

地域に密着した医療・介護を目指します

医療法人 歓喜会グループ

E-mail honbu@kankikai.com
U R L http://www.kankikai.com/

辻外科 リハビリ テーション病院

夕陽丘 介護老人保健施設

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 ちま・すまいづくり
〒543-0001 大阪市天王寺区上本町8-1-14
ダイマルビル4F「うえまち編集局」
TEL&FAX. 06-6779-7222
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
December
12
No.56
11月20日(毎月20日)発行

修正会結願法要「じやじや」の様子



31日は北鐘堂・南鐘堂・太鼓樓
要「がんさんだいし」合格祈願法
す。元三大師に祈
れば智慧(ちえ)
を授かるといわ
れ、合格祈願のお
参りが絶えないそ
うです。午前11時
からの合格祈禱
(きこつ)申し込
み者全員に合格御
守と智慧の輪を授
与します。
12日は午前10時
から五智光院で
「生身供(しょう
じんく)が営まれ
ます。開祖聖徳太
子の誕生を祝う行
事で、堂正面に太
子像を安置し、山
海の珍味が供えら
れます。参列者には
お神酒と花もち
が振舞われ、赤
飯と雑煮の祝膳・
百味供が用意され
ます。参加費500

大坂夏の陣の記憶(七)
—天王寺口の戦い—
一心寺長老 高口恭行師

慶長20年(1615年)5月7日。早朝より始まった「天王寺口の合戦」の激突は、正午を過ぎてようやく、数に勝る徳川方に傾き始めました。一方、城に残っていた豊臣方総大将秀頼は前線に鼓舞すべく打って出ようとしたが結局押し止められてならず、さらに徳川へ内通者が三の丸台所に放火して煙が上がり始めると全軍が一挙に敗色濃厚となっていたのです。

この時点で午前中茶臼山の真田幸村軍に突撃し、後に「かかれ、かかれの越前兵、たんだかかれの越前兵」と歌われた徳川軍先鋒の越前松平忠直隊が京橋口から突入り、一番乗りを果たして二の丸に火を放ったといわれています。恐らく、茶臼山の激闘で真田軍を蹂躪(じゅうりん)した後、下寺町・松屋町筋、つまり上町台地の西側を迂回(うかい)して、今日の京阪淀屋橋駅に沿って追手門学園付近から城の京橋口を突破して「西の丸庭園」の北側から西の丸を横切って本丸正面の「蝸石」のある校門へ到達したものと推測されます。

今日の大阪を考える場合、御堂筋とキタとミナミの存在から南北軸型として考えてしまうのですが、当時の大坂は「上町」台地の上にある大坂城を頂点とし、現在の府庁と向かい合っている大手門―大手口から府前所として島町―高麗橋通、つまり東西軸型で考えられていました。従って城の正門はあくまでも西向き「大手口」でありました。「京橋口」はいわば通用門で、しかも南の徳川軍に向かった場合は裏口ともいえましよう。越前兵はその手薄な裏口―京橋口を突破して大坂城一番乗りを果たしたということとなります。

和宗総本山四天王寺
除夜の鐘を鳴らそう 108人に整理券配布
1月3日は元三大師合格祈願法要

和宗総本山四天王寺では一年を通して一般参加できる催しが多数行われ、年末から年始にかけても多くの参拝者でにぎわいます。

12月8日は「成道会(じょうどうえ)」が行われます。お釈迦(しゃか)さまが悟りを開いたとされる日で、金堂内壁画成道の場面の前の法楽と、丸池西の仏足石釈迦如来石像前に献花がされ、お勤めをします。午前10時30分から。

31日は北鐘堂・南鐘堂・太鼓樓
要「がんさんだいし」合格祈願法
す。元三大師に祈
れば智慧(ちえ)
を授かるといわ
れ、合格祈願のお
参りが絶えないそ
うです。午前11時
からの合格祈禱
(きこつ)申し込
み者全員に合格御
守と智慧の輪を授
与します。
12日は午前10時
から五智光院で
「生身供(しょう
じんく)が営まれ
ます。開祖聖徳太
子の誕生を祝う行
事で、堂正面に太
子像を安置し、山
海の珍味が供えら
れます。参列者には
お神酒と花もち
が振舞われ、赤
飯と雑煮の祝膳・
百味供が用意され
ます。参加費500

年の瀬迫る上町台地

今年も師走となり、年の瀬が迫ってきました。政権交代や複雑な事件発生など、社会を驚かせることが多くあった一年だったと感じますが、皆さんは良い年を過ごすことができたでしょうか。

クリスマスや年末年始は家族で楽しい時間を過ごしたいものですね。一年を振り返り、また来る新年に向けて夢を膨らませましょう。

上町台地の寺社・教会などで

この時季にちなんだ行事や催事が行われます。地域や親しい人との交流を図り、共に新しい年に希望を語る場となれば素敵ですね。

『うえまち』では年末のイベントや生活情報を紹介しています。ぜひお出掛けになり、楽しい年の瀬をお迎えください。

(まち・すまいづくり)

—うえまちコンサート8—
in 山本能楽堂
能舞台で聴く
リュートの愉しみ
—上町台地歴史講座10—
なにわ歴博わくわく子ども教室
凧づくりと凧あげ
別掲案内をご覧ください

聖なる夜にスターからの贈り物

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

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

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

12/22 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 デイナーショー

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

一心寺広報

一心寺では毎年11月に「霊跡参拝ツアー」なるものを行っております。

「霊跡」寺院を参拝し、ご住職のお話を伺い、紅葉を眺めて会食する日帰りツアーです。昭和55年(1980年)から続けていますが、特別の拝観、特別メニューの食事な



清光寺を見学する「霊跡参拝ツアー」の参加者(上)とボランティアガイドによる案内の様子(下)

ども人気があつて毎年大勢で出掛けています。ただし、ツアー中はノン・アルコールです。参加申し込みは、どなたでも自由になれます。

霊跡参拝：松阪へ

一心寺倶楽部 事務局長 平田 秀瑞 師

今回は松阪を訪ねて、松阪城主「蒲生氏郷」公ゆかりの清光寺に参拝。また、松阪城跡や本居宣長記念館を見学し、松阪に生まれた江戸時代

の国学者、本居宣長の業績や松阪の歴史・文化に触れました。参加者は総勢142名。午前8時に一心寺日想殿に集合。本堂で出発前の「お勤め」をし、4台のバスに分かれてそれぞれ乗り込みます。

清光寺は749年、行基菩薩が開いたと伝えられ、現在は浄土宗で知恩院の末寺。松阪城を建設した武将・蒲生氏郷の菩提寺でもあります。本尊阿彌陀(あみだ)如来は国の重要文化財で、ほのかな笑みをたたえ、温和なお顔を

ていらつしゃいました。82歳とはとても思えない元気なご住職の説明の後、内陣に入つて本尊を間近に拝むことができました。

次は松阪城跡。ボランティアガイドさんの流ちょうな説明に皆さん熱心に聞き入っていました。お城の急な階段には少し閉口気味。本居宣長記念館では国学者であり医者でもあった宣長の業績を記した数々の資料を見学。また、宣長一家の旧宅

