

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  
URL 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

発行部数：毎月72,000部  
配布地域：大阪市中央区東部・天王寺区・阿倍野区北部  
配布方法：ポスティングと設置による無料配布

発行 NPO法人 (特定非営利活動法人) **まち・すまいづくり**

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/



2014  
**2**  
如月(きさらぎ) 月刊・第106号

人生を愉しみたい  
**介護付賃貸居室**  
短期滞在も可

**くら commons ライフサポート**

大阪市天王寺区大道3丁目4-3  
TEL 06-6775-0345  
www.curacommons.jp

「立」から始まる新たなスタート

年が明けて1カ月が過ぎましたが、皆さまはどんなスタートを切られましたか。慌ただしく過ぎていった1月が終わるとすぐに節分がやってきます。節分は立春の前日とされていますので、今年は2月3日(月)です。旧暦でいうと立春が1年の始まりともいわれれています。1月に出遅れを感じている方は、気持ちの上での再スタートのチャンスです。

1年を24分割した二十四節気のうち、立春、立夏、立秋、立冬は四季の始まりを表します。ここで使われている「立」は「始まり」を意味しています。果立つ、旅立つという言葉

葉にも「立」が使われ、それぞれ「始まり」という意味が含まれています。まちは人がつくるものであり、人のつながりが大きな動きをつくりだします。つながりはちよつとしたきっかけでできるもの。上町台地の地域情報紙「うえまち」では、皆さまの「立」のお役に立てる情報を提供してまいります。

編集長に着任して2年目になる2月は、私にとっても重要な「立」の月です。寒さに負けず「うえまち」とともに成長してまいります。さらなる「指導、よろしくお願ひ申し上げます。」

(編集長・西坂友秀)

田端修(都市プランデザイナー) × 高口恭行(心寺長老)  
夕陽丘らしい「まちなみ景観」③  
下寺町の面白み

〈高口長老〉下寺町のまちなみ景観をレベラアップしていく上で考えるべきことは何でしょうか。

前項では、後背緑地を持つ杜寺群のまちなみを、下寺町の景観的な特徴であると述べました。とはいもの、この通りの南寄りや西側にはこれとそぐわないかに見える規模や形状・デザインをもつ建物も建ち並んでいます。まちなみ景観を整える上では相反するかに思えるこの2方向をどのように理解することができのでしょうか。

下寺町の西側には10階以上のビルが多くはマンションが増えています。その流れは北寄りです。特に強く、東側の杜寺群と西側の高層建築群という、言ってみれば不釣り合いで違和感のある通り景観を見せています。ごくごく常識



東側の杜寺群と西側の高層建築群が対照的な下寺町のまちなみ

的には、道路の両側のまちなみが似通い、あるいはそろっているところが景観の一体性が感じられるなど好ましいといえます。ですが、必ずしも通り一遍に考える必要はありません。

ここでは、通り西側は大阪の古くからの一般市街地にかかる「商業地域」、東側はゆつたりとした敷地利用の杜寺群に対応すべく「第2種住居地域」という、それぞれの用途地域指定が働いています。後者にはさらに自然環境維持のための「風致地区」指定がなされるなど、都市計画等に定められている条件が、現実のまちなみ形成の背後にあるわけです。

午後4時から 営業中

**居酒屋 花助**

ご宴会は

ちゃんこ鍋	大皿・大鉢	飲み放題
3,800円	2,500円	7,500円

少人数から異60名様まで宴会可!!

年中無休 TEL(06) 6773-4036 駅徒歩2分

近鉄大阪上本町駅・地下鉄谷町九丁目駅 近く

人気のちゃんこ鍋コース

中高年の方のためのパソコン教室

くり返し、ゆっくり、ていねいに、楽しく

無料見学随時受付中

富士通オープンカレッジ 谷四ハローワーク前校

電話 06-6944-0733 FAX.06-6944-0741

電話受付(月~土) 9:00~17:30

中央区農人橋1-4-25 谷町線・中央線 ⑧番出口

箸がとまらない 極うま塩昆布

「直火仕込み製法」により炊き上げた濃厚な旨さ

職人の技術で、超とろ火の火加減により、秘伝の煮汁にじっくり溶け出した旨みを昆布に染み込ませています。

大阪で熟成された 昆布原料

北海道噴火湾の海底から温泉が湧き出る浜の近くで育った真昆布を、大阪の温暖な瀬戸内の気候で三年寝かし、旨みが熟成したものを炊き上げています。

天然酵母で熟成 さらにまろやか

発芽玄米成分ギヤバなど天然酵母の力で健康成分が醸造されているから、健康を気にされている方にもお奨めです。りんごやミカンなど果物で味付けしているから濃厚なのに「まろやか」な味わいに仕上がっています。塩分や糖分を控えている方にこそ召し上がって頂きたい健康塩昆布。それが、塩昆布風発酵食品「舞昆」です。

**舞昆のこだわり**

心斎橋店：中央区久太郎町3-4-22  
営業時間：朝10時~夜18時まで(年内無休)  
市営地下鉄「本町駅」12号出口から心斎橋商店街入って4件目すぐ「セルフ大西」の隣にあります。

大阪直営店10店舗他、JR大阪駅桜橋口近エキマルシェ大阪店・JR高槻駅中央口前高槻店・JR茨木駅ナカ店(期間限定) 駅ナカ新店3店舗でもお買い求めいただけます。

お問い合わせ・お取り寄せは 0120(11)5283

贈りものに TS-1 AG-1 FS-37 FS-54

舞昆のこうはら 各店所在地

大阪市中央区南本町2-4-9 地下鉄堺筋線「堺筋本町」8号出口、北西すぐ

本町駅 徒歩2分

心斎橋店 徒歩2分

久太郎町



# うえまち HOTEL NEWS

**Sheraton Miyako** シェラトン都ホテル大阪  
HOTEL OSAKA

## ランチタイムジャズ 2月11日(火・祝)

2月11日(火・祝)、「シェラトンランチタイムジャズ」を開催します。シェフ自慢のランチを味わいながら、ジャズ演奏にのんびりと耳を傾けてみませんか。アルトサクソ奏者中野ひろし率いる「スイングガイズオーケストラ」が演奏。耳の肥えたジャズ通にも人気の高いバンドです。ランチは正午、ショーは午後1時から。ホテル会員6500円、一般7000円。ランチ、飲み物(ワイン・ウーロン茶)、サービス料等込み。



**連絡先: チケットカウンター (電話06・6773・8156)**

シェラトン都ホテル大阪=天王寺区上本町6-1-55、近鉄大阪上本町駅直結

2月11日(火・祝)

読売ファミリーコラム連載特別企画

## メンタリストDaiGo ミニパフォーマンス&トークショー

人の心を読み、操る技術「メンタリズム」を駆使する日本唯一のメンタリストDaiGoによるミニパフォーマンスショーと、集中力を高める方法や、親子関係が良くなる方法などの日常生活で使える心理学を解説します。ゲストとして、「ジャグリング兄弟」で人気の「ケントカイト」も登場します。昼の部(午後0時半)5500円、夜の部(午後5時)1万5000円(ショー、飲食、サービス料等込み)。

※昼の部は好評につき完売、夜の部も好評です。

**連絡先: 会議・宴会予約 (電話06・6772・1445)**

ホテルアウイーナ大阪=天王寺区石ヶ辻町19-12



**The New Otani**  
ホテルニューオータニ大阪

開催中~3月31日

## いちご狩りビュッフェ

1階「ザ・ラウンジ」で「スイーツ&サンドウィッチビュッフェ~ホテルでいちご狩り~」を開催中。毎年好評なのが、いちごの食べ放題。「あまおう」「紅ほっぺ」「ひのしずく」など日替わりでブランドいちごを食べ比べることができます。ほかにも「いちごづくし」のスイーツが多数。ホットサンドやパスタ、カレーなどの食事も充実しています。午前11時半~午後3時(90分制)。大人4000円(土日祝日はプラス500円)、小学生2200円、4歳以上1050円。



**連絡先: ザ・ラウンジ (電話06・6949・3276)**

ホテルニューオータニ大阪=中央区城見1-4-1

**予約で300円OFF**  
※他の特典併用不可

## 嚙育 「よく咬んで健やかに笑顔で生きる」ために ①

皆様は歯の治療にどのようなイメージをお持ちですか?

