

人・物・心をつなぐ地域情報紙

アゴラ



月刊 アゴラ

アゴラとは、古代ギリシャの広場のこと。作り手・読み手を越えた広場との願いで届けています。

編集・発行 京阪ジャーナル社 〒572-0837 大阪府寝屋川市早子町10-19-302 TEL.:072-824-2828 FAX.:072-824-8881 http://agora-hiroba.com/

歩み入るひとにやすらぎを 去り行く人に幸せを

医療法人 西浦会
京阪病院

〒570-0005 守口市八雲中町3丁目13-17
TEL.06-6908-2088
http://www.nishiurakai.jp/

馬のいる里山コミュニティ



山田池公園の川原広場が、ユネスコプロジェクト未来遺産(公益社団法人日本ユネスコ連盟)に申請することになった。1年前、枚方市駅前で牧場を運営していたNPO団体が中心になって大阪府の土地の有効活用事業に企画公募したのがきっかけ。

長年大阪府が残土を積み、放置されていた山田池公園の未利用地を同団体が開拓。枚方駅前牧場で使用していた設備を再利用し、牧場再開の第一期の造成を終えた直後、団体代表が突然の病に倒れた。一時は挫折しか

けたが、様々な人々の励ましと馬たちの癒しの後押しによって再び希望の扉が開いた。五感の優れた馬が安心して過ごせる、馬のいる里山コミュニティ。高齢者と子ども、若者がふれあい、世代間の交流が日常的にできる笑顔あふれる安全な場所。豊かな自然に見守られた山田池公園のユネスコ未来遺産活動を応援したい。

山田池に咲く桜 さくらから サクラ ユネスコ未来遺産活動の華ひらく



▲昨年4月、桜の下での記念撮影

「桜が春を告げる。」
今ここで、「100年後にだけ残っているだろうか」というユネスコ未来遺産活動が始まる。公園を有する北河内地域は、古墳時代日本に初めて渡来人が馬を運び、国づくりをおこなった場所。「日本最古の馬飼いの里を守る会」(地域住民、学校や団体等)と協力して始まったプロジェクトだ。

山田池公園の前に「ぐっどケア So-La」という介護・福祉施設がある。「障がいの方と高齢の方が安心して過ごせる場所」をコンセプトに平成23年10月にオープンした。代表の内田智久さん(38)は、「施設の開設場所探しを始めたころ、この地の緑は人を癒す力があると感じ、地主の方に直接お会いし譲っていただきました」と語る。

「機械的ではなくその人のためにだけに時間を提供できる」「対一の介護。私が見望んでいた福祉を、ここで実現したい」と思っている。山田池にオープンして4年の月日が経ち、満室の入居待ちの施設となり、2つ目の施設を7月に、枚方市大峰にHa-Leをオープンする。Ha-Leとは、晴れ晴れとした思いを持って、すべての人と愛を育んでいきたいという意味。

山田池公園の「ぐっどケア So-La」という介護・福祉施設がある。「障がいの方と高齢の方が安心して過ごせる場所」をコンセプトに平成23年10月にオープンした。代表の内田智久さん(38)は、「施設の開設場所探しを始めたころ、この地の緑は人を癒す力があると感じ、地主の方に直接お会いし譲っていただきました」と語る。

「共感できたが、ひとつだけどうしても共感できないことがあった。利益だけを追い求めて、利用者や職員に目が届かないのでは...」
こうして、利用者や職員を大切にしながら、利益につながる会社を目指した。夢限りなく

「共感できたが、ひとつだけどうしても共感できないことがあった。利益だけを追い求めて、利用者や職員に目が届かないのでは...」
こうして、利用者や職員を大切にしながら、利益につながる会社を目指した。夢限りなく

「共感できたが、ひとつだけどうしても共感できないことがあった。利益だけを追い求めて、利用者や職員に目が届かないのでは...」
こうして、利用者や職員を大切にしながら、利益につながる会社を目指した。夢限りなく

「共感できたが、ひとつだけどうしても共感できないことがあった。利益だけを追い求めて、利用者や職員に目が届かないのでは...」
こうして、利用者や職員を大切にしながら、利益につながる会社を目指した。夢限りなく



▲デイサービスのレクリエーション「山田池を散歩しよう!」でぎんな利用者

INDEX

- 2面 「男前な活き方」 日本で唯一の住込み型語学スクール あなたの街の「学研教室の先生」一わが子どもにも育つ仕事
- 3面 AGORAの目 【西川クリニック便り】不妊症の検査(その2)
- 4面 【まーぼー通信】更年期症状とは? 【電動車椅子でGO! ③】 街の設計に当事者の意見を
- 5面 アトピーっ子に高野豆腐 【食卓の風物詩 6】独活/ウド
- 6面 【名画に見る妖精物語 ②】 人のイラストを勝手に使って作った絵本アゴラひろば
- 7面 【きままにぶらっと関西】 ナニワの古墳散歩⑤ 《昼神車塚古墳・安満宮山古墳・上天満宮》 イベント情報・プレゼント

山田池公園の癒やしのもとにある“GoodなCare”

分け隔てなく一緒に安心して生活ができる...
これまでと変わらない生活を支える介護・福祉の新しいスタイル

ぐっどケア So-La

ぐっどケア So-La(そら) 入所施設・生活介護
〒573-0002 大阪府枚方市出屋敷元町2丁目9番1号
TEL: 072-805-0277 (代表)

入所施設

- ①20代から80代の障がいのある方や高齢の方が入居
- ②色々な在宅サービスを利用して生活
- ③ホームスタッフが24時間常駐、一人暮らしも安心
- ④平日は看護師が健康管理、土日祝・夜間はオンコール対応

生活介護

- ①入浴設備あり
- ②寝たきりの方、拘縮のある方へのストレッチャー対応
- ③入浴剤や紙すきなどの生産活動、合同レク、外食レク、ドッグセラピー、お買い物などのプログラムを組み、その人に合ったサービスを提供
- ④看護師が常駐して医療的ケアに対応



屋外活動を中心としたプログラムが充実
安心してご利用いただける、アットホームで楽しいデイサービス

ぐっどケア ぼらりす

ぐっどケア ぼらりす 生活介護
〒573-0146 大阪府枚方市大峰元町2丁目3番11号
TEL: 072-897-6666

- ①18歳から64歳までの障がいのある方が利用
- ②芳香剤やクレヨンなどの生産活動、合同レク、外食レク、ドッグセラピー、お買い物などのプログラムを組み、その人に合ったサービスを提供
- ③看護師は週4日勤務

障がいをお持ちの方、高齢の方...
自立支援を必要としているみんなが
安心して過ごせる場所

常時介護が必要な方(胃ろう、鼻腔経管栄養、在宅酸素、透析、インスリン注射、MRSA、パルソン、ストーマなど)にも対応。

7月オープン! 入居施設 建設中!

ぐっどケア Ha-Le

訪問介護・生活介護・福祉用具貸与・居宅介護支援・訪問看護

ホームページ検索は「ぐっどケア」で!

ぐっどケア 有限会社

男前な生き方

外国人と暮らして英語をマスター 日本で唯一の住み込み型語学スクール

日本で唯一の住み込み型英語スクールの代表・渡辺秀和さん(39)の将来は36年前、3歳の時に決まった。



大阪イングリッシュハウス 代表 渡辺 秀和さん 枚方市

父親が36歳という若さで逝去したため、当時30歳だった母親が「お父さんが始めた文化事業の灯を消してはならない」と、女手ひとつで約25年間、「大阪イングリッシュハウス」の事業を継承。

「父親が36歳という若さで逝去したため、当時30歳だった母親が「お父さんが始めた文化事業の灯を消してはならない」と、女手ひとつで約25年間、「大阪イングリッシュハウス」の事業を継承。

欧米マインドで事業展開

渡辺さんは、4年前「カリスマ起業家が教える独立成功のカギ」の本の著作に加わり「起業には欧米メンタルに学べ」を執筆した。

グローバル人材クリエイターとして、学生だけでなく社会人向けのグローバルハウスを運営。

ワークキングホリデイで来日している欧米人と海外に行く日本人にインタナシティブ先と住居を提供。国際的な人材を育てるための就活アドバイザーとして活躍している。

ユンまでも完成させた。母親の強い意志に反抗的になった時期もあった渡辺さん。そして英語が苦手だった時期もあったが、幼



渡辺さんと欧米人との握手の瞬間。ゲストハウスの新規事業に着手

英会話は「話す環境」で上達します!!
外国人との楽しい英会話で学ぶ!

