矯正も予防の
一つ。「高額で抜歯が必要」とい
うイメージから、なかなか矯正を
受ける決心がつかない人のために
無料相談会を毎月開催しています
(11月24日)。

ムカムクラブには700人以上
の子どもが参加。スタンブライ
などのアイデアで、飽きずに楽し
みながら虫歯予防に取り組める環
境を整えています。妊娠中から母
親と虫歯菌に感染していない赤
ちゃんの歯を守る「ハイハイクラ
ブ」や、母親に虫歯と歯周病につ
いての正しい知識・予防法を知っ
てもらう「マザーズスクール」も実
施しています。

大人の予防サロン「ウエルカム
クラブ」では歯科衛生士によるカ
ウンセリングと口腔(こうくう)
内のケア、ブラッシング指導を行
います。ホワイトニングなどの審
美歯科やインプラントの相談にも
気軽に応じられます。

▽上本町ヒルズ歯科クリニック
天王寺区筆ヶ崎町5-52、
ウエルライフ上本町201、電話
06・6774・4182

自分の腰痛の原因を
ご存じですか？

腰痛で来院される患者さんは非常に多く、こ
れに関する情報もまたにあふれています。
こういった情報に左右されないために、専
門医の診察を受け自分の腰痛の原因や特徴を
知ることが大切になると思われま
せん。

特に高齢者の場合、痛みも
方もさまざまです。丁寧な診
察が必要になります。

① エックス線像で腰椎(よ
うつい)にさまざまな変形
が認められ、病変部の範囲
も広く診断が難しい。
② 我慢できなくなってきた
から診察を受けるケースが多
く、既に慢性化しており治療
が長引く。
③ 他の病気の合併症が多い

など若い世代の腰痛と違い
し、その原因の病変は多様で
他の病変と間違えることも
多いようです。

例えば、痛みが腰に限ら
れる代表は筋肉・靱帯(じ
わんたい)・骨などが老化で
変性した変形性腰椎症です
が、骨粗しょう症や脊椎
(せきつい)分離症、脊椎
すべり症も同様の痛みを
伴うことがあります。腰

大阪赤十字病院の
上本町側隣接
ウエルライフ上本町
クリニックプラザ内
〒543-0027
大阪市天王寺区筆ヶ崎町5-52
TEL 06-6774-1151

医療法人 曉会
+ 田辺整形外科
上本町クリニック
通所・訪問リハビリテーション併設
整形外科・リハビリテーション科・ウマチ科・外科
松崎 浩・田辺 曉人
<診療時間> 9:30~12:30 15:30~19:00
<休診日> 土曜午後・日曜・祝祭日

谷町九丁目駅
上本町駅
天王寺駅
地下鉄千日前線
近鉄奈良線
JR環状線

高血圧
肥満・糖尿病
高脂血症
成人病やメタボリック症候群
などでお悩みの方

「今からでも
遅くありません」
「私はもう年だから」と
諦めていませんか？
理想の体型を手に入れています。
自信があります。
まずはお電話下さい

体 重 54.7kg → 47.7kg 7.0kg減！
体脂肪 33.2% → 27.8% 5.4%減！

体験レポート
何事も続けられない私が「最後の挑戦」
と思い始めてみたところ、親切な先
生のおかげで楽しく続けられ、ス
トレスなくやせることができました。

● 地下鉄千日前線(鶴橋)3番出口徒歩3分
● JR・近鉄(鶴橋)徒歩5分
● 近鉄(上本町)徒歩5分

健康相談室あすなろ・上本町
小林整骨院グループ 小林式背骨矯正
受付 午前8時~12時 午後17時~20時 休診 水・土・午後
日・祝・全日

3ヶ月で身体に負担なくやせる 身長150センチ 62歳 女性

Before After Before After

〒543-0028 大阪市天王寺区小橋町14-61
TEL 06-6774-1230

Royal アイビーアカデミー

目指すは、インターや欧米のボーディングスクール(私立寄宿学校)・スピーチコンテスト・英検参加校

級別生受付開始

国際部本科
2才からの全日制
特進クラス

ハイレベル小学生
インター・プリスクール
帰国子女向け

英語科・仏語科
3才〜小学生

英オスクール International Prep School
Royal アイビーアカデミー
(有) ジャパン エデュケーション 大阪府八尾市 天王寺区上汐3-1-6イオ上本町ビル1階・2階・5階 <http://www.royalivyacademy.com>

TEL&FAX 06-4305-1190

NHK総合・フジテレビ
など取材多数!

目的レベルに合わせたコース選択

- ① 2才からのプレップスクール
- ② 小学生英検コース (3級以上)
- ③ フランス語科

★小学生上級コースでは、エッセイや
テーマリサーチの指導も行います。

ネイティブスピーカー 講師多数在籍
ハイレベル中学生英語
来春4月新開設!



ハイレベル中学生英語
来春4月新開設!

5歳〜小学生
キッズチアダンス
レッスン生募集!!

月2回 3,000円

10月よりスタート! まだまだ募集していますよ!!

★ キッズ・一般クラスとも 無料体験 随時受付中!! ★

地下鉄谷町線「四天王寺」駅より徒歩3分
〒543-0062 大阪市天王寺区四天王寺1-12-10 天王ビル2F
ご質問はお気軽に... 専用携帯: 090-8120-5888

日本チアダンス協会公認
インストラクター所属 **studio UPWARD**

ボンボンを持って音楽に
合わせてダンスします

楽しく運動能力・集中力UP
協調性・マナー・あいさつなどが
身に付くのもチアの特長です!