「何回通っても治療が終わらない」「痛い、特有の臭いが苦手」「口の中で何をされているか不安」「1度治療したところがまた再発する」。そんな声をよく耳にしますが、このような問題の解決策は、**毎回の診療に十分な時間をしっかり確保し、十分なカウンセリングを行うこと**であると私たちは考えます。

本来、歯科医院は「食べる」「話す」「笑う」など生きる上で大切な機能を回復し、皆様により豊かな生活をお過ごし頂くため、お口の健康を維持・増進する場なのです。当院を選んで頂いた患者様に「藤村歯科クリニックに来てよかった」と思ってもらえるように、当院では**予約数を制限し、1回の診療に十分な時間をお取りし、納得できるカウンセリングと丁寧な質の高い先端医療を提供**するように日々努めております。

### 藤村歯科クリニックの強み

- ①**「最適な治療」** 日進月歩の歯科治療を常に学び続け、従来の治療法から最先端の治療法まで、患者様一人ひとりの価値観・ライフスタイルに合わせて、最適かつ質の高い歯科治療を提供し続けております。
- ②**「安心・安全な医療への取り組み」** 無痛治療を目指した麻酔設備、大学レベルまで徹底した滅菌レベル、高度な診査・治療に欠かせないCTなどの先端医療機器を完備しております。また完全個室のオペ室、保護者の方が治療中もお子様を退屈しないキッズルームなど院内設備も充実しております。
- ③**「高いホスピタリティ」** スタッフ全員が医療人として患者様から信頼されるように、心の通ったおもてなしの心を大切に努めております。

お越し頂いた皆様から笑顔で「ありがとう」と言って頂くまで、私たちは常に成長し続けることをお約束します。藤村歯科クリニックでは上町台地にお住まいの皆様へ、お口の健康のための正しい知識をもっと知って頂きたいという思いから、今後「うえまち」の紙面上で情報発信をさせて頂くことになりました。また、院内でも定期的に歯の治療に関する無料公開セミナーを開催しております。歯のこと、お口のことでお悩みをおもちの方は無料相談も実施しておりますので、お気軽にご参加・お問い合わせください。

歯科治療で皆様を幸せにして、「ありがとう」をたくさん集められる医院にしたい

**藤村歯科クリニック**  
FUJIMURA DENTAL CLINIC

tel 6775-4618

藤村歯科クリニック 検索  
院長 藤村貴之

天王寺区上本町6-9-21 フュージョン+3階  
近鉄「大阪上本町」駅 徒歩1分  
診療時間 平日/9:30~13:00・14:30~19:30 土曜/17:30まで 日・祝休診



最優秀賞受賞作品



## Xmasリースコンテスト

好評につき今年も開催予定です。

**ホテルアウイーナ大阪**  
ホテルアウイーナ大阪のロビーに昨年12月、華やかなクリスマスリースが展示され、来館者を楽しませました。ロビーをクリスマスらしい雰囲気彩ってもらおうと、同ホテルが手作りリースを募集。市内外から多数応募がありました。来館者によるコンテストも行われ、760通を超える投票の結果、7点の入賞作品が決まりました。入賞者にはペア宿泊券やペアディナー券が贈られました。

直径30~50cmのリースには、ドライフラワーやヒヤリナなどを飾り付けたり、サンタの顔や金色のリボンを添えたり。来館者は色とりどりの豪華な作品に足を止めて見とれていました。

▽ホテルアウイーナ大阪  
天王寺区石ヶ辻町19-12、電話06・6772・5111

## 第8回 うえまち寄席

2月22日(土) 阿倍野区民センター

●時間 午後2時開場  
●出演 桂佐ん吉 桂ちようば **全席椅子席**  
●料金 1500円(税込)  
●受付 阿倍野区民センター 電話06・4398・9877



桂ちようばさん(上)と桂佐ん吉さん

### 佐ん吉さん出演情報

**「佐ん吉とカレーライス」**  
1月28日(火)午後8時  
前売1800円/当日2300円  
1ドリンク・1カレー付き  
場所: 谷町空堀アララギ  
(中央区谷町6-18-28)  
電話: 06・6764・1238 (アララギ)

**「佐ん吉のひと月遅れの新年会」**  
2月19日(水)午後7時  
前売2000円/当日2500円  
場所: 天満天神繁昌亭  
(北区天神橋2-1-34)  
電話: 06・6365・8281 (米朝事務所)

### インタビュー

第51回なにわ芸術祭「新進落語家競演会」新人奨励賞受賞

### 生の落語 気軽に

## 桂佐ん吉さん

「第8回うえまち寄席」が2月22日(土)午後2時から、阿倍野区民センターで開かれます。「上方落語の始祖」といわれる初代・米沢彦八が上町台地にある生國魂神社で活躍したのちに始まりました。手頃な価格でも気軽に落語を楽しめる「地域寄席」です。その魅力を出演する桂佐ん吉さんに語っていただきました。

味わい深い噺(はなし)、ホロリとさせられる人情噺、滑稽噺など毎回バラエティー豊かな演目です。落語は取っ付きやすい古典芸能。「落語は初めて」というお客さんも楽しんでいただけます。断家を身近にする臨場感。「生」ならではのもの。想像力を働かせながら聞く面白さにきっと引き込まれるはずですよ。

「明るく楽しい落語」が私のモットー。うえまち寄席は大ネタを披露できる貴重な機会でもあります。当日は全力で高座を務めさせていただきます。

出演は、私と桂ちようばさんの2人。普段から共演する機会も多く、平成13年入門の同期同士です。寄席はお客さんの反応が演者のノリを決めるといっても過言ではありません。素直に「面白い!」と笑っていただけたら私たちの刺激になります。演者とお客さん、会場そのものに「一体感が生まれたら」しめたものです。

## 節分の「豆」が余ったら... 「豆まきの豆」を使った 豆ごはん

材料: お米2合 節分豆50g 塩・酒

「鬼は〜外! 福は〜内!」豆まきをした後は年の数だけ豆をいただきますが、余った豆はどうしましょう。豆まきの豆をお米と一緒に炊くと、とても香ばしい豆ごはんになります。大豆の香ばしさとうま味がごはんによく合い、小さいお子さんにもおすすめです。

香りと味を両方楽しめる豆ごはん、試してみたいいかがでしょうか。



e	o	地球の
m	n	全部・総合
c	t	8の
i		2つの・倍
.		
t	e	遠い・電信の
n	i	1つの
o		共同・共通・同等
i	l	1000倍

## 受験真っ只中!! 英・接頭語パズル

オレンジの枠に右側の日本語をヒントに英語を1文字ずつ入れるとオレンジの縦枠に英単語が出てきます。

接頭語...語の前に付けて、意味を付け加えるなどする語

例 restart・再始動  
re・再び start・始動

▶▶▶ 答えは8面掲載



大坂の陣で活躍し敵の徳川方からも「真田日本一の兵(ひの)もの」といつのつわもの」と称賛された智将、真田幸村。今も戦国武将で随一の人気を誇る幸村を、OSK日本歌劇団(中央区)のトップスター、桜花昇ぼる(おうか・のぼる)さんが演じています。数多くの役、舞台をこなす中でも「幸村役が一番好き」

OSK日本歌劇団 トップスター 桜花昇ぼる氏 × 北川 央氏 大阪城研究主幹

# まつすぐな生き方 自分に重ね

「き」という桜花さんにこの役にかかる思いを伺いました。聞き手は大阪城天守閣研究主幹の北川央氏。

**北川** 桜花さんとのご縁は2007年初演の歴史ミュージカル「真田幸村」夢・燃ゆる」を私が企画・監修させていただいたのがきっかけです。桜花さんの当り役になりましたね。

**桜花** 2003年ごろ、たまたま天王寺区の安居神社近くに通ってました。毎日のように参拝していた近所の神社が幸村最期の地であつたこと、何かの巡り合わせだったのかもしれない。入団10年目のころ、ちょうどOSKの経営が悪化し劇団の存続が危ぶまれたつらい時期でした。華やかな時代を取り戻したいと夢見ていた時に頂いたのが幸村役でした。関ヶ原の合戦で敗れた幸村が高野山の麓の九度山に隠れ、自らの再起と「お家再興」を夢見ていた境遇が、当時の自分と重なりました。私は劇団を残せるのか、いやそんな力はないのでは、などと思いつつ、この役を演じています。幸村の故郷である信州・上



