辻外科病院グループ
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/
「介護」について、心通い合う仲間と
共に学んでみませんか？
～就職、転職したい方、家族介護のために～
4月受講生募集中！
☆ 学びやすい日曜日のスクーリング
☆ 駅からスグ会場が便利
☆ グループ内で研修・実習
また就労も可能
☆ 受講料5万円
キャッシュバック制度あり ＊条件あり
つじホームヘルパー養成通信講座
Tel:06-6775-3751

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
〒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/

うえまち

揮毫　一心寺 長老 高口恭行師

Monthly UEMACHI
2008 March 3
No.35
2月20日（毎月20日）発行

春のうえまちを楽しむ

3月は暦の上では春。少し寒さが残る日もありますが、卒業など年度替わりとともに、新しい春の訪れと出発に向けて胸が躍る季節です。

毎年、上町台地では春のイベントが随所で開催されますが、これは上町台地の公園や寺社にある桜の美しさ、はかなさを味わうことができる絶好の機会だからでしょうか。

本紙『うえまち』では4月に開催される春のイベントを一足先にご紹介します。NPO法人まち・すまいづくりが玉造稲荷神社と共催する「第2回うえまちコンサート」もご案内しています（7面に関連記事を掲載）。

また教育関連の情報も盛りだくさんです。『うえまち』で春の上町台地を先取りしてください。

（まち・すまいづくり）

第2回 うえまちコンサート

日本テレマン協会／玉造稲荷神社
NPO法人まち・すまいづくり

受付開始

7面に関連記事を掲載

「上町台地」の風景ー玉造稲荷神社

写真提供：玉造稲荷神社

天王寺七坂

一心寺長老　高口　恭行　師

江戸時代の後期になって国内旅行が盛んになり、いわば上方観光案内書として『摂津名所図絵』などが作られました。その中に夕陽丘の「天王寺七坂」が出てきます。今日的には天王寺区にある7カ所の坂みたいですが、言うまでもなく低地の船場から上町台地上にある、四天王寺へ参詣する7つの坂ルートというのが正確な意味でありましょう。北から真言坂、源聖寺坂、口縄坂、愛染坂、清水坂、天神坂、逢坂の7つを言いました。船場島之内から四天王寺へ参詣しようとすると松屋町―下寺町からこれらの細い坂道のどれかを上って行ったわけです。

真言坂には「生玉十坊」と呼ばれた真言宗10軒のお寺がありましたが、江戸末期から明治3年（1870年）の廃仏毀釈（きしゃく）運動でなくなり、名前と坂道だけが残っています。現在日本一交差点東南の角から鳥居をくぐって生國魂神社北門へ至る坂道がありますが、明治に「官幣大社」とされた生國魂神社へ船場から厳かに参詣するために新設された、いわば明治の新道です。もう一つ並びの坂道に「学園坂」がありますが、この道は昭和12年（1937年）に都市計画道路として新設され、当初は「夕陽丘新道」または「夕陽坂」と呼ばれていました。昭和17年に「家政学園」（現・大阪夕陽丘学園）ができて、今日では「学園坂」と呼ばれています。この場所は新道ができるまでは付近で最も深い谷で、台地の上の月江寺境内から谷底めがけてカワラケ投げが人気だったようです。一心寺北側の「逢坂」は国道25号となり、今では旧の面影がありません。

和み料理
御座 はんなり
上本町店
昼膳のおしなべて
《京弁当風》
日替り昼膳……一、000円　京弁当風各膳には口取八寸
日替りの単品料理　御番菜・煮焚物
天ぷら彩膳……一、200円　じゃこ御飯
天ぷら七彩盛り
お造り旬膳……一、300円　吸物（日替り昼膳のみ味噌汁）
お造り五旬盛り　香の物・フルーツ　コーヒー付き
《京懐石風》
月替り膳……一、800円（コーヒー付）
前菜三種盛り・お造り盛り合わせ
おでん盛り合わせ・焼揚物・茶碗蒸し
じゃこ御飯・吸物・香の物・デザート
京風あさり和田楽（20種類以上）100円～
逸品料理（40種類以上）
コース料理
おすすめ膳……一、880円
月替饗膳……三、580円
はんなり饗膳……三、450円～
●歓送迎会予約受付中●
お会計から…
10%割引券
ランチタイムもご利用頂けます
※他券との併用はできません。
※ご注文時にご提示下さい。
有効期限 平成20年4月末日迄
はんなり
出雲屋ビルB1
上町筋
千日前通
上本町駅
ハイハイタウン
近鉄百貨店
都ホテル
電話 06-6766-0141 定休日 無休
営業時間 am11:30～pm2:00
pm5:00～pm11:00（L.O.pm10:30）
住所 大阪市天王寺区上本町6丁目2-12出雲屋ビルB1
パート・アルバイト募集（ホール・キッチンスタッフ）

シェラトン都ホテル大阪
リブランド1周年記念
レストラン サンクス キャンペーン
3/1 sat. ▸ 4/30 wed.
シェラトン都ホテル大阪の直営レストランでは、抽選で豪華なプレゼントが当たる、
リブランド1周年記念レストランサンクスキャンペーンを開催しております。
期間中、お1人様2,000円以上（朝食を除く）ご利用いただきますと、国内のシェラトンホテルズ&リゾーツや
都ホテルズ&リゾーツの宿泊券をはじめ、豪華なプレゼントが当たります。詳しくはホームページ、またはレストランスタッフにお尋ねください。
シェラトン都ホテル大阪　お問合せ 06-6773-1111（代）
近鉄上本町駅直結・地下鉄谷町九丁目駅から徒歩約5分 www.miyakohotels.ne.jp/osaka/
シェラトン都ホテル大阪のレストランで、
春のひとときをお愉しみください。
お昼の献立を充実させました。
より一層ご満足いただける
お料理をご用意しております。
日本料理 うえまち【3F】
7:00a.m.～10:00a.m.
11:30a.m.～2:30p.m.
5:00p.m.～9:30p.m.
スペシャルランチは、3月より
ローストビーフをワゴンサービス
いたします。（毎月1日～15日限定）
レストラン＆ラウンジ
eu（ゆう）【2F】
6:30a.m.～12:00midnight
バイキング&カクテルラウンジ
トップオブミヤコ【21F】
11:30a.m.～3:00p.m.
5:00p.m.～11:00p.m.
中国料理 四川【3F】
11:30a.m.～2:30p.m.
5:00p.m.～9:30p.m.
鉄板焼 松阪【B1F】
11:30a.m.～3:00p.m.
5:00p.m.～9:30p.m.
カフェ&グルメショップ
カフェベル【M2F】
8:00a.m.～8:00p.m.
Sheraton Miyako
HOTEL OSAKA

NPO法人 まち・すまいづくり顧問 木村 政雄 氏

文教地域、上町台地で考える 人としての核と個性伸ばす教育を

大阪の文教地域、上町台地には公立、私立の学校、学習機関が多く、本紙『うえまち』でも教育関連の情報を多数掲載しています。そこで今回は「教育」について考えてみましょう。

今、国では成人年齢の引き下げが検討されています。18歳で成人としての判断や行動ができるかは疑問です。今の日本では30歳でもいいくらいではないでしょうか。戦後60年で日本の寿命は1・5倍になったのですから。本来成人ともなれば、勉強の出来以前に生きていく上で必要なバックボーン、そう、人として肝心な核となるものが身に付いていなければなりません。「やっていいこと、悪いこと」の判別くらいつかねばなりませんね。

また、現代の子どもは習い事が多く、学校以外の場所でも教育を受けています。そこで求められるものは「個性を伸ばす」ことです。私が編集長を務める雑誌『5L』の取材で対談した美術家の横尾忠則氏は学生のころ、成績にばらつきがあり1から5までさまざまだったといいます。彼は「オール5はオール1と同じじゃないか」と自分の個性について話をしました。

どうも旧来の日本人は同じ方向を向きたがる性質があるようで、「縦社会」などの言葉がそれを象徴しています。これからは、横でものを見る、また見えないものに目を向けることが必要ではないでしょうか。

教育＝エデュケーションの動詞「エデュケート」には「能力を導き出す」という意味があります。勉強ができる子もいれば運動ができる子もいます。皆が同じ規格的な人間を育てる時代ではありません。日本の経済は世界トップクラスかもしれませんが、発想や専門的分野では非常に遅れをとっているようです。これも今までの日本の教育の結果なのです。教育は国の行方に直接リンクする最も重要なことであり、そこにこそ国は金を掛けるべきでしょう。

さて、成人年齢と教育についての話。大人（親）は次の世代（子）へ引き継ぐ役目・義務があります。例えばリレーのバトンのようなもの。昨今バトンを落として渡せない人が少なくありません。生きるための核を教え、知識や技能などその手段を個性に合わせて育む。皆さんはどう考えますか？

「慈泉処（じせんしょ）」医療サービスが順調です！

一心寺倶楽部　事務局長　平田 秀瑞 師

慈泉処の医療サービスや相談が始まって5カ月。これまでに約60名が利用しました。

最初は様子を見ている節もあって、名前の登録を嫌がる人や医療相談よりも炊き出しが大事という人、医者嫌いでどうしても嫌がる人、「医者は小5の時に40℃の熱を出して以来、行っていないので要らない」という強靭（きょうじん）な人やら、さまざまでした。

慣れてくると、毎週4―5人が診察を受けるようになってきました。やはり生活環境を反映しているのでしょうか、外傷などの「外科」にあたる相談や治療が多いようです。

四恩学園の誇る名看護師は心まで癒やしてしまう温かい方。気さくで溶け込みやすいキャラクターに促されて、医療相談を受けた人が近ごろ少し打ち解けて、私たちにも話し掛けてくれます。相談はもちろんのことですが看護師さんの「顔を見に来た」という人も。