OEH英会話サークル オトナの英会話 + TOEIC対策
月曜日～金曜日 19:00～22:00 お好きな時間にお越しください。

近所で放課後ホームステイしよう!
ESS英会話クラブ 英会話 + 英検対策
月曜日～金曜日 15:00～19:00 お好きな時間にお越しください。
対象:小学生・中学生・高校生

OEH 50周年スペシャル
1week国内留学英会話合宿 **50%off** アゴラ読者限定
[5泊6日] 通常99,800円 **50,000円** (先着50名様)

創業50年 **大阪イングリッシュハウス**
枚方市岡山手町11番4号 □お問い合わせ http://oeh.jp/
□京阪本線「枚方市駅」から徒歩約10分 **072-841-0410**
□「枚方小学校」から徒歩約3分

就職率100% 平成26年度生 **締切迫る! C日程**

ものづくり 生徒募集

充実した設備! 高い就職率! 丁寧な指導! 1年コース **定員30名/18歳～34歳以下**

【入校日】 4月25日(月) **ものづくり基盤技術科** **機械系 21名**

出願期間 平成28年 **3月22日(火)～4月13日(水)** 選考試験日 平成28年4月18日(月) 入校選考 学科試験(国語、数学)と面接試験



大阪府立 **北大阪高等職業技術専門校** 枚方市津田山手2-11-40 TEL 072-808-2151 **いまずくアクセス!** 北大阪校 検索

先月に続き「マイナス金利」です。

物々交換の不便さを補うための手段として「発明」されたはずのお金が、なぜ(1)それ自体の価値を持ち、(2)あるところにはもともと集まるようになってしまったのか、という事がいろんな形で話題になります。

まず(1)ですが、お金は何にも変わるし保存がきく、でも買いたいものがあれば1年後より「いま欲しい、いまここにあるお金の方が1年後に受け取れるかどうかかわらないお金より価値があるのは当たり前、それゆえに10%目減りする、つまりマイナス金利と同じ効果を持つことになりま

「お金は木(気)にならない...」
「お金は勝手に増えない」
「お金は稼ぐもの」
という感覚を、幼い頃から培うことが大切です。

大阪電気通信大学 金融経済学部資産運用学科 河上 芳明 教授

あなたの街の「学研教室の先生!」② 八雲西町教室

わが子とともに育つ仕事
加藤彩子さんは、薬剤師の有資格者でもあり、独身時代はメーカーの研究所で化粧品などの研究開発に没頭されていたというバリバリのリケジョです。今春、小学校新一年生になる男のお子さんの子育て真っ最中の身。家にいて子どもと関われる仕事と、学研教室の先生になられたそうです。もともと子どもも好きで、息子さんはもちろん近所の幼児たちの遊び空間にもなっているご自宅居間を開放。2年前に、新興住宅街に素敵な教室を開設しました。子どもたちの「なぜ」という質問を大事にしている加藤先生。毎日は充実しています。

「学研教室の先生」ってどんなお仕事?
学研教室【お仕事説明会】お気軽に説明会へお越しください。 **参加無料**

2年連続 第1位 学研サービス部門 顧客満足度

4月11日(月) 布施駅前リージョンセンター 中会議室 ●近鉄各線 14:00～16:00 「布施駅」
4月12日(火) 守口エナジーホール 会議室1 ●京阪本線「守口市駅」 10:00～12:00
4月13日(水) 八尾市生涯学習センター「かがやき」 小研修室2 ●近鉄大阪線 10:00～12:00 「近鉄八尾駅」
4月15日(金) 阪急グランドビル26F 会議室11号 ●JR「大阪駅」/各線「梅田駅」 10:00～12:00
4月7日(木) 京阪百貨店モール本館1F ●各線 お茶を飲みながらカジュアルな雰囲気 カフェ「コカド ラ・テラス」 「京橋駅」 【カフェ説明会】 ※前日までに要予約 10:00～12:00
4月26日(火) ホテルグランヴィア大阪19F ●JR「大阪駅」 お茶を飲みながらカジュアルな雰囲気 ラウンジ「リバーヘッド」 各線「梅田駅」 【カフェ説明会】 ※前日までに要予約 10:00～12:00
4月20日(水) あべのハルカス近鉄本店 タワー館9F 学研教室の現役先生から話が聞ける 【あるにあらむ】 ●各線「天王寺駅」 【カフェ&トーク】 ※前日までに要予約 10:30～12:00

■お子様連れもOK。また、ご希望に合わせ、個別対応も可能です。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ お申し込み **0120-114-154** 受付時間/月曜日～金曜日 9:00～17:00(祝・休日を除く) **学研教室** 読みかえる力——伸びる学力 **学研教室** 幼児/算数・数学・国語/英語

【学研教室】大阪東事務局 吹田市江坂町1-23-101 大同生命江坂ビル11F http://www.114154.com/ 学研教室 先生 検索

翠園書道会 **良縁** 縁をつないで25年 守口の敷内さん ☎06(6905)8036 (10時～22時)

〈会員募集〉 **高・一般のみ** 初心者から師範まで 昼・夜 ペン字、毛筆(小筆・大筆) 木田町教室・太秦緑が丘教室・対馬江教室 高木翠園 ☎072(823)7809

シヴィルバーゼのひと時 (118) 弁護士 河原昌樹

これまで何度か紹介してきた東住吉再審事件が無罪判決が確定となりました。検察官が有罪の主張立証をしないことが明らかとなったからです。無罪判決は8月にも言い渡される見通しですが、逮捕から21年を経てようやく冤罪であったことが認められることとなります。それについても無罪判決が確定すれば身柄拘束を受ける期間に応じた刑事補償を受けることはできますが、わずかな補償金を受け取ったからと言って、失われた歳月が戻ってくるわけではありません。二度とない人生の貴重な時間を奪われること、これが冤罪事件の罪深さです。初動の時点でどうして事故による火災の可能性をもっと探求できなかったのか、いまさらながら悔やまれます。見込み捜査と自白偏重が冤罪の要因といわれますが、東住吉再審事件でも捜査の問題点がきちんと検証されるべきです。

弁護士法人 シヴィル法律事務所 あなたの幸せのパートナー 取り扱い業務 民事一般(不動産・交通事故等)・家事(離婚・相続・養育)・自己破産・個人再生・刑事・行政手続等

〒530-0047 大阪市北区西天満3丁目8番4号 朝日プラザ西天満 303号 TEL.06-6316-8040 FAX.06-6316-8041 http://www.civil.or.jp/

西川クリニック 不妊症の検査（その2）

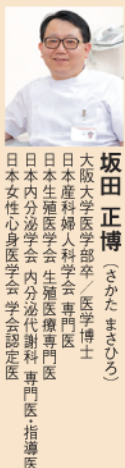
不妊症の検査（その2）

お子さんの希望があるにもかかわらず妊娠しない場合は、不妊として医療機関の受診を勧めます。治療前に不妊の原因があるかどうか、あらかじめ検査を進めていくことは、治療を効果的にするために大切です。今回は前回に引き続き不妊症の検査（その2）をお話しします。

クラミジアに感染すると、卵管が閉塞する可能性があります。不妊の原因となります。子宮の入り口である頸管のクラミジア抗原検査から、感染しているかどうかわかります。抗原検査が陽性であれば、配偶者とともに抗生物質の内服が必要で、卵管や腹腔内まで感染していると、抗原検査では確認できない場合もあり、クラミジア抗体の検査を行います。治療歴がなく抗体陽性の時や抗体検査から現在の感染が否定できない時も、抗生物質を内服します。卵管が通っているかどうかは、造影剤を使った子宮卵管造影検査で調べます。検査は月経開始から7〜10日が適切な時期で、アレルギーの有無を確認のうえ行います。子宮内腔の評価にも子宮卵管造影検査が有効です。