おうか・のぼる

奈良県斑鳩町出身。歌・踊り・芝居の3拍子そろったOSK日本歌劇団男役トップスター。子どもの頃から池遊園地で遊び、舞台好きな母親に連れられOSKに親しむ。長身から繰り出されるダイナミックなダンス、長い手足を生かしたスマートなステップが魅力の実力派。

たこと、何かの巡り合わせだったのかもしれない。入団10年目のころ、ちょうどOSKの経営が悪化し劇団の存続が危ぶまれたつらい時期でした。華やかな時代を取り戻したいと夢見ていた時に頂いたのが幸村役でした。関ヶ原の合戦で敗れた幸村が高野山の麓の九度山に隠れ、自らの再起と「お家再興」を夢見ていた境遇が、当時の自分と重なりました。私は劇団を残せるのか、いやそんな力はないのでは、などと思いつつ、この役を演じています。幸村の故郷である信州・上

**北川** 再演を重ねることに役に深みが出て、桜花さんが本物の幸村に見えてきました。桜花さん「温厚な人物」であるとともに、いざ戦(いくさ)になると、圧倒的多数の徳川勢に突っ込み、あの家康をあと一歩のところまで追い詰めた勇猛果敢な武将でした。舞台人としてまだまだ未熟な私ですが、幸村役に挑むときは「日本一の兵」を目指す意気込みで演じています。

真田幸村ゆかりの茶臼山にて



役を務めるにあたり、北川先生から「曲がったことは許さず、まつすぐに生きていってほしい」という言葉を頂きました。「間違ったことをしないと後悔したくない」と思っていました。生き方にまで影響を受けた役です。

**北川** 強大な権力である徳川家康にも怯むことなく敢然と立ち向かう生き方、たとえ負けても格好い生き方が多くの人を共感するのではないでしょうか。でも、まつすぐに生きてきた人間が負けてしまったらいけない。正しい行いをした人間が残る、生き抜くことができる世の中にならなければいけません。私はそんな願

**北川** まさに幸村の魂を体内に込めるわけですね。初演から7年近く経った今も、一つ一つのセリフの意味を考え、熱心に勉強されるので本当に感心しています。



**桜花** OSKとして「戦国時代に生きる武将の魂」には共鳴するものがあります。幸村のミュージカルは団員一同気持が奮い立つような舞台。人生の分岐点に出会った幸村役をこれからも大切に演じていきたいと思えます。



OSK Dramatic Theater 「カルディアの鷹」

作・演出・振付：はやみ甲 原作「オシリスの花嫁」

OSK公演情報

【開催日時】  
2月22日(土) 午前11時/午後3時  
23日(日) 午前11時/午後3時  
24日(月) 午後1時半/6時半  
25日(火) 午後1時半/6時半  
26日(水) 午後6時  
27日(木) 午後6時  
28日(金) 午後1時半/6時  
3月 1日(土) 午前11時/午後3時  
2日(日) 午前11時/午後3時

【観劇料】SS席 7,000円 S席 6,000円 A席 5,000円  
【出演者】高世麻央・牧名ことり・折原有佐・真麻里都・悠浦あやと虹架路万・白藤麗華・愛瀬光・和紗くらみ・城月れい・桃栗ひらり・翼和希  
【会場】大丸心斎橋劇場(大阪市中央区心斎橋筋1-7-1)  
【チケット販売】  
・OSK公式サイト [http://www.osk-revue.com/entrance\\_ticket](http://www.osk-revue.com/entrance_ticket)  
・チケットぴあ:TEL:0570-02-9999(Pコード:434-275)  
・ローソンチケット:TEL:0570-084-005(Lコード:56456)

## 四天王寺「どやどや」



容赦なくひしゃくでかけられる水、体から立ち上る湯気、どよめき……。ふんとし姿の若者たちが護符を奪い合う

四天王寺の「どやどや」。1月14日、機会に恵まれ初めて目にする事ができた。五穀豊穡、天下泰平を祈願する

この日の気温は6・5度。亀の池前の六時堂の周囲は見物客であふれていた。四天王寺羽曳丘中学・高校、清風中学・高校、清風南海高校の男子生徒などが参加。

「わっしょい」と威勢のよい掛け声をあげながら、ふんどしに白足袋姿の生徒たちが入ってきた。六時堂の階段の両脇から水がかけられるたび悲鳴とどよめきが起こり、思わず身をすくめる生徒たち。しかし寒さに震えながらも高揚した面持ちで、雄叫びを上げ自分を奮い立たせる様子が見えた。同じ格好の教諭らもげきを飛ばし生徒たちを鼓舞、会場は喧騒(けんそう)に包まれた。



中央区法円坂の難波宮跡で大規模な区画施設の一部と見られる遺構が見つかり、1月11日、大阪文化財研究所難波宮調査事務所による現地説明会(解説・大阪歴史博物館学芸員李陽浩氏)が開かれた。

## 難波宮跡で現地説明会

見つかったのは、後期難波宮(726~784年)の中心的建物である大極殿跡の東側。盛土などによって周囲より15cmほど高くなった「土壇(どたん)」が出土した。区画施設を囲む築地塀の土台と

なるもので、その位置や構造から「天皇の住まいや重要な役所の一部である可能性」が指摘されている。

過去の調査をもとに今回見つけた区画の範囲を復元すると、南北約120m、東西約85mと推定され、同研究所は「『続日本紀』で孝謙天皇が御したと記されている『東南新宮』とも考えられる」としている。



NPO法人まち・すまいる 活動報告

### 生國魂神社で奉納餅つき大会

NPO法人まち・すまいるは、昨年12月29日、生國魂神社で歳末恒例の「奉納餅つき大会」を開催しました。舞昆のこうはら共催。

早朝からかまどで火をおこし約60kgのもち米を蒸し、参加者が交代でぎねをつきました。ついた餅はその場で丸め、ぜんざいで振る舞われたほか、持ち帰り用として来場者に1パック500円でお分けしました。

29日の餅つきは、苦の餅ではなく「福の餅」ということで、お鏡餅を同神社に奉納。今回は子連れの参加も多く、子どもたちもきねをついたり餅を丸めたりしてにぎやかな年の瀬となりました。

撮影協力 天王寺公園

### 史跡「茶臼山」

天王寺区茶臼山町にある古墳。大坂の陣の激戦地として知られる。慶長19(1614)年の「大坂冬の陣」では徳川家康の本陣に、翌年の「大坂夏の陣」では真田幸村の本陣となり「茶臼山の戦い(天王寺口の戦い)」の舞台となった。数では劣るも真田勢は家康本陣に3度の攻撃を仕掛け、あと一歩のところまで追い詰めたという。桜花さんは団員と茶臼山を訪れ、幸村が陣を設営する場面のセリフや歌を練習したとか。

【開演時間】  
午前9時30分~午後5時  
(入園は午後4時30分)  
【入園料】大人150円  
小中学生80円  
【休園日】毎週月曜日  
(祝日に当たる場合は翌平日)

無料体験レッスンは **ジョセフイングリッシュ**

**06-6762-0017** シニア・初心者 大歓迎

**【Could I get~?】 ~をいただけますか?**

Could I~は相手に頼んだり、許可を求める表現ですが、旅先でレストランやホテルで、Could I get~と言うと何か欲しい物を頼む時に使える便利なフレーズです。

例：  
 ・Could I get 2 glasses of water?  
 (お水を2杯いただけますか?)  
 ・Could I get 2 more towels please?  
 (タオルをもう2枚いただけますか?)