看護師さんに、不衛生からの水虫やこびり付いた角質を丁寧に処置してもらっていた時のその人の笑顔。きっと人の温もりや思いやりのある言葉に感じ入っていたのでしょう。

利用者が増えるに従って、医療相談サービスがぐいぐい効果を表してきました。慈泉処内では手に負えない外科処置が必要な患者を別の病院に紹介したり、医師の診断による「就業困難の証明」で生活保護の申請が可能になったり、いろいろな成果が生まれています。現在6名ほどの利用者が生活保護の申請に通過し、アパートを借りることができました。

慈泉処の機能として、可能な範囲の治療のほかに、重症患者を救急搬送したり、無料の病院を紹介し福祉サービスを受けられる道筋を示したりするなどがあります。

慈泉処に来て、相談する。このことが利用者の今後を大きく変えることになるようですが、利用者のほとんどがそのことを知りません。もし慈泉処がなかったら、その人のけがや病気は放置されたままになったのかと思うと、きっかけの大切さと責任を同時に感じます。

今後、シャワーサービスとともに医療相談の利用も積極的に呼び掛けようと思います。

▽一心寺倶楽部事務局＝06・6774・2500、午前9時―午後5時　http://www.isshinji.or.jp

一心寺「慈泉処」の脱衣場（上）と医務室（下）

中村学級の同窓会を開きます！

聖和小・昭和34年3月卒業生 旧友との再会を呼び掛け

何十年ぶりかに聖和小学校（天王寺区寺田町）卒業生の同窓会が開催されます。昭和34年（1959年）3月に卒業した中村学級の児童の皆さんの集いです。

同学級の卒業生らは5・6年生のころ、京都府京丹後にある間人（たいざ）小学校の同学年の児童と学習を通じて文通や行き来をしていました。音信が途絶えていましたが、聖和小学校のホームページが取り持つ縁で再会の機運が上がり、同窓会開催の話が進んでいます。担任の中村登先生も健在で、楽しみにされているとのこと。

中村学級の一人でも多くの旧友が集まればと呼び掛けています。

▽連絡先＝電話06・6771・7837（東野亘陽氏）

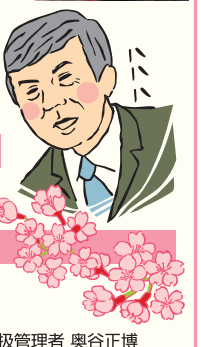
『うえまち』では、配布エリアに該当する地域の幼稚園・小中学校・高校で開催される各種イベントなどの告知、参加者募集など呼び掛けを掲載いたします（個人のご要望にはお応えできない場合もあります）。編集局までご連絡ください。

大人の課外授業　5L［ファイブエル］編集長 木村政雄といく　4/5(土)1便30名限定!

水陸両用バス de 大阪花見ツアー

昨年末に日本で初めて実現した観光用水陸両用バスを貸切り、陸から水上から、春爛漫の大阪をいく花見ツアーを木村政雄がプロデュース！　車内では落語家 笑福亭風喬が楽しく道中をご案内。いつもとはちょっと違う目線で大阪の桜の名所を満喫しませんか。

日程　2008年4月5日(土) <13:00集合/13:30出発/15:30解散予定>
参加費用　お一人さま　9,800円(税込)
集合場所　シティプラザ大阪1階　大阪ダックツアー受付カウンター
募集人員　30名(先着順)　※定員になり次第、締め切らせていただきます。残席わずかですので、お早めにお申込みください。



この記事に関するお問合わせ
TEL.06-6539-5146【受付時間】10:00～18:00(土日祝・休)
ライフエンタテイメント株式会社 大阪事務所　〒550-0015 大阪市西区南堀江2-3-18-600 南堀江21

この旅行のお問合わせ・お申込み
TEL.06-6929-0110【受付時間】9:30～18:00(土日祝・休)
http://www.osaka-ducktour.com
旅行企画・実施:日本水陸観光株式会社（大阪府知事登録 第3-2439号）　総合旅行業務取扱管理者 奥谷正博
〒534-0011 大阪市都島区高倉町1-14-15-5F　TEL.06-6929-0110　FAX.06-6928-0284

一心寺おすすめ　呼吸のヨーガ教室

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

I supply healthy & clean!

おかげさまで、この地域で54年目

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10-3　TEL6772-4535
北　店/天王寺区上汐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

●お得な季節割引のご案内●
SALE 3月
そろそろ毛皮や革の衣類のお手入れを!
毛革・革製品 20%OFF
3/20まで　ダウン製品 30%OFF

クリーニングのことなら、お近くの「丸善舎」まで
匠の技術 クリーニングの　CLEANING 丸善舎
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（2007年4月現在）

◆Uemachi Healthy Information◆

たにまちクリニック

わきが治療は健康保険適用

レーザー脱毛 シーズン前がお勧め

体質や遺伝などわきがになる原因はさまざまです。皮膚科・形成外科・美容外科のたにまちクリニックはわきが治療も行っており、「切開法」による治療の場合、健康保険が利きます。切開法は、皮膚を反転・裏返してわきがのにおいのもとで衣服に付く黄ばんだ染みの原因、アポクリン腺を除去する方法で、確実な効果を得られます。わきがかそうでないかの判断は難しいとのこと。同クリニックでは日本形成外科学会の認定専門医がカウンセリングで一人ひとりの要望・相談に応じて的確な診療を行います。

同クリニックは、安全で効果の高い医療用ダイオードレーザー脱毛機（半導体）による脱毛施術も行っています。皮膚にダメージを与えることなく素早くきれいな肌を実現します。色素の薄い白い毛を除き、場所を問わず太い剛毛も脱毛が可能で、個人差はありますが通常4－6回程度レーザー照射を行うことによって、ほとんど毛が生えない状態にすることができます。両脇の脱毛なら約10分程度で完了。施術のために毛を伸ばしておく必要はありません。脱毛施術後は強い日差しに当たらない方がよいため、薄着になるシーズン前の受診がお勧めです。

▽たにまちクリニック＝天王寺区生玉町1-30、生玉ビル8階、電話06・6776・8966、完全予約制（診療時間は午前10時－午後1時、午後2－7時、月・木曜日休診）

http://www.tanimachi-clinic.com/

大阪教弘 教育研究論文 最優秀賞に清水谷高・稲川教諭

地域商店街と交流、開かれた学校づくり

大阪府教育公務員弘済会が府内の教員を対象に教育実践記録（研究論文）を公募し、優れた作品に助成金を交付する、教育研究助成事業。このほど平成19年度（2007年度）の入賞者が決定、最優秀賞・個人研究の部に清水谷高校の稲川孝司氏が選ばれました。

論文のテーマは「教科情報における本物教育と開かれた学校づくり」。稲川氏は7年間、座学的な授業から脱却し、地域商店街との触れ合いを通して各商店のポスター、webページを作成し、実践活動の成果を上げました。生徒に学ぶ意欲を高め、生きる力を育成するとともに地域の活性化にも貢献した点が評価されました。

最優秀賞のほかに優秀賞4編、入選4編が選ばれ、各論文は『教育研究収録（第14集・大阪教弘創立50周年記念号）』にまとめ全市校園に配布されます。

表彰式は1月21日、たかつガーデン（大阪府教育会館）で行われました。

研究発表する稲川教諭

匠の技術で洗濯･･･Dr. 米田の

プロが教える衣類のお手入れ　毛皮・皮革製品の注意点

冷え込みが厳しくなり、毛皮・革製品を着用する機会も増えました。今回は、毛皮・革製品を取り扱うときの注意点についてDr.（ドクター）米田に伺いました。

皮革製品は衣料素材として使われていると動物の皮であるということを忘れがちですが、人の皮膚と同じように擦れたり引っかいたりすれば傷ができます。私たちの傷は治りますが、革製品の傷は永遠に直ることはありませんから丁寧な取り扱いを心掛けてください。皮革は一般の繊維製品と違って、非常に複雑な構造になっており、汗や汚れが染み込みやすく、取れにくいという性質があります。また、水分を吸い込みやすく、ぬれた部分は縮んでしまいますので雨の日は要注意です。

毛皮製品は、もしぬれても絶対に熱をかけてはいけません。乾いた布でよくふいた後、自然に乾燥させてください。熱を加えた部分の毛が縮れて硬くなってしまいます。温度が高いと老化が進みます。収納はなるべく冷暗所に保管するようにしてください。毛皮衣料のほとんどは、毛皮の品質をそろえるために、背なら背の皮だけを何枚もはぎ合わせて作られていますので、着用やクリーニングによって、多少形が変化しやすいといえます。クリーニングに出すとき注意してください。

▽クリーニングについてのお問い合わせ
丸善舎　電話06・6771・6646（本店）

“ヘレンさんの”お料理レシピ

岩崎ヘレン先生

豚の角煮 大根添え（4－5人分）

長時間煮込むだけで、とろけるうま味が味わえる一品です。

〈材料〉
- 豚ばら肉の塊 ……600g
- 青ネギ……1本
- ショウガ……1かけ
- 大根 ……1/3本（半月切り）
- 八角……2個

（煮汁の材料）
- ＊しょうゆ……40cc
- ＊キビ砂糖……20g
- ＊日本酒……80cc

〈作り方〉
①油を引かないフライパンに豚肉の脂身を下にして表面をじっくりと焼く。きつね色になるまで表面を全部焼きます。
②湯をたっぷり沸かし、表面を焼いた豚肉、ネギ、ショウガ、八角を加え、沸騰したら中火にし、落としぶたで2時間ほどゆでる。
③柔らかくゆで上がった豚肉はざるに取り出して、食べやすい大きさに切る。
④鍋に煮汁の材料入れて煮立たせ、切った大根と豚肉を入れ、弱火で30分くらい煮る。煮汁が半量になったくらいのところで火を止める。
⑤器に豚肉を盛り、レタスやショウガの千切りを添える。

見え方の質（Quality of Vision）ってご存じですか？ ④

目から得る情報は、脳に届く情報の80%以上といわれています。目は社会生活を営む上で大事な器官です。今回は花粉症（アレルギー性結膜炎の一つ）についてお話しします。アレルギー性結膜炎に関して正しい知識を持っていただいて、より良いQOVを手にしてください。