精液検査は、男性の不妊原因を探るうえで必要な検査です。精子数に異常があればパートナーに泌尿器科の受診を勧めます。検査の中には、排卵日前に性交を持ち射精した精子が子宮頸管に届いているかどうかをみるため、頸管粘液を採取し顕微鏡で判定する性交後試験（フナーテスト）もあります。排卵日と検査日のズレにより結果に異常が出た場合は、超音波検査などで排卵日と特定された検査日に実施することが必要です。また、抗精子抗体検査は自費の検査です。陽性者は人工授精でも妊娠率が低く、体外受精を勧められる方が少なくありません。

最後に、不妊症の原因を調べる検査に加えて、妊娠することの安全性について可能な限り確認する妊娠前検査もあります。既往歴や血圧測定、血球数検査、生化学検査、風疹抗体検査、血糖検査などで、異常があれば内科医を受診していただく場合もあります。



放送中
ラジオ大阪 AM1314kHz・FM91.5MHz
20時50分
「ドクター西川潔の幸せクリニック」毎週日曜日

医療法人 西恵会 西川婦人科内科クリニック 大阪市中央区備後町4丁目1番3号 御堂筋三井ビル1階 TEL.06-6201-0317(代) http://www.nishikawa.or.jp

新聞で

「魔法の鉢」を作ろう

3月25日（金）、午前9時から枚方市市民の森（枚方市楠葉丘2-10-1）で新聞紙とセメントを用いた「魔法の鉢作り（主催）枚方市草舎」が行われた。特殊技能や専門知識は全く不要。この日の25名の出席者中、初心者が大勢だったが、それぞれの個性あふれる鉢を完成させた。



▲山草の会のメンバーの皆さん



▲新聞紙で作った鉢

かたの未来の里づくり講座 講座生募集

交野市では4年前に交野市環境基本計画（10年計画）が策定され、実行組織交野市環境基本計画推進会議（交野みどりねつ）が発足し、そのもとに4つの部会で活動をしている。その一つ「自然環境部会」では、活動の核となる人材の結集のため「かたの未来の里づくり講座」を実施。本年度は第3期講座を4月10日から開始し、11月まで全9回が予定されている。

自然環境部会の活動の目的は、10年計画が終わったとき、自然環境保全改善の「一」交野市環境衛生課 072-892-0121



▲植生調査の講座風景

同会では、市民の森でのいろいろな取り組み（無料）を計画。今後の予定は、4月22日（金）〜24日（日）春の山野草展（エビネ展も同時開催）。5月30日（月）13時半〜マジック鑑賞。7月8日（金）11時〜フルーツ演奏鑑賞など。笑い、音楽、花とのコラボで楽しく心む時間を共有する多くの人の参加を呼び掛けている。

豪栄道関と食育を学ぶ

寝屋川ふるさと大使の面目躍如とばかり、大阪春場所での優勝争いに加わった見事な活躍ぶりを見せた豪栄道関は、場所前の3月3日、市立総合センターで「寝屋川市食育推進講座」の「豪栄道関と考えるお口の健康」のメインゲストで臨席した。立派な体格の大関が舞台上で登場すると、会場の皆さんからどよめきの声。寝屋川市歯科医師会会長のインタビュを受け「食いしばった歯で口を切ることもしばしばある」と答えるなど、親しみのある話で会場は盛り上がり、豪栄道ふるさと大使と共にかむことの効用を学んだ食育講座だった。

今年も盛大に開催！ 環境フェスタ

今年で11回目となる「環境フェスタ」が、3月13日、交野市私市の「星の里いわふね」で開催され、3千人を超す来場者で賑わった。会場は、市民団体や地域、学校、企業、行政など多くの人々の想いがこもった楽しい催しが満載。子どもたちの描いた環境ポスターや絵画を鑑賞し、森の年輪焼き、バームクーヘンや環境にやさしい飲食屋台などで舌つ

今年も盛大に開催！ 環境フェスタ

今年で11回目となる「環境フェスタ」が、3月13日、交野市私市の「星の里いわふね」で開催され、3千人を超す来場者で賑わった。会場は、市民団体や地域、学校、企業、行政など多くの人々の想いがこもった楽しい催しが満載。子どもたちの描いた環境ポスターや絵画を鑑賞し、森の年輪焼き、バームクーヘンや環境にやさしい飲食屋台などで舌つ

図書館でプチ留学

枚方市中央図書館で6カ国語による絵本の読み聞かせが春休み期間の3月20日から31日まで行われた。子どもたちが国際理解を深めて、外国語のリズムや異文化に触れて図書館でプチ留学気分を味わってもらおうというもの。初日の韓国朝鮮語の読み聞かせでは、桂海瑠璃君、愛花ちゃん兄妹が講師に質問をするほどの熱心な様子。フランス人のラファエル・ラフィットさんは、「子どもも大人も絵本は大切。フランス語は母音の連鎖があって幼い頃に聞くべき」と、枚方市中央図書館の取り組みを評価した。

～戦火をくぐり抜けて～

3月18日、メセナひらかた多目的ホールで、枚方市権まちづくり協会事業の一環として朗読劇「おせいさんの昭和」が開催された。朗読劇「言葉座」の方々、作家・田辺聖子の著作本から作品の一節を披露。大阪空襲の実体験などから、「戦争とは何か？」を問いつけた。同朗読劇は「被爆・敗戦60年の節目に反核兵器・平和のメッセージを朗読してきた市民グループ。朗読を主体に劇的要素を取り入れた構成が魅力的な劇団である。

24時間営業のコンビニにAED設置

寝屋川市では市の予算でAEDをリース契約し、24時間営業の市内コンビニエンスストアの協力を得て各店舗に設置。市民の命を守る応急処置体制の充実・強化を図ることを目的として3月23日、コンビニ7社とAED設置に係る協定を結ぶ合同調印式を開催した。4月からの実施に向けて、広報誌やホームページなどで設置場所やAEDの使用方を市民に周知させていく予定。枚方市寝屋川消防組合では定期的に普通救命や応急手当普及員などの講習会を開いている。

カドマイスター2016認定式開催

3月18日、門真市役所でカドマイスターの認定式が行われ、本年度の認定企業11社に川本雅弘・副市長から認定証が授与された。カドマイスターとは、卓越した技術などを有する企業を発見し、カドマイスターとして認定することで、広く情報発信し、企業が躍進できるように支援することを目的とした認定制度。平成23年にスタートし、昨年までに33社のものづくり企業が認定を受けている。

この頃、こんな事はありませんか??

物忘れが多い 新しい事をすぐ覚えられない 名前がすぐに出てこない
同じことを何度も聞く、話す 以前より怒りっぽくなった

.....年齢とともに気になる健康は、体力だけでは不十分です.....
いつまでも、前向きで健やかな毎日のために **脳に活力、気力をつける栄養素を補給**しましょう。

DHA・EPA・DPAは、記憶や感情、行動に関わっており、考える、学ぶ力をつけます。DEA・EPAを高濃度に含む「アルガトリウム」が脳の細胞にまで入って働きます。脳に活力をあたえ、いつまでも若々しく活動できる人生を手に入れてください。

試飲品を用意しています。商品発送は**送料無料**

健康セレクトショップ **ヘルシーBOX 立石薬店**

TEL 0120-868-203 守口市 立石薬店 検索

守口市 立石薬店 検索

滞納処分をめぐるトラブルが増えています

税金や相続、経営に関するお悩みを抱えていませんか？

社会保険給付は差押禁止です。しかし、児童手当が振り込まれた預金は差押禁止財産でないから差押する事件がありました。さすがに裁判で違法と判断されましたが、厳しい取立ては後を絶ちません。差し押さえの根拠は国税徴収法。これは明治時代に作られた法律で、差押禁止財産は3か月分の食料及び燃料と定めています。今の時代、3か月分の食料や燃料を保管している家があるでしょうか。民事執行法は、差押禁止財産に2か月間の生活に必要な金銭と定めていますが、国税徴収法はそのような取り扱いがありません。いまだに明治時代の法律で徴収事務を行っている事実をご存知でしたか？