星澄事務所

50周年迎える岩木星澄氏主宰

創作の楽しさ広がる書道教室

星澄(せいちょう)事務所では、国立文楽劇場の近松門左衛門の作品などで有名な、来春5月に書家として50周年を迎える岩木星澄氏の下、「書は心で書く」をモットーに、幼稚園児から80歳を超える人まで幅広い年代の人が書道を楽しむ学んでいます。

ペン習字や助手資格が取れる短期専門部コース、絵手紙など多彩なクラスを開講中。初めて筆を持つ人や、書に長年親しんできた人など、一人ひとりに合わせた丁寧な指導が好評です。

11月7・21・28日に無料体験を実施。11月末まで入会金が無料になります。今なら来春開催する50周年記念の展覧会への出品に、間に合うとのこと。この機会に好きな言葉や文字を書いた作品にしてみたいかがですか。

▽星澄事務所 中央区谷町9-221、マローネ谷町901号、電話06・6764・6758

ロイヤルアイビーアカデミー

英語・フランス語を幼児期から プリスクール経験者コース人気

2001年開校のロイヤルアイビーアカデミーは、通常教科の授業を第2言語で行うイマージョン教育が話題の語学スクールです。東京からのマスコミ取材も多く、英語コンテストなどでも入賞者を輩出。インターナショナルスクール進学や留学、海外渡航の準備として通う生徒も在籍しています。幼稚園の代わりに通う国際部本科は、英語のほかフランス語、日本語、リトミックのクラスがあり、最長午前8時から午後6時まで、の延長保育が可能。授業はネイティブスピーカーが進行し、育児面や精神面は経験豊富な幼稚園教諭兼保育士資格を持つ日本人教諭がサポートします。

2学期からアスレチックタイム用に教室を増設。プリスクールやインター経験者に小学生コースも人気があります。来春、中学生コースを開講予定。

大会に出場したクラブチームのメンバー

さまざまなダンスを気軽に学べる教室。ダンスの基本が身に付くチアダンスを教えるだけでなく、初心者も取り組むやすいのが特徴です。チアダンスはチアリーダーの組体操部分を除いたダンスのみが独立したもので、アメリカではスポーツ競技として定着しています。

9月23日に日本チアダンス協会主催「第9回日本チアダンス全日本選手権関西予選大会」にチーム結成4カ月で出場、一般チアダンス部門で2位入賞を果たしました。「チームとしての完成度に課題を感じた」と玉田順子代表。メ

▽スタジオ・アップワード 天王寺区四天王寺1-12-10、天王ビル2階、電話090・8120・5888(携帯)

スタジオ UPWARD

少人数で基本が身に付くダンス指導

初心者歓迎、キッズや大会出場チームも

スタジオ・アップワード(studio UPWARD)は、さまざまなダンスを気軽に学べる教室。ダンスの基本が身に付くチアダンスを教えるだけでなく、初心者も取り組むやすいのが特徴です。チアダンスはチアリーダーの組体操部分を除いたダンスのみが独立したもので、アメリカではスポーツ競技として定着しています。

9月23日に日本チアダンス協会主催「第9回日本チアダンス全日本選手権関西予選大会」にチーム結成4カ月で出場、一般チアダンス部門で2位入賞を果たしました。「チームとしての完成度に課題を感じた」と玉田順子代表。メ

ンバーも本番の楽しさと厳しさを感じた様子。今後は違う競技会にも積極的に参加する意向で、来年は同大会にキッズチームが参加するそうです。

レッスンはキッズ(5歳以上)、ジャズ、フリースタイル、ヒップホップなどのクラスも設け、少人数制で密に指導します。一般1レッスン5000〜20000円、キッズ月3000円、入会金3000円、大会出場のクラブチームへの入会金は月会費1万円。入会なしのビギナー料金もあり。各クラス無料体験を実施しているのので気軽に問い合わせてみては。

▽スタジオ・アップワード 天王寺区四天王寺1-12-10、天王ビル2階、電話090・8120・5888(携帯)

小学1・2年生週1回コース新設

3週連続無料体験授業を実施中

リタ学習教室は子どもたちの潜在的な能力を引き出し、学習力を高めるためのさまざまなコースを開講しています。

主に算数・国語・社会を学ぶ学習教室は学年別に1クラス6〜8人の少人数制。1〜3年生90分、4〜6年生120分で週2回コース。リーダーシップが取れる子どもを育成するため、自分で発見する力と発表する力を重視した授業を実施しています。

このほど1・2年生週1回コースも新設。今なら3週連続で無料体験授業を受けられます。

ほかにも能力開発の速読教室、幼児期からの知能育成トレーニング、国語力を高める国語専科、中学受験サポート、パソコン学習など目的に合わせた授業コースがあります。

▽リタ学習教室 天王寺区生玉町3-25、タマビル3階、電話06・6774・2000

親子の広場

めばえ幼児才能学園 鶴野 元治 園長

子育てのポイント!
みんな家族

4 心を立てるならまず身を起こす

読者からの子育てに関するさまざまな疑問や現在問題になっている事柄について、めばえ幼児才能学園・鶴野元治園長が解決の糸口を教示するコーナー。今回は「立腰の姿勢で子どもの何が育つのか理論的な根拠についてお答えください」という質問への回答です。

人間は意識と肉体から成り立っています。それらは切り離すことができない「身心相即」の存在(心と体は一体のもの)といわれます。私たちの意識(心)は瞬時に変わってしまうので、まず体から押さえていかないと持続力が徐々についてきます。立腰の姿勢で集中力が出てきます。その姿勢を続けることによって粘り強さが育ちます。そこに意志(やる気)が生まれてくるのです。

「心を立てよう」としたら、まず身を起こせ! が人間存在の根本法則になります。子どもたちにやる気を育てるのに叱咤(しった) 激励を繰り返すことはよくある手法です。しかし立腰教育はまず姿勢を正すことから始めます。体の中で一番動かない所は胴体で、その中心は腰骨。腰骨を立てることで心も瞬時に集中します。そして腰骨を立てることで、強い意志が育ちます。(立腰教育の実践による具体的な成果については次回掲載)