大阪市中央区安堂寺町2-3-8 マストタワー安堂寺2303 (谷町六丁目駅徒歩3分)  
<http://www.joseph-english.com> support@joseph-english.com  
 レッスン時間 平日7:00-22:00 / 土日9:00-18:00

「真田幸村博」公式サイト開設 イベント予定など発信

天王寺区は、大坂の陣400年にちなんで2014~15年に開催する「真田幸村博」を紹介する公式サイト (http://sana-dayakimura.jp) を開設しました。

今年と来年の2年間にわたり、天王寺公園や真田山公園を主会場に様々なイベントを開催することを、事業概要や開催スケジュールなどを広くおつと企画したもので、5月4日(日)に天王寺公園で開催する「集え! 日本一の兵」幸村博公式サイトのトップページ

天王寺区役所では、無料で転倒防止器具の取り付けを行っています。対象は、65歳以上の方のみで、障がい者手帳等をお持ちの方がいる世帯。希望者は、身分証

南海トラフ巨大地震では、震度6弱の揺れが想定されています。このような地震が起こると、家具は大切な命を奪う凶器になることもあります。自分や家族の身を守るために、日頃から家具の転倒防止対策をするなどの取り組みが大切です。

天王寺区役所では、無料で転倒防止器具の取り付けを行っています。対象は、65歳以上の方のみで、障がい者手帳等をお持ちの方がいる世帯。希望者は、身分証

日本最大規模の総合公募展「第45回日展(日本美術展覧会)」が2月22日(土)~3月23日(日)、大阪市立美術館で開催されます。現代日本美術界を代表する巨匠から、第一線で活躍している中堅、新人まで日本画・洋画・彫刻・工芸美術・書画の作品を一堂に展覧します。

大阪展では、全国を巡回する日展の大家作家による作品と入賞者の作品から成る基本作品展273点に加えて、大阪・奈良・和歌山・兵庫の地元入選作品349点を陳列します。

入場料は一般1000円(前売り800円)、高校・大学生700円(同500円)、中学生以下、障がい者手帳等を持参の人は無料(要証明)。土曜日に来館した先着1500人に、日展作家が制作した作品をプレゼントする抽選券を配布します。

▽大阪市立美術館 天王寺区茶臼山町1-8-2、電話06・6771・4874。月曜日休館

大阪市立美術館 第45回日展 絵画から彫刻、工芸、書まで一堂に

洋画「五穀を生み出す大津比賣神(古事記)」小瀬一紀(評議員)(左上)  
 彫刻「織女星」前芝武史(特選)(右上)  
 書「春霞」黒田賢一(常務理事・審査員)

2月まで 無料で家具転倒防止器具を取り付け

南海トラフ巨大地震では、震度6弱の揺れが想定されています。このような地震が起こると、家具は大切な命を奪う凶器になることもあります。自分や家族の身を守るために、日頃から家具の転倒防止対策をするなどの取り組みが大切です。

天王寺区役所では、無料で転倒防止器具の取り付けを行っています。対象は、65歳以上の方のみで、障がい者手帳等をお持ちの方がいる世帯。希望者は、身分証

明書(健康保険証、障がい者手帳など)を区役所3階31番力ウンターまで持参の上、申し込み手続きをしてください。

▽問い合わせ 天王寺区役所危機管理課、電話06・6774・9899

天王寺区広報誌 Tennoji インフォメーション 2月1日発行 No.213 「こどもの安全見守り 防犯カメラ」のご紹介など

ももてんちゃん

大阪城天守閣 1月24日(金)~3月18日(火)

常設展 歴史を動かした「内乱」

1月24日(金)~3月18日(火)常設展「歴史を動かした内乱」源平合戦から大坂の陣まで一を開催します。鎌倉幕府成立に帰結した源平合戦、天皇家の分裂に武家政権内の覇権争いが絡んだ南北朝の争い、「下剋上」の世となった戦国時代まで、武士が活躍した日本史上有名な内乱を紹介いたします。同館収蔵の武器武具や古文書のほか、後世の人々が過去の内乱をどうの目で見つめたかをうかがわせる絵画資料にも着目します。

入館料：大人600円。中学生以下、大阪市在住65歳以上、障がい者手帳を持参の人は無料。

中央区大阪城1-1 電話06・6941・3044

山本能楽堂 2月2日(日)

初心者のための能入門講座

山本能楽堂は2月2日(日)、初心者のための能入門講座「まっちゃまっちゃサロ」を開催します。

能面や美しい能装束の鑑賞、舞台上に於ける謡(うたい)体験など能の魅力を楽しむ1時間半。「敷居が高い」と感じられる能も、楽しく分かりやすい解説で身近に感じることが出来ます。講師は山本章弘。

入場料：1000円(抹茶・菓子付き) 午後2時開演

中央区徳井町1-3-6 電話06・6943・9454

大槻能楽堂 2月8日(土)

世阿弥生誕650年記念 能「井筒」

大槻能楽堂で開催中の能の魅力を探るシリーズ「世阿弥生誕650年記念」。2月8日(土)は能「井筒」を上演します。

世阿弥が完成させた夢幻能の決定版。世阿弥自身が「申楽談儀」の中で「上花世」(最上級の作品である)と自賛した永遠の恋の物語。若い女性のシテを浅見真州が演じます。上演前には、大阪大学名誉教授の天野文雄氏のお話「世阿弥、その環境・禅と室町將軍」と、国文学者田中貴子氏との対談「井筒」をめぐっても行われます。

午後2時開演 一般4200円 学生2600円

中央区上町A-7 電話06・6761・8055

不動産よろず相談会

平成26年 相談無料・予約不要

2月27日(木) 午後1時~4時

大阪市 中央区役所 (受付3時30分まで)

1階①番窓口 区民情報センター内相談室

区役所の市民無料相談室だから安心して相談できます 事前にお電話もしくはメールにてご予約も承っております

(社)大阪府宅地建物取引業協会 中央支部 TEL(06)6944-0703 chuo@swan.ocn.ne.jp

(公社)全日本不動産協会 大阪府本部 中央支部 TEL(06)6121-4477 info@zen-chuo.jp

追手門学院 大阪城スクエア 2月23日(日)

上町台地の観光資源テーマに講演会

上町台地の観光資源に着目する講演会「そつだ 上町へ行く」が開かれます。大坂の陣400年や大河ドラマ「軍師官兵衛」などの影響で大阪城の観光客増が期待される一方で、来城した観光客から「次はどこへ行けばよいのか」との声も聞かれます。四天王寺や能楽堂など魅力ある観光資源が点在する上町台地の観光資源について考えます。出演は、大阪くらしの今昔館の谷直樹館長、観世流能楽師の山本章弘氏ら。

要申し込み・参加無料 午後2時半~5時半・定員200人。

申し込み ①ホームページ(「上町学プロジェクト」で検索) ②メール(douji@office.otemon.ac.jp) ③FAX(072-622-1360)④電話(072-621-6015)上記いずれかで氏名、住所、電話番号を連絡。

会場：追手門学院大阪城スクエア 中央区大手前1-3-20

大阪歴史博物館 2月5日(水)~3月10日(月)

特集展示 御所人形の世界

江戸時代に京都で作られた御所人形は、もともと稚児にふりかかるけがれや災いを代わりに受ける「形代(かたしろ)」として大切にされてきました。大阪歴史博物館所蔵の御所人形の一つ、「産衣(うぶい)這い(這い)写真(写真)」は、あどけない表情の稚児が懸命に前へ進むようにする一瞬を捉えた動きのある人形。ほかにも子どもの愛らしい姿を表現した御所人形や絵画資料など約50点を見ることが出来ます。

観覧料：大人600円 高校生400円 中学生以下・大阪市在住の65歳以上(要証明証)・障がい者手帳等を持参の人(介護者1人を含む)は無料

中央区大手前4-1-32 電話06・6946・5728

火曜日休館 (ただし、2月11日は開館、12日は休館)

「たい焼きを食べるように、ケーキも気軽に楽しんでほしい」という思いから、上質でありながら価格を抑えることにこだわったガトーショコラ専門店。ケーキ1つからテイクアウトできる気軽さで、手作りのガトーショコラが1個160円で味わえる。カフェでは各種ガトーショコラとコーヒーやジュースなどがセットになった、シヨコラッタセットが500円。ランチには女性に人気の野菜中心メニューも。夜9時まで営業しているため、仕事帰りのOLのテイクアウト利用も多い。

**読者特典**  
うえち持参で  
セットご注文の方  
クッキープレゼント!!  
先着50名限定

月曜～土曜日：午前10時～午後9時 日曜日：午前10時～午後7時半  
ランチタイム：午前11時半～午後8時半 定休日：第3土曜日・他

中央区瓦屋町2-12-15 松屋町グランドハイツ1階 電話06・6761・6565

カフェ紹介  
ChocoLatte  
「たい焼きを食べるように、ケーキも気軽に楽しんでほしい」という思いから、上質でありながら価格を抑えることにこだわったガトーショコラ専門店。ケーキ1つからテイクアウトできる気軽さで、手作りのガトーショコラが1個160円で味わえる。カフェでは各種ガトーショコラとコーヒーやジュースなどがセットになった、シヨコラッタセットが500円。ランチには女性に人気の野菜中心メニューも。夜9時まで営業しているため、仕事帰りのOLのテイクアウト利用も多い。

