

**古紙回収により
トイレットペーパー寄贈いたします!**

大毎上町では毎月読者様のお宅にお伺いし、古新聞や雑誌・段ボール等の古紙回収サービスに取り組んでおります。昨年に引き続いて今年も回収業者様のご協力を得て、トイレットペーパー300個を寄贈させていただきたいと思ひます。一施設100個×3箇所を予定しておりますので、受入ご希望の施設・団体様は大毎上町までお気軽にお申し込み下さい。※申し込み多数の場合は抽選とさせていただきます。

お問い合わせは
大毎上町本店まで ☎(06)6763-1705

昨年寄贈させていただいた
阿倍野区の望之門保育園

よしおくん 新聞少年 第4回

「夏バテはしませんか?」

作・元房 琢 (天王寺支店長)

1. ルルル〜
ググググ

2. ムフフ
夏バテしないよう
スタミナをつけよう

3. できたー
バーン

4. 次の日
WC
ドーン

上町健康くらぶ

大毎上町エリアの健康に役立つお店や情報を紹介するコーナーです。

当院では患者さんにも施術前、施術後の効果をわかりやすく見ることが出来る最新のコンピュータを使った治療を行っております。

このような方が多く来院されています

- ◎交通事故によるむちうち、頸椎のヘルニア、分離症等...
- ◎若い人に多くみられる **ストレートネック**
頸椎、腰椎、骨盤、背骨のゆがみ等治療いたします。

ストレートネックの症状

- ◎首が痛い ◎肩がこる ◎頭痛がする ◎吐き気がする
- ◎寝る時に横向きでないと落ち着かないなど。※この症状のすべてがストレートネックとは限りません。ストレートネックかどうかはレントゲンを撮って首の角度を見ることでわかります。

東川鍼灸整骨院
大阪市城東区東中浜9-12-15
tel. 06-6969-5177

◆診療時間：午前 9:00~12:00
午後 16:00~19:30
(土曜は午前のみ)
◆休診日：日・祝・毎木曜・土曜午後

うえまち倶楽部
ご愛読者様限定の
無料ケータイメール会員大募集!!

プレゼント企画盛りだくさん!!

メール会員になると、大毎上町エリアのイベントやクーポンなど、お得な情報があなたにケータイメールで届きます!!
【注】大毎上町が管轄する購読エリアの方のみの入会に限らせていただきます。エリア外のご住所での申し込みはご遠慮下さい。

入会方法はメールを送るだけ!!

右記のQRコードを読み取るか、下記アドレスへ空メールを送信。後に届く、返信メールに従い会員情報を入力すると登録完了!

uemachi-club@posh.jp

広告に関するお問い合わせ
メールにて下記まで
お問い合わせ下さい。
info@uemachi-club.com

**旬を食べよう!
おいしいでえ!**

坦々棒々鶏冷麺

作り方

- 1 フライパンを熱し、サラダ油・ごま油をなじませ、生姜のみじん切りを炒めます。香りが出たら、白ねぎのみじん切りを炒め、鶏ミンチを加えてほぐすように炒めます。
- 2 最後に豆板醤を加えて炒め、かるく塩・こしょうしてパットに取り出します。そのまま冷ましておきます。
- 3 きゅうりは細切り、レタスは太めの細切り、トマトはくし形に、貝割れ菜は半分切りに切ります。ザーサイは粗みじん切りに切ります。
- 4 タレは全ての調味料をボウルに合わせ、しっかり冷やしておきます。
- 5 鍋にたっぷりの熱湯を煮立て、麺をほぐしながら入れて、差し水をしながら茹でます。やややわらかめに茹でたら、氷水でもみ洗いし、ぬめりを取り除きます。しっかり水気をきいて、塩・こしょう少々、ミツカン米酢、ごま油で合えます。
- 6 器に麺を入れ、レタスを盛り付けます。炒めておいた鶏ミンチを盛り付けます。トマト、貝割れ菜、ザーサイ、きゅうりを添えます。タレをたっぷりかけます。フライにしておいた餃子の皮を散らします。

できあがり!

FUJIMOTO キッチンスタジオでは
お料理教室 開催中!