①最近のアレルギー事情

2007年の調査では、日本人の24・5%から28・7%の方が何らかの原因でアレルギー性結膜炎にかかっています。約4人に1人の計算です。最近では小児や新生児の患者さんも増えています。アレルギーの原因は採血をして調べます。

②アレルギーは予防できる？

花粉症の場合、できるだけ花粉と接しないように工夫します。ゴーグル型の眼鏡や花粉防止用のマスクの着用が最も効果的です。花粉が飛びやすい日は外出や洗濯物などを外に干すことを避けます。外出から帰宅したときには服に付いた花粉を十分に落とすようにしましょう。目を洗うことは目を傷つけてしまうこともあるため、何度も洗うことはお勧めしません。1日1回にとどめましょう。

○院長：武蔵国弘
○略歴：京都大学医学部卒
医学博士　日本眼科学会認定専門医
医療・健康に関するセミナー執筆活動を積極的に行う

ホームページ http://dreamclinic.org/
直通電話（06）6772-6341

DREAM CLINIC むさし ドリーム眼科
天王寺区筆ケ崎町5-52 ウェルライフ上本町クリニックプラザ203（大阪赤十字病院西隣 阪急ファミリーストア前）

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？ ⑫

今回はマウスピースについて。最近、マウスピースを入れる方が増えています。その目的は、スポーツ用・歯ぎしり防止用・治療用とさまざま。目的に応じて、硬さ・厚み・色が異なります。治療用のものは、専門用語で、アプライアンスやスプリントと呼ばれることもあります。

当院でお作りするもので、最も多いのが「歯ぎしり防止用」。実は、自覚がなくても、眠っている間に、歯ぎしりをされる方が多くおられます。歯ぎしりをしていると、歯が削れたり欠けたりひびが入ったりするほか、歯周病の進行や知覚過敏を引き起こす原因になります。お口が開きにくくなったり、顎に痛みを生じる、顎関節症を招くこともあります。起きているときに、歯ぎしりの音をわざとしようとしても、できません。想像以上に強い力がかかっているのです。

ホームケアでお口の中の炎症は予防できます。歯ぎしりやくいしばりによって過剰にかかる力をコントロールするのが、マウスピースです。歯科医院で歯の型を採って簡単に作ることができます。歯ぎしり防止用は、厚みが約2ミリのソフトタイプを就寝時に入れて頂きます。初めは、違和感があるかもしれませんが、不快で使えなかった方は一人もおられません。寝ている時にくいしばりのある当院のスタッフからも、朝目覚めたときの、顎のだるさがなくなったという声があがっています。

マタニティ歯科では、出産用のマウスピースもお作りしています。出産時に食いしばって歯が欠けたお母様がおられたためです。また、小児歯科では、小さなお子様の歯ぎしりのご相談もよく受けます。子どもは成長の過程で、生理的に歯ぎしりをすることがあります。これは悪い力にならないので、ご安心下さい。

上本町ヒルズ歯科クリニック
TEL. 06-6774-4182
www.uehonmachi-hills.jp
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。
天王寺区筆ケ崎町5-52ウエルライフ上本町201　大阪赤十字病院西隣

夜うずく肩の痛み（治療編）

早期の注射と適切なリハビリが肝要

肩の疼痛（とうつう）には起こって約1週間以内の「急性期」と、それ以後の「慢性期」があり、それぞれ治療法が異なります。

① 急性期

症状が出て2－3日はとても痛みますので、まず痛みの原因の炎症を鎮めます。即効性があるのは、消炎のための関節内注射、これでまず辛い夜間痛から救われます。もちろん肩を安静にして、湿布や消炎薬を服用することも大切です。しかし痛みのため3日以上肩を動かせないと関節内で癒着が起こり、肩が上がらなくなります。この時期に適切なリハビリテーション治療を行えば癒着も防げ、早期に回復しますが、不幸にして癒着が起これば慢性的な痛みに悩まされることになります。

② 慢性期

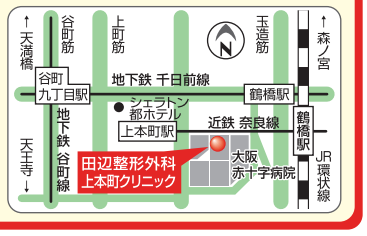
ここでも注射とリハビリが治療の中心となりますが、この注射は消炎を目的とはせず、癒着を防ぎ関節の動きを改善するヒアルロン酸ナトリウム液を関節内に注入します。そして癒着をはがし肩の動きを元に戻すためのリハビリ訓練が必要となります。この時、自己判断でマッサージをしたり、肩をグルグルまわしたりしていると腱板（けんばん、前号参照）を傷つけ悪化しますので、正しい運動法を専門医に指導してもらうことが重要なポイントとなります。

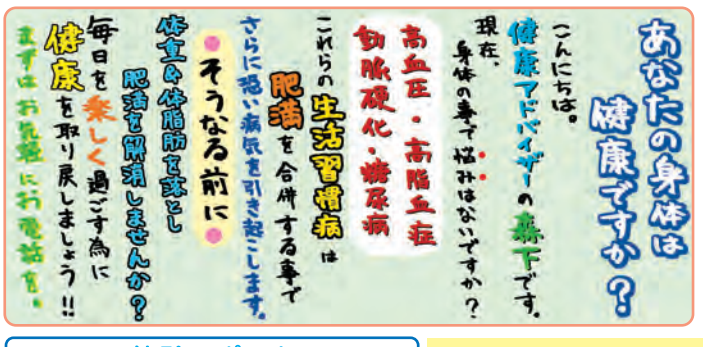
ひじを直角に曲げた状態で、両腕を脇の下につけ、手先を外側に回旋して、痛みが起きたり、動きが悪かったりすれば関節内の癒着があると考えるべきです。

五十肩は夜間痛・運動痛が強く辛いものです。早期の注射と適切なリハビリ訓練により、初めて痛みや運動障害から解放されるのです。

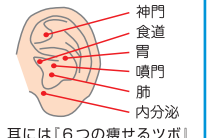
医療法人 暁会
田辺整形外科
上本町クリニック
◆ 通所リハビリテーション併設 ◆
整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科・外科
松崎 浩・田辺 暁人
＜診療時間＞ 9:30～12:30　15:30～19:00
＜休診日＞ 土曜午後・日曜・祝祭日

近鉄上本町駅・JR鶴橋駅より徒歩5分
地下鉄谷町線 千日前線 谷町九丁目駅より　徒歩8分
〒543-0027 大阪市天王寺区筆ケ崎町5-52ウェルライフ上本町クリニックプラザ内
TEL. 06 6774-1151





お気軽にお電話下さい！



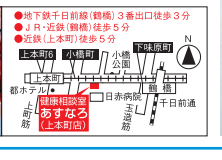
耳には「6つの痩せるツボ」が集中しています。ツボを刺激することで食欲が自然に抑制されます。

▼ 体験レポート ▼
運動で体をきたえていたため、筋肉のせいだとあきらめていました。耳ツボをはじめてみたところ体に負担なく、そしてストレスもなくやせることができました。

3ヶ月で身体に負担なくやせる
身長157cm・38歳、女性（元祇園のママさん）
体重 66.3kg → 48.2kg 18.1kg減！
体脂肪 37.5% → 27.6% 9.9%減！

成功例は90%以上
時間：カウンセリング約30分～1時間
回数：週1～2回
期間：2～4ヵ月

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
TEL 06-6774-1230
〒543-0028 大阪市天王寺区小橋町14-61
http://www.asunaro-uehonmachi.com/



Uemachi School Information

ロイヤルアイビーアカデミー
親子で一緒に英語が学べる
ママ・パパ向けしつけ英会話も

ロイヤルアイビーアカデミーは、英語だけでなくフランス語も本格的に学べる語学ステップアップスクール。イマージョン教育が好評です。

目的やレベルに応じて選択できる多彩なコースがあり、小学生コースは7レベルのクラス分けを実施。初・中級からネーティブレベルまで実力に合ったレッスンを行います。

最上級クラス「セレクト」は、特に高度な内容を学べるため帰国子女生に人気が高く、インターナショナルスクールやプリスクールからの転入生も受け入れています。

遠足やクッキング、パジャマパーティーなどの課外授業、イベントを多数実施し、子どもだけでなく保護者にも好評です。

1歳児と保護者が一緒に英語を学べる「親子クラス」と、「ママ・パパ向けしつけ英会話コース」も新設されたので、親子で一緒に英語を学んでみてはいかがですか。

▽ロイヤルアイビーアカデミー＝天王寺区上汐3-1-6、イオ上本町ビル1階・2階・5階、電話06・4305・1190

大阪YMCAランゲージセンター天王寺
子どものための特別プログラム実施
英会話など春の無料体験受付中

大阪YMCAランゲージセンター天王寺は、英語や韓国語、中国語など多彩な講座を開講し、子どもから大人まで外国語を学びたい人を応援しています。

幼稚園、小学校低学年・高学年の子どもが対象の「スプリングインターナショナルキッズプログラム2008」は、春休みを利用してインターナショナルスクールのカリキュラムを体験できるもの。授業は外国人講師がすべて英語で行います。日本人アシスタントが授業の補助を行うので小さな子どもも安心してレッスンを受けられます。期間は3月24―28日、3月31日―4月4日のそれぞれ5日間。少人数クラス制で集中的に効果的な学習を行うことができます。

同センターでは現在春の無料体験を受け付け中。実施クラスや日程は電話で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・8363

富士通オープンカレッジ 谷四ハローワーク前校
初心者・中高年のためのパソコン講座
少人数の授業方式で仲間と楽しく

初心者や中高年のためのパソコン講座を開講している富士通オープンカレッジ谷四ハローワーク前校は、3月10―15日、説明会・無料体験会を開催します。

同校は少人数クラスでの授業方式をとっています。気軽に質問できる楽しい雰囲気と分かりやすく丁寧な説明が好評。全くの未経験者も安心してパソコンに取り組めます。クラスの仲間と新しいコミュニケーションの輪が広がることも多いそうです。