月曜～土曜日：午前10時～午後9時 日曜日：午前10時～午後7時半  
ランチタイム：午前11時半～午後8時半 定休日：第3土曜日・他

中央区瓦屋町2-12-15 松屋町グランドハイツ1階 電話06・6761・6565

大阪YMCA英語幼児園  
園児募集!!  
天王寺園

大阪YMCA英語幼児園の特長  
●信頼の実績 100年以上にわたる英語教育の実績とノウハウ  
●バランスの取れた保育・幼児教育 こころとからだの発育に配慮  
●充実した施設 プール、屋内ジム、コンピュータ室など  
●卒園後のサポート IB認定校大阪YMCAインターナショナルスクールへ優先的にご入学

2歳児クラス 対象 2011.4.2～2012.4.1 生まれ  
3歳児クラス 対象 2010.4.2～2011.4.1 生まれ

入園説明会 施設見学、授業体験を行います  
2月16日・3月16日  
2歳児 9:30～11:00 3歳児 10:30～12:00  
詳細は、http://www.osk-ymca-infl.ed.jp/ik/ をご覧ください。

大阪YMCA英語幼児園 天王寺園 TEL 06 6779-8404  
E-mail: tennoji-kinder@osakaymca.org 大阪市天王寺区南河堀町9-52

「これについてどう思う?」「えーそんな考えたことないよ」  
一見面接風の問いは、生徒に自分の考えを表現させるのが狙いだ。自分の意見を持っていない、語れない子が増えている。アーリーバース英語教室では、英語を学ぶ大前提として「英語力」の基盤となる「日本語力」の育成に力を入れている。英語の試験には自分の意見を述べたりする問題も少なくない。こうした場面に必要なのが、問いの意味を理解し、それに対して自分の意見を表現できる日本語の力だ。文章を読み解く力、作文など語学学習の基盤になると確信している。

「この子は、小さいころからアットホームな雰囲気の中で、英語を学んでほしい」という思いから、上質でありながら価格を抑えることにこだわったガトーショコラ専門店。ケーキ1つからテイクアウトできる気軽さで、手作りのガトーショコラが1個160円で味わえる。カフェでは各種ガトーショコラとコーヒーやジュースなどがセットになった、シヨコラッタセットが500円。ランチには女性に人気の野菜中心メニューも。夜9時まで営業しているため、仕事帰りのOLのテイクアウト利用も多い。

「これについてどう思う?」「えーそんな考えたことないよ」  
一見面接風の問いは、生徒に自分の考えを表現させるのが狙いだ。自分の意見を持っていない、語れない子が増えている。アーリーバース英語教室では、英語を学ぶ大前提として「英語力」の基盤となる「日本語力」の育成に力を入れている。英語の試験には自分の意見を述べたりする問題も少なくない。こうした場面に必要なのが、問いの意味を理解し、それに対して自分の意見を表現できる日本語の力だ。文章を読み解く力、作文など語学学習の基盤になると確信している。

「この子は、小さいころからアットホームな雰囲気の中で、英語を学んでほしい」という思いから、上質でありながら価格を抑えることにこだわったガトーショコラ専門店。ケーキ1つからテイクアウトできる気軽さで、手作りのガトーショコラが1個160円で味わえる。カフェでは各種ガトーショコラとコーヒーやジュースなどがセットになった、シヨコラッタセットが500円。ランチには女性に人気の野菜中心メニューも。夜9時まで営業しているため、仕事帰りのOLのテイクアウト利用も多い。

上町台地 学びの現場③  
アーリーバース  
Early Birds 英語教室  
英語学習 まずは「日本語力」から

小学6年生の中学準備コースから中学生、高校生、大学生を教えるアーリーバース英語教室は、受験や資格取得(英検、TOEIC)も対応している少人数制のアットホームな教室。運営しているのは3人の女性講師だ。かつて3人が勤めていた英語教室が突然閉鎖。学び続けたいと集まった生徒たちを放っておかず、自分たちで教室を立ち上げたのは約15年前。「やればやるほど日本語力の大切さを痛感する」という。

左から  
嶋津美紀先生、渡辺奈都代先生、杉本薫先生

成績が伸びる 生徒の特長

- ①学習における自分の長所、短所が分かっている→自学自習につながる。
- ②時事、文化、人物など新しいことにも興味を持って自分の世界を広げている。
- ③自分の思考、経験を言葉で説明できる。
- ④集中して1日10分学習する習慣が身に付いている。

▽アーリーバース英語教室  
中央区玉造2-26-47、大阪クリスチャンセンター(OCC) 4階 電話06・6763・2741

成績が伸びる 生徒の特長

- ①学習における自分の長所、短所が分かっている→自学自習につながる。
- ②時事、文化、人物など新しいことにも興味を持って自分の世界を広げている。
- ③自分の思考、経験を言葉で説明できる。
- ④集中して1日10分学習する習慣が身に付いている。

▽アーリーバース英語教室  
中央区玉造2-26-47、大阪クリスチャンセンター(OCC) 4階 電話06・6763・2741

天王寺区地域課題解決担い手発掘事業  
NPO 法人まち・すまいづくり

3月下旬に天王寺区内で、「おさがりガレージセール」を開催!  
その際に商品となる、子どものおさがり服を事前受付します。ご家庭で不要となった子ども服をこの機会に是非、出品しませんか。

【持ち込み方法】  
NPO法人まち・すまいづくりに電話でご連絡後※ご不要な子どものおさがり服をご持参ください。  
電話:06・6779・7222  
住所:天王寺区勝山1-11-29

※右記受付期間中の平日夜間・土日祝のおさがり服の持ち込みについては、不在の場合もありますので事前にご連絡ください。

【おさがり服受付期間】  
3月3日(月)～29日(土)※  
平日午前10時～午後6時

「おさがりガレージセール」の詳細はうえち3月号(2月25日発行)、またはNPO法人まち・すまいづくりのホームページ(2月中旬)にてご確認ください。

まち・すまいづくり 検索

おさがりガレージセールは3月下旬天王寺区で開催予定!

バトン×ロック 初のコラボ  
マリ・バトンスクール高見亜梨彩さん挑戦

マリ・バトンスクールの卒業生で指導者の高見亜梨彩さんが1月22(水)・23日(木)、ロックバンドと初共演するショー「On The Road "Where are we goin'?"」が開かれ高見さんは現在、シルク・ドゥ・ソレイユ「KA」(ラスベガス)で活躍中。ロックは、旅番組「世界の街道をゆく」でテーマ曲を担当しているミュージシャン篠原信彦氏を中心とするロックグループが演奏。昨年、同スクールのリサイタルで篠原氏の曲を使った縁で今回のコラボレーションが実現。二人の直前の意気込みを紹介します。

●篠原氏：昨年のマリバトンスクールのリサイタルで私の曲を使っていたご縁で、今回のコラボレーションが実現することになりました。亜梨彩さんは現在、ラスベガスで「KA」というショーに出演し、パワフルに活躍されていて、私も昨年素晴らしいショーを拝見しました。今回のコラボはそのショーとは全く違うROCKです。大人のROCKを亜梨彩さんがその魅惑的なバトンパフォーマンスでどう観客を引き込んでいくのか、私もとても楽しみにしています。

●高見さん：関東では大変人気のある旅番組「世界の街道をゆく」でテーマ曲Goin' onを作られ、歌われている篠原信彦さんと、今度はライブで共演できることになり、とても光栄です。演奏して下さる皆さんもそうそうたる方々で、良い緊張の中、観客の皆様ROCKとバトンのコラボならではの魅力と私たちのメッセージをお届けできれば、と願っております。