まち・すまいづくり 新年イベントのご案内 上町台地歴史講座シリーズ 第10回 なにわ歴博 「凧づくりと凧あげ」

日本の凧(たこ)の会大阪支部の協力により「するめいか(凧)」を作り、全員で凧あげをします(参加費は無料)。主催 大阪歴史博物館、NPO法人まち・すまいづくり。協力 日本凧の会大阪支部。日時 1月9日(土) 午後1時30分~4時。場所 大阪歴史博物館 1階エントランスホール。定員 小学生30人(申し込み先着順)。申し込み 往復はがきに「凧づくり参加希望」と①参加者全員の氏名・学年 ②代表者の連絡先(電話・FAX等)を記入し郵送(電話での受け付けはいたしません)。締切 12月16日消印有効。申込先 〒540-0008 大阪市中央区大手前4-1-32 大阪歴史博物館わくわく子ども教室「凧づくり係」

吉祥寺・大阪義士会

子ども時代行列参加募集



今年も12月14日、赤穂浪士討ち入りの日に浅野家大阪菩提寺の吉祥寺(地下鉄四天王寺前夕陽ヶ丘駅北すぐ)で大阪義士会による義士奉賛祭典が開かれます。式典、武道・和太鼓・落語・浄瑠璃などの奉納、子ども四十七義士時代行列を実施。討ち入りそばの接待もあります(午前11時~午後3時)。

子ども義士時代行列は、当時の政道に一石を投じたことに倣い、「大阪をより良いまちにしてください」との願いを込めて大阪府庁などに表敬

訪問という形で討ち入りするもの。大阪義士会ではこの時代行列に参加する子どもたちを募集しています。義理人情にあつく勇氣ある心を育てる良い機会にもなること。参加費用は3500円(土産付き、貸し衣装代込みですが大石内蔵助と大石主税の衣装代は別途必要)。

赤穂浪士の衣装に身を包み、午後1時吉祥寺を出発。バスで大阪府庁、大阪城天守閣、大阪市庁を回り、四天王寺付近から吉祥寺まで練り歩きます。▽問い合わせ 大阪義士会事務局・龍鳳堂津崎内、電話06-6771-2310、月曜日を除く午前9時~午後6時



①「ステーションプラザてんのうじ」外観 ②1階北側エレベーターホール ③2階吹き抜けイメージ ④中2階ファッションフロアイメージ

新規50店、各世代ファッション充実

JR天王寺駅すぐ上の「ステーションプラザてんのうじ」が地区再開発に先駆けて、さらに利用しやすい魅力あるショッピングセンターとして12月1日リニューアルオープンします。JR天王寺駅すぐ上の「ステーションプラザてんのうじ」が地区再開発に先駆けて、さらに利用しやすい魅力あるショッピングセンターとして12月1日リニューアルオープンします。館全体は多世代(親子連れなど)にぎわうテナント構成になり、ヤング・ミセス・シニアファッションを中心に50店の新規テナントが登場。フロア構成の見直しも行い、3階には女性にうれしいパウダールームも新設。さらに楽しく買い物、食事ができるようになりました。リニューアル後の店舗数は133店(物販89店、飲食21店、サービス23店)。12月25日までオープニングキャンペーンとして、各テナントで限定商品を提供します。大阪・天王寺初出店のお店も多数ありますので、チェックしてみれば、1日は午前10時開店です。▽ステーションプラザてんのうじ JR天王寺区悲田院町10-4 8、電話06-6779-1551

ヒザ痛・腰痛・足のトラブル くつを合わせば変わります!

Advertisement for shoe fitting services. It features a photo of a person getting their feet measured and text explaining the benefits of proper shoe fit for various ailments like knee pain, back pain, and foot problems. It includes a coupon for 5% off and contact information for the service.

一心寺 呼吸のヨーガ教室

Advertisement for a yoga class at Ichinji Temple. It features a photo of a person practicing yoga and text describing the class as a combination of breathing exercises and yoga. It includes details about the instructor, schedule, and location.

教会で過ごすクリスマス

大阪玉造 聖マリア大聖堂



クリスマスの礼拝 (昨年の様子)

12月24日午後6時から聖マリア大聖堂(カトリック玉造教会)でクリスマスの礼拝が行われます。司教のクリスマスメッセージやキャンドルサービス、パイプオルガン演奏、高校生によるクリスマスソングを予定。
礼拝にはクリスマスチャンでな人も参加できるとのことです。ステンドグラスに囲まれた教会で心静かにクリスマスイブを過ごしたい人は足を運んでみては。入場無料。



大阪玉造聖マリア大聖堂の正面には細川ガラシャ、高山右近の像が並ぶ

大阪城 戦国時代―徳川天下泰平時代を紹介

大坂町人の暮らしと文化



日龍文時絵伝胴具足

大阪城天守閣は11月25日から3階展示室で「戦国時代から天下統一」と題し、武田信玄と上杉謙信の両雄が登場する戦国時代から、織田信長の統一への動きをみて、その後継者となった豊臣秀吉による全国統一の過程、そして徳川家康がつくった天下泰平時代の幕開けまでを展示・紹介いたします。
4階展示室では26日から「大坂の暮らしと文化」をクローズアップした展示を開催



心齋橋通初売之景

中央区大阪城1-1、電話06-6941-3044、午前9時午後5時、12月28日-1月1日は休館
<http://www.osakacastyle.net/>

第9回なにわ歴史シンポジウム

上町台地未来遺産フェスタ

町家住まいの再生を考える

エリーニ・ユネスコ協会と大阪市は12月6日、大阪歴史博物館4階講堂で第9回なにわ歴史シンポジウム「上町台地未来遺産フェスタ」を開催します。「大阪・まちに住まう」その歴史と未来」をテーマに、大阪の住まいと暮らしの歴史を振り返り、伝統的な

住まいの再生をめぐる新たな試みを紹介いたします。追手門学院、大阪歴史博物館、関西ニュービジネス協議会、ミナミまち育てネットワーク共催。
午後1時から。第一部は講演「大阪・町家住まいの知恵―歴史から考える」(大阪市

立大学教授・大阪くらしの今昔館館長谷直樹氏)。江戸時代の町家建築、大工技術、居住文化、町のコミュニティなど、町家の住まいの知恵と魅力を紹介いたします。第二部はシンポジウム「大阪・町家住まいの再生―暮らしの美学」(大阪府登録文化財所有者の会事務局長寺西興一氏、建築家・大阪市立大学助教小池志保子氏)。町家の修復・再生・活用事例の報告後、谷氏を交えて町家住まい再生の現段階と未来の可能性を議論します。

参加費無料(資料代500円)。定員250人。参加希望者は氏名・住所・電話(FAX)・番号・メールアドレスを明記の上、はがきまたはFAXでエリーニ・ユネスコ協会までお申し込みください。11月27日締め切り。

アナ・トーク学院

吉本興業のバックアップで現役プロが朗読とトークの極意を楽しく伝授するアナ・トーク学院。アナウンサーや落語家、イヤホンガイト、声優を輩出するほか、朗読福祉士の資格を取得して高齢者施設や児童施設などで活動する受講生も。技を磨くほかに活動の場は広がり、ラジオや舞台にも出演しています。
「大人も子ども、うまくしゃべることは人間関係をつくる基本。好感度も上がり、身に付いた技術は一生の財産になります。『口(に)職』の時代です」とラジオパーソナリティーの鈴木美智子学院長(吉本興業)。

朝日放送「NEWSゆう+」のキャスター高橋大作氏は同学院第1期生。プロの道も夢ではありません。現在「朗読コース」「アナウンスコース」の第14期生を募集。12月5日から難波のスイング吉本5階で開講します。締め切りは11月30日。年齢不問。中学生以下