ゆっくり楽しく学べる「パソコン入門」「パソコン活用」「ホームページ」「デジタルカメラ」など多様なコースを設定。自分のやりたいことに合わせて最適なレッスンを受けられます。エクセルやワードも基礎から学べます。

パソコンを始めたい、もっと活用したいという人は、説明会・無料体験会に参加してみては。

▽富士通オープンカレッジ谷四ハローワーク前校＝中央区農人橋1-4-25、中央ユーコムビル、電話06・6944・0733

NPO法人ピースポット・ワンフォー
太極拳やフラなど中高年向け講座も充実
なにわ創生塾（なにわ知楽）受講生募集

NPO法人ピースポット・ワンフォーが運営する「なにわ創生塾（なにわ知楽）」では、イベントの実施やユニークな講座を開講しています。歌声サロン、太極拳、シニアのためのフラダンス、中高年のためのいきいきヨガなど、身体に無理なく続けられる中高年向けの講座も充実しています。

ほかに古典・文化・手仕事の講座も開講。藤沢周平を読む会、上方絵本を読む、能・文楽・歌舞伎を百倍楽しむ大阪人講座、古典講座、手作りアクセサリー、ハワイアンキルト講座など。4月からは源氏物語を読む講座も予定しています。

自分の能力と体力にあったもの、関心のある対象から少しずつ始めてみませんか。入会金3000円、受講料は1000円から（講座により異なります）。

▽NPO法人ピースポット・ワンフォー「なにわ創生塾」事務局＝天王寺区小橋町2-12、モリタビル5階、電話06・6765・2111

歌声サロン（上）と太極拳（下）

めばえ幼児才能学園
受験対応の幼児教育専門総合教室
知識・学力・しつけ身に付く

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幼児教育専門の総合教室です。幼・小受験対応で有名校合格実績も多数。

「知能開発」「こども英会話」「野外教育活動」「発達障害児教育」の4つの部門で知識や学力、しつけが身に付く教育を行っています。

知能開発は子どもの豊かな潜在能力を引き出します。知恵・読解・数の3本柱に造形教育を盛り込んでいます。

早期英語教育を求める人には、こども英会話MEBAE KIDS（めばえキッズ）が人気。

「いきいき教室」は、学習障害傾向がある子どものための教室。原因や状態を正確に把握するテストも受けられ、豊富な経験と正しい情報で親子をサポートします。

「元気っ子」は畑仕事や川遊び、牛の乳搾りや乗馬など、自然体験を通じて社会性・リーダーシップ・自然科学の目を育てます。

▽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、上本町グランディムビル3階、電話06・6763・2201

スリムストーン
話題のホットピラティス、ホットヨガ
2周年感謝デー3月9―11日岩盤浴半額

女性専用の岩盤浴サロン、スリムストーンは岩盤浴室で行うホットピラティス、ホットヨガの教室を開講しています。

ピラティスはリハビリのために考案されたので、運動が苦手な人も安心して始められます。体を支える内側の筋肉を鍛えることで基礎代謝も高まり、体の内側から美容と健康に効果をもたらします。

ピラティス教室はアシュタンガヨガの後にピラティスも体得した青木康子さん、ヨガ教室はデイビッドさん、シャイアンさん、光音さんが講師を務めます。初めての人に限り3500円のレッスンを2000円で体験できます。

3月9―11日の3日間オープン2周年感謝デーとして岩盤浴が半額になります。

▽スリムストーン＝中央区谷町9-3-7、電話06・6763・6883

特典

うえまち読者に限り岩盤浴90分とフェイシャル60分のコース、通常8200円が6000円になる特典あり。詳しくは別掲広告をご覧ください。

MEBAE
めばえ幼児才能学園グループ
平成20年度生募集！　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　しつけ・読解力　数的センス・考える力
乳幼児部（0～6歳）●才能育成 ●知育造形
小学部（1～3年）●ピタゴラス ●算数 ●読解国語
幼小受験（2歳児・年中・年長）●近大附属、城星、追手門　大阪・奈良帝塚山 ほか多数合格
平成20年度　要予約　春期生募集！　見学・無料体験随時実施中　まずはお気軽にお問い合わせ下さい。
大阪本部教室　大阪市天王寺区東高津町11-7上本町グランディムビル3F　TEL06-6763-2201

★発達障害児教育
○多動傾向がある ○言葉が遅い ○順番が待てない
○自閉傾向（アスペルガー症候群・高機能自閉等）
○学習障害 ○行動面で少し気になる…などでお悩みのお子様に
発達検査（K-ABC）を受けてみませんか？ ＜対象年齢：2歳半～小学6年　検査料：¥8,400＞
いきいき教室　天王寺区東高津町11-7上本町グランディムビル　TEL06-6763-1118

★野外教育活動　対象：4歳児～小学6年生
●リーダーシップと社会性を育てる
●自然科学の目を育てる
●豊かな自然体験をする
《新設》「エデュケーター」コース　小学4年生～6年生対象
元気っ子 野外教育活動本部　奈良市西大寺東町2-1-63　TEL0742-30-5218

★こども英会話　MEBAE KIDSの特徴
外国人と日本人講師の長時間英会話
A とにかく話せる英語（バイリンガル）が目標です。
B 年齢を重視します。
C 子供の精神的な発達を大切にします。
D しつけ教育にも力をいれます。
MEBAE KIDS　TEL06-6763-2201

中高年・初心者のための パソコン講座
富士通オープンカレッジ
『講座方式』だから分かりやすい!!

3月 無料体験会
10日(月)～15日(土)

ビスタクラスも開講中
お申し込みの方には
詳細資料をお送り申し上げます

ゆっくり楽しく習得できるコース
●パソコン入門 ●パソコン活用
●デジタルカメラ ●ホームページ作成

谷四ハローワーク前校
受付(月～土)9:00～18:00 FAXは24時間受付
http://www.c-ucom.co.jp
〒540-0011 中央区農人橋1-4-25
OpenCollege
TEL.06 6944-0733
FAX.06-6944-0741

今なら入会金無料!!
YMCAの英会話
成人英会話・キッズ英会話・中国語・韓国語
YMACの歴史と経験を生かした各種コースをご体験頂けます。
知識豊富な講師陣がお待ちしています！
春の無料体験レッスン受付中！
Spring International Kids Program 2008
春休みを利用してインターナショナルスクールのプログラムをご体験できます。
外国人講師が担当し、授業はすべて英語で行われます。
① 幼稚園クラス（新年少～新年長）　◆①～③の各クラス定員12名◆
② 小学生新1～3年生クラス　③ 小学生新4～6年生クラス
★ Week 1：3月24日(月)～28日(金)　時間：9:30～14:50
★ Week 2：3月31日(月)～4月4日(金)
★ 授業料：各期40,000円(消費税・教材費を含みます)
※詳しくはランゲージセンターまでお問い合わせ下さい。
大阪YMCAランゲージセンター天王寺
〒543-0054 大阪市天王寺区南河堀町9-52
TEL:06-6779-8363 http://www.oylc.org
地下鉄谷町線 YMCA ECC予備校 大教大 東映ホテル MIO 天王寺駅 至梅田 至百舌鳥 近鉄百貨店 地下鉄御堂筋線 天王寺バイパス

体験授業 0円　さらに今なら入会時 1万円OFF!
高校生必読！お役立ち小冊子プレゼント
◎一流講師の授業を教室PCで1講座から受講可【安くて充実】
◎受講日時は自由に決められあとで変更も可能【自由で柔軟】
◎3段階学習システムで授業をその日の内に習得【予習は不要】
PTC ブロードバンド予備校 上本町校
お問い合わせ・お申込は電話またはEメールで
06-6774-0808
ptcbby@gmail.com
天王寺区石ケ辻町4-11 上六アップライゼビル4F
PTC (Perfect Tutorial Combination) の私立中高生指導センターでも学校の授業を大切にして効率よく勉強時間をふやすことができます。
千日前通り 近鉄上本町駅 浜学園 上町筋 アウィーナ大阪 清風学園 PTC
近鉄上本町駅より南東へ徒歩3分浜学園東隣

詳しくは 宮田塾 検索 または 完全少人数制塾 検索 (WEB特典有)
http://miyatajuku.com
無料体験授業実施中
中学受験国語を専門とする受験国語錬成コースについては 受験国語 塾 検索
当塾 携帯サイト
●完全少人数制のクラス編成(対象 小学1年生～中学生) 小学低学年6名程度・小学高学年・中学生9名程度
●塾長・副塾長による責任指導
●塾生の学習全般をサポート
●基礎から応用まで無理なく学力・成績を伸ばします
●休んだ日も安心！欠席振替制度有
三井住友銀行 玉造交差点 長堀通 地下鉄玉造駅 東京三菱UFJ 玉造筋 大阪信用金庫 JR鶴橋駅 幸相山公園
完全少人数制 宮田塾
TEL.06-6761-0027 天王寺区玉造本町6-3

ロイヤルアイビーアカデミー
新年度 保育士・教諭 募集中
目指すは、インターや欧米のボーディングスクール（私立寄宿舎校）
●安心の月謝制●
・スピーチコンテスト
・英検参加校
推奨コース 1才児からの英語英才教育
★親子クラス（1才児と保護者）
★ママ・パパ向け しつけ英会話コース
2才～小学生各コース 受付中!!
目的レベルに合わせたコース選択
① 国際部英語科・フランス語科
② 日本語幼児学園
③ 通園児向け放課後、土曜コース
④ 小学生　初級～ネイティブレベル
⑤ 子供フランス語科　初級～上級
⑥ 夏期集中コース
★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。
英才スクール International Prep School ROYAL IVY ACADEMY
(有)ジャパン エデュケーション　大阪市へ届出済
TEL&FAX 06-4305-1190
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