▽めばえ幼児才能学園 大阪本部 電話06・6763・2201
子育てについての質問を「うえまち」編集局までお寄せください

一心寺シアター倶楽

公演情報
電話 06・6774・4002 Eメール: theaterkura-since2002@officeb1.net

★演劇
Office 未塾「哀恋歌〜添うそうの行方〜」
▽作・演出=李悠漢
▽出演=宮本めぐみ、山内勇治、西原希善美、工藤隆之
▽日時=11月8日午前11時・午後4時
▽料金=カンパ制 ※要予約
▽問い合わせ=080-6176-3103 (Office 未塾)

atelier THANK-X ©
「ボクがはじめてカイト最初で最後のラブストーリー」
▽作・演出=渡辺アキラ
▽出演=木内義一(テノヒラサイズ)、村上泰子(atelier THANK-X ©)、笠井隆介(劇団フジ)、森下美樹(N-Trance Fish)、浦川舞奈、すみのりこほか
▽日時=11月20日午後7時30分、21日午後3時・7時、22日午後2時
▽料金=前売り3,000円、当日3,500円
▽問い合わせ=090-9696-0141 (劇団)

「きつとこれまたいい思い出になるね」それが彼女の口癖だった。女子大生の茜は父に頼まれ片田舎にある喫茶店を訪れる。そこで見つけた1冊の古い文庫本。その本に書かれていたのは作家志望の達哉とO.L美奈子の甘く切ないラブストーリー。1年間限定の恋。彼らを取りまく周囲の人たち。読むにつれ茜はどんどんその本の中に引き込まれていく。美奈子が最後に放った言葉とは…。そして思いもよらぬ驚きのラストシーン。約1年間の沈黙を破って再始動した atelier THANK-X ©が送る感動のラブストーリー。

★演芸(一心寺南会所)
浪曲親友協会「一心寺門前浪曲寄席」
▽出演=松浦四郎若、真山広若、春野恵子、菊地まどか
▽日時=11月7〜9日、午後1時
▽料金=一般2,000円、学生1,000円
▽問い合わせ=06-6771-6682 (浪曲親友協会)

★和太鼓演奏
オフィスダマル
「神奈川馬匠和太鼓コンサート」
▽出演=神奈川馬匠、森岡万貴、締組
▽日時=11月14日午後6時30分
▽料金=前売り3,500円、当日4,000円、小学生以下前売り3,000円、当日3,500円
▽問い合わせ=0745-95-3523 (オフィスダマル)

めばえ幼児才能学園グループ

MEBAE 奈良本部・布施・生駒・その他多数教室有 <http://www.mebae.com>

★知能開発教育 ★発達障がいサポート ★野外教育活動 ★こども英会話

幼児教育総合学園24年の実績 【要予約・随時受付】
無料体験レッスン開催中

10/30(金) 特別合同体験会
参加無料 ぜひご参加ください!

乳幼児(0〜6歳)	受験(年中)	小学生(1・2年)
文字あそび 数あそび 図形あそび 知恵の取り組みなど	小学受験本番ミニ体験 ペーパー 行動観察(運動・絵画) 面接	今注目の小学生コース 算数 ピタゴラス(図形実感) 読解国語がセットに

まずはお気軽に
お電話ください

参加にはご予約が必要です
無料体験会の開催時間等はお申し込み時にご確認ください。

各コースのお問い合わせ、無料体験レッスンのお申込みはお気軽に電話ください

TEL(06)6763-2201 めばえ幼児才能学園 大阪本部教室
[E-mail] rsj00152@nifty.com 大阪市天王寺区東高津町11-7 上本町グランディビル3F

全4回・3万円で入会金 無料!! 初心者 OK!!

フットケアセラピスト!! 8期生募集

資格:フットケアセラピスト®
日程:11/20・11/27・12/12・12/24
時間:9:30~14:30(日時調整可)
場所:ホテルアウィーナ大阪
費用:3万円(認定証代金)
教材:7千円 毎月開催・限定6名

JRFAフットケアセラピスト® 養成講座
NPO法人日本リラクゼーションフットケア協会
問い合わせ…TEL.090-3709-2440(担当:玉川)

医療関係者
のスキルアップ
に
医療関係者
のスキルアップ
に
医療関係者
のスキルアップ
に

医療関係者
のスキルアップ
に
医療関係者
のスキルアップ
に
医療関係者
のスキルアップ
に

医療関係者
のスキルアップ
に
医療関係者
のスキルアップ
に
医療関係者
のスキルアップ
に

2010年度生募集(2月開講) ……まずは下記まで資料請求を

一斉指導

最高峰算数克服講座

●図形編(土:10:40~12:00)
●速さ編(土: 9:00~10:20)

新小6生対象

最難関中・難関中を目指しているのだけれども、上記テーマに課題を残している方が対象。
速さ編については「速さ」を指導のメインとするが「場合の数・規則性」の指導も若干含む。

西原毅の算数・数学専門

スクールM 06-6776-7135

URL <http://www.schoolm.jp> E-mail info@schoolm.jp
〒543-0001 大阪市天王寺区上本町6-6-2 千鶴ビル503

スクールM代表
西原 毅 (ツヨシ)

今はなき通塾21(灘中、
神女中等受検専門)の上
本町校、西宮校の両校
責任者で算数を担当。
数多くの最難関中の合
格者を輩出。

「うえまち」では、医療・福祉関係・各種学習関係の広報・広告を募集しています。お問い合わせは編集局まで。

大阪市立美術館

日本の自然美を描き続けた75年を紹介

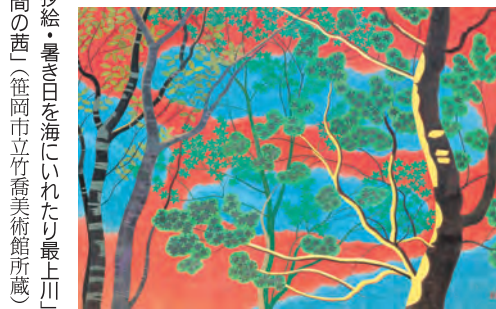
生誕120年 小野竹喬展

大阪市立美術館は11月3日12月20日、「生誕120年小野竹喬展」を開催します。小野竹喬は近現代日本画を代表する日本画家。1889年、現在の岡山県笠岡市に生まれた竹喬は14歳で京都の竹内栖鳳に師事。75年間の画業を通して、日本の自然の美しさを描き続けました。風景画は明るく清澄で、光の変化や季節のかすかなうつろいまでも表わされています。「竹