背骨を正して治癒力アップ

血行促進で冷えからくる痛みを予防



冬に向かい冷えによって出るのが肩・腰・関節の痛みや手先・足先のしびれ。寒いからといって家に閉じこもりがちなのこの時期に痛みを我慢して悪化させてしまふ人がたくさんいます。あすなる整骨院は、国家資格の柔道整復師による確実な施術でこのような体の痛みや症状を改善してくれ

あすなる整骨院
冬に向かい冷えによって出るのが肩・腰・関節の痛みや手先・足先のしびれ。寒いからといって家に閉じこもりがちなのこの時期に痛みを我慢して悪化させてしまふ人がたくさんいます。あすなる整骨院は、国家資格の柔道整復師による確実な施術でこのような体の痛みや症状を改善してくれ

今月号は、年末年始の情報記事掲載のため「うま」インタビューを休載しました。



目指せ！話し上手に読み上手

才能の芽を育てよう 第14期生募集中



下無料(教材費など別途要)。来年度に開催予定の「第4回朗読コンテスト」は大阪市の「こども夢・創造プロジェクト」の後援を受け、子どもも参加できることになりました。コンテストに向けて親子そろってのレッスンもい

男女どちらがなりやすい？
痛風とリウマチ
世の中、男女平等が叫ばれて久しいですが、関節痛の中では男性と女性でかかりやすさ度合いの違うものがあるのをご存じですか。それは、実は痛風とリウマチなんです。

肥満症

高血圧・糖尿病 高脂血症

メタボリック症候群や生活習慣病などでお悩みの方

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
--------	-------	--------	-------

健康相談室あすなる・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

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・リウマチ科・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

大阪赤十字病院の上本町側隣接
ウェ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5-52
TEL 06-6774-1151

Royal アイビーアカデミー NHK総合・フジテレビ など取材多数!

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

4月入学予約受付中

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

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。

TEL&FAX 06-4305-1190
http://www.royalivyacademy.com



気功教室 あなたは薬づけになっていませんか? 今のからだの現状にあきらめていませんか?

自分の力で病気を治せます。 家族やまわりの人達をも治す力がつきます。 遠隔気功で遠くの人を治すこともできます。 それらのやり方を気功教室でお教えます。

全10回 30,000円
月2回/1回2時間

妊婦さんのための 気功教室
元気な赤ちゃんを産みましょう!
お母さんが元気だと赤ちゃんも元気で。 安心して産んでくれるための気功教室です。

1回 3,000円
月2回/1回2時間

是非一度 ご相談を
気功のみも受付中 1回 2,000円 平日/10:30-18:30(教室時間中は除く)

プンダリカ気功院
http://zealserver.com/pundarika/

大阪韓国語教育院

新年は韓国語を楽しんでみませんか?
少人数制で明るい教室、1月生募集

韓国語教室の大阪韓国語教育院では、大学生から60歳代まで幅広い年齢層の人が受講しています。授業は、日本では数少ない韓国語国家教員免許を持つ大阪外国語大学大学院や早稲田大学大学院出身者ら、経験豊富なネイティブ講師が質の高い教材を使用して行います。教科書だけでなく新聞記事などから生きた言葉を使って授業を養います。日本語の仕組みから韓国語を学ぶので理解しやすく、韓国語を通して韓国人の考え方や文化も学びます。

算数・数学専門の個別指導塾 スクールM
一斉指導「最高峰算数コース」開講
新小学3・5年受講生を募集

算数・数学専門の個別指導塾 スクールMが、一斉指導という授業形式で最難関中学受験を予定している子どもたちのための「小3生最高峰算数総合準備コース」と「小5生最高峰算数図形対策コース」を来年2月に新規開講します。両コースでは最高の学習環境を提供するため、少人数の個を大切に

受講生を対象に、韓国料理体験や日韓交流、韓国への修学旅行などイベントも実施します。

授業は1年を3カ月に区切った4クール制。現在1月生(1~3月)を募集。授業料は1回90分3150円で、3カ月10回3万1500円(教材費別途)。

また、12月から発音コースがスタート。発音、イントネーションに自信のない人にお勧めのこと。

今なら通常1万5000円の入学金が無料になります。無料体験も実施中。

大阪韓国語教育院 天王寺区上本町6-9-10、青山ビル本館408、電話06-6152-6701
http://osakakorean.jp

エネルギーの流れを整え心身改善
妊婦にも優しい呼吸法から学ぶ気功教室

プンダリカ気功院は、エネルギーの流れを整え、頭痛から難病といわれる疾患までさまざまな症状の改善に効果が見られる気功を用いて、病気や心労などで悩む人の健康をサポートしています。

同院では気功師による施術だけでなく、代表安岡芳恵氏の「誰でも自分で病気を治す力を持つていませう。家族や周りの人を治すことも可能。その方法を身に付け、よい健康で幸せな生活を送ってほしい」との思いにより、気功教室を開講しています。教室に通う生徒は、病気や体質が改善したり、以前より明るく生き生きとした気持ちになったり、それぞれの変化が見られるとのこと。レッスンは呼吸法をはじめ、ストレッチ、リンパ、チャクラを強くする方法、遠隔気功法、チャクラへの気の入れ方、体操、邪気上げ法、グラウンディング瞑想(めいそう)など幅広い内容。全10回(月2回、1回2時間)3万円。治療家を目指す人や健康増進を図りたい人、性別を問わずマイペースで始めることができます。初心者歓迎。

妊婦のための気功教室は月2回(1回2時間、3000円)。薬に頼らず妊娠中毒症や便秘、風邪の予防・改善、産後の肥立ちに良いです。

プンダリカ気功院 天王寺区上本町1-1-17、上本町吉住ビル701、06-6764-5307

プンダリカ気功院は、エネルギーの流れを整え、頭痛から難病といわれる疾患までさまざまな症状の改善に効果が見られる気功を用いて、病気や心労などで悩む人の健康をサポートしています。

同院では気功師による施術だけでなく、代表安岡芳恵氏の「誰でも自分で病気を治す力を持つていませう。家族や周りの人を治すことも可能。その方法を身に付け、よい健康で幸せな生活を送ってほしい」との思いにより、気功教室を開講しています。教室に通う生徒は、病気や体質が改善したり、以前より明るく生き生きとした気持ちになったり、それぞれの変化が見られるとのこと。レッスンは呼吸法をはじめ、ストレッチ、リンパ、チャクラを強くする方法、遠隔気功法、チャクラへの気の入れ方、体操、邪気上げ法、グラウンディング瞑想(めいそう)など幅広い内容。全10回(月2回、1回2時間)3万円。治療家を目指す人や健康増進を図りたい人、性別を問わずマイペースで始めることができます。初心者歓迎。

妊婦のための気功教室は月2回(1回2時間、3000円)。薬に頼らず妊娠中毒症や便秘、風邪の予防・改善、産後の肥立ちに良いです。

プンダリカ気功院 天王寺区上本町1-1-17、上本町吉住ビル701、06-6764-5307

一心寺シアター倶楽 公演情報

一心寺シアター倶楽で全公演予約可能 (電話またはメール予約のみ)
電話06-6774-4002 Eメール:theaterkura-since2002@officeb1.net