大阪市立自然史博物館
ようこそ恐竜ラボへ！
化石の謎をときあかす

大阪市立自然史博物館は3月15日―6月29日、長居公園内の花と緑と自然の情報センター2階ネイチャーホールで特別展「ようこそ恐竜ラボへ！―化石の謎をときあかす」を開催します。

同展はモンゴル科学アカデミーと恐竜共同調査を行っている林原自然科学博物館の全面的な協力を得て、「化石を発掘・調査し、新しい事実を見つけ、復元する」という、恐竜研究のプロセスに焦点を当てた内容。またその成果として、日本初公開を含む化石標本（大型植物食恐竜のサウロロフスやコリトサウルス、肉食恐竜のバリオニクス、アロサウルス、エドモントニアの全身骨格化石、デイノニクスの復元模型など）を展示します。

恐竜研究のプロセスをテーマとした本格的な展覧会は日本で初めて。恐竜研究者たちの仕事や「化石という地球のメモリー」につぶさに接することで、今までにないリアルな感動を体験できるでしょう。

入場料は大人1100円（前売り1000円）、高校・大学生600円（同500円）。

▽大阪市立自然史博物館＝大阪市東住吉区長居公園1-23、電話06・6697・6221、午前9時30分―午後5時（入場は閉館の30分前まで）、月曜日休館（ただし4月28日・5月5日は開館、5月7日＝水曜日＝は休館）

http://www.mus-nh.city.osaka.jp/

迫力ある恐竜の模型展示

プレゼント

10組20人に同展の無料招待券をプレゼント。はがき、FAXまたはEメールで編集局へご応募ください。3月10日締め切り。

761・8055
http://www.noh-kyogen.com

プレゼント

同公演の無料招待券を2組4人にプレゼント。ご希望の方は編集局までご応募ください。2月29日締め切り。

大槻能楽堂
『源氏物語』千年紀、関連能をシリーズ上演
第1回は「源氏供養―語入」

大槻能楽堂は千年紀を迎える『源氏物語』を題材にした能を取り上げ、「能の魅力を探るシリーズ―源氏物語千年を記念して―源氏物語に見る能」として上演します。

第1回は3月22日、「源氏供養―語入」。安居院の法印が『源氏物語』の書かれた石山寺に向かう途中、里の女に呼び止められた。光源氏の供養とともに、わが身の弔いも請う女は、実は紫式部の霊であった。夜も更け、石山寺で法印が供養をしていると、紫式部の霊が現れて―。シテに観世流宗家・観世清和を迎えます。お話「源氏物語と死」の講師は哲学者・梅原猛氏。

料金は一般前売り4200円、当日4700円、学生は一律2600円。

▽大槻能楽堂＝中央区上町A番7号、電話06・6

能「源氏供養」の一場面

PTCブロードバンド予備校 上本町校
必要な講義をいつでも受講可能

PTCブロードバンド予備校では、一流講師の授業を教室のパソコンで好きなときに受講することができます。同校の大きな特長が予習不要の画期的な3段階学習システムです。「導入講義」でポイントや例題の解き方を理解し、「自主演習」で導入講義の類題を自分で解き応用問題にもチャレンジ。「解説講義」で演習問題の解答と解説を聞き、内容の確認と知識の整理を行います。

センター試験対策や超難関ハイレベル講座のほか、基礎から学べる講座など80以上の講座を開講中。4月にはさらに充実して講座数は100を超えます。無料体験授業もあり。一度体験してみては。

▽PTCブロードバンド予備校・上本町校＝天王寺区石ケ辻町4-11、上六アップライゼビル4階、電話06・6774・0808

宮田塾
完全少人数クラスで責任指導
将来にわたって伸びる真の学力育成

宮田塾は小・中学生を対象に、基礎から応用まで無理なく学力・成績を伸ばす指導を実践している完全少人数制の学習塾です。将来にわたって伸びていく真の学力を育成します。小学校低学年は6人、高学年と中学生は9人程度のクラス編成で、すべての塾生に目が届くきめ細やかな指導が特長です。アルバイト講師を使わずに、指導経験豊富な塾長と副塾長が責任を持って指導しています。

難関中学受験国語を専門とする「受験国語錬成コース」もあり。読解力を高めることは、ほかの教科の成績アップにもつながり学習全般に役立ちます。実際の授業やクラスの雰囲気を体験することができる無料体験授業を実施中。気軽に問い合わせを。

▽宮田塾＝天王寺区玉造本町6-3、電話06・6761・0027

たらふく
厳選生けトラフグ
下関から毎日空輸

フグ（フク）魚匠料理の店たらふくは下関から毎日空輸される1200g以上の大きな生けトラフグだけを厳選して使用。「てっちり」「炭焼きふく」フグの上にネギとしょうゆ漬けニンニクをのせて食べる同店のオリジナルメニュー「ふぐの炙（あぶ）り焼き」が各200

てっちり・てっさ・炙り焼きが2000円

0円と手軽な価格で楽しめます。コースは5500円から。

「誕生日や記念日に当店ご利用の方は、ご予約のときにおっしゃってください。お好みのボトルを1本サービスいたします。『うえまち』を見てとご予約いただければ、チケットがなくても10％割り引きますよ。お昼の時間も5人以上でしたらご予約承りますのでご相談ください。寒の戻りの時期のフグは身に脂がのって、白子も最高においしいですよ」（おかみの樋口久美子さん）

▽たらふく下味原店＝天王寺区筆ケ崎町1-9、電話06・6773・1429

特典

うえまち読者に限り10％割引特典あり。詳しくは別掲広告をご覧ください。

老舗の伝統の味を守り、本当に美味しいふぐを提供するお店
活ふくコース ¥5,500(2名様より)
湯引き・てっさ・てっちり又は焼きふく・雑炊・果物
てっちり・炭焼ふく・ふく炙り焼 各2,000円
歓・送迎会 予約受付中！
5名様以上のご予約でお昼もご利用頂けます
下味原町交差点 至大阪 至今里 たらふく 玉造筋 JR鶴橋 近鉄鶴橋 至上六 東亜美容学校 銀行 至天王寺
たらふく 下味原店
06-6773-1429
大阪市天王寺区筆ヶ崎町1-9
http://r.gnavi.co.jp/k027707/
営業時間…17:00～24:00
得々!! 10%割引券
本券をお持ち頂くか予約時に「うえまち」を見たとお伝え下さい。
有効期限 ―平成20年3月末日迄―

なにわ創生塾で心も身体もいきいきと!!
あなたの好奇心を応援。
●太極拳（月）10:30～12:00
●シニアのためのフラダンス（火）11:00～12:00
●中高年のためのいきいきヨガ（木）10:00～11:00
●歌声サロン（第1・3火）14:00～16:00
なにわ創生塾（なにわ知楽）受講生募集！
その他、古典・文化・手仕事などの講座も開催中
■源氏物語を読む講座（4月開講予定）
■藤沢周平を読む会　■古代史漫談
■手作りアクセサリー　■古典講座
■近世・色町・遊女論　■朗読講座
■障害者のためのパフォーマンス
■能・文楽・歌舞伎を百倍楽しむ大阪人講座　■上方絵本を読む
■ハワイアンキルト講座　■『ローマ人の物語』を読む講座
NPO法人 ピースポット・ワンフォー なにわ創生塾
TEL 06-6765-2111
http://www.naniwa-sousei.net
FAX 06-6765-8821　E-mail info@p-spot14.com
〒543-0028 天王寺区小橋町2-12 5F

ホットピラティス
骨盤矯正・ダイエットに効果的！ ホットヨガ
2周年感謝デー
3/9・10・11 3日間限定
岩盤浴 半額
トライアルレッスン
¥3,500をぽっきり ¥2,000
なかなか痩せない…
デスクワーク、立ち仕事で偏った筋肉や骨盤の歪み等をヨガ・ピラティスで解消！
うえまち読者限定
岩盤浴 90分＋フェイシャル 60分
通常¥8,200→1回 ¥6,000
※他券併用不可
女性専用 岩盤浴 SLIM STONE
年中無休 06-6763-6883
URL http://www.slimstone.jp
■営業時間：10:00～22:00（最終受付 20:30）
■住　所：中央区谷町9-3-7 中央谷町ビル1F
地下鉄4番出口 谷町9丁目交差点 東徒歩10秒
ファミリーマート 谷町9丁目駅 4番出口 スリムストーン 生國魂神社 千日前通

今年も4月6日に上町台地（夕陽丘・逢阪一帯地域）で「なにわ人形芝居フェスティバル―夕陽丘・花参り」が開催されます。12回目。上町台地の寺、神社、劇場などが主体となり、花祭りの季節に子どもたちが集まるイベントを行おうと、4月の第1日曜日に寺や神社を「人形たちのブロードウェー」に見立て、芝居小屋として人形劇、伝統芸能、大道芸、花嫁行列、歴史散策ウオークなどさまざまな催しを開きます。人形浄瑠璃の生みの親文楽翁、浄瑠璃の竹本義太夫をはじめ、歌人、天文学者、思想家、織田作之助などの作家、芸人など文化人を生んだ土壌であること、また日想観に象徴されるように夕日の美しさ、趣のある天王寺七坂、豊かな緑などの地理的好条件に恵まれていることを知ってもらい、子どもたちとの交流を通じて地域文化の振興を目指します。「パペットアニメ」「クレイアニメ」などの上映も含め、各方面の文化・芸能の紹介とエンターテイメントを追求し、民間主体・地域主体の手作りイベントとして、さまざまな挑戦をしています。

なにわ人形芝居フェスティバル運営委員会事務局
天王寺区逢阪2-6-13、一心寺シアター倶楽内
電話06-6774-2877、FAX6774-4003
Eメール：ningyofes-since1996@officeb1.net
http://ningyofes.blog21.fc2.com/