上から、「花の山」、「奥の細道句抄絵・暑き日を海にいたり最上川」(京都国立近代美術館所蔵)、「樹間の茜」(笹岡市立竹喬美術館所蔵)







大槻能楽堂

13日ナイトシアター

狂言「察化」、能「鉢木」を上演

大槻能楽堂は11月13日午後7時30分からナイトシアターを開催。茂山七五三による狂言「察化」、多久島利之による能「鉢木」を上演します。「鉢木」は鎌倉時代、一族に所領を奪われて零落した佐野常世の話。激しい吹雪の晩、旅の僧が常世夫婦のわび住まいに一夜の宿を借りに訪れる。常世はまきにも事欠いていたが、秘蔵の鉢の木に火をくべて僧をもてなし、零落した身であるが鎌倉への忠誠心は変わらないことを話す。ある日鎌倉から召集があり、常世が飛んで駆け付けると、吹雪の晩に泊めた僧の姿が。実は、その僧は時の最高実力者、北条時頼だった。一般前売り4200円、当日4700円、学生前売り2600円、当日3000円。プラス500円で座席指定が可能です(要予約)。▽大槻能楽堂中央区上町A・7、電話06・6761・8055

同公演の無料招待券を4組8人にプレゼント。はがき、FAXまたはEメールで編集局まで応募ください。11月5日締め切り。

山本能楽堂

山本能楽堂が毎月第1・3土曜日午後7時から開催する「初心者のための上方伝統芸能ナイト」。夜の大観光を盛り上げる大阪ナイトカルチャー事業として、4種類の大坂伝統芸能のダイジェスト版を落語家の司会と解説付きで次々に上演します。仕事帰りにうれしい食事付き。月2回の定期公演ですが、毎回内容が変わる一期一会の催しで、初心者だけでなくリピーターも楽しめます。11月の内容は、7日が落語「桂吉坊、浪曲」春野恵子、素浄瑠璃「恋女房染分手綱」道中双六の段」竹本文字久大夫・竹澤宗助、能「項羽」波多野晋・前田和子、体験コーナー「浪曲、21日が女道楽」内海英華、お座敷遊び「島之切り」。

内たに川、狂言「鐘の音」小笠原匡、落語「桂春蝶」体験コーナー「お座敷遊び」。料金はSエリア4500円、Aエリア4000円、Bエリア3500円(おこわ・茶付き)。▽山本能楽堂中央区徳井町1・3・6、電話06・6943・9454

1面で連載中の高口長老のコラムが1冊の本になりました。

創刊号から第31号分までを収録

上町台地を想い観る―
一心寺長老 高口恭行著

好評発売中! 定価1,000円(税込・送料別)

発行:一心寺 / 企画 編集: NPO 法人まち・すまいづくり
ご注文・お問い合わせは…TEL&FAX.06-6779-7222

うえまち

753の記念撮影予約受付中!

お得な前写しは10/31(土)まで

さらに4切プリント(フレーム付)をプレゼント!!

●衣裳を着たまにお出掛けできます!(写真代+3,150円)
●着物・ドレス・タキシード各種新柄多数あります!!
●店内に衣裳展示しております

フォトスタジオ マツヤカメラ

0120-69-0081 営業時間 am8:00~pm8:00
10・11月は休みなし

大阪市阿倍野区天王寺町北1-1-3(環状線寺町駅前出口前)
<http://www.5b.biglobe.ne.jp/~MATSUYA/> お車でのご来店のお客様、駐車場あります。

マツヤカメラ

七五三の記念撮影予約受付

貸衣装と着付けが無料に

思い出をプロの技術で形にする写真館、マツヤカメラは七五三の記念撮影の予約を受け付け中です。予約をすれば貸衣装と着付けが無料になります。さらに10月31日まで実施している「お得な前写し」を利用すると、料金割引やフレーム付き四切プリントのサービスがあります。貸衣装は新柄着物や洋装(ドレスなど)もそろっています。店内に展示してあるので、親子で相談しながら衣装選びが楽しめます。撮影終了後に貸衣装を着たまにお出掛けすることも可能です(別途300円、当日午後6時まで)。

お店はJR環状線寺町駅前出口を出てすぐの所にあります。かわい子どもの晴れ姿をプロの手で美しく残してみたいかがでしよう。一生の宝物になりそうですね。

▽フォトスタジオマツヤカメラ
阿倍野区天王寺町北1-1-3、フリーダイヤル0120-69-0081

マツヤカメラ

七五三の記念撮影予約受付

貸衣装と着付けが無料に

思い出をプロの技術で形にする写真館、マツヤカメラは七五三の記念撮影の予約を受け付け中です。予約をすれば貸衣装と着付けが無料になります。さらに10月31日まで実施している「お得な前写し」を利用すると、料金割引やフレーム付き四切プリントのサービスがあります。貸衣装は新柄着物や洋装(ドレスなど)もそろっています。店内に展示してあるので、親子で相談しながら衣装選びが楽しめます。撮影終了後に貸衣装を着たまにお出掛けすることも可能です(別途300円、当日午後6時まで)。

お店はJR環状線寺町駅前出口を出てすぐの所にあります。かわい子どもの晴れ姿をプロの手で美しく残してみたいかがでしよう。一生の宝物になりそうですね。

▽フォトスタジオマツヤカメラ
阿倍野区天王寺町北1-1-3、フリーダイヤル0120-69-0081

貸衣装+着付 無料

七五三記念撮影

予約受付中!

お得な前写しは10/31(土)まで

さらに4切プリント(フレーム付)をプレゼント!!