■一心寺シアター倶楽劇団支援プログラム『OSAKA 夕陽丘学生演劇祭2009』
一心寺シアター倶楽が大学学生劇団のレベルの高さに注目し、2008年から行っている大学・専門学校のための演劇祭。東京・シアターグリーン学生芸術祭とも提携し、学生劇団の相互交換を行い、小演劇界の底上げを目的とする。(12月のラインアップ)

神戸大学演劇研究会はちの巣座「親猫の尻尾」
▽作・演出=佐野功治 ▽出演=文月富崇、きん太郎、迎井ザジ、少年教授、えざ king317号ほか
▽日時=12月9-11日、午後6時30分 ▽料金=前売り800円、当日1,000円
▽問い合わせ=080-5101-4898 (ハギノ)

★演劇
劇団往来「ミス・サヴェッジ」
▽作=ジョン・パトリック、訳=安達繁帆、演出=鈴木健之亮
▽出演=要冷蔵、あいはらたかし、川口透、谷村真弓、若木志帆
▽日時=12月2-3日午後7時、4日午後3時・7時、5・6日午後1時・5時
▽料金=前売り3,000円、当日3,500円
▽問い合わせ=06-6945-4653 (劇団往来制作部)

東京ガール「奥の細道」
▽作・演出=上嶋陽介 ▽出演=野倉良太、鈴木太海、倉橋健、桑原孝史、林奈緒美、岩田幸雄ほか
▽日時=12月25日午後7時、26日午後3時・7時、27日午後5時30分
▽料金=前売り3,000円、当日3,500円 ▽問い合わせ=070-5503-2307 (東京ガール・野倉)

★演芸(一心寺南会所)
浪曲親友協会「一心寺門前浪曲寄席」
▽日時=12月12-14日、午後1時
▽出演=三原佐知子、長谷川公子、天光軒満月、春野美恵子
▽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)

★一人芝居
青天の霹靂丸「クリスマス・ヒロル」
▽作=しだ哉恵、演出=青天の霹靂丸
▽出演=大 ▽日時=12月12日午後6時・8時
▽料金=2,000円 ※全指席
▽問い合わせ=090-6909-7575(青天の霹靂丸制作部)

一心寺シアター倶楽 各線天王寺駅より北へ徒歩8分 http://www.isshinji.or.jp/theater/

外国人講師と楽しく英語を学ぶ5日間
ウィンターキッズプログラム

大阪YMCAランゲージセンター
天王寺は冬休みを利用した幼児園年少児(小学6年生対象)「ウィンターキッズプログラム」を実施します。外国人講師と過ごす5日間の英語レッスン。毎回人気の高いクッキング、この時期限定のクリスマスパーティー、パソコン、工作など、いろいろなアクティビティを通して楽しく英語を学びます。

クラスは年齢別で、2クラス以上になる場合は英語経験によってクラス分けします。各クラス12人。催行人数は4人以上。授業料は4万円。

期間は12月25-29日。授業は午前9時30分-午後2時50分(放課後は午後3時30分まで)。毎日弁当と飲み物が必要です。朝8時30分から夕方4時30分までの延長保育も可能(別料金)。

来年1月17日と2月7・28日に2010年度レギュラークラス特別無料体験レッスンを開催します。レギュラークラスを模した特別な内容です。いずれも日曜日なので、この機会に参加してみたい方は、詳細は電話で気軽にお問い合わせください。

▽大阪YMCAランゲージセンター 天王寺 天王寺区南河堀町9-52、電話06-6779-8303

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「立腰教育の実践による具体的成果について」。子どもたちの感想も交えます。

まず、元気が出てきます。悪い姿勢は無駄なエネルギーを費やし疲れやすくなり、背骨が曲がると内臓を圧迫して血液の流れを妨げ、腰痛や肩こり等の病気になるといわれます。

学習面では集中力や持続力が高まります。これらは学習を支える最も大切な能力。当園では姿勢の良い子が普通以下の成績になることはまずありません。運動面では我慢強さや心の落ちつき、そして心身の統一を必要とするときに立腰の効果が発揮されます。

立腰を実践している子どもたちの感想も見てみましょう。

「勉強が集中してできる」「心が引き締まり、頑張りがきく」「書く姿勢が良くなった」「先生の話が耳に入るようになった」「掃除や作業に集中できる」

予想した通りで、実践への勇気になってきます。

▽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」編集部までお寄せください

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

プンダリカ気功院

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
無料体験レッスン受付中
[随時開催・ご予約が必要です]

12/24-25 小学生体験会開催
今、注目の総合コース 新1・2年生対象 参加受付中!

・図形や立体に強くなる
・文章題が得意になる
・読解力・理解力がUP

総合的な考える力を育む
ピタゴラス・算数・読解力
レッスンを体験してください。

めばえの しつけ教育で定評あり!
年小児対象 受付中
帝塚山小学校
近畿大学附属小学校

2010年1月開講 幼稚園別受験コース
城星学園・近畿大学附属・奈良帝塚山学園・帝塚山学院

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お電話ください

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

自然体験学習
元気っ子
冬の体験会開催
現年少児~現5年生
参加費:5,775円
定員:30名
2010年1/24
集合8:15-解散17:20
(時刻は予定です)
大阪・奈良近郊の森で開催します。
楽しさ100倍!
野外の世界へ行こう★
とことん仲間作り!
元気っ子マナーを使って、
オリジナルスーパーカーを作ろう

お問合せ 「元気っ子」直通電話番号
申込みは 080-5709-5033

大阪歴史博物館

新発見! なにわの考古学2009 難波宮跡の新羅土器など400点

大阪歴史博物館は12月27日まで特集展示「新発見! なにわの考古学2009」を開催中。2008年度に実施した大阪市内の遺跡発掘調査の結果や新羅土器など約400点を展示しています。



上から瓦範(神呪寺水灌頂堂)、新羅土器、ガラス玉鑄型

産に関連する遺物。同区瓦屋町遺跡からは幕府の御用瓦師である寺島家の瓦生産にかかわる遺物のほか、ベンガラ(赤色顔料)・陶器・鑄物・土人形など一帯で行われていた各種の産業を示す資料を展示。

さらに難波宮跡で古代朝鮮半島からもたらされた新羅土器が出土したことから、韓国の新羅土器(韓国国立大邱博物館所蔵)を併せて展示し、古代の国際交流の一端にも触れています。

観覧料は常設展示観覧料金大人600円、高校・大学生400円、中学生以下無料。

▽大阪歴史博物館 中央区大手前4-1-32、電話06-6946-5728、火曜日休館(祝日の場合は翌日)

プレゼント 同展の無料招待券を10組20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。12月5日締め切り。

歌い上げた詩歌・散文作品の数々を残しました。この展示会ではヘッセの故郷ドイツや最期の地スイスから取り寄せたチョウ・ガの貴重な乾燥標本や、ヘッセ自身が少年時代に見たものと同じ19世紀末の図鑑から取り出した銅版画のチョウ・ガ、ヘッセ手描きの水彩画(複製)など、奥深く重厚な資料を用い、世界的文人の「自然美」への畏敬(いけい)と感性とを具体的に表