【スペシャル企画1】

●人形芝居の上演（要バッジ）＝劇団デフ・パペットシアターひとみによる絵本から生まれたセリフのない人形劇『だいじょうぶ、だいじょうぶ?』。手話をテーマに2つの話を組み合わせたオムニバス。一心寺シアター倶楽で午後1時から。ほかプロ・アマの劇団による人形劇上演。

【スペシャル企画2】

●アニメーション映像作品の紹介（要バッジ）＝日本の有名アニメ作家の作品、村田朋泰「家族デッキ1―4」、こぐまあつこ「雪渡り」「クレイアニメ　太鼓の達人」、船本恵太らによる「WORKU第1話　FROM BEHIND」「WORKU第2話　THE WALL（バージョン3）」「WOLF GANG THE SONIC SHOW」ほか、船本恵太と人形作家柴倉一二三が講師を務めた西武池袋コミュニティ・カレッジ「パペット・アニメ体験教室」の受講生38人が5つのグループに分かれて制作した人形アニメ5作品を上演。

●伝統芸能の上演（無料）＝人形浄瑠璃など芸能の上演。

●花嫁行列（無料）＝イベント当日、本物の結婚式を挙げるカップルに仏式結婚式をプレゼント。式の前には人形たちと一緒に会場を花嫁行列が練り歩きます。

●こども花祭り行列（無料）＝「花祭り」の行事の一環として稚児と誕生仏を背中に乗せた白象の行列で、お寺を訪問します。午後1―3時、大蓮寺―良運院。

●上町台地歴史自然ウオーク（要バッジ）＝てんのうじ観光ボランティアガイド協議会の人たちの案内で、上町台地の歴史と自然を学びながら散策。コースは4つ。テーマに即した場所や人物のお墓・名跡などを訪ねます。各寺の秘蔵の品々が見られるかも。

●スタンプラリー（無料）＝会場を巡ってスタンプを集めると、天王寺の名産品が当たるガラガラ抽選券をもらえます。

●ガラガラ抽選会＝スタンプラリーの完走者とバッジを購入者は抽選会に参加できます。DSライト・折り畳み自転車などが当たります。

●チャレンジランキング＝靴飛ばし、空き缶積みなどの記録を全国規模で競います。子どもも大人も挑戦して、上位ランクインを目指そう！

一心寺山門前。

●大道芸パフォーマンス（無料）＝バルーンアートや昔懐かしい大道芸など。

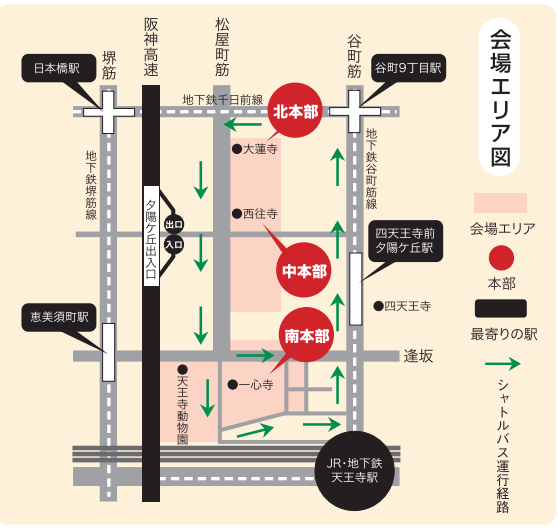
●路上時代劇（無料）＝一心寺東側路および会場内の寺院の境内などで、アウトドアの時代劇が突然始まります。巻き込まれないように気を付けて！

●チャンバラ体験塾（無料）＝本物の殺陣師の先生を招いて、子どもたちにチャンバラごっこを教えます。

●紙芝居（無料）＝自転車の荷台に積んであめを売りながら、という昔ながらのスタイルの紙芝居。

※当日はシャトルバスを運行。北会場と南会場の移動をスムーズに行えるようにしました。

「家族デッキ1―4」（上）、「クレイアニメ 太鼓の達人」（下）



★フリーパスバッジ★

人形芝居フェスティバル当日上演されるすべての人形劇、アニメを観覧できます。人形劇・アニメーション以外の催事は無料（物販・似顔絵などを除く）。

料金は大人・子ども一律５００円。１０人以上団体割引あり。就学児童（６歳未満のお子様は無料。

▽前売り＝一心寺シアター倶楽で販売（４月５日まで）

▽インターネット予約＝Ｅメールで氏名・住所・電話番号・年齢・希望個数を事務局へ送付（４月５日午後４時まで）。当日本部テント（一心寺山門前）にメールのプリントアウトを持参

※前売り特典として、バッジ１枚につきガラガラ抽選券１枚プレゼント。

※今回の応募により知り得た個人情報は第１２回なにわ人形芝居フェスティバルのフリーパスバッジ販売に関する目的以外には利用しません。

▽当日＝人形劇会場、アニメーション会場、本部テントで販売

▽予約・問い合わせ＝なにわ人形芝居フェスティバル運営委員会事務局

●第２回夕陽丘写真コンテスト募集要項●

【テーマ】夕陽の魅力を撮る

２００８年４月１日から９月の彼岸までの期間、夕陽丘周辺地域で開催されるイベントや街の風景などを通して、夕陽丘および上町台地の魅力を撮影者の感性で写真に収める。

【応募締め切り】１０月１日必着

【　賞　】最優秀賞（１点）　賞金１０万円

優秀賞（２点）各賞金５万円

佳作（３点）各賞金1万円

入選（１０点）記念品

人形フェス賞（１点）賞金５万円

【応募方法・規定など詳細の問い合わせ】

なにわ人形芝居フェスティバル運営委員会事務局

夕陽丘写真コンテスト係

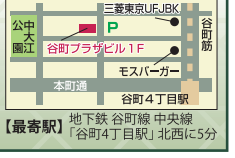
あなたの街の工務店

[ARCH RECIPE] アーキ・レシピ
www.arch-recipe.com
㈱ワークス・ワンと提携
建築家５人のコンペで
理想の住まい/リフォーム
新築を皆様にご提案
安心、住まいをご提供
１階サロンで住まいの事
お気軽にご相談下さい。
検査 JIO
皆様に愛されて創立53周年
株式会社 朝日工務店
大阪府知事許可（般-17）6845号
TEL.06-6771-6286
〒543-0032 天王寺区細工谷1-10-13
http://www.asahi-koumuten.jp/

千福料理塾
料理マスター講習 実食・実習
毎日時間がなくていそがしいけれど、少しずつでも料理を体験して知識や技術を身につけていきたいと思っている人のために。
◆コツを身につけたい
◆簡単に出来る方法を覚えたい
◆プロの技を体験したい
◆趣味として長く続けたい
等々
日程・時間・覚えたい料理のメニューなど全て自分で決めて１～５人までのグループで参加

定員	マンツーマン１回　１名～５名
内容	１回目は当店メニュー
費用	１回 ２時間 3000円(税込)
日時	土、日、祝日　朝９時～17時で予約相談

なにわ割烹 千福
大阪市中央区北新町4-1
谷町プラザビル103
TEL 06-6944-3189
FAX 06-6752-6447
（住所 氏名 年齢 TEL 記入）
【最寄駅】地下鉄 谷町線 中央線「谷町4丁目駅」北西に5分



一心寺シアター倶楽 公演情報

★『一心寺シアター倶楽劇団支援プログラム「7・5・3企画」』

伝統行事の七五三にあやかり、当劇場では『劇団支援プログラム「7・5・3企画」』と銘打ち、これから伸びていくであろう劇団の成長を手助けし、育成に尽力する企画を行っています。今回で５回目。

■一心寺シアター倶楽「7・5・3企画」演劇賞一般審査員募集

参加劇団にさらなる向上と目標を掲げるべく演劇賞を設けることになり、審査員を若干名募集します。対象は高校生から90歳までで、５劇団すべて観劇できる人。５公演すべてを観劇後、スルットＫＡＮＳＡＩを進呈します。締め切りは２月29日。応募多数の場合は抽選。所定の応募用紙もしくは必要事項（名前・フリガナ・年齢・性別・住所・電話番号・メールアドレス・所属・観劇および審査に対する意気込み・劇団へのメッセージ）をメールにて送付ください。

参加劇団と公演期間は、３月は別記の通り、

５月はガバメンツ（10・11日）、感動（gandong）Ｆactory（16―18日）、よろずやポーキーズＥＸ（31日―６月１日）。

■３月参加ラインアップ

ミジンコターボ「不死身のゲドウ」

▽作＝竜崎だいち、演出＝片岡百萬両

▽出演者＝片岡百萬両、Sun!!、竜崎だいち、白野景子、後藤菜穂美、弘中恵莉菜

▽日時＝３月14日午後７時、15日午後３時・７時、16日午後１時・５時

▽料金＝前売り2,500円、当日2,800円

▽問い合わせ＝072・996・4488（劇団）

コメディユニット磯川家

「ベリー・ベター・ストーリー～それはチョコレートのように～」

▽作・演出＝保木本真也

▽出演者＝上野淑子、菊池祐太、斉藤孝太、島岡亮丞ほか

▽日時＝３月25―28日午後8時、29日午後4時30分・8時、30日午後1時・4時30分、31日午後4時30分

▽料金＝前売り2,000円、当日2,500円、フル10,000円

▽問い合わせ＝080・6131・0137（劇団携帯）

★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＝３月８―10日、午後１時

▽出演＝京山幸枝若、真山広若、春野恵子、天中軒月子

▽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）

21日寄席「桂かい枝、桂吉弥 二人会」

▽出演＝桂かい枝、桂吉弥

▽日時＝３月21日午後０時30分

▽料金＝前売り1,000円、当日1,500円

▽問い合わせ＝06・6774・4002

（一心寺シアター倶楽）

一心寺シアター 倶 楽

電話 06・6774・4002

各線天王寺駅より北へ徒歩８分

http://www.isshinji.or.jp/theater/

上町台地の春はイベントが盛りだくさん。「なにわ人形芝居フェスティバル」には私も毎年出掛けています。子どもさんからお年寄りの方まで、多くの人が訪れ、楽しく過ごせるフェスティバルは、上町台地の春の風物といえるでしょう。皆さんもぜひお出掛けください。