生徒募集

上記のレシピは藤本喜寛シェフよりご提供頂きました。

大塚市中央区和泉町2-1-1 化粧品工業会館1F
TEL.06-4793-0362
E-mail: y.konishi@catalog-i.com

うえまち おいしいでえ!

大毎上町エリア内のおいしいお店を毎月ご紹介いたします!

第29回 おいしいでえ!は、森ノ宮にある
「TAKO将軍」をご紹介します!!

おすすめメニューはコチラ!

- ★たこ焼き.....〈6コ〉300円、〈9コ〉400円
〈12コ〉500円
- ★TAKO将軍(店内のみ).....〈6コ〉350円、〈12コ〉650円
明石焼き風のオリジナルたこ焼きです。
- ★将軍焼き(明太子チーズ、もちチーズ、えびチーズ)....各400円
たこ焼きをオムレツ風に包んだオリジナル商品です。是非一度ご賞味下さい!

住所：城東区森ノ宮2-4-28 城東駒井ビル1F
TEL：090-3873-6365
営業時間：13:00~24:00
定休日：月曜日

店内テーブル席あり。たこ焼きの他にも焼きそば(目玉焼き付き)、ホルモン塩焼きそば、ホルモン焼き、出し巻き玉子等々、ちょっと一杯...に嬉しいお料理もたくさん!お得なポイントカード(たこ焼き6個購入で1ポイント、10ポイントで6個サービス等)もご利用いただけます。是非お気軽にお立ち寄り下さい!

優待特典! 「うえまち倶楽部」をご持参の方にたこ焼き12個入りお買い上げ100円引きいたします!(8月末まで)

IQの高い子が得をする

— お子さまの夢は、なんですか? —

豊かな人生を送って欲しいから。詰め込み教育ではない「知能育成」をお勧めします。

チャイルド・アイズ 清水谷スクール
http://www.ie-school.com
大阪府大阪市天王寺区上本町1-1-1 数本ビル3F
☎06-6191-1285 (受付時間)pm1:30~pm8:00
日曜・祝日を除く毎日、ご予約・ご質問を承っております。

この時間帯がお得です!

〈昼の部〉11:00~14:00まで
〈夜の部〉17:00~19:00まで
おうどん・おそばに **麦ごはん**がついてきます!

自家製もちもち麺が大人気!

当店自慢の麺を使用した、地元の方々に人気のうどん屋さんです。お勤めの方や女性のお客様もお気軽にご来店ください。

人気メニュー

- 肉とじうどん/そば.....¥870
- 天とじうどん/そば.....¥870
- カレーうどん/そば.....¥870

夏季限定メニュー

- 冷しきつね/たぬき.....¥770
- 山かけうどん/そば.....¥870

手打うどん 純兵衛

住所：大阪市東成区大今里西2-18-3
TEL 06-6974-9547

営業時間 〈昼の部〉11:00~14:00
〈夜の部〉17:00~翌3:00
定休日 日曜日

店内プチリニューアルしました!

「たった一つ。オリジナル品作りのお手伝い。」

写楽堂

各種プリント
Tシャツ・バッグ等
X-ACTO
デザインナイフ
MTテープ
デコペン等
デコ文具・雑貨
販促グッズ

コンサート応援グッズの夏本番!

手作りうちわ材料

揃えています。

夜やコンサート会場など暗闇で光ります!

★切り文字加工受け付けます!
★パネルボードカッターなど無料でご使用頂けます。

500円以上お買い上げの方に
デコシール1枚 プレゼント!

営業時間：月~金 9:30~17:30
休 業 日：土曜日・日曜日・祝日
大阪市中央区玉造 2-22-16
TEL 06-6768-3744

デコ文具・デザインナイフ
X-ACTO シリウス他
SHARAKUDO-ONLYONE.COM
電子POP、SDカードメモリー他
hansoku-monitor.jp
ネットでも販売中! 郵便・宅配便・メール便
EPOS-CANON
大判インクジェットプリンター用紙・インク
SHARAKUDO-WEB.COM
ネットでも販売中! 郵便・宅配便・メール便
EPOS-CANON
大判インクジェットプリンター用紙・インク
SHARAKUDO-WEB.COM