大阪市立自然史博物館 特別陳列「ヘルマン・ヘッセ昆虫展」

大阪市立自然史博物館は12月5日から本館2階イベントスペースで、特別陳列「ヘルマン・ヘッセ昆虫展」少年の日の思い出」を開催します。

来月1月17日まで。

ドイツのノーベル賞作家ヘッセは、チョウ類を生涯にわたって愛し続け、きらめきながら消えゆく生命の神秘を

観覧料は大人300円、高校生・大学生200円、中学生以下無料(常設展示入館料も含む)。

▽大阪市立自然史博物館 東住吉区長居公園1-23、電話06-6697-6222、1、月曜日(休日の場合は翌日)、12月28日-1月4日休館

2010年度生募集(2月開講)新小1~6生 一斉指導(土曜日) 最高の学習環境と美しい解法の伝授 最高峰算数 総合準備コース(新小3生限定) 図形対策コース(新小5生限定) 個別指導(月~土) キメの細かい指導で合格者多数輩出 最難関中算数 準備コース(新小1~3生) 対策コース(新小4~6生) その他コース 受験算数プレミアムコース(新小1~6生) 目を鍛える受験図形コース(新小4~6生) 中学準備算数・数学一貫コース(新小5~6生)

ヘッセが採集したバルテニヒガの標本と「上」と「下」の作品とチョウ・ガの展示例

同志社女子大学

水都大阪のむかし・いま・みらい 12日 歴史博物館で無料公開講座

12月12日大阪歴史博物館で同志社女子大学の無料公開講座「水都大阪のむかし・いま・みらい」が開催されます。

「うえち」読者に限り、特別に受講者を受け付けます。ご希望の方は同志社女子大学・企画課(電話0774-65-8442)までお申し込みください。

山本能楽堂

31日年越し特別編は6種類上演 初心者の方のための上方伝統芸能ナイト

山本能楽堂が毎月開催する「初心者の方のための上方伝統芸能ナイト」。

特別編として31日に開催します。4日は午後7時開演、31日は午後9時開演。

大槻能楽堂

一炊の夢「邯鄲」 企画公演 梅原猛一能を観る

大槻能楽堂は12月19日午後2時から、哲学者・梅原猛氏が人気曲から珍しい曲までさまざまな能を独自の視点を読み解き、新たな能の魅力を発見する企画公演「梅原猛一能を観る」を開催します。

▽大槻能楽堂 中央区上町A-7、電話06-6761-8055

Winter Kids Program '09 外国人講師と過ごす、クリスマスからの5日間 12月25日(金)~29日(火) 9:30~14:50 対象:幼稚園年少~小学校6年生

韓国語教室 2010年1月生(1~3月)新学期募集中!! 日本語の仕組みから韓国語を学ぶ 国家資格を持った経験豊かなネイティブ講師

RIDA 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 新コース開設に伴い、3週連続無料体験授業

Winter Kids Program '09 外国人講師と過ごす、クリスマスからの5日間 12月25日(金)~29日(火) 9:30~14:50 対象:幼稚園年少~小学校6年生

乗らなくなったバイク、動かないバイク
 どちらもオートショップエンドウにお任せ下さい!!
出張買取 乗る人がなくなった、処分に困っている...
修理 動かなくなってしまった、調子が悪い...
 御自宅までお伺いして、査定・買取致します
 御自宅までお伺いして、引き取り後修理を行います
引き取り無料サービス!
 「うえまち」を見てお申し込みの天王寺区・中央区のお客様に限りです
Auto Shop Endoh TEL 6772-1169
 天王寺区下寺町2-3-11 営業時間: 9時~19時 火曜定休

新車・中古車販売
 ストリートバイクから商用車まで
 ライフスタイルに合ったバイクを
 販売・提供しています。

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 9期生募集
 資格: フットケアセラピスト®
 日程: 12/17・12/24・1/21・1/28
 時間: 9:30~14:30(日時調整可)
 場所: ホテルアウリーナ大阪
 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.090-8709-2440(担当:玉川)

オダ-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 **目もぎ蒸し**・はり・小児はり・お灸
心休堂
 詳細は...
 検索
 玉造筋
 ティータイム
 コーヒー
 R25
 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。

オートショップエンドウ 不要なバイクを買取・無料で処分 出張査定、引き取り修理も

新車・中古バイクの販売店、オートショップエンドウは、家で使っていない不要なバイクの買い取りもしくは面倒な廃車手続きを無料で代行。故障して動かないバイクも無料で引き取り、処分してくれます。(部品取り車対象外)。同店には「息子や娘が昔乗っていたバイクがそのまま残っていた」と年配の人の問い合わせが多いとのこと。そういう人のために出張査定・買い取りも行っています。天王寺区・中央区

出張費無料(他のエリアは要相談)。
 最近、修理を行わない販売店が多くなっていますが、オートショップエンドウは修理や購入後のアフターケアが万全な安心感で、お店、修理が買い替えてくれる。ときの相談にも乗ってくれます。自宅まで出向いての引き取り修理対応。他店で購入したバイクも大丈夫です。
 もうすぐ年の瀬。大掃除のついでに乗りなくなったバイクも処分

法円坂 大阪歴史博物館 学芸員 大澤研一

法円坂は上町台地に住む人にとってはよく知られた名前でしょう。なぜなら法円坂は中央区の町名表示にも使われているからです。町名としては明治12年(1879年)に誕生した歴史ある名前ですが、よく考えてみると坂の名前が町名として採用されているのは上町台地ではこれ一つのみで、坂が多い上町台地としては少々寂しい感もあります。

閑話休題。法円坂の「坂」そのものはどこを指すのでしょうか? 大阪城の南側を

道が描かれています。従って、もたらこの地は傾斜地で坂道があり、近代の練兵場を経て現在のような姿に変わったものと思われま

では、名前の由来はどのようなものでしょうか。難波宮跡発見に尽力した山根徳太郎さんは、16世紀までこの付近にあった生國魂神社の神宮寺の法安寺(ほうあんじ)がなまり、「ほうえん」になったという説を示しました。一方、本願寺の歴史を研究している上場頭雄さんは、やはり同じころこの付近にあった大坂本願寺の前身となる坊舎を本願寺蓮如が建立した際、それを援助した法円という人物の名に由来するのではないかと述べています。

いずれにしても、この地の古い歴史への記憶が反映された名前ということになります。

上町台地上の坂は台地の西側にあるものがよく知られています。法円坂やすてこの連載で取り上げられた三韓坂・筆ヶ坂・心眼寺坂のように台地の東側にも見ることが出来ます。皆さんも「発見」してみませんか?

うえまち漫遊 坂めぐりの巻(其の八)

道が描かれています。従って、もたらこの地は傾斜地で坂道があり、近代の練兵場を経て現在のような姿に変わったものと思われま

では、名前の由来はどのようなものでしょうか。難波宮跡発見に尽力した山根徳太郎さんは、16世紀までこの付近にあった生國魂神社の神宮寺の法安寺(ほうあんじ)がなまり、「ほうえん」になったという説を示しました。一方、本願寺の歴史を研究している上場頭雄さんは、やはり同じころこの付近にあった大坂本願寺の前身となる坊舎を本願寺蓮如が建立した際、それを援助した法円という人物の名に由来するのではないかと述べています。

いずれにしても、この地の古い歴史への記憶が反映された名前ということになります。

上町台地上の坂は台地の西側にあるものがよく知られています。法円坂やすてこの連載で取り上げられた三韓坂・筆ヶ坂・心眼寺坂のように台地の東側にも見ることが出来ます。皆さんも「発見」してみませんか?