編集局長のちょっと一言

第2回うえまちコンサート
バロック音楽と夜桜を
4月6日玉造稲荷神社で

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」は、4月6日に玉造稲荷神社で「第2回うえまちコンサート・バロックと夜桜をうえまちで」を開催します。上町台地で活躍するさまざまな地域コミュニティーが同じ日にイベントを開催する「上町台地・にぎわい春の陣」の一環として行うもの。協力日本テレマン協会、協賛玉造稲荷神社、音羽、福屋工務店。

運営委員会では、同コンサートのチケットを販売、予約を受け付け中です。

A・Bの2回公演で定員は各公演80人。食事付き。

時間＝A公演、午後4時30分受け付け、5時演奏開始、6時食事。B公演、午後5時受け付け・食事、6時15分演奏開始。

会場＝玉造稲荷神社参集殿2階広間（食事は参集殿1階広間）。

料金＝1人2000円、（花見すし付き）。

出演＝バイオリン中山裕一、リュート高本一郎ほか。

プログラム＝J・S・バッハ「G線上のアリア」、J・パッヘルベル「カノン」、A・ビバルディ「バイオリン協奏曲・ホ長調・四季より『春』」ほか。独奏　中山裕一、演奏　テレマンアンサンブル。（演奏者・演奏曲目は変更の場合あり）

▽参加申し込み＝はがきまたはFAX・Eメールで、「うえまちコンサート」A公演またはB公演チケット希望と人数・住所・希望者全員の氏名・年齢・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」（543-0001大阪市天王寺区上本町8-14、ダイマルビル3階、電話・FAX06・6779・7222）へ送付。先着順。

※土・日・祝日は電話による問い合わせに対応できない場合があります。

住むまち・上町台地フォーラム
ひと・時・和む上町台地―彼岸の夕陽丘を読み解く

四天王寺でフォーラムを開催

上町台地マイルドHOPEゾーン協議会は3月9日、四天王寺学園和光館（四天王寺西門横）で住むまち・上町台地フォーラム「ひと・時・和む上町台地―彼岸の夕陽丘を読み解く」を開催します。講演と鼎談（ていだん）の2部構成。上町台地の過去と現代の暮らしや生き方について語り合います。午後2―5時。

1部は山折哲雄氏（国際日本文化研究センター名誉教授）による「夕陽が照らす現（うつつ）と彼岸―上町台地と日本人の精神史」講演。2部鼎談では南谷恵敬（四天王寺執事・四天王寺国際仏教大学教授）、秋田光彦（上町台地マイルドHOPEゾーン協議会事務局長兼理事・上町台地からまちを考える会代表理事）、弘本由香里（大阪ガスエネルギー・文化研究所客員研究員）の3氏が「夕陽を臨む上町台地から育む心」をテーマに語り合います。

参加費無料。ただし事前に申し込みが必要です。定員550人。2月28日必着（応募者多数の場合は抽選）。往復はがきに郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号、同伴者氏名を記入し、上町台地マイルドHOPEゾーン・フォーラム係（543-0051、天王寺区天王寺1-11-18、四天王寺本坊）へ送付。1通につき2人まで申し込めます。インターネットでも申し込みできます。問い合わせ＝携帯電話080・6188・1784

http://uemachi.cotocoto.jp

コンサート、上映会など
高津宮3月のイベント

高津宮（高津神社）では一年を通してさまざまなイベントが開催されます。寒さも少し和らぎ、動きやすくなってきました。参加型の催しもありますので、家族や友人と一緒に、お参りがてら高津宮へ出掛けてみませんか。3月の予定は次の通り。

◇

1日「遊牧の民の調べ―馬頭琴とドンブラ」

モンゴル人の遊牧民で、自分の耳だけを頼りに曲をアレンジし自在に弾きこなすゴビの天才馬頭琴弾きコンドン・ネルグイの演奏と、モンゴル在住のカザフ人、リヤス・クグルシンによるカザフの民族楽器ドンブラの演奏と歌の2部構成。

各部の初めに帯広大谷短大講師の西村幹也氏が「ゴビというところ」「カザフの土地と生活」と題してスライドレクチャーを行います。午後7時開演。2000円（中学生以下無料）。

2日「音舞絵・LIVE&ワークショップ」

クリスタルボール、スチールパン、シタールなど珍しい楽器で無国籍音楽の即興ライブと、体を動かし絵を描く癒やしのワークショップ。出演は神代和博ら。午後0―6時（予定）。料金は2000円。

16日「六ケ所村ラプソディー上映会」

青森県六ケ所村に建設された使用済み核燃料再処理工場の賛成・反対をめぐるドキュメンタリー映画。監督・鎌仲ひとみ。第1部が午前10時から映画、トークショー、インド楽器シタール&タブラ演奏。第2部は午後2時30分からトークショー、映画の後、変形型ジプシーパンクバンドCyclub（サイクラブ）と、ハウス・ダブ・ジャズ・民俗音楽などが融合したフリースタイルユニット、ハパイロのライブを行います。前売り1300円、当日1500円、映画のみ1000円。

▽高津宮＝中央区高津1-1-29、電話06・6761・2628（社務所）

http://www.kouzu.or.jp

高津宮社殿

スリーエムハウスリフォーム
安全・安心の地域密着型サービス
オープン3周年、工事800件を突破

紳士服を主力に、眼鏡のメガネ本舗、ドリームビジョン、金券ショップのチケットスーパーなどさまざまな分野で事業を展開するスリーエムは今年創業55周年。同社のハウスリフォーム部門であるスリーエムハウスリフォームはオープンして3年目を迎えます。

安心・安全をモットーに、どんなささいな工事も誠意を持って対応しており、工事件数は800件を突破、大型案件も多数手掛けるまでに成長しました。

スリーエムハウスリフォームが最も大切にしていることは施主との対話と信頼。地域密着型にこだわったサービスの追求を目指しています。問い合わせから見積もり、本契約、工事、アフターメンテナンスまで、専門スタッフによるきめ細かなコンサルティングを通じて一人ひとりの暮らしの夢をしっかり受け止め、建築士やコーディネーター、職人、協力業者などプロの施工スタッフの豊富なノウハウと経験を生かし、より満足のいくプランで具現化します。

リフォームなら大きな予算を掛けずに、できる範囲で少しずつリニューアルすることが可能です。水回り、内装、外壁、オール電化、全面改装はもちろん、どんな小さな工事にも応じます。まずは相談から。藤井寺にショールームもあります。

▽スリーエムハウスリフォーム＝天王寺区城南寺町8-22、スリーエムビル内、フリーダイヤル0120・04・0619

ショールーム（上）と事務所（下）

『うえまち』4月号は、3月20日発行です。記事・広告掲載のお申し込みはお早めに。

快適な暮らしのお手伝い

理想の暮らしの扉を開く。
スリーエム 創改工房
ハウスリフォーム
0120-04-0619
大阪府知事許可（般-17）第124885号

私たちにお任せください！

スリーエム ハウスリフォームのお約束
安心　確実丁寧な施工はもちろんのこと、アフターサービスもしっかり！
誠実　お客様のご要望をしっかりお聞きします。また、しつこい訪問は一切いたしません。
満足　お客様がご納得いただける適正な価格と施工プランをご提案いたします！

家族が思い描く夢の数だけ住まいのプランが広がる。それを実現するのがスリーエム ハウスリフォームのかけがえのない仕事です。
相見積り、喜んで承ります。

スリーエム ハウスリフォーム株式会社
本　部／大阪府大阪市天王寺区城南寺町8-22（株式会社スリーエムビル内）Tel.06-6762-5354
藤井寺店ショールーム／大阪府藤井寺市沢田1-28-1（西名阪藤井寺インター前）Tel.072-954-1146
奈良王寺出張所／奈良県北葛城郡王寺町王寺1-2-5（王寺郵便局横、スリーエム、メガネ本舗王寺店内）Tel.0745-72-6637
www.3m-house.co.jp　最新情報はコチラ！今すぐアクセス!!

お蔭さまで 創業55周年
（株）スリーエム　特別記念プライスにてご提供
三菱電機 インバーター照明（6～8畳用）限定10台 サンキュー 3,900円
リンナイ ガラストップコンロ（ビルトイン型60）限定5台 55,000円

近鉄奈良線「上本町」駅より徒歩10分、貯金事務センター北側

水まわり施工一例　毎日使うから、ご要望にお応えしながら清潔で快適な空間をお創りします。

お風呂のリフォーム
リラックスしたバスタイムをお楽しみいただけるように、空間イメージを一新しました。素材は抗菌・防臭加工のものなど、お手入れしやすいものを使用。

キッチンリフォーム
レンジ台上には換気扇を取り付け、空調も改善。スッキリと使いやすいキッチン台へ大変身です！さらに、角度を自由に調節できるスポットライトもさりげない大きな工夫です。

トイレリフォーム
洋式便器への変更とともに、収納と手洗い台も設置。便座横には捕まり棒と取り付けるなど、使いやすさにこだわりました。

医療機関でのアンチエイジング（若返り治療）

たるみにはサーマクール

従来困難とされていた皮膚の奥深くまで届く特殊なエネルギーで皮膚の表面にダメージを与えずに加齢による皮膚のたるみ・シワを改善していきます。他にも小顔・ニキビ・ニキビ跡・毛穴の開き改善にも効果的。若々しい肌が甦ります。

しみ・そばかす・赤ら顔・細かいシワにはフォトフェイシャル

キャンペーン!!　通常31,500円 ▶ 初回10,500円

IPLという光エネルギーだけを皮膚に与え、ハリに必要なコラーゲンを増加させ、くすみ・そばかす・赤ら顔を改善。また、肌質も改善でき、今後のお肌のトラブル防止にも非常に効果的です。コラーゲンの再生を活性化させ、潤いと弾力を与え、お肌が内側から美しく変わっていきます。