●経済産業大臣認定「経営革新等支援機関」・近畿税理士会成年後見支援センター相談員
税理士法人 京阪総合会計事務所

ご相談は事前に予約してください。アゴラ読者は、初回1時間無料！
ご予約時アゴラを見たことお伝えください。

TEL 072(805)5252 FAX 072(805)5253
〒573-1192 枚方市西禁野2-4-17 第5松葉ビル3F info@kskj.jp http://kskj.jp

■税理士法人 京阪総合会計事務所(近畿税理士会所属・登録番号1232) ■足田 英司(近畿税理士会所属・登録番号103619)

寝屋川市

食べて、見て、

至福の食空間。

商店街のかたすみにある心地よい隠れ家レストラン「ビストロ新」は、選び抜かれた新鮮な旬の食材を使ってシェフが腕を振るう創作仏蘭西料理が自慢。いつしか目と舌に刺激を受ける官能的な時間が訪れ、日常を離れたスタイリッシュな雰囲気の中で、間違いなく楽しめます。



オープンキッチンの見えるカウンター席に座ると、その芸術的な技を鑑賞しながらお料理をいただけるのが楽しみのひとつ。その日のおすすめコースには、どんなシェフマジックが込められるのでしょうか？

大好評のディナーコンサートは2階の和室で開催され、特別コースを堪能した後に生演奏を楽しめて、とっておきの素敵な時間が流れます。※下記日程は定員15名の予約制ですので、お席の確保はお早目にごとぞ。

ディナー&コンサートのご案内 料金/6,000円(税別) 開演/18:00
 ●4月10日(日)/4月29日(金・祝) 聖者の行進などのニューオリンズファンクの数々
 ●5月15日(日) 和太鼓のアンサンブル ●5月22日(日) 和太鼓と篠笛
 ●6月19日(日)/6月26日(日) 岡直弥のハーモニカコンサート ※要予約、先着各日15名

創作仏蘭西料理 **ビストロ新** **ご予約** ★ご予約をお願いいたします。
072-838-1557
 寝屋川市東大和町7-13-2F(ベル大和内) ■京阪本線「寝屋川市駅」南口より徒歩3分
 営業時間 ■ランチ/11:30~14:30(10:14:00) ディナー/17:30~22:00(10:21:00) ■月曜日定休

のぎき観音

江口の君大祭

四月十四日(木) (午前9時~午後4時)
 ◎やいとは12時まで



「君さま」は
 女性の守り神

君堂でご祈祷し、
 お守りを差し上げます。

おさそい合わせ
 おまいりください

- 体の弱い女の方
- 子どもの欲しい方
- 婦人病の方
- お産をされる方
- 良縁祈願される方

野崎観音慈眼寺 072-876-2324
 JR東西線・学研都市線「野崎駅」下車徒歩約10分
 大東市野崎2丁目7-1 HPは「野崎観音」で検索

まーぼー通信

まーぼー(本名:柳井 政和)
 某市非常勤職員、某職業訓練機関の
 キャリア・コンサルタント等々。社会保険
 労務士、社会福祉士、産業カウンセラー

更年期症状とは?

4月は、入学・新学期が始まり、新社会人になり、人生のスタートを迎えられ、胸を弾ませ心躍る思いの方も多いと思いますが、今回は、大人になって30年位経つと多かれ少なかれ経験してしまう方が多い、更年期症状について紹介します。

更年期症状には、生活に支障が出る程度からほとんど自覚がない程度まで、その強さや種類、現れ方にはかなり個人差があります。

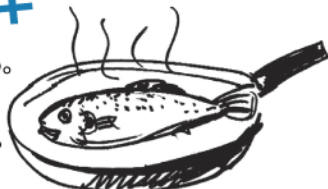
- ①自律神経失調症状の具体例
 ・発汗・動悸・息切れ・のぼせ・腰痛・関節痛・肩こり・筋肉痛・胃痛・便秘・下痢・吐き気・しびれ・手や指のこわばり・皮膚のかゆみ・渴き・湿疹・知覚過敏・鈍麻・喉のつまり・息苦しさ・疲労感・めまい・耳鳴り
- ②精神的な症状の具体例
 ・抑うつ気分・不安感・不眠などの睡眠障害・孤独感・情緒不安定・イライラ・無力感・記憶力低下
- ③泌尿器・生殖器関連の症状

53歳男性である筆者は、上記の中で13個も該当します。心配で医師に相談したこともあります。精密検査までしたものもありますが、診断は、特に異常は認められません。筆者は、更年期症状とは、大人の中の大人の証である。一つひとつの症状にくよくよせず、無理をせず、健康に留意し、残りの人生をもっと楽しく有意義に過ごすようにしなさいという、身体からのメッセージであると受け止められるように努力しています。

イシモチのステーキ



- ① イシモチのウロコとエラをとる。
- ② 塩水で、血を徹底的に洗う。
- ③ バターたっぷり、両面を焼く。
- ④ おとしぶたをすると良い。



料理人
 山下 孝夫

GO! 電動車椅子で



③ 一般的な多機能トイレではまず自分で引き戸を右に引く。ドアは開いた状態では静止しない。右手でドアを押さえたまま、左手を体の前から回す。その左手で電動車椅子の右側肘置きにあるレバーを前に倒して前進する。トイレに入るために障害者にアクロバットのような恰好をさせるのである。

入ったら狭い室内で車椅子を一回転させる。手を放すとドアが閉まるが掛金になった鍵をかけるには向き直る必要があるのだ。それからもう一度一回転してやっと便器に

街の設計に当事者の意見を

よくできた多機能トイレが、例えば大阪市営地下鉄駅には多い。入口に「開閉」のボタンがあり、「開」を押すとドアが開く。ずっと入ると壁にボタンがあり「閉」で閉じると、鍵も締め、そのまま便器へ赴く。ぐるぐる回らなくていい。

用が終われば「開」を押し、ドアを開けてから、手を洗う。そして、そのまま外に出る。ドアは後で自動的に閉まるので、出た時には「閉」を押さなくてもいい。掌は、極めて清潔である。

家屋の内装では、特にキッチンについては主婦(または主夫)の意見を聞くのが一番いいという。優秀な建築家でも実際にその場を使用していない中で想像力には限界がある。障害者を含む多様な当事者の意見が、ユニバーサルデザインには、重要だと思ふ。

有名建築家のデザインによるモダンな建物
 各部屋には自然光が差し込み、天井が高く開放感にあふれ
 ウッドデッキがある中庭には自然がいっぱい

クルーヴ
 KUSUNOKI KAYASHIMA
 http://www.cleuve.jp/

介護付有料老人ホーム
クルーヴくすのき・萱島

京阪電車「萱島駅」より
 徒歩1分

- ◎介護職員常駐 (24時間)
 - 看護師常駐 (毎日夕方まで、土日含む)
 - 医師の訪問(6回~7回/月)
- ◎完全個室
 空調・ベッド・ウォシュレットを各部屋に完備

都市型介護付有料老人ホーム「クルーヴ」は、守口市・豊中市・東大阪市にて10年以上の運営実績!