オートショップエンドウ 王寺区下寺町2-3-11、電話 06-6772-1169

多彩なランチメニューは750円から。旬の食材を使ったこだわりの納得昼膳「えべっちゃん口福(こうふく)重」は1日30食限定。店内は和風で落ち着いた雰囲気。掘りこた式テーブルなので座敷でも足元ゆったり。空気清浄機で清潔な空気を保持し、割りばしを使わないなどエコにも配慮した上質な大人のお店です。1人鍋セットもあり、おひとりさまも気軽に利用できます。

えべっちゃん しゃぶしゃぶ、すき焼き、鉄板焼きのえべっちゃん「安くてもいい安心できる素材を使い、お客さまに幸せになってもらいたい」をモットーに、他店にはまねできない上質の肉をお打ち価格で提供しています。これからの時期にうれしい忘・新年会特別プランは1人2000円から。飲み放題(90分)は1300円から。鍋料理は厳選した国産牛・豚や新鮮な野菜を使うだけでなく、秘伝の割り下、ゴマだれ、ポン酢も同店オリジナルです。

2010年おせち料理「口福三段重」2万5000円(送料込み)の予約を受け付け中。12月25日まで。

▽えべっちゃん中央区上汐2-3-10、上汐リズビル1階、電話06-6191-2929、昼11時30分~2時30分(ラストオーダー2時)、夜5-11時(同10時30分)

特典 『うえまち』持参の方には50円引き、夜ドリンク一杯サービス(コース料理注文時に限る)。

体に良い成分を 気軽に美味しく補強

安全な国産大豆にこだわった健康菓子

天王寺の大豆問屋中井産業は、大豆に含まれる体に良い成分を気軽に美味しく補強してもらいたいと、豆乳やきなこを使用した健康食品を製造・販売する「豆乳きなこ本舗」を開業。直販店の太子庵から九州まで、百貨店や土産物店、大手飲食チェーンのほか、インターネットでも販売中。販売店へは各地の名所や店のロゴ、歴史や物語をシールにしてプライベートルランドとして納品することが可能です(費用はサードパーティ)。

このほど、こだわり豆腐やこんにゃく、国産豆乳、ゆば、油揚げ、国産大豆納豆などを販売する「山の辺」もオープン。記念セールとして先着60人に限り、こだわりこんにゃく300円以上購入で「旭ぼん酢(500円)を100円で販売。ほかにもさまざまな企画を実施します。

▽豆乳きなこ本舗 天王寺区筆ヶ崎町2-14、電話06-6771-2212

忘年会・新年会特別プラン!!
 一人前 2000円~、飲み放題(90分) 1300円~

国産牛・豚 しゃぶしゃぶ すき焼き 鉄板焼き

年末年始は **えべっちゃん** で 口福(こうふく)の一夜を!

2人前 750円 納得昼膳 ~780円 えべっちゃん口福重 780円

TEL 6191-2929

昼/11:30~14:00(LO) 夜/17:00~22:00(LO)

〒542-0064 地下鉄谷町9丁目6番出口すぐ!

大阪市中央区上汐2-3-10上汐リズビル1F

大豆とともに100年 おいしく健康生活

豆乳きなこ本舗

大豆は畑の肉と呼ばれる 高たんぱく質の機能性食品

●豆乳きなこ特産品の店「太子庵」生活に欠かせない大豆で作ったおいしいお菓子と日本各地の特産品を集めました。 **ただ今 オープンセール 開催中**

●こだわり豆腐「山の辺」国産豆乳・こんにゃく・各種お豆腐・がんも 各種油揚げ・ゆば・大豆の水煮・国産大豆納豆

中井産業株式会社 天王寺区筆ヶ崎町2番14号 TEL.06-6771-2212

万葉の里を想わせる、古い町並み ことでほっと一息。イズミや横、徒歩3分

成人式 記念撮影

予約受付中!

ご家族もお揃いで 記念の一枚を... **前撮り** サービス 実施中!!

●成人式当日は大変混み合いますので、当日を避けて ゆっくり前撮り致します。

●成人式当日は**早朝7時**より撮影させていただきます。

フォトスタジオ マツヤカメラ

0120-69-0081

営業時間 am8:00~pm8:00 (日曜日定休(1月10日は営業致します))

http://www.5bbiglobe.ne.jp/~MATSUYA/ (環状線寺田町駅南出口前)

大阪市阿倍野区天王寺町北1-1-3 駐車場ございます

定期送付サービス 料金変更のお知らせ 『うえまち』は、定期送付サービスを実施しています。1年間(12回)郵送でお届けいたします。お申し込み方法:『うえまち』定期送付希望と明記した紙に送付先の郵便番号・住所・氏名・電話番号・何月号からご希望されるかをご記入の上、80円切手20枚を同封し、編集局まで郵送でお申し込みください。

「上町断層」って何だろう？

うえまち「防災」シリーズ

地震と活断層⑧

情報提供：大阪自然史博物館
研究副主幹 学芸員 川端 清司 氏

南海地震の震度予測・被害想定、大阪での被害想定

南海地震が発生した場合の震度予測や被害想定は内閣府の中央防災会議によって、2003年に発表されています。南海地震が単独で発生するシナリオから、宝永南海地震のように南海・東南海・東海地震が同時に発生する最悪のシナリオまでが想定されています。

いずれの場合でも、揺れとともに津波被害が合わさった複合被害になると考えられます。近年経験した兵庫県南部地震や中越地震などと最も異なるのは、被災地が四国から東海地方にかけての広域に及ぶことで、地震直後の救援活動が集中して行えないこと、救援物資・機材の不足が懸念されています。

大阪府・大阪市の危機管理室では南海地震への対策を考えるために、府下および市内の地盤状況調査に基づく各地の震度予測と想定される被害予測を研究し、公表しています。府下全体は500m四方ごとに震度予測が表されていますが、大阪市内はさらに詳しく250m四方ごとの震度予測となっています（詳しくはそれぞれのホームページを参照）。

大阪府下では、北摂山地を除いて大阪府全域で震度5弱以上の揺れとなり、平野部では震度5強から震度6弱以上と予測されています。津波は地震発生後50分で第1波が大阪湾に浸入し始めて、100分後に1つの最も奥の大阪湾に到達するとシミュレーションされています。大阪湾奥部では2m程度、泉北堺港から大阪港の水路が狭まった所では局所的に最大波高4m程度が予測されています。津波は第2波、第3波と何度も繰り返し押し寄せてくること、必ずしも第1波が最大とは限らないということ覚えておかなければいけません。

大阪市内では、上町台地の上など地盤が比較的良好な所で震度5弱程度、地盤が軟弱な低地では震度6弱程度になると考えられています。耐震性の低い建造物への被害が心配です。また津波による被害については「その⑥」で安政南海地震の時の大阪市内の被害の様子を紹介しましたが、それに匹敵する津波がやってくる可能性があります。津波が堤防

を越えてあふれ出た場合、浸水被害の可能性のある地下街・地階からの避難などの対策を考えておくことも必要になります。

もう一つ、最近注目されるようになった「やや長周期地震動」も心配です。兵庫県南部地震などの内陸直下型の地震では揺れの周期が0.5〜1秒程度の短周期の地震動によって大きな被害が出ましたが、南海地震のような巨大地震では周期数秒という、より長周期の揺れも同時に発生することが分かってきました。特徴は数百km離れた場所にも地震波（揺れ）が弱くなることもなく届くこと、関東平野や大阪平野など山地に囲まれて柔らかい地層が厚くたまっている場所では平野の中で何度も反射しながら長時間揺れ続けるということです。高層ビルや長大橋など固有周期が長い建造物が「やや長周期地震動」と共鳴すると、ゆっくりとした大きな揺れが長時間続くことがコンピューターシミュレーションで分かっています。最近急増しているタワーマンションなどでは、免震構造や制震構造を備えているとしても、家具の固定などのより一層の対策をしておく方が安全といえるでしょう。