■マリ・バトンスクール=天王寺区上本町9-4-5  
プレシオ四天王寺1階、電話06・6774・5066

子育てのポイント! みんな家族 親子の広場 49

めばえ幼児才能学園 鶴野 元治 園長

頭の良さを決めている脳の前頭前野

頭のよい子は自分で考えて問題解決ができます。脳の前頭前野(前頭連合野)は頭の最高次の中核で、運動・行動を制御しています。前頭前野の機能を執行機能といえます。一時的に覚える(ワーキングメモリー)、考える、計画する、決断する、推理するなどが前頭前野の機能になります。

前頭前野を良く働かせるには次のことが大切です。

- ①ワーキングメモリーの能力を高くする。
- ②サーカディアン(生物時計)リズムで生活をする。決まった時間に起きて、決まった時間に眠る。
- ③頭がよく働くようにブレインフーズを食べる。特に三価不飽和脂肪酸(DHA・EPA)コリン
- ④良く運動をする。

運動前野、一次運動野、一次感覚野、中心溝、頭頂連合野、前頭前野

大阪本部教室 TEL (06) 6763-2201 大阪市天王寺区東高津町11-7 上本町グランドビル3F 奈良本部・布施・生駒・その他多数教室有 http://www.mebae.com

めばえ幼児才能学園グループ  
MEBAE ★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

全コース無料体験会  
2/26(水) 要申込  
体験前の事前個別相談受付

めばえだけレッスンを是非ご体験ください!  
入試情報誌も進呈! 26年度生 定員間近です!

ワーキングメモリーレッスン  
頭の回転が早く、脳の認知的な発達が進む

乳幼児部	小学生部
すくすく (H24.4月～H25.3月生)	もじ・かず (3～5歳児)
プレのびのび (H23.4月～H24.3月生)	図形・ちえ (3～5歳児)
のびのび (H22.4月～H23.3月生)	算数・読解国語 (小1～3年生)

コースの詳細内容はお気軽にお問い合わせ下さい。

3/16 脳科学者・久保田競先生 講演会&トークショー  
脳を鍛える遊びの要素などを解説します

テーマ 積木遊びで脳を鍛える

要申込 大阪本部教室までお申込みください  
受講料1000円(税込) 預かり保育などのサービスは行っていません。

進呈 脳を育むおやつ(ブレインフーズ) 予約参加者全員にプレゼントします!

場所 生駒セイセイビル文化ホール (近鉄生駒駅より南へ徒歩3分)

時間 14時15分～16時00分 (14時～受付)

講師 久保田競先生 (世界的脳科学者)

**灘中合格日本一**の「浜学園」が開発する「はま道場」をヨシダゼミナールが導入!!

受講料 **6,000円(税別)** **無学年制** 全国屈指の速読教室

**対象 小学生**

曜日・時間は希望制(月～土)

**「はま道場」**  
漢字道場・計算道場・思考力道場

信頼と実績で20年 数・英・国 速読・特化塾 **ヨシダゼミナール**

お問合せ 06-6676-0577 (10:00-23:00) 大阪市天王寺区上汐 4-5-21

低学年から大学受験までの一貫教育：エフイーアイ

みんなが賢くなる、みんなで賢くなる

**イロハスクール**

考える力を鍛え、頭のよい子を育てる

体験受付 **06-6764-4599**

543-0011 大阪市天王寺区清水谷町17-6 <http://fei.bz>

**天王寺動物園** **2月の予定**

**日曜日は定例イベントが充実!**

2日(日) 園長と動物園散歩(毎月第1日曜日) 午前10時半～。

2日(日) ボランティアによるガイドツアー(毎月第1日曜日) 午後1時～3時に数回開催(20分)。

9日(日) 園長の動物園講座(偶数月第2日曜日) レクチャールーム 午後1時半～。

16日(日) 獣医さんのお話(毎月第3日曜日) レクチャールーム 午後1時半～。野生動物の治療の方法など、獣医がスライドで解説。

16日(日) 23日(日) 絵本の読み語り(毎月第3、第4日曜日) レクチャールーム 午後1時～。

23日(日) 動物君たちの一日(毎月第4日曜日) レクチャールーム 午後1時半～。普段見られない動物たちの様子をビデオで解説。

毎週日曜 ボランティアによる入館ガイド

**参加無料(入園料別途)**

天王寺動植物公園事務所 電話06・6771・8401

**1月29日(水)・中央区役所ロビー**

**弦楽四重奏の調べ**

中央区役所ロビーで1月29日(水) 午後0時15分～1時、「新春コンサート」弦楽四重奏の調べ」が開かれます。

中央区の歴史と文化を活かした生涯学習事業の一環。相愛大学音楽学部OBによる弦楽四重奏が披露されます。曲目は「愛のあいさつ」「アイネクライネナハトムジーク」「津軽海峡冬景色」ほか。新春にあふらしい様々なジャンルの音楽を演奏します。

▽中央区市民協働課(市民活動支援) 中央区久太郎町1-2-27、電話06・6267・9743

**申し込み不要・参加無料**

**子ども・子育てプラザ情報**

基本的に参加無料要申し込み

**天王寺区 TEL:6763-3525** 天王寺区味原町9-14 地下鉄・JR・近鉄「鶴橋」駅 9:00～21:00(日曜17:30まで) 休館日:月曜・祝日

- ★2/2(日) 15:00～ テコンドー教室 3歳以上
- ★2/6(木) 11:30～ あひるのWA ダンススペシャル 乳幼児
- ★2/6(木) 10:30～ おはなし会 乳幼児
- ★2/8(土) 10:00～ ラザニア おつかれんジャー 小・中学生
- ★2/8(土) 12:00～ おつかれカフェ どなたでも(1杯50円)
- ★2/13(木) 11:00～ あひるdeえほん 乳幼児
- ★2/22(土) 11:00～ プラザフェスタ2014 どなたでも
- ★2/26(水) 10:30～ ひなまつり工作&記念撮影 乳幼児
- ★2/28(金) 10:30～ 親子体操クラブ 1歳半以上

**中央区 TEL:6213-2171** 中央区島之内2-12-6 地下鉄「長堀橋」駅 9:00～21:00(日曜17:30まで) 休館日:月曜・祝日

- ★2/13(木) 11:00～ くれよんキッズ 2歳以上
- ★2/14(金) 11:00～ ママとベビーのはじめてのダンス 首すわり期～
- ★2/22(土) 10:30～ ママカフェ～ママのランチ作り&パパと遊ぼう! 2歳以上とその父母
- ★2/26(水) 11:00～ ぼけっとくらぶ(助産師さんのお話など)
- ★2/27(木) 11:00～ 図書館「えほんの会」さんの読み聞かせ



**歴博で凧作り教室**

**難波宮跡で凧揚げも**

大阪歴史博物館で1月11日、土佐凧を作る教室が開かれ、親子連れら約20組が参加しました。

同博物館とNPO法人まち・すまいづくり主催の恒例イベント。土佐凧は、高知県で子どもの誕生や還暦祝いといった祝い事の時に揚げる祝い凧です。参加者は、日本の凧の会大阪支部の指導のもと凧作り挑戦。正方形の和紙に好きな図柄を描いた後、骨組みとなる4本の竹ひごを張り、最後にたこ糸を付けて完成させました。

その後、近くの難波宮跡公園で凧揚げを楽しみました。

主催:NPO法人まち・すまいづくり × 協力:サロン・ド・サトウ 天王寺区地域課題解決担い手発掘事業

**community cafe**

**凧づくりワークショップ**

3月2日(日) 会場 サロン・ド・サトウ 午後1時～3時半 (天王寺区四天王寺2丁目4-6) 定員10組(先着順) 参加費(凧1枚につき) 1000円(材料費込)

詳細は2月中旬以降にホームページで紹介します。(「まち・すまいづくり」検索)

● 情報提供のお願い ● 『うえまち』では、子育てに関する様々な情報を掲載していきます。読者の皆さまがお持ちの情報(施設、事業、団体、個人、お店など)をお寄せください。

TEL&FAX.06-6779-7222 Eメール [uemachi@machi-sumai.com](mailto:uemachi@machi-sumai.com)

**学力再発見 秀才児を育てる学力開発②**

創造力を高める学力：低学年編

低学年は将来を支える能力を身に付けるのに最も適した学年です。国立大学に進学できる可能性の80%が小学5年生までに決まるといっても過言ではないようです。

「能力」とは何かを成し遂げることができる力です。勉強面に関することを「学力」と呼んでいます。能力には、生まれながらの得意・不得意があります。得意なものはより優れたものに、不得意なものは少しでも得意になるように子どもを育てることが秀才児を育てる上で役に立ちます。

低学年のうちに学習に必要な「基礎能力」を意識的に鍛えることが必要です。さらに、習慣にすることが大切です。

まず、語彙(い)を増やしましょう。しりとりフォームを用意しました。 <http://fei.bz/kyouzai/>

進学塾 エフイーアイ(栢原塾長) 天王寺区清水谷町17-6 ウノショウビル1階 TEL.0120-06-7045 <http://fei.bz/>

**ナチュラルな暮らし ハーブ&アロマ 自然の恵み NO.11**

**アロマとハーブで冬も楽しく**

春はまだ遠く、しばらく寒さが続きます。風邪やインフルエンザには要注意です。また、日照時間が少ない冬は気分的にも落ち込みやすく、心と身体を元気にするような日頃のケアが大切です。冷えきった身体には温かいお風呂が一番です。アロマでゆったりと温泉気分を楽しんでみませんか?