0120-947-925 介護相談やご見学は**無料送迎!**
 〒571-0071 門真市上島町46-1 営業時間/9:00~18:00 ※車椅子の対応可能

「命こそ宝」をスローガンに、協仁会グループは 地域医療と福祉に貢献してまいります。

協仁会グループ 関連施設

医療法人 協仁会 **小松病院** 日本医療機能評価機構認定病院 日曜 午前診療有 (内科・小児科)
 〒572-8567 寝屋川市川勝町11-6 TEL:072(823)1521~3 FAX:072(823)1588

健康管理センター 日本人間ドック学会 人間ドック健診施設機能評価認定 (人間ドック・各種健康診断実施)
 〒572-8567 寝屋川市川勝町8-2 TEL:072(823)1521 FAX:072(823)3834

医療法人 協仁会 **クリニックこまつ** 日本医療機能評価機構認定病院
 〒572-8567 寝屋川市川勝町11-1 TEL:072(823)1522 FAX:072(823)1861

介護老人保健施設 **松柏苑**
 〒572-8567 寝屋川市川勝町11-27 TEL:072(823)1721 FAX:072(823)2122

グループホーム **なごやか** 介護保険指定(認知症対応型共同生活介護施設)

グループホーム **第2なごやか** 介護保険指定(認知症対応型共同生活介護施設)

こまつデイサービスセンター

こまつケアプランセンター

訪問看護ステーション **こまつ**

病児保育所 **つくし**

小松診療所

ホスピス(緩和) **ひまわり**

住宅型有料老人ホーム **曙光**

医療法人 協仁会 **こまつホームヘルパー養成研修所**

医療法人 協仁会 **メディカルフィットネスこまつ**

クリニックこまつ 在宅医療室

アトピーっ子に高野豆腐

「アトピー食事アドバイザー」(栄養士) 渡辺 雅美 先生

高野豆腐は「畑の肉」と言われる大豆の成分を抽出・濃縮して作られているため、たくさんの栄養素を含んでいます。なかでも特筆すべきものは高野豆腐の約半分は良質な大豆タンパク質だということです。食生活の欧米化が進み、高脂肪食の摂取量が増えていくことで、大人、子どもたちへの影響も心配されるなか、健康維持に必要な植物性タンパク質、鉄分、カルシウムを豊富に含んでいる高野豆腐に大きな注目と期待が集まっています。

最新の栄養学的手法により高野豆腐が健康に与える影響が判明、その最新のキーワードが「レジスタントタンパク」です。もともと大豆タンパク質は動物性タンパク質と比較して、コレステロールを低下させやすいことが知られています。その要因のひとつがレジ

スタントタンパクによる胆汁酸の排泄作用だといことがわかってきました。つまりレジスタントタンパクは食べてもそのままの状態に腸に達し、食物繊維のような働きをしながら胆汁酸と結合して体外に排出されるため、体内のコレステロールを減少させる効果が期待できるのです。



▲定番「含め煮」
▼「高野豆腐のから揚げ」



いままでの高野豆腐は伝統食材というイメージが強いのですが、含めて米粉をまぶして揚げる「高野豆腐のから揚げ」や粉末状のものも野菜と合わせて離乳食、卵アレルギーの代替

えとしても重宝しています。栄養バランスが取れ、消化吸収に優れた食材であることから、アトピーっ子の皮膚の再生には欠かせない高野豆腐はちよつとしたブームになっています。

♥耳より情報
下記講座で高野豆腐の詳しい効用が聞けます。各回とも高野豆腐を使った料理の試食あり。(試食代として各回要500円)
どなたでも聴講可能。ただし参加者募集中!

郷土に愛される独自の銘菓を
くす
楠どら
1個 ¥140

北河内郷土銘菓
株式会社 **まもも**

やわらかい皮にやわらかい粒餡をサンドした、名代名物どら焼き。

大阪府門真市上島町48-2 電話/072-881-3258
*京阪本線 萱島駅西へ200m 徒歩約2分 http://www.mamuta.jp
営業時間/9:00~19:00 定休日/火曜日

大阪府門真市末広町 29-18
電話/06-6908-3359
営業時間/9時30分~19時30分

松屋
大阪屋

韓食ワンダーランド

イベントプロデューサー 佐野 良一

絶品スープ2種 ① 「プゴクッ(干鰯スープ)」

2月末、厳寒のソウルで武橋洞の「プゴクッ家を訪ねた。」

「プゴ」は北魚と書き鰯のこと。この「クッ」はスープの意味だ。これは柔らかく戻した干鰯を戻し汁と牛スープで煮て豆腐と溶き卵を入れた薄味の汁だ。

この店は「プゴクッ家」というストレートな店名通り、この料理一筋に40年以上上商うソウルでは名の知れた老舗だ。他のメニューはないため、席に座るとすぐに料理が出てくる。

日本海沿岸の韓国東海岸地方ではタラがよく獲れて調理法も多様だが、このプゴクッは素朴な郷土食がソウルで洗練された一例だ。赤く元気な韓国料理の印象を一匙で覆す、優しく静かな料理で、日本人観光客のリピーターも多い。

この武橋洞一帯は開化期から城内一の盛り場で、酒場と共に酔客の酔いを醒ますスープ料理店も多かった。ソングクッ(凝固した牛の血入り味噌汁)、雪濃湯(牛の内臓、骨を煮出したスープ)など優れたスープ料理が多いのはそれだけ酒飲みが多い国ということだ。

淡白なプゴクッには香り高いニラキムチ(白い血)がよく合う

アトピー・アレルギーを考える! 赤ちゃんとお母さんの健康食講座

受講料:500円/1回(試食費込み) 定員:各回50名 参加者募集

5月14日(土) 10:00~12:00	●赤ちゃん・お母さんの健康食 ●毒は美味しい:食品添加物を再点検 ●大豆食の文化と歴史(加工食品の試食)	渡辺 雅美先生 眞鍋 昇教授 佐々木 裕さん
6月11日(土) 10:00~12:00	●アレルギーってなに? ●恐怖の食中毒アナフィラキシー ●大豆タンパクの健康メリット	小川 正先生 眞鍋 昇教授 石黒 貴寛さん
7月10日(日) 10:00~12:00	●赤ちゃん・子どものアトピー性皮膚炎治療: ●自然治癒を妨げない ●和食でアトピー治療:実践食の紹介 ●高野豆腐で健康おやつ(おやつ試食)	佐藤美津子先生 渡辺 雅美先生 熊谷 正樹さん
8月20日(土) 10:00~12:00	●離乳食って大切・噛む力をつける ●普段使いの離乳食 ●赤ちゃんに美味しい高野豆腐(離乳食の試食)	坂本 裕子先生 渡辺 雅美先生 池田 亮一さん
9月10日(土) 10:00~12:00	●高野豆腐を科学する ●健康食品のウソ・ホント ●機能性食品としての高野豆腐(健康食の試食)	村澤 久司さん 眞鍋 昇教授 片桐 陽一さん
10月8日(土) 10:00~12:00	●五感を育てる生活習慣・食習慣 ●食事を介した伝染病 ●スポーツ選手に適した高野豆腐(スポーツ食の試食)	伊藤 裕子先生 眞鍋 昇教授 三ツ井陳雄さん

会場:大阪国際大学・大阪国際大学短期大学部 守口キャンパス 大阪府守口市藤田町6-21-57
お問い合わせ:大阪国際大学・大阪国際大学短期大学部 地域協働センター TEL:06-6902-0617

米ヌカはえらい!

vol. 99

工業用油脂事業の拡大を!

こめ油を製造販売している弊社では、米糠からこめ油を生産する過程で、食用にはできない油分が出てきます。これらの油分や食品の使用済み油などの植物系廃油は食べることができませんが、加工しさまざまな原料にすることで、塗料、インキ、接着剤などの工業用原料として広く有効活用されています。

これら植物系油脂リサイクル事業のさらなる拡大のため、BASFジャパン株式会社より事業譲渡を受け、ベジケムグリーン®(Vegethan Green®)の商標にて、ヤシロ工場での生産販売を開始します。

築野グループの製品はこめ油以外でも、皆様の身近なところで役に立ちたいと考えています。

ヤシロ工場は2000年7月に、外資系化学会社の工場(1979年から稼働)を取得、ダイマー酸およびダイマー酸誘導体のポリアミド樹脂の製造技術を継承しました。本社工場の脂肪酸ノウハウをベースに、植物系脂肪酸の高度利用・付加価値商品の開発に積極的に取り組んでいます。

築野食品工業株式会社
ヤシロ工場
〒673-1425 兵庫県加東市西古瀬1029
TEL.0795-42-4861

ライスオイル 400g 410円(税込)
プレミアムライスオイル 400g 616円(税込)

アゴラ読者にプレゼント!! (7面プレゼント欄参照)

お申し込み・お問い合わせは
0736-22-0061
好評受付中!