とにかく、今から30年後までに南海地震が起こる確率は50%以上と考えられていて、遅くとも21世紀半ばまでには確実に起きると考えられています。それまでに自分たちでできる対策は行っておくべきでしょう。



木津川河口の水門はアーチ型の部分が向こう側に倒れて、大阪市街を津波や高潮被害から守ってくれる（撮影・中条武司氏）



歌あり、笑いあり、美味あり、「聖なる夜にスターからの贈り物」と題したシエラトン都ホテル大阪のディナーショー「シエラトンスターライトクリスマス2009」。カッパルだけでなく、家族や友人とも楽しめるディナー＆ショーです。クリスマスの素敵な思い出作りはいかがですか。

歌あり、笑いあり、美味あり、「聖なる夜にスターからの贈り物」と題したシエラトン都ホテル大阪のディナーショー「シエラトンスターライトクリスマス2009」。カッパルだけでなく、家族や友人とも楽しめるディナー＆ショーです。クリスマスの素敵な思い出作りはいかがですか。



財津和夫



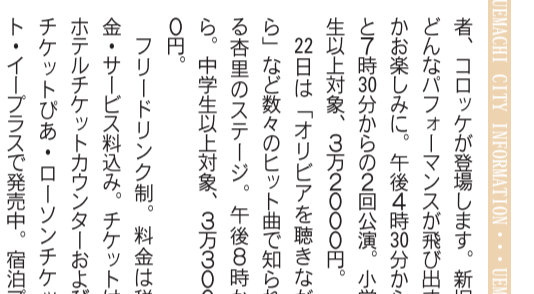
コロッケ

シエラトン都ホテル大阪 レディースクラブセミナー プリザーブドフラワー迎春アレンジ

シエラトン都ホテル大阪は12月8日午後1時30分から、レディースクラブセミナー「プリザーブドフラワーアレンジメント講座」を開催します。

カップル、家族で素敵な思い出を クリスマスディナーショー

歌あり、笑いあり、美味あり、「聖なる夜にスターからの贈り物」と題したシエラトン都ホテル大阪のディナーショー「シエラトンスターライトクリスマス2009」。



杏里



工藤静香



転倒予防の第一人者、武藤東大教授と松尾院長、看護師、東大大学院生（左から）

大切な思い出をプロの技術で、いつまでも愛おむることのない素敵な写真にしてくれる写真館マツヤカメラ。成人式の日には大人として出発する若者の晴れ姿を毎年撮り続けています。

マツヤカメラ 成人式の予約受付、前撮りも可能

大切な思い出をプロの技術で、いつまでも愛おむることのない素敵な写真にしてくれる写真館マツヤカメラ。成人式の日には大人として出発する若者の晴れ姿を毎年撮り続けています。

マツオ整骨院 寝たきりにならないための予防指導

上本町で開業して20年以上の実績を持つマツオ整骨院。歩行障害・寝たきり防止のための筋力アップや腰痛・肩凝り・ひざの痛みなどの解消、内臓の動きを促進するための治療器具をそろえ、毎年新しい治療法を勉強・実践しています。

自分の両親に寝たきり・認知症になってほしくないという人々の為に

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

マツオ整骨院

寝たきりにならないための予防指導

心と体の健康を保ち10歳若返る

マツオ整骨院は、式を迎える本人だけでなく家族や親類にとっても感慨深いもの。20歳の晴れ姿を写した写真は、かけがえのない宝物になるでしょう。家族そろっての一枚

マツオ整骨院
天王寺区上本町
電話06・6773・6722

あさひ美容外科

シワ取り(アクアミド注入) 効果5年以上

頬のタルミ取り(シルエトリフト) 糸1本5万円

10才若返る(最新のフェイスリフト手術)

シワ予防・小顔(エラの張り)(ボトックス注入)

全国11院共通・携帯OK
0120-889-480

【HPアドレス】
http://www.asahi-biyou.jp

大阪・布衣・堺東・高槻・奈良・和歌山・大津・宝塚・西明石・姫路・倉敷

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)

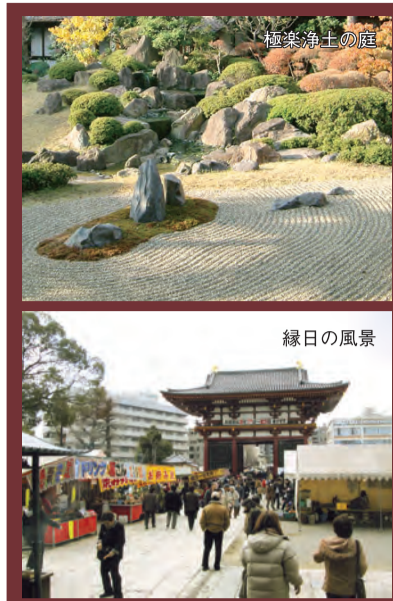
- 赤ちゃんのおたのしみ会 毎月第2木曜日午前11時から。絵本の読み聞かせ、手遊びなど
- おたのしみ会 毎週水曜日午後3時30分から。紙芝居、絵本の読み聞かせなど
- 冬の子ども会 12月19日午後2時から。紙芝居、絵本の読み聞かせなど

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・12月24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・12月19日、午後2時から。出演：天王寺おはなし「ぼちぼち」
- 冬の子ども会 12月12日午後2時から。出演：どんぐりん。当日先着80人

One Book One OSAKA
—みんなでえらぶ大阪市の1さつのおはほん—

年末年始は12月28日から1月4日まで休館。
通知ポストも12月27日午後5時から1月5日午前9時まで使えません。



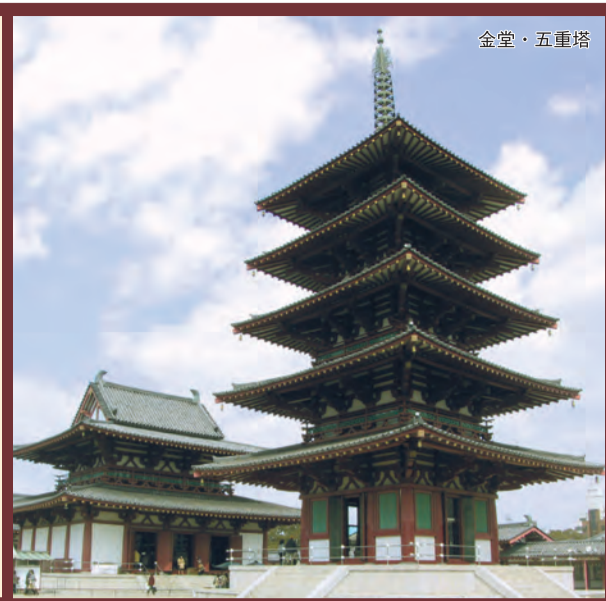
和宗総本山 四天王寺

除夜の鐘に続いて、開運・招福の鐘が明け方まで。

「除夜の鐘」3カ所の鐘堂で先着108名様までお撞きいただけます。
除夜の鐘終了後、引き続き「開運の鐘」(北鐘堂)と「招福の鐘」(太鼓楼)を明け方(午前3時頃)まで自由にお撞きいただけます。
※午後11時に整理券を配布し、11時半に開始致します。
※先着1,000名様に甘酒無料接待。(午後11時半より)

毎月21日と22日の2日間縁日を開催しています。
四天王寺本坊庭園・極楽浄土の庭が一般公開されています(大人300円)。
ぜひご参詣ください。

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目11番18号
TEL.06-6771-0066 FAX.06-6773-4921



うえまち 広告掲載募集中
1月号は12月25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

てんのうじ
駅チョコ!
バージョンUP

JR 天王寺駅、直結!