ラベンダーなどのアロマ精油数滴を、専用乳化剤、天然塩などに溶かし湯船に入れよくかき混ぜます。ややぬるめの湯浴でゆっくり入ると自律神経の副交感神経が働きはじめリラックスへと導きます。(精油は水に溶けません。原液を湯船に垂らすと表面に浮き、肌にトラブルを起こすことがありますのでご注意ください)

身体を温めるハーブは、エルダーやカモマイル・ジャーマンなどがあります。また、ローズヒップは冬場のビタミンC補給になります。エキナセアは体調を整えるハーブとして有名です。これらはブレンドするとおいしくいただけます。

ハーブ&アロマセラピスト 阪口智子

GREEN SLEEVES(グリーンスリーブス) 大阪市天王寺区味原町14-23(あじはら小学校前) TEL.06-6767-1737 <http://aroma-herb.ocnk.net/>

NPO法人まち・すまいづくりにEメールでお申し込み。 [uemachi@machi-sumai.com](mailto:uemachi@machi-sumai.com) (担当:村上) 不明な点はお気軽にお問い合わせください。 TEL.06-6779-7222

**図書館だより** いずれも参加無料です

**島之内図書館(電話06・6211・3645)**

- (赤ちゃんのおたのしみ会) 2月13日(毎月第2木曜日) 午前11時から。絵本の読み聞かせや手遊びなど
- (おたのしみ会) 毎週水曜日午後3時30分～4時。絵本の読み聞かせや紙芝居など(ただし2/19はお休みです。)

**休館のお知らせ 2月17日(月)～2月24日(月)**

蔵書点検等のため上記の期間休館いたします。ご不便をおかけしますが、ご理解をお願いいたします。

**天王寺図書館(電話06・6771・2840)**

- (ぼちぼちのおはなし会) 2月22日(土) 午後3時から。先着25人
- (だっこでえほん～あかちゃんのためのおはなしのじかん) 2月27日(木) 午前11時から。先着25組 出演:絵本の会天王寺・天王寺おはなし「ぼちぼち」

**第18回 春の風物詩 天王寺区の一寺界隈と下寺町界隈のお寺など**

**なにわ人形芝居フェスティバル**

一日入場券 700円(3歳未満無料)

2014年4月6日(日曜日) 10:00～15:30

なにわ人形芝居フェスティバル運営事務局 TEL:06-6774-2877

毎年4月第一日曜日に開催している「なにわ人形芝居フェスティバル」も、今回で第18回目を迎えました! 第18回は大規模開催の年でもあるので、より沢山の人形劇やパフォーマンスをお楽しみ頂けるかと思います。

2日より、一日入場券や一部の有料公演の先行予約もスタート予定です! 詳しくは人形フェス公式HPまたはブログをチェックしてみてください!

無料で楽しめる企画も充実!

**人形劇団のはな** 「スーパー人形劇、赤ずきんちゃん」 よく知っているはずの赤ずきんちゃんのお話ですが、今日のは、ちょっと違います。舞台が歩いてやって来てすべてを一人で演じます。子どもたちとのやりとりが楽しく、会場には、笑いエネルギーがあふれ、心が解放されます。

**人形劇団博士の仲間たち** 「あめあめふれふれ」 アマガエルが鳴くと雨が降り出し、カエルたちはみんな大喜び。しかし、あまりに雨が長く続くので困ってしまいました。アマガエルは雨の降らせ方は知っていても、雨の止ませ方は知りません。無事に雨を止ませることが出来るのでしょうか?

**人形劇団ワラレテ** 「まてまて小僧」 山のてっぺんに赤い花が三つ美しく咲いていました。でも、それは山んぼが人よせに咲かせていたのです。その花をポーと見上げるお寺の小僧さんいました。「お花を取りに行きたい!」という小僧さんと和尚さんはお札を三枚持って行かれます。

**賃貸マンション 丸善住宅** お気軽に問い合わせください!

大阪府知事(4)4464号  
天王寺区東高津町11-1

OSAKA フォレストスクエア 6番館

- 住所: 天王寺区筆ヶ崎町
- 専有面積: 約89.31㎡
- 賃料: 200,815円(管理費込)
- 間取: 2LDK
- 敷金: 400,000円
- 方角: 東・南ベランダ
- 礼金: 400,000円
- 入居時期: 即入居可
- 交通: 近鉄大阪上本町駅 徒歩7分

本物件担当: 高垣(たかがき)

電話: 090-1892-9720 / 06-6764-7799

**英・挨拶語パズル 答え**

**good・luck**

受験生の幸運をお祈り申し上げます!

**上町台地・2月イベントカレンダー**

1(土) ■福豆まき・通天閣。午前10時。通天閣観光(06-6641-9555)  
■ワンワールド・フェスティバル(〜2日)・大阪国際交流センター。国際協力・交流をテーマにしたブース、イベント、模擬店など。午前10時。入場無料。ワンワールド・フェスティバル実行委員会事務局(06-6944-0407)  
■長居植物園案内「木の美と鳥」・大阪市立自然史博物館玄関ポーチ集合。午後2時半。無料(植物園入園料別途)。06-6697-6221

2(日) ■中央区民ファミリージョギング大会・大阪城公園周遊道路。午前10時。有料。要申込。中央区民センター(06-6267-0201)  
■豆まき・大阪くらしの今昔館。午後1時。午後3時半。中学生以下対象。無料。06-6242-1170

3(月) ■節分祭・御祈禱木焼納祭・生魂神社。参拝者に節分の福豆を提供。午前9時(御祈禱木焼納祭は午後6時齋行)。06-6771-0002

4(火) ■健康の〜びのび体操・中央区南老人福祉センター。午後1時半。無料。06-6213-2172

8(土) ■2014日本ジュニア室内大阪(〜9日)・大阪城ホール。日本で唯一の室内陸上競技大会。午前10時。入場無料。大阪陸上競技協会(06-6697-8899)  
■ジオラボ「アロサウスの頭骨を近くで観察して、肉食恐竜の生態について考えよう」・大阪市立自然史博物館ミュージアムサービスセンター。午後2時半。無料(博物館入館料別途)。06-6697-6221

9(日) ■こどもたのしみ能狂言「狂言の巻」・大阪能楽会館。午前10時。有料。要申込。能楽協会大阪支部(06-6761-8055)

11(火) ■献梅祭・高津宮。06-6762-1122  
■たこあげ大会・天王寺高校グラウンド。午後1時半。阿倍野区民センター(06-4398-9877)  
■特集展示「御所人形の世界」学芸員による展示解説・大阪歴史博物館。午後2時。無料(常設展示観覧券必要)。06-6946-5728

14(金) ■法律講座「認知症?お金引き出せない契約ってなに?」(28日も)・中央区南老人福祉センター。午後1時半。無料。06-6213-2172  
■お楽しみ落語会・天王寺区老人福祉センター大広間。午後2時。無料。要申込。06-6771-8606

16(日) ■こども劇場 映画「アイス・エイジ」(日本語吹替版)・こども文化センター。午後2時。無料。要申込。06-6531-5975

18(火) ■「大阪の歴史再発見」第4回「庚申堂の庚申まいり」(現地見学+解説)・四天王寺安養殿。午前10時半。無料。要申込。大阪市教委文化財保護担当「大阪の歴史再発見」(06-6208-9166)  
■初庚申特別法要「柴灯大護摩供」・四天王寺。午後2時。06-6771-0066