●衣裳を着たまにお出掛けできます!(写真代+3,150円)
●着物・ドレス・タキシード各種新柄多数あります!!
●店内に衣裳展示しております

フォトスタジオ マツヤカメラ

0120-69-0081 営業時間 am8:00~pm8:00
10・11月は休みなし

大阪市阿倍野区天王寺町北1-1-3(環状線寺町駅前出口前)
<http://www.5b.biglobe.ne.jp/~MATSUYA/> お車でのご来店のお客様、駐車場あります。

星澄事務所

TEL 06-6764-6758

大阪市中央区谷町9-2・21 マローネ谷町901号
地下鉄谷町九丁目駅4番出口北徒歩1分(1Fディレリアマザキ)

書いたり 描いたり 創ったり

新しい書道の楽しみ方をご提案します。

●絵手紙 ●絵画 ●四季の書 ●親子で書と絵
●初めてのえんぴつ(3歳児より) ●ペン習字
●短期専門部コース(3年で助手資格) ●年賀状

◆曜 日 ……火曜・土曜(月3回)
◆時 間 ……11:00~16:00
16:00~20:00
◆入会金 …… 6,000円 から
◆月 謝 …… 一般 6,500円 から
子ども 6,000円
(親子で受講すると2人で12,000円)
11月末まで入会金無料!!

親子で書と絵 好評開講中! 子どもと一緒に書道や絵、工作
お茶しながら楽しく学べます。

11月7・21・28日 無料体験実施! 見学もお気軽に!

ディレリアマザキ
星澄事務所
4番 地下鉄千日前線
谷町九丁目駅
4番 地下鉄千日前線
谷町九丁目駅

星澄事務所

TEL 06-6764-6758

大阪市中央区谷町9-2・21 マローネ谷町901号
地下鉄谷町九丁目駅4番出口北徒歩1分(1Fディレリアマザキ)

Reading Interest Discovery Adventure

小学1年生からの本格的学習指導

リダ学習教室・リダ【速読】教室

TEL. 06-6774-2590

リダ学習教室 検索
<http://homepage2.nifty.com/rida/>

新コース開設に伴い、3週連続無料体験授業

* リダの授業の成果を実感して下さい! *

リダ新1・2年生、
週1コースも開設!!

講座 国語専科 開講!!

【中学受験学習基礎】・【私立小学校内部進学対応】・【知能育成】・【国語力養成】
など目的に合わせた授業コースをお選びください。

リダ(RIDA)は、学力だけでなくリーダーシップをとれる能力を子どもたちに…!

新1・2年生募集!!

〒543-0072 大阪市天王寺区生玉町3-25 タマダビル3F
地下鉄谷町線・千日前線「谷町九丁目駅」5出口より徒歩約4分

—お願い—
プレゼントのご応募は必ず編集局までお送りください
FAX 06・6779・7222
Eメール uemachi@machi-sumai.com

Reading Interest Discovery Adventure

小学1年生からの本格的学習指導

リダ学習教室・リダ【速読】教室

TEL. 06-6774-2590

リダ学習教室 検索
<http://homepage2.nifty.com/rida/>

新コース開設に伴い、3週連続無料体験授業

* リダの授業の成果を実感して下さい! *

リダ新1・2年生、
週1コースも開設!!

講座 国語専科 開講!!

【中学受験学習基礎】・【私立小学校内部進学対応】・【知能育成】・【国語力養成】
など目的に合わせた授業コースをお選びください。

リダ(RIDA)は、学力だけでなくリーダーシップをとれる能力を子どもたちに…!

新1・2年生募集!!

〒543-0072 大阪市天王寺区生玉町3-25 タマダビル3F
地下鉄谷町線・千日前線「谷町九丁目駅」5出口より徒歩約4分

—お願い—
プレゼントのご応募は必ず編集局までお送りください
FAX 06・6779・7222
Eメール uemachi@machi-sumai.com

『うえまち』編集局では、読者の皆さまからの感想・ご意見など、おたよりをお待ちしております。はがき、FAXまたはEメールでお寄せください。

自分の両親に寝たきり・認知症になってほしくないと願う人々の為に

携帯・パソコンで見た来院者に進呈
①足裏マッサージ
②30分マッサージ

天王寺区上本町
マツオ整骨院

自分の美と健康は自分で守ろうと明確な意思を持った人々の為に

大阪府公安委員会認可・全国調査業協会連合会会員
私立探偵社(株)アクト・トータルリサーチ

お悩みに誠心誠意お応えします。
明日の為に調査・長年の信用と実績
アフターフォロー・案件ごとの弁護士紹介OK
— 早期解決に向けてまずはお気軽にご相談を —
▶24時間相談無料 0120-82-5515
詳細 <http://www.acttotal.com>

オーダーメイド鍼灸院 美容・ストレス解消 各種保険取扱

これからの季節に **ヨモギ蒸し**・はり・小児はり・お灸

心休堂

TEL&FAX(06) 6774-2597
(予約優先制)
月～金/9時～20時 土日祝/9時～18時
JR環状線寺田町駅 北出口より徒歩10分 ■水曜休診
天王寺区国分町4-1 訪問治療もいたします。

大阪人も知らない大阪を歩く講座「大坂の陣をめぐる虚・実(うそ)・実(まこと)」——『歴史の舞台』の現場検証

大阪人も知らない大阪を歩く講座「大坂の陣をめぐる虚(うそ)・実(まこと)」——『歴史の舞台』の現場検証が10月31日に開催されます。午前10時～午後4時。大阪市女性協会、大阪市都市工学センター共催。

大阪人のまちの原点で、大阪の歴史そのものといってもよい上町台地は、古代から近代・現代に至るまでさまざまな物語の舞台となってきました。豊臣家と徳川家の最後の決戦となった大坂の陣もその一つで、合戦直後に刊行された『大坂物語』、上方講談の代表作『難波戦記』、司馬遼太郎の『城塞』など大坂の陣を扱った作品は数多くあります。今回の講座では、大阪城天守閣研究副主幹北川央氏が同行し、大坂の陣に関する物