お申し込み・お問い合わせは
0120-818-094
和歌山県伊都郡かつらぎ町新田94

「お米について」の情報満載! http://www.tsuno.co.jp
弊社は広告も記事と考え、取材・編集しています。

食卓の風物詩 ⑥

【独活/ウド】

春の香華 独活の桃色

直径40センチもある白くて大きな春香ウドを見つけた。薄赤(桃色)の産毛がついています。生サラダでシャリシャリと食べられる、灰汁がないとの説明には驚きました。

春の香華
独活の桃色
すくすくと

暦があるから
暦を忘れて
暦をながめちや、
四月だといふよ。

暦がなくても
暦を知ってて
りこうな花は
四月にさくよ。
(金子みすゞ「暦と時計より」)

皮をむき拍子切りにして湯通しすると若い子のように

皮をむき拍子切りにして湯通しすると若い子のように

に赤面しました。水分が多く、香り高く、ヘルシー。芽ウド、山ウド、もやしウドなどの種類がありますが、自生の野生種で、春を告げてくれる山菜。江戸期には畑で栽培がはじまり、伸長する芽を土やもみ殻で覆い軟白させたのち、掘って生食、あえ物などに。光をあて

近頃では山ウドの野生味も好まれ、芽に緑の色をつけた緑化ウドがあります。野生の山ウドは香気が強く、1〜2メートルに成長。羽状の葉を広げ、夏には白い花が咲きます。

詩人 寺田 操

ウドの酢味噌マヨあえ

ウドを拍子切りにして、さっと湯通し。酢+白味噌+マヨネーズで和える。

皮のきんぴら

ウドの皮と人参を千切りにする。胡麻油でいため、味噌、醤油で味付。

まちの小さな映画館より vol.22

シネ・ヌーヴォ支配人
山崎 紀子

学生は、500円で映画を観られるキャンペーン“え〜がな500”!

最近、映画館に行っていますか?

シネコン(シネマコンプレックス・複数のスクリーンを持つ複合商業施設)以外のシネ・ヌーヴォのようなミニシアターでは、若者の映画館離れが久しく懸念されています。

そんな状況をただ見ているだけではいけない、映画館の良さ、映画の多様さをもっと知ってもらいたいと、関西のミニシアター7館が立ち上がり、神戸元町映画館発案で期間限定学生割引キャンペーン“え〜がな500”を始めることになりました。昨年は実験的に3ヶ月

間実施し、今年から定期的に開催します。期間中は、学生を含む2名以上の来場で、学生の方は料金が500円になります。

参加映画館は、大阪では「シネ・ヌーヴォ」「第七藝術劇場」「シアターセブン」、京都は「みなみ会館」「立誠シネマ」、兵庫は「元町映画館」「パルシネマしんこうえん」の計7館です。それぞれが個性的な独自のラインナップを誇っているミニシアターですので、必ず人生を変えるくらいの1本の映画と出会ってもらえるものと思います。

ただ、映画館に学生が来ない、という嘆きから始まった本企画は、学生のもとへ情報を届けることに苦労しています。ご家族、ご友人など、皆さまのまわりの学生の方へ紹介していただくと嬉しいです。

▼え〜がな500公式サイト



そんな映画館の気持ちを応援してくれる学生たちもいます。関西の複数大学の学生たちが「学生が主体となりミニシアターで映画を観よう!」と集まった“映画チア部”という団体です。映画好きな学生が、同じ学生に

映画を観てもらおうと知恵を絞る、映画や映画館のおもしろさをアピールしてくれています。先日、シネ・ヌーヴォに打ち合わせに来てくれたのですが、大好きな映画のことを話す姿がキラキラと眩しくて、私も映画が大好きだったことに改めて気付かされました。学生や若い世代の人に映画を通して、生きていくことの何か、人生の糧になる何かを感じてほしいと日々思っていたのですが、私が忘れかけていた大切なことを教えられた瞬間でした。



シネ・ヌーヴォ www.cinenouveau.com
大阪市西区九条1-20-24 TEL.06-6582-1416
○地下鉄中央線「九条駅」6号出口徒歩3分
○阪神なんば線「九条駅」2番出口徒歩2分



「誰でもない王女さま」
レヘル刊より

コも定番で登場しています。この絵は、コミカル王子が王女に妖精の掟を破ったことを許してもらおうとするシーン。妖精物語には欠かせない、キノ

名画に見る 妖精物語 ②

妖精妖怪アートサロン「イルミタイ」
代表 亀井澄夫

人のイラストを 勝手に使って作った絵本

リチャード・ドイルは、シャールロックホームズの著者コナン・ドイルの伯父にあたります。この絵は19世紀に発行された『誰でもない王女さま』の挿絵。文章はアンドリュース・ラングで、彼は何となく自分の作品にドイルの絵を使いたいと申し出ましたが承諾されず、ドイルの死後に勝手に使った本にしたのが、この『誰でもない王女さま』です。話に合わせて描いたものではないので、登場する王女や王子が大人になったり子供になったりまちまちで、顔つきもまちまちです。また著作権というものが存在しなかった頃の話ですね。

枚方市立留守家庭児童会室の臨時職員を募集

【仕事】枚方市立45小学校内にある児童会室で放課後に子どもたち(小学1年生～4年生)の保育を行う仕事です。
【勤務地】市立留守家庭児童会室(小学校内)
【資格】昭和26年4月2日～平成10年4月1日生まれで児童の集団生活指導に熱意のある方。
【時間】概ね14:15～19:00内で指定する3時間程度(最短1時間からの変則勤務)。春・夏休み等の学休期は8:00からの開室で、3時間から7時間程度となります。
【給与】時給1,030円 【休日】土日・祝祭日、年末年始
【交通費補助】通勤距離及び交通手段に応じて支給
【応募】4月4日(月)～11日(月)9:00～17:30に、放課後子ども課まで電話または直接申し込み。4月13日(水)午後1時から適性検査(筆記試験及び面接)を実施。検査当日に市販の履歴書(写真貼付)をご持参ください。
(問)放課後子ども課 ☎072-841-1376 FAX:072-844-1499

終活と埋葬

早めの準備が大切! 遺骨の埋葬の準備ははじめませんか?

こんなお悩みはありませんか?
●「終活」を始めたいけれど、何から手をつけて良いかわからない
●ペットが亡くなったのですが、一緒に納骨できるの?
●お墓にこだわらないけど、どんな埋葬方法があるの?
●跡継ぎはいないが、お墓を建ててもいいの?
●相続税対策でお墓を購入するって本当なの?

相続のこと、葬儀のこと、遺言のこと... 「終活」にも色々ありますが、意外と忘れがちなのが「遺骨の埋葬」のこと。終活に関して最も多い相談は、実は「お墓」に関することなんです。ついつい後回しになりがちで遺骨の埋葬先ですが、一番初めに考えておいた方が良いでしょう。複雑で時間や手間がかかるもの。まずはお気軽にご相談ください。専門のスタッフがあなたの悩みを解決します!!

株式会社加登 霊園・石碑の総合アドバイザー
TEL.06-6305-1323 FAX.06-6305-1453

加登オリジナル「エンディングノート」プレゼントのご当選おめでとうございます!
★寝屋川市 松浦木遊様 ★寝屋川市 羽柴京子様 ★寝屋川市 岡岡和子様
★枚方市 中西トシ子様 ★門真市 田村信子様 ★門真市 谷所恵子様 ★ほか匿名希望の皆様

アゴラひろば

たくさんのお便りありがとうございます!
★「まーほー通信」毎回来しみます。今回のマズローの欲求の5段階説、私も欲求の渦の中でもがいています。皆が幸せな新生活になってほしいと思います。
門真市 谷所恵子様

★初めて拝見しました。こんな地域密着の情報誌があったのですね! 少し大人向けの内容でしたが、みんな読んでしまいました。心理学を専攻していたことがあるので、「まーほー通信」の内容は、あーそーうだったな〜と思いつつ楽しんでました。
寝屋川市 河野美穂様

★アゴラは限られた紙面の中で生きた情報が満載で、いつも楽しく読んでいます。街歩きや歴史に興味があるので「まーほー通信」に、関西はとでも楽しみにしています。
枚方市 森井浩様

★「名画に見る妖精物語」が始まって美術好きの私には、ますます楽しみが増えました。アゴラは少ない紙面に幅広い情報が満載でよく工夫されています。枚方市 匿名希望様

★門真市の「高齢者見守りスタート」をみて、高齢者の異変をいち早く感じるのが毎日、郵便を配達している郵便局の方たちと思うので、この取り組みはすばらしいと思います。日々の仕事をしている私も日々気をつけたいです!
寝屋川市 柳原和子様