19(水) ■気負わない介護予防体操教室・中央区南老人福祉センター。午前10時。無料。06-6213-2172

22(土) ■第5回中央区落語会・大阪市立中央会館。午後7時。有料。要申込。06-6211-0630  
■長居植物園案内「冬の羽根ひろい」・大阪市立自然史博物館玄関ポーチ集合。午前10時。無料(植物園入園料別途)。06-6697-6221  
■第8回うえまち寄席・阿倍野区民センター。午後2時。有料。06-4398-9877  
■文化のついで夜祭・コミュニティコンサート・中央区民センター。午後2時。無料。06-6267-0201  
■浪花百景員合わせであそぼう!・大阪歴史博物館9階ハンズオンコーナー。午前10時。無料(常設展示観覧券必要)。06-6946-5728  
■こどもたのしみ能狂言「能の巻」・大槻能楽堂。午前10時。有料。要申込。能楽協会大阪支部(06-6761-8055)  
■シンボジウム 難波宮と大化改新・大阪歴史博物館4階講堂。午後0時半。無料。要申込。大阪市立大学学務企画課地域貢献担当(06-6605-3504)

23(日) ■シンボジウム 難波宮と大化改新・大阪歴史博物館4階講堂。午後0時半。無料。要申込。大阪市立大学学務企画課地域貢献担当(06-6605-3504)

うえまち3月号は2月25日発行

**うつ・不眠・神経症**

痛みを伴う原因不明の不調②

紹介記事

長直通電話で相談可。

気温が下がり体の冷える冬場は、血のめぐりが悪くなるほか室内外の温度差で自律神経の機能が低下し、様々な不調が出やすいもの。「痛みを伴う原因不明の不調には、神経の乱れが深く関わっていることもあり得ます。こうした症状がある場合は、個々の症状に合わせた神経を整える治療が有効です。」

「うつ」治療に関する高い専門性と親身なカウンセリングで、体と心の不調が相談できると好評の松山治療院の松山院長。

院長考案の漢方箱灸、鍼灸、物理療法(光線療法)などを組み合わせ治療(光線療法)の症状や不眠、神経症、自律神経系などの疾患を改善していきます。抗鬱剤の副作用が軽減したり、薬を減らすことができたほか、薬を減らして眠れるようになったという改善実績も。他人に理解してもらえない症状原因不明の不調などの悩みもお寺の副住職でもある院長がじっくり話を聞いて治療に当たるので、鍼灸院が初めての人にも不安なく受診できます。院

医療保険療養費支給申請可(医師の同意が必要) ご予約電話は午後から受け付けます

**松山治療院** 地下鉄・JR 天王寺駅から徒歩2分  
天王寺区堀越町9-8 協進ビル201

はり・きゅう・小児鍼 カウンセリング

出張施術有 予約受付電話 06-6771-1447 080-3036-2022 施術時間 午後〜完全予約制

**追手門学院 大阪城スクエア 講演会のご案内**

2/1(土) 15:00 入場無料 要申込  
『青が散る』Award 受賞式典記念講演会 および 鼎談  
新しい大学を どう見せるか  
—アートの世界からの提言—  
アートディレクターとして国内外の美術展、企画展、芸術祭を多数プロデュースする北川フラム氏、そして、金沢21世紀美術館長、大阪市立美術館長を歴任し、現在、兵庫県立美術館長の豊田氏をお招きし講演会を行います。

2/23(日) 14:30 入場無料 要申込  
第13回 上町再発見講座 そうだ 上町へ行こう  
上町台地の観光資源に焦点を当て、一過性の博覧会やテーマパークに頼らぬ都市観光のあり方を考えます。

阪口葉子 前ユニテッド航空関西国際空港 支店長  
谷直樹 大阪市立大学名誉教授、大阪くらしの今昔館 館長  
長谷川恵一 学校法人エール学園 理事長、エリー・ユネスコ協会 副会長  
山本章弘 朝世流能楽師、公益社団法人山本章堂 代表理事  
河内厚郎 追手門学院「上町学プロジェクト」専長

申込 追手門学院大学 TEL 641-9659  
教育研究所 (072) 621-6015

**読者プレゼント**

大阪歴史博物館 「御所人形の世界」 2月5日〜3月10日 10組20人

大槻能楽堂 世阿弥生誕650年記念 能「井筒」 2月8日(土)公演 ※1月31日締め切り(必着) 2組4人

大阪市立美術館 「日展」 2月22日〜3月23日 10組20人

必要事項を記入の上、はがき、FAX、Eメールでご応募ください。2月10日締め切り(必着)。

①ご希望のプレゼント名 ②お名前 ③住所 ④年齢  
⑤どちらで「うえまち」を手に入れましたか  
⑥今月号で面白かった記事 ⑦気になった広告  
⑧「うえまち」に対するご意見(ご希望)

連絡先 NPO法人まち・すまいづくり「うえまち」編集部  
〒543-0043 大阪市天王寺区勝山1-11-29  
FAX 06-6779-7222  
Eメール nemachi@machi-sumai.com

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

**消防署 通信**

天王寺消防署からの消防や防災に関するお知らせや情報、講習会の案内などを紹介するコーナーです

平成26年春の「防災講演会」のお知らせ

●演題: 「被災地は、今」 入場無料  
●日時: 平成26年3月6日(木) 午後1時〜午後3時  
●場所: 天王寺区役所 3階講堂(天王寺区真法院町20-33)  
●講師: 釜石市防災危機管理課・猪又博史 防災係長  
●定員: 100名  
●内容: 東日本大震災で大津波が押し寄せた岩手県釜石市。釜石市防災危機管理課の猪又博史防災係長を講師にお招きし、震災が起きた時の町や人々の様子、現在の町の状況などについてお話していただきます。

詳細はホームページをご確認ください ▶ <http://www.city.osaka.lg.jp/shobo/>

現役不動産会社社長から学ぶ

**不動産開業セミナー**

日時 平成26年 2月20日(木) 午後1時〜4時 **参加無料**

会場 大阪産業創造館 6階会議室 定員 90名

不動産を仕事として、生計を立てるには、宅地建物取引業免許と供託が必要となります。株金の低迷、低金利の中、不動産のお世話や売買をして、生計を立ててみませんか? 不動産業の起業、または独立に興味がある方に当部の不動産開業支援セミナーを通じて、宅地建物取引業免許や供託、開業後の仕事について、セミナーを開催致しますので、是非ご参加ください。当部は、不動産業の供託を担う公益社団法人です。

セミナーの内容

- 現役不動産会社社長から学ぶ開業体験談
- 不動産業(宅建業)を始めるにあたって
- インターネットが変えた不動産業の実務
- 宅地建物取引免許申請書及び当協会への入会申請(供託)の流れについて(希望者のみ)

公益社団法人 全日本不動産協会 大阪府本部 全日大阪 検索

お申し込みお問い合わせ TEL (06) 6947-0341 受付時間 平日9〜17時 FAX (06) 6947-7661

不動産業を開業したい方へ

**不動産開業 無料相談会**

現在実施中 土・日・祝日を除く 午前10時〜午後4時

お気軽にご相談ください 平成26年 3月下旬まで実施しています!

場所 (公社)全日本不動産協会 中央支部 大阪市中央区本町2丁目6-8 センパセントラルビル5F **相談無料・予約制**

(公社)全日本不動産協会 大阪府本部 中央支部が不動産業を開業したい方に個別の無料相談会を実施しています。現役の不動産会社社長が開業を始めるにあたってのノウハウから、成功へのアドバイスをいたします。不動産業開業に関する不安を一気に解消するチャンスです。この機会にどうぞ気軽にご参加ください!

開業に関するご相談

- 不動産業界の現状と今後の展望
- 開業までの具体的な流れ
- 宅地建物取引業免許申請・手続き
- インターネット検索のシステム
- 全日不動産協会への入会メリット
- 不動産業に関する法律・資金・リスク

……など、どんなご相談も

お電話かメールにてご予約受付中 翌週以降で第3希望までお知らせください 午前9時〜午後5時まで受付

(公社)全日本不動産協会 大阪府本部 中央支部 TEL 6121-4477 info@zen-chuo.jp