ゴールは大坂城

能・文学の史跡と藤田美術館

能にゆかりのある史跡をウォーキングスタイルリスト、マナー講師、観世流能楽師と歩いて回る「大人の遠足」第2弾が11月23日に開催されます。芸術の秋にぴったりの「扇町・都島ウォーキング、お能・文楽の史跡と藤田美術館の巻」。大阪の歴史に触れながら、体に合った歩き方と正しい食事作法を学びます。昼食は川端康成生誕の碑がある大阪最古の料亭・相生楼で。藤田美術館では「日本・アジアの銘茶展」で5年に1度しか公開されない国宝「天目茶碗」を見るのができます。

午前10時扇町公園キッズプラザ大阪集合―扇町・都島ウォーキング―太融寺・お初天神・大阪天満宮―昼食―藤田美術館―大長寺・鶴塚―午後4時ごろ地下鉄谷町線都島駅で解散。参加費7500円(交通費・拝観料別、当日徴収)。名前・参加人数・連絡先を明記して、メール・FAXまたは電話でお申し込みください。11月20日締め切り。▽申し込み・問い合わせ先 電話090・4691・00856(携帯)、FAX06・6945・5755、Eメール asano5163@f2.dion.ne.jp

匠の技術で洗濯…Dr. 米田の

プロが教える衣類のお手入れ

染み抜きについて

秋も深まり、上着やコートが恋しくなってきました。あまり頻繁に洗濯ができない衣類に染みが付いてしまうことがあります。家庭での染み抜きもよく紹介されるようになりましたが、注意点をDR.(ドクター) 米田に伺いました。

染みは付いてから時間がたてばたつほど取れにくくなるので、すぐに落とすことが大切です。といっても水に弱い繊維(アセテート、シルク、レーヨンなど)もありますから服地の品質を確かめてから始めてください。また、家庭で洗剤を調合して使用する方法も紹介されていますが、作り置きなどはしないようにしましょう。

特に落ちない染みに、インクペン、ボールペンなどの染みがあります。一度染み抜きに失敗してからクリーニング店に持ち込んでみきれいにできない場合が多いので注意してください。その染みに合ったいろいろな方法がありますから、判断を間違わないよう早めにクリーニング店にご相談ください。

▽クリーニングについてのお問い合わせ 丸善舎 電話06・6711・6646(本店)

熊野街道沿いに四天王寺管長書の道標設置

生國魂神社―四天王寺を巡るイベント

「熊野街道inてんのうじ」開催

このたび、天王寺区の熊野街道沿い3カ所に四天王寺第百拾世出口順得管長の書による「熊野街道」の道標が設置されることになり、これを記念して12月6日、生國魂神社―四天王寺(熊野権現礼拝石)を巡る「熊野街道inてんのうじ」が開催されます。天王寺区コミュニティ協会、てんのうじ観光ボランティアガイド協議会、難波の宮と大阪・熊野街道連絡協議会の共催イベント。流通大学長山雅一教授と同ボランティアガイドの案内で、生國魂神社から上汐公園、堀越神社を回って四天王寺・南大門にある「熊野街道」石碑(これまでに設置されたもの)を巡ります。天王寺区コミュニティ協会へ11月25日(必着)までにお申し込みください。▽財団法人天王寺区コミュニティ協会 543-0073、天王寺区生玉寺町7-57、区民センター内、電話06・6771・9981

熊野街道

天王寺スポーツセンター

楽しいスポーツ教室が盛りだくさん

剣道・空手・ヨガ・気功も新開催

天王寺スポーツセンターは、バスケトボール、バレーボール、バドミントンなど室内球技に使用できる第1体育場と、柔道や剣道などに使用できる第2体育場、ジャズダンス、エアロビクスなどに使用できる多目的室を備え、施設はすべて一般開放されており、健康づくりから競技大会まで幅広く利用されています。同センターでは大人から子どもまで楽しく運動できる各種スポーツ教室を開催しています。秋からは、剣道・空手・ヨガ・気功教室もスタートします。ほか、シェイプアップダンス、うきうき親子体操、硬式テニス、太極拳、キッズダンスなど多彩な種目を実施。各教室との第3期は現在受講者を募集しています。

教室の詳細は天王寺スポーツセンターにお問い合わせください。▽天王寺スポーツセンター 天王寺区真田山町5-109、電話06・6765・0043 真田山プール併設、月曜日と年末年始休館 地下鉄鶴見緑線「玉造」駅から南400m、JR「玉造」駅から南西400m。

引越金 ZERO1

ゼロワン(ZeroOne)引越センターは今年6月から関西で引越越業務を展開。「引越越して新生活を迎えられる方に夢を提示したい」と地域の人々の新しい出発をサポートしています。本社は千葉にあり、関東エリアでは価格はもちろん、対応の早さで評価を得ています。

とにかく値段を安くしたい人にお勧めの「節約コース」、単身赴任や一人暮らしの人には「単身応援プラン」、時間がない人や小物等が多い人向けの「梱包(こんぼう)コース・スペシャルコース」。

コース、大きな家具だけを取り扱う「大物積切コース」があり、状況に合わせてお得なコースを選択できます。「搬入後の10分間お手伝い」や普通の引越業者では実施していないインターネット新規加入などのサービスも充実しています。見積もり無料。▽ゼロワン引越センター 関西エリア 中央区瓦屋町1-1210、フリーダイヤル0120・13・5501

= お庭をきれいにしませんか? =

昭和29年創業以来培ってきた確かな技術力とたゆめぬ努力でお応えします。

お手軽ガーデニング用ポット樹木生産。
壁面緑化の新しいカタチをご提案。
樹木医、エクステリアプランナー、ガーデンデザイナー在籍。

お庭のお手入れ
ご相談承ります

PLUS
カラフルeco5レンジャー
(ポット樹木)
環境に強く、長期間鮮やかで美しい色合い

簡単栽培 プランター
LED照明付

カラフルeco5レンジャー
E-ガーデンセット

ポット樹木によるECO緑化
[カラフルeco5レンジャー]

環境に強く色合いの美しいデザイン緑化用ポット樹木「カラフルeco5レンジャー」の生産・販売事業において、経済産業省平成21年新事業活動促進支援補助金(農工商等連携対策支援事業)の認定を受けています。

株式会社 京阪神グリーン

TEL(06)6771-5754
まずはお電話下さい!