12・1 「ステーションプラザてんのうじ」
リニューアルオープン

「駅チョコ!」リニューアルオープン・キャンペーン 12月1日(TUE) ~ 12月25日(FRI)



真田山プール

冬季だけのアイススケート場オープン

11月28・29日半額イベント実施

真田山プールは天王寺スポーツセンターが併設した、健康づくりから競技大会まで一年を通して幅広くスポーツに親しむことができる施設です。11月28日からは屋外プールをアイススケート場としてオープンします。50mプールが全面リンクになったスケート場は、60×30mの広さを誇り、大阪市内で唯一の屋外スケートリンクです。アイススケートの営業は来年3月10日まで。

利用料金は子ども(6歳以上)600円、大人(16歳以上)1200円、高齢者(65歳以上)800円、付き添い観覧者200円。貸し靴300円。利用すればするほどお得なシーズンパスは貸し靴・回数券付き。バス料金は子ども・高齢者1万円、大人2万円。販売は12月30日までです。お早めに。同時に大阪プールアイス

好評のスケート教室開講
初心者も基礎からマスター

真田山プールアイススケート場では、毎年好評のスケート教室も開講します。幼児(4歳以上)から大人まで、誰でも楽しくアイススケートを教わることができ、スケートにクラッシュし、週1回のペースで無理なく練習していきます。初心者も基礎からマスター。レッスンは1期につき4回。受講料は貸し靴込みで5000円から7600円です。

真田山プールアイススケート場は、3歳から親子で参加できるクラスもあります。スケート教室の募集期間、申し込み、開講日など詳細はアイススケート場へお問い合わせください。

真田山プール(アイススケート場) 11天王寺区真田山町5-1-109、電話06-6765-0176

週月曜日(祝日のときは翌日)、12月31日、1月1日は休館。12月28日・1月4日は臨時営業します。

屋外アイススケートリンクは冬季限定です。今シーズン開催のバンクーバーオリンピックにちなんで、皆さんもアイススケートにチャレンジしてみたい。11月28・29日はオープン記念として半額で入場できます(貸し靴・付き添い土・日・祝日は午前10時から。毎日は対象外)。

主催: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

第8回 うえまちコンサート
~能舞台上で聴く リュートの愉しみ~ in 山本能楽堂

1/17(日) 開場13:30 開演14:00

入場料(全席指定席)1名様(税込)
S席 3,000円 A席 2,500円

リュート 高本 一郎 / ヴァイオリン 中山 裕一 / ソプラノ 高見 さなえ

曲目
・シチリアーナ ・グリーンスリーブス ・ある一人の美しき娘
・アヴェ マリア ・この道 …ほか(予定)

お申し込み
チケット希望枚数・希望席(S席/A席)・住所・氏名・電話番号を明記し、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」へお申し込みください。
はがき: 〒543-0001 大阪市天王寺区上本町8-1-14 ダイマルビル3F
TEL・FAX: 06-6779-7222 Eメール: uemachi@machi-sumai.com
お問い合わせ TEL&FAX: 06-6779-7222 (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」)

(会場アクセス)
地下鉄中央線・谷町線「谷町4丁目」駅下車 ④番出口より徒歩約2分

11/28 OPEN 大阪市内唯一の屋外アイススケートリンク 2009.11月28日(土) ~ 2010.3月10日(水)

真田山プール 屋外アイススケート場

◆営業時間 平日 9:00~18:00 土日祝 10:00~18:00 (いずれも最終入場 17:00)

◆休館日 毎週月曜日(休日に当たる場合は翌日)、12月31日と1月1日
◆臨時営業日 2009年12月28日(月)と2010年1月4日(月)

利用料金	1回券(当日券)	回数券(11回分)	1回券(1ヶ月)	シーズンパス
大人(16歳以上)	1,200円	14,000円	8,400円	20,000円
高齢者(65歳以上)	800円	8,000円	4,800円	10,000円
子ども(6歳以上)	600円	8,000円	4,800円	10,000円
観覧する保護者	200円			

●貸靴: 1足300円 ●貸せり: 30分/500円 ●ロッカー: 無料
●65歳以上の方は年齢を証明するものをご提示願います。
●身体障害者手帳をお持ちの方とその介護者は入場料無料(貸靴代は別途必要)。
●幼児(6歳未満)のお子様の滑走には保護者の同伴が必要です。保護者1名につき幼児2名まで。保護者は付添観覧券での入場はできません。入場券を購入の上、一緒に滑走してください。
●団体使用(30人以上)は団体割引を適用できます(窓口で受付)。
●貸靴は、30足以上で団体割引(1割引)を適用できます。
●専用使用につきましては、お問い合わせ下さい。
●回数券、定期券(シーズンパスを除く)は大阪プールアイススケート場・浪速アイススケート場でも利用できます。

●4回(1期、2期、3期)コース ●チョイスコース(レッスン日選択制) ●

教室名	レッスン時間	対象者	定員	対象レベル
土曜日	土 8:45~9:45	4歳~大人	100名	初心者~中級者
日曜日	日 8:45~9:45	4歳~大人	100名	初心者~中級者
幼児A	水 15:00~16:00	4歳~未就学児	20名	初心者~初級者
幼児B	金 16:00~17:00	4歳~未就学児	20名	初心者~初級者
小学生	木 16:00~17:00	小学1年~小学3年	20名	初心者~中級者
冬休短期A	12/25~28 8:45~9:45	4歳~中学生	100名	初心者~中級者
冬休短期B	1/3~6 8:45~9:45	4歳~中学生	100名	初心者~中級者

教室名	レッスン時間	対象者	定員	対象レベル
しっかり(12回)	木 17:00~18:00 土 16:00~17:00	小学生~大人	全体で60名	初心者~中級者
親子(4回)	金 10:30~11:30 金 10:30~12:00	3歳~未就学児との親子	全体で30組	初心者~初級者

受講料(税込) 入場料+貸靴代 1レッスン後1時間フリー滑走付き(一部対象外もあり)
<4回コース> 毎期ごとの手続必要 ・大人...6,000円 ・小人...5,000円
<チョイスコース> しっかり: (12回) ・大人...16,000円 ・小人...13,000円
親子: (4回) ・親子1子1...10,000円 ・親子2子2...14,000円

お得情報!! 11月28日(土)と29日(日)は入場料半額 (貸靴代別途、付添券は対象外)
真田山スケート場限定 シーズン内滑り放題バス12月30日(水)まで販売
11月中に2人以上で購入される方はそれぞれ200円引き
シーズンパスを購入された方には、もちろん「貸靴回数券」をプレゼント

詳細・お問い合わせは
真田山プール
大阪市天王寺区真田山町5番109号
06(6765)0176

JR 地下鉄「玉造」駅より南西へ徒歩約10分。公共交通機関をご利用ください。