★「ムーブ21」に演奏会で寄った時、アゴラがあるとホッとします。街の話題を温かな視線で紹介しているの思わず引き込まれ、拝読しています。
大阪市 杉田紀子様

★先月、私の「筆がひろば」に載って驚きました。今月の「まちの小さな映画館」。弟が大学時代に学生運動に傾き、博アルバイトの労働組合に走り、司法試験も断念して屈折した老後となり、カラオケでうっぶん晴らしをして慰められています。その弟と映画「断食芸人」を見たいと思います。
枚方市 山本和子様

★イベント情報がありがたいです。先日にも絵画展を見ました。今城塚古墳は以前に行った記憶でぶらっと関西で整備されたこと知り、再び行ってみたいと考えています。
寝屋川市 内田ふみ子様

★話題の映画や演劇の情報掲載してくれと嬉しいです。
寝屋川市 田中みほ様

★手にする度に内容構成等の進化を感じ、いつも楽しく拝読。「さくら能江口」の解説は短い中にも観たくなる気持ち満ちてきました。当日が楽しみです。また楽しみなのは編集後記。季節を感じながら哲学を感じ、切り抜いてノートに貼り、ひと言自分の想いを添えておきます。アゴラは人間の広場だと思っています。
寝屋川市 匿名希望様

定期購読のご案内

地域情報紙 月刊AGORA(アゴラ)は、毎月1回発行・配布しており、新聞折込以外では設置施設などでも入手可能ですが、定期購読も受け付けております。

■定期購読料金
購読料1年分(12紙)
国内宛・送料込:3,000円
※お申し込みは1年分のみ承っております。
(消費税の引上げ等により金額が変更になる場合があります。)

■お申し込み方法(郵便振替)
郵便局にて、「払込取扱票」に以下の内容を記入の上ご入金ください。当社で入金確認後、最新号から発送します。
口座番号 00940-6-41022
加入者名 京阪ジャーナル
お振込金額 国内宛 3,000円
払込人情報 お届け先:郵便番号、住所、お名前、電話番号
通信欄 最新号からお送りしますが、ご希望があれば発行月をご指定ください。

きままに 平藤 清刀

ぶらりと関西

古代のロマンに想いを馳せて——。古代の古墳散歩⑤

昼神車塚古墳

今城塚古墳をかすめるように走る国道67号線を、東方向へひたすら走る。約30分ほど走ると、やがて上宮天満宮へ上がる石段の下に着く。ちなみに、そこから見える鳥居が「二の鳥居」だ。

上宮天満宮



▲上宮天満宮 一の鳥居



▲上宮天満宮 二の鳥居

「一目見て、他の古墳と決定的に異なるのは、なんと道路の上に古墳がある。というよりも、古墳の下を道路が通っているのだ。」

はじめは前方部を削って道路にする計画で、古墳は事実上壊されることになっていた。だが、近隣住民が保存を強く望んだため、工程の都合上いったん削られたものの、後に元の形に復元された。

ここに道真を祀ったという。天正10年(1582)の「山崎合戦」の折には、豊臣秀吉が本陣を置いたことでも知られる。

安満宮山古墳

三段テラスの最上段には、この古墳が上宮天満宮の神域であることを記した石碑が立っている。



▲安満宮山古墳

ある長方形の方墳である。邪馬台国が栄えたといわれる3世紀後半に築造されたと推定されており、魏の年号が刻まれた「青龍三年」の銘鏡や三角縁神獣鏡ほか五面の青銅鏡を包んだ麻の布、1600個ものガラス製小玉、鉄製の刀と斧などが出土した。

この場所からは淀川や大阪平野が一望でき、天気の良い日にはまさに絶景だろう。取材したときはすでに日が傾いており、しかも曇り空だったため、その絶景を拝めなかったのが残念だった。

AGORA INFORMATION イベント情報

枚方市
メセナひらかた会館 [多目的ホール]
山形国際ドキュメンタリー映画祭2015正式招待作品

京阪百貨店・守口店 [6F京阪美術画廊]
没後10年 関西彫刻界の異才 池田遊子展
門真市
ルミエールホール (問・販) 06-6908-5300

寝屋川市
市民ギャラリー (問) 072-811-5544
アドバンスねやがわ二号館3F 駅前図書館内 無料

旧田中家講物民俗資料館 (王仁公園プール入口)
(問) 072-858-4665/9:30~17:00/月曜(休・祝)は翌日休館

守口市
ムーブ21 [守口市生涯学習情報センター]
(問・申) 06-6905-3921/FAX.06-6909-9898

大阪府
大阪くらしの今昔館 [市立住まのミュージアム]
(北区天神橋6丁目) 06-6242-1170

大阪市
大空解説&アロマ-熟睡フラワータリウム-星が綺麗で音楽が心地よい。満点の星空の下、プラネタリウムでゆったりとしたひと時を-4/29(金・祝)18:00 参加費500円

大阪府
大空解説&アロマ-熟睡フラワータリウム-星が綺麗で音楽が心地よい。満点の星空の下、プラネタリウムでゆったりとしたひと時を-4/29(金・祝)18:00 参加費500円

AGORA PRESENTS プレゼント

A 映画 [シネ・ヌーヴォー名画発掘シリーズ] 招待券
新シリーズの第1弾は、キューンな魅力で輝き続けた伝説の女優、声川いつづみ。

B ドキュメンタリー映画 [袴田 巖 夢の間の世の中]
全国共通・特別鑑賞券
冤罪の死刑囚、袴田さんの日常を追う。

C [トミカ博 in OSAKA] 無料入場券
「はたらクルマ」が大集合! 活躍するクルマを見に行こう!

D 映画 [ボーイ・プラノ ただひとつの歌声] 招待券
名門少年合唱団を舞台に、ひとりぼっちの少年が厳しい指導者との出会いによって成長し、自分の運命を切り開いていく姿を描く。

E 特別展 [生命大躍進-脊椎動物のたどった道-] 招待券
こどもからおとなまで楽しめる! 世界の最重要化石の数々が大集結!

F [魔法つかいプリキュアミラクルマジカルワールド] 招待券
「映画プリキュアオールスターズ みんなで歌う! 奇跡の魔法!」公開記念。

G 特別展 [藤城清治 光のメルヘン展] 招待券
童話や聖書、実在する風景など多様なテーマを、光と影、豊かな色彩で幻想的に表現する独自の世界観は、人に夢と希望、癒しを与える。

H 展覧会 [ピカソ、天才の秘密] 招待券
20世紀最大の造形革命「キュビズム」の創始者で91歳で没するまで驚異的な創造力を発揮し続けたピカソ。本展では、世界最大ピカソ美術館や各国の名品を集結し、少年時代からキュビズム後の前半生に焦点を当て、天才たるゆえんを探る。

I [ライスオイル&プレミアム ライスオイル]
コレステロール低下と動脈硬化を予防する働きがあるといわれる「γ-オリザノール」と通常のビタミンEより抗酸化作用が約40~60倍強い「トリコチノール」を豊富に含んだ良質なサラダ油2種、各1本セット

J 和食レストラン [狸々(しゅうじょう)] お食事券
大好評! お昼の「おぼんざいランチバイキング」2組4名様 1,050円×2
落ち着いた雰囲気の中で創業50年の伝統の味をどうぞ。

【プレゼント 応募方法】はがき・FAX・メールで
①ご希望のプレゼント名 ②〒住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥本紙へのご意見・ご感想・ホットなニュース等を記入のうえ、下記宛先までご応募ください。



エクステリアパークコンパス
Compas
エクステリアコンパス
寝屋川店
0120-014-808
寝屋川市梅が丘1-16-8 エクステリアコンパス
営業時間/10:00~18:00 定休日/水曜日

手入れに手間がかかる生け垣を、すっきりきれいにリフォーム!