●ホームページ●
<http://www.keihanshingureen.co.jp>
FAX(06)6771-5894

大阪市天王寺区堂ヶ芝2-13-2
Email: info@keihanshingureen.co.jp

経済産業省 平成21年新事業活動促進支援補助金(農工商等連携対策支援事業)により作成したものです。

図書館だより

いずれも申し込み不要・参加無料です

島之内図書館(中央区島之内2-12-31、電話06・6211・3645)

- 〈赤ちゃんのおたのしみ会〉 毎月第2木曜日午前11時から。絵本の読み聞かせ、手遊びなど
- 〈おたのしみ会〉 毎週水曜日午後3時30分から。紙芝居、絵本の読み聞かせなど
- 図書展示『あなたにこの本を!』展 11月1日～12月27日

天王寺図書館(天王寺区上之宮町4-47、電話06・6771・2840)

- 〈だっこでえほん～あかちゃんのためのおはなしのじかん〉 11月26日午前11時から。出演:絵本の会天王寺、天王寺おはなし「ぼちぼち」
- 〈ぼちぼちのおはなし会〉 11月28日午後2時から。出演:天王寺おはなし「ぼちぼち」
- 〈おはなし会〉 毎週水曜日午後3時30分から
- 〈冬のこども会〉 12月12日午後2時から。出演:どんぐりん。当日先着80人

★休館日は月曜日と第3木曜日(祝日の場合は開館)

TEL&FAX.06-6779-7222 E-mail : info@machi-sumai.com
〒543-0001 大阪市天王寺区上本町8-1-14ダイマルビル3F

クリニックだからできる
安心の医療技術で
コンプレックス解消

アンチエイジング・若返り治療

肝斑

頬に広がる「かんぱん」にお困りの方
30～40代の女性の頬や額などに左右対称に広がる地図状のシミが肝斑です。最も治療が難しいとされていますが、最新の治療機器を使用することで改善することが可能になりました。最適な治療法をご提案いたしますので、一度診察にお越し下さい。

そばかす

コンプレックスだったそばかすにお困りの方
年齢とともに新陳代謝が衰え、色素が沈着してできるソバカス。フォトフェイシャルの光で色素が沈着している部分が浮き上がり、数日後には皮膚の代謝でソバカスが剥がれ落ちます。

たるみ

年々さがる顔のたるみにお困りの方
メスは一切使用することなく、お顔の気になるタルミやシワを注射のみで改善する画期的な最先端アンチエイジング治療法「エンドピール」。頬や首のたるみ改善効果や長期の持続性にも長けています。他にも、高周波（RF）を用いた「サーマクール」での治療もあります。

PRP(多血小板血漿)療法

「皮膚再生療法」と呼ばれる最新アンチエイジング法で、シワやタルミの改善や、ヒアルロン酸やボトックスなどの注入療法では改善が難しいとされる、ちりめんシワや目の下のクマ、ニキビ跡などに効果的な療法。治療にはご自身の血液を使う為、より自然な若返りを実現することが可能。

キレーション療法

血液を美しくし、アンチエイジングを体内から促すデトックス療法。

ほくろ・イボ除去

顔の目立つホクロ・イボを瞬時に除去
健康保険適用!
6,000円程度

ワキガ治療

ワキの臭いが気になる方!
健康保険適用!
45,000円程度

多汗症治療

ボトックス注射で多汗症治療!
キャンペーン!!
通常 105,000円～84,000円程度

医療レーザー脱毛

痛みが少ない・早い・どんな部分も脱毛可能!
面倒な自己処理とはサヨナラ! スベスベのお肌を実現!
両ワキ脱毛 1回 8,400円 4回目以降 4,200円
Vライン脱毛 1回 8,400円 4回目以降 4,200円
・ヒザ下 1回 各21,000円 4回目以降 10,500円
・ヒザ上 1回 各16,800円 4回目以降 10,500円

たにまちクリニック

皮膚科・形成外科・美容皮膚科・美容外科
06-6776-8966
●診察時間 10:00～13:00・14:00～19:00 ●休診日 月・木
●カウンセリング無料。施術の際は初診料が必要となります。
大阪府天王寺区生玉町1-30 生玉ビル8F
ホームページ <http://www.tanimachi-clinic.com>

9月24日、一心寺日想殿で恒例の「日想観のつどい」が開催されました。主催 一心寺、協力 NPO 法人まち・すまいづくり。

「後白河法皇と蟻の熊野詣」講演も

同志社女子大学名誉教授 龍谷壽氏を講師に迎え、「後白河法皇と熊野詣」と題して講演を開催。一心寺長老高口恭行師の講和に続いて、日想観のつどいを行いました。

NPO 法人まち・すまいづくりは、一心寺日想観のつどいをはじめ、さまざまな地域行事、イベントを企画・開催しています。参加者の皆さまにお礼申し上げますとともに、今後もぜひご参加くださいますよう、お願いいたします。

大阪府教育会館たかつガーデンで11月28日「第6回たかつふれ愛フェスタ2009秋」地域交流イベント「集い&食」が開催されます。10月16日には文化の振興イベント「ジャズライブ」も開催されました。

たかつガーデンがコミュニティ広場にふれ愛フェスタ「集い&食」

11月28日開催

わい、天王寺地域の企業が参加する楽しいイベントを企画します。全館で衣類や雑貨の物販、作品展示・親子体験コーナー、喫茶・軽食が楽しめます。粗品、お楽しみ抽選会もあります。午前10時～午後5時、入場無料（物品購入および飲食有料）。