表情じわにはボトックス

ボトックスを注射することで眉間や額の表情シワを改善することが可能な、メスを使わないプチ整形の一種です。

目元・口元のシワにはヒアルロン酸

目元や口元のちりめんジワ、ほうれい線を改善したり、ほんの少し鼻を高くしたりなど、切らずにお手軽な人気のプチ整形です。

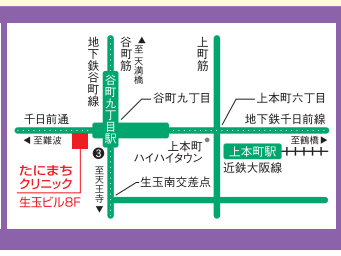
鼻を高く整えるにはヒアルロン酸プチ整形

ヒアルロン酸は人間の皮膚細胞と同じ成分なのでリスクが少なく、お気軽にメイク感覚で、鼻を高くしたり形を整えたりすることができます。

二重まぶた埋没法

メスを使わず、かつ念入りなカウンセリングであなたに合ったキレイな二重が短時間で実現します。

皮膚科・形成外科・美容皮膚科・美容外科
たにまちクリニック
☎06-6776-8966
大阪市天王寺区生玉町1-30 生玉ビル8F
●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。
ホームページ http://www.tanimachi-clinic.com



保険適用

わきが治療　わきがは、アポクリン腺という汗腺の一種から出る汗が、皮膚の雑菌などによって分解され発生します。切開してアポクリン腺を除去する「切開法」という施術で確実な効果が得られます。

ホクロ・イボ除去　当院ではホクロやイボを高周波で瞬時に除去します。局部麻酔後に治療しますので、施術中はほとんど痛みもなく、1つを除去するのに、10分程度と短時間であっという間に完了します。

傷跡・ケロイド治療　火傷や切り傷、手術の後などにできる傷跡や隆起してできたケロイドなど、人によってはコンプレックスと感じる症状も、形成外科の手技による修正手術などで、目立たなくし、かつ機能的改善も得られます。

ドクターに聞く・医療機関ならではの美肌治療

クリニックの美肌治療フォトフェイシャルでしみ・くすみ・赤ら顔・シワを改善!!

私がお答えします
院長 鈴木 昌秀
医学博士
日本形成外科学会 認定専門医
日本美容外科学会 認定専門医
日本臨床抗老化医学会 認定専門医
近畿大学形成外科 非常勤講師門医

メイクやお手入れではどうにもならない肌トラブル。今回はそんな肌の悩みを解消できると噂のフォトフェイシャルについてお話します。

フォトフェイシャルとはどのような方法ですか?

肌トラブルの原因となるターゲット（メラニンや毛細血管など）に、IPLという有効な光をお顔全体にあてることで、光のエネルギーが熱に変わり、沈着してしまったメラニンにダメージを与えると同時にコラーゲンの再生を活性化させるので、お肌が内側から美しく改善されます。フォトフェイシャルの光はターゲットのみに反応するため、素肌を傷つけることなく、トラブル部分のみにダメージを与えることができます。ですから、お肌への負担がほとんどありません。

どのような症状に効果がありますか?

シミ・そばかすは、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剥がれ落ちます。顔以外にも首や胸元にも使用できます。肌表面に見える余分な血管にダメージをあたえることで、赤ら顔を改善し、また、目尻などの細かいシワにもフォトフェイシャルは効果をもたらします。そして、コラーゲン増生作用により、肌の内側からふっくらとハリが蘇ります。フォトフェイシャルの高い効果は、国内外の医学会や権威のある医学誌でも数多く評価され、広く認められている医療行為です。

◇◇◇ Uemachi City Information ◇◇◇

シェラトン都ホテル大阪　フラワーアレンジメント講座

プリザーブで作るフラワーバッグ チューリップのスタイリッシュなアレンジ

シェラトン都ホテル大阪は3月5日と19日のレディースクラブセミナーに、日比谷花壇プロフィットデザイナー山田香代氏を講師に招いて、フラワーアレンジメント講座を実施します。

5日は「プリザーブで作るフラワーバッグ」。スマートなスクエアのハンドバッグに、モカブラウンやヘーゼルナッツカラーのシックな色合いのプリザーブローズをアレンジします。

19日は「チューリップのスタイリッシュなアレンジ」。ガラスのローボールにクリアな剣山を使い、チューリップのみずみずしさを活かしたスタンディングブーケ風のアレンジです。

両講座とも午後1時30分から。ホテル会員6000円、一般7000円（ティー&焼き菓子付き）。花材変更の場合あり。

プリザーブで作るフラワーバッグ（上）
チューリップのスタイリッシュなアレンジ（下）

▽問い合わせ・申し込み＝シェラトン都ホテル大阪マーケティング部、電話06・6673・6047、平日午前9時―午後5時

レディースクラブへは満18歳以上の女性なら誰でも入会可能。年会費は5000円。ティー&ケーキ券プレゼント、ホテル内のレストラン・バーでの飲食や宿泊・ブライダル料金の割引、新プランのモニター参加などさまざまな特典があります。

ホテルでランチ　新メニュー登場

シェラトン都ホテル大阪内のレストランで楽しめる、お得なランチを紹介。

3階日本料理「うえまち」では、新メニューが続々登場。「ちらし寿司膳」2500円、「姫懐石」6000円、「割烹カウンター昼膳（天ぷら又はにぎり寿司）」各5000円。「ちらし寿司膳」と「割烹カウンター昼膳」は平日のみです。

2階レストラン&ラウンジ「eu（ゆう）」の「スペシャルランチ」3000円は、内容が半月に一度替わり、3月からローストビーフのワゴンサービスを始めます（毎月1日―15日限定）。

掲載メニューの提供はいずれも午前11時30分―午後2時30分です。

三田村印章店

労働大臣賞受賞の印章店

確かな技術で質高い実印・創作印制作

三田村印章店は実印や遊印など多様な印章を、労働大臣賞受賞の確かな技術で制作・販売しているお店です。

同店では個人の認印・実印はもちろん企業向けの各種印章まで幅広く取り扱っています。寺院向けの特別な印章の彫刻や復刻など、技術が必要とされる注文も受け付けています。

店主の一級技能士、三田村熙菴（きあん）さんは、百貨店やコミックマーケットでの実演販売も行っています。希望に合わせて細かい点までこだわって作り上げる創作印や遊印も好評です。

新社会人には実印を、書画を楽しんでいる人には創作印を贈り物にしても喜ばれそうです。

▽三田村印章店＝中央区和泉町1-3-2、電話06・6943・8003

特典　うえまち読者に限り、10%割引のサービスを受けられます。詳しくは別掲広告をご覧ください。

大切な印鑑は良い物を長く使いたい

労働大臣賞受賞作の印影。印文は「邪馬台国吉野ヶ里遺跡」

御座はんなり

メニューが増えて充実のランチタイム

うえまち読者は昼も夜も10%割引

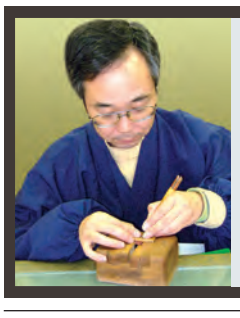
手作り料理と「京風あさり和田楽（おでん）」が人気の御座はんなりでは、好評の日替わり昼膳に加えて新メニューが登場。ランチタイムのおもてなしがさらに充実しました。

メーン料理に口取り八寸、おばんざい、煮炊き物、じゃこご飯、吸い物（日替り昼膳はみそ汁）、香の物、フルーツ、コーヒーが付く京弁当風の昼膳は「日替り昼膳」1000円、天ぷら7彩盛りの「天ぷら彩膳」1200円、お造り5旬盛りの「お造り旬膳」1300円。ほかに京懐石風の「月替り膳」1800円も好評です。

夜は40種類以上の逸品料理や1品100円からのおでん、造りや小鍋、おばんざいが味わえ、コース料理も充実。個室なので落ち着いて食事や会話を楽しめます。各種宴会も受け付け中。

▽御座はんなり＝天王寺区上本町6-2-12、出雲屋ビル地下1階、電話06・6766・0141

特典　うえまち読者に限り、10%割引特典あり。詳しくは別掲の広告をご覧ください。



熙菴の遊印制作者
一級技能士 三田村熙菴

労働大臣賞受賞の店
技に自信あり
御寺院様用印章彫刻（復刻）承ります
この広告をご持参の方に限り 10%引き（4月末迄）
参考価格
黒水牛 15ミリ姓名入り ¥16,800（税込）
象　牙 15ミリ姓名入り ¥29,400（税込）〜
労働大臣賞受賞の店 三田村印章店 TEL.06-6943-8003
〒540-0019 大阪市中央区和泉町1-3-2 FAX.06-6943-8002 http://kiann.ftw.jp/

あなたに、"出会えて本当によかった"と思って頂けるよう一生懸命がんばります。

診療時間
平日
■午前 9:30〜1:00
■午後 2:30〜7:00
休診日
土曜日・日曜日・祝日

上六・谷九駅より各徒歩5分

癒しの心と職人の技で皆様の健康に尽くします。
上本町プラザ歯科 TEL.06-6775-0118
〒543-0002 大阪市天王寺区上汐4丁目1-33
http://homepage3.nifty.com/plaza-dc/

さらに熱く、感動的に、お買得ラストスパート!

3月20日（木・祝）
増床リフレッシュオープン。
1階売場スペースが広がり、正面入口は美しく、ブランドや商品もいちだんと充実。
おもてなしの心いっぱいに生まれ変わる上本町店にご期待ください。

ホームページアドレス
www.d-kintetsu.co.jp

Kintetsu 近鉄上本町
電話(06)6775-1111
全館 朝10時→夜8時
12階レストラン街は夜10時まで営業

2月21日（木）→3月12日（水）
各階　※商品は多数ご用意しておりますが、売り切れの節はご容赦ください。
※改装工事中はご不便、ご迷惑をおかけしますが、なにとぞご了承ください。