お手入れの大変な生け垣をすっきり!
大きく育った生け垣は害虫が発生したり、年に何回も剪定をしないといけないためお手入れが大変。そこでブロックとフェンスでリフォーム。プライベート空間を維持しつつ、スッキリとした外まわりに大変身。

大胆なガラスブロックの壁に!
角地のアル形状を活かした曲線の壁。石積みは積みなおして補強し、きれいに凹凸の良さが際立ちます。圧迫感を抑えるため取り入れた格子のフェンスは、隙間から見える灯籠がポイント。透けにくいガラスブロックで、明るさは取り入れて、プライバシーは確保。夜はライティングで演出。

リハビリ デイサービス **すぶらうつ**
枚方駅前
広々とした機能訓練スペース

1 体操前の健康測定(血圧計) 2 運動補助マシン(ウォーターウェルゴ)
3 レッドコードで体を支えながら体操 4 負担の少ないマシンで効果的に運動
5 並行棒で歩行訓練 6 静養室

暮らしイキイキ! 入居者様の声
▶娘さんの勧めで他県から入居した要介護3のAさん(79歳)は、「入居後に歩けるようになり、歴史街道の五六市も楽しんでいます。ここは駅も近く、食べるところや病院もあるので安心。枚方市駅は特急が止まるので、孫が大学の帰りに顔を見せてくれるのが嬉しい」。
▶要介護5のBさん(76歳)は、「最近、子どもや周りの人から元気になったといわれます。前は動けるのに動かなかったの。今はデイサービスのリハビリで体を動かし、食事の時に他の方とお話する機会が増えたからでしょう。食事の量もちょうど良く、ここに来て感謝しています」。

枚方市
風情ある歴史街道の地で、
買物や通院、家族の訪問に
最適な環境を提供する
サービス付き
高齢者向け住宅
ケア・キューブ 枚方

▲歴史街道の町並と調和するケア・キューブの外観

リハビリテーション特化型のデイサービスを併設

利用料金
リハビリデイサービス すぶらうつ

1ヶ月の利用料金	1回の利用料金
要支援1 1,790円 要支援2 3,670円	要介護1 767円 要介護2 897円 要介護3 1,031円 要介護4 1,165円 要介護5 1,298円

※介護保険1割負担の場合です。2割負担の料金はお問い合わせください。

サービス付き高齢者向け住宅 **ケア・キューブ 枚方**

月額基本料金: 137,004円 (税込)~
入居契約時: 100,000円

月額基本料金:内訳

家賃	2F(20室) 53,000円(非課税)
	3F~4F(20室) 63,000円(非課税)
	5F(20室) 73,000円(非課税)
共益費	13,480円(税込)
光熱水費	11,124円(税込・室内の電気料金は別途)
食費	48,600円(税込・30日)
状況把握・生活相談サービス	10,800円(税込)

※医療費、薬剤費(住宅両用管理指導)、各居室の電気代、理美容代、消耗品代(オムツなど)は含まれません。
※介護サービスを受けられる方は、別途料金が発生します。(介護保険適用の場合は、1割負担)

自立支援のための一貫体制
「ケア・キューブ枚方」は、要介護1~5の65歳以上の方を対象に、医療・介護・看護・服薬を提供するという貫いた体制をとっている。ヘルパーステーションと併設されているので、入居者一人ひとりの生活状態を把握できるの大きなメリットだ。
このことで細やかなケアプラン作成ができ、1階フロアの広いスペースのリハビリデイサービス「すぶらうつ」を活用しながら、入居者の自立支援を全面的にサポートしている。

「生きてよかった」のことに感謝
サービス提供責任者であり、介護福祉士の山村さんと坂本さんは、入居者に多くの感動をもちたい。
食事介助によって嚥下障害を克服した方の「生きてよかった」という言葉。パルーンカテールをつけた方が外出できるようにになった笑顔。
入居者とスタッフと家族のカタチがある。

枚方市駅から**5分**、便利な立地

京阪枚方市駅から線路沿いに西へいくと、江戸時代からの歴史的景観が保全整備されている京街道の町並が続く。歩くこと5分、サービス付き高齢者向け住宅として昨年5月にオープンした白壁瓦葺の瀟洒な造りの「ケア・キューブ枚方」が姿を現す。

ターミナルが近く、商業施設や行政サービスの窓口、総合病院などがある利便性の高い人気のエリアに立地する。この地区では毎月第2日曜日に「枚方宿くらわんか五六市」が開催され、老若男女が行き交い賑わう。

▼旧京街道の先に商業エリアと京阪本線枚方市駅がある

〒573-0031 大阪府枚方市岡本町10-25
0800-888-6586

編集後記
年度末。今年はバタバタしっぱなし。追いかけるような圧迫感で血圧が上昇。なにより、年度末という言葉を調べたら、会計年度(官公庁の歳入歳出を画定する期間)の1年のある日の前日までを「年度」として区切った末期、末日にあたる期間とある。そして、定められた学業を終えた児童・生徒が卒業、入学と入れ替わるドラマを演出するともある。以前、気の張る交渉時、「年度末の関係で」と、うにやうに言葉を濁された事がある。その言い訳に、へえ、今頃納得。ドラマ演出にもいろいろ手があるものだね。仕事は非情だ。演出がでない直球勝負の人間は、ドラマを夢見て、正直に走り続けるしかないようだ。(安)

住まいと暮らしのお手伝い **しみず**

1 掃除機・台所用用品	キッチンしみず
2 カーテン・カーペット	インテリア生活館しみず
3 陶器・ガラス・漆器	ポタリーハウスしみず
4 100円ショップ	ファーストしみず
5 ペットフード専門店	ペットフードベルしみず

〒573-0031 大阪府枚方市岡本町10-25
0800-888-6586

5% OFF 券
この広告をご持参ください
使用期限:平成28年4月末日まで

2016年4月1日(金)~5月31日(火) 11:00~16:00(L.O.15:00)

今年の春のランチフェアはレディースランチがとってもお得!
5月はメニューが変わります。

レディースランチ

メイン1品 2,376円(税込)	メイン2品 3,456円(税込)
------------------	------------------

① ワンドリンクサービス... 食前にはすっきりしたドリンクを
② スープは... アミューズとスープのワンディッシュ
③ お肉料理は... サロインステーキ ※お魚料理もご用意

パンまたはライス(おかわり自由)、コーヒーまたは紅茶

レディースランチ&エステ&お風呂 がセットになった **予約制**

癒しの日帰りレディースプラン

ランチのメインディッシュは、お魚料理とお肉料理のどちらか1品を選べます。
お風呂は、天窓のある岩風呂風の浴場でゆっくりできます。
※入浴は12時からご利用。バスタオル・フェイスタオルを無料で貸し出します。
エステは、コース別3つのプラン。お客さまの美を最大限に引き出す「癒しの効果が高いオールハンドケアによるマッサージ」と「肌再生理論に基づいたトリートメント」で至福の時間を。

お手軽プラン 5,616円(税込) — 手軽なお試し — 「ショートコース40分」+「レディースランチ(メイン1品)」 (フェイシャルのみ) クレンジング▶洗顔▶フェイシャルマッサージ▶パック▶お仕上げ	本格派プラン 8,100円(税込) — 保湿重視肌に — 「ベーシックコース60分」+「レディースランチ(メイン1品)」 クレンジング▶洗顔▶デコルテ+フェイシャルマッサージ▶トリートメントバック▶お仕上げ	小顔プラン 11,556円(税込) — キュッと小顔に — 「小顔石膏コース60分」+「レディースランチ(メイン1品)」 クレンジング▶洗顔▶デコルテ+小顔マッサージ▶石膏パック▶ハンドマッサージ▶お仕上げ
---	--	--

リゾートレクリエーションセンター **アイアイランド**
〒575-0011 大阪府四條畷市逢阪458(緑の文化園内)
TEL.072-876-1911 FAX.072-879-1166

予約専用ダイヤル TEL 072-879-1121
受付時間 9:00~18:00

ホームページは、アイアイランド 検索
Facebook いいね! して Like

マイクロバス送迎(予約制)
京阪本線 寝屋川市駅・JR四条畷駅 宴会にも最適! 28人乗り
★最寄駅までお1人様より送迎いたします。
★グループ・団体の方(10名様以上)は、ご指定の場所(片道30分圏内)まで送迎します。予約時にご相談ください。