家庭料理研究家土井善晴氏を講師に迎え「家族の食卓」をテーマに特別講演を開催します（無料・申し込み制）。

同フェスタは昨年よりスケールアップし、一日中、一人から家族まで楽しめる内容盛りだくさんのイベントとなりました。

10月25日開催
「第3回たかつ笑い亭」
10月25日は落語会「第3回たかつ笑い亭」を開催。これまでの参加者アンケートで、次回開催希望の声が多い人気のイベントです。今回は「桂つぐ枝改め・五代目桂文三襲名披露落語会」とし、笑福亭昌竹、桂坊枝、桂文也、桂文三が出演します。午後2時開演（1時開場）。入場料（自由席）は前売り1500円、当日1800円。チケットはたかつガーデン1階フロントで直接購入するか、電話予約の上振り込み（チケットは後日郵送）。

同会館は地域市民・教職、関連職員の「心身のリフレッシュと交流」と地域の活性化や同館の認知向上を目的に、近隣の市民も参加できるイベントを6年前から実施しています。▽問い合わせ・申し込みたかつ笑い亭」を。これまでの参加者アンケートで、次回開催希望の声が多い人気のイベントです。今回は「桂つぐ枝改め・五代目桂文三襲名披露落語会」とし、笑福亭昌竹、桂坊枝、桂文也、桂文三が出演します。午後2時開演（1時開場）。入場料（自由席）は前売り1500円、当日1800円。チケットはたかつガーデン1階フロントで直接購入するか、電話予約の上振り込み（チケットは後日郵送）。

「うえまち」協賛企業も参加
住宅改修・幼児教室・英語学習・緑化など

「第6回たかつふれ愛フェスタ2009秋」には「うえまち」協賛企業も参加します。参加企業と出展内容は次の通り。

スリーエムハウスリフォーム

紳士服、メガネ、金飾ジョブなどさまざまな分野で事業を展開するスリーエムグループのハウスリフォーム部門。安心・安全をモットーに、適正価格の重視と地域密着型にこだわったサービスを追求。小さな工事も誠意を持って対応しています。

フェスタでは、住宅リフォームの案内、相談受け付け。

めばえ幼児才能学園

幼児教育総合学園24年の実績。知能開発教育・発達障がいサポート・野外教育活動・こども英会話など豊富なコースを実施。幼稚園・小学校受験では学区別コースを開設しています。

フェスタでは、同学園の案内、問い合わせ受け付けのほか、幼児の発達診断も実施します。

ロイヤルアイビーアカデミー

幼児英語・フランス語英オスクール。2歳からの全日制特進クラス国際部本科・帰国者向けインタープリスクール、ハイレベル小学生コース、3歳から小学生までの英語科、仏語科コースを設置。フェスタでは、同校の案内、問い合わせ受け付けのほか、来場者にはプレゼントもあります。

京阪神グリーン

造園土木・緑化工事の設計・施工・管理、造園緑化樹木の育成と販売。お手軽ガーデニング用ポット樹木生産・ビル壁面緑化・樹木医エクスピアランナー、ガーデニングデザイナー在籍。

フェスタでは、建物緑化やガーデニング・庭の手入れに関する相談のほか、ポット樹木によるECO緑化「カラフルecosレンジャー」と「e・ガーデンセット」、「簡単栽培プランター（LED照明付き）」の販売など。

うえまち 広告掲載募集中

12月号は11月20日発行です

記事・広告の掲載お申し込みはお早めに
詳しくは編集局までお問い合わせください

編集局 TEL&FAX 06-6779-7222

大好評

おいしさに安心をそえて50余年!

パイナム

お菓子に夢を...
Pine パイン株式会社
URL <http://www.pine.co.jp>

11/28 土 第6回 たかつ ふれ愛フェスタ2009 秋

10:00～17:00 入場無料

どなた様でもご入場いただけます ご家族やお友達お誘い合わせの上、是非お越し下さい!

土井善晴氏 特別講演

「家族の食卓」

開演 14:00 参加無料
定員 100名 予約・先着順

11月3日(祝)受付開始

お電話にて
ご予約ください!

家庭料理研究家
土井善晴氏

●親・子deわくわくの体験

■親・子deそば打ち ■親・子de陶芸 ■親・子de染織
■子どもフラワーアレンジメント ■ステンシル等クラフト

●作品展示コーナー

書道・プリザーブドフラワー・生け花
キルトなどの作品を多数展示します!

上六界隈協賛企業わいわいコーナー

・子育て相談&発達診断
・英語学スクール案内
・ガーデニング相談...など多数

●食のフロア (イートインコーナーもあり)

■生まろ丸ごと解体&アパレ喰い 12:30～
■そば打ち実演 ■手作りのタルトケーキ
■大阪産PR ■河内ワイン販売 ■書籍販売
■減塩みそ作り体験 ■ワンコインランチ
■ノンアルコールカクテル作り (■は500円)

その他
粗品引換・抽選会・スタンブラリー など多数

地域ふれ愛
コーナー (外周)

・新鮮野菜即売会
・鮮魚&お魚料理販売
・焼きたてメロンパン

・無料自転車健康診断
・四天王寺名物笹団子
・乾物販売...など多数

◆前売:¥1,500 / 当日:¥1,800
14:00開演 13:00開場 残席わずか
会場・当館 8F お急ぎ下さい

桂文三 襲名披露落語会

桂文三 桂文也 桂坊枝 笑福亭昌竹

Takatsu Garden

たかつガーデン

財団法人大阪府教育会館

TEL (06) 6768-3911
FAX.06-6768-3170

■営業時間 9:00～21:00
■<http://www.takatsu.or.jp>
■〒543-0021 天王寺区東高津町7番11号

たかつガーデン

地下鉄千日前線
谷町九丁目駅 KFC バス
上本町駅 近鉄百貨店
上本町駅 近鉄百貨店
上本町駅 近鉄百貨店

近鉄上本町駅から(徒歩)約3分