

新聞少年 第5回 「偶然!」

作・元房 琢 (天王寺支店長)

1 配達帰りの
2 一匹の
迷える小虫
3 運命的に...
4 ナイスイン...

上町健康くらぶ

体の不調を本当に感じている方...
今回は実費治療のご案内です。

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。

病院の検査を受け「異常なし」と言われ、通院してもお薬を処方されても症状が改善しない迷走状態の患者様、一度**クラシカルオステオパシー**の治療を受けてみませんか?

◎適応症◎めまい◎頭痛◎自立神経失調症
◎生理痛、その他数多くの症状に有効です。
※当院では慰安目的のマッサージは行っておりません。

クラシカルオステオパシーとは?
生理学的な面から疾患を捉え、筋-骨格系だけでなく神経系やリンパ・血管系にアプローチをします。そのため筋-骨格系の障害だけでなく、慢性疾患や内科系の疾患などの広範囲な健康問題に対処することができます。

天満橋鍼灸整骨院

大阪市中央区島町2丁目2-19 長光寺ビル1F
tel. 06-6944-7070

料金 ●初診料 / 2,000円
●治療費 / 5,000円

◆受付時間: (平日) 午前 9:00~12:30
午後 3:00~8:00
(土曜日) 午前 9:00~午後1:00
◆休診日: 日・祝日

◆検索: <http://miraclebone.jp/>

うえまち倶楽部 無料メール会員大募集!!

ご愛読者様限定の
プレゼント企画盛りだくさん!!

入会方法はメールを送るだけ!

右記のQRコードをスクリーンか、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登録を入力すると登録完了!

uemachi-club@posh.jp

会員様・新規会員のお客様におくとく! 医療機関で受ける脱毛だから安心!

人気No.1 開院記念特別キャンペーン

両ワキ脱毛完了コース ¥2,400

回数・期間の制限がなく、脱毛完了まで通って頂けます。

美容点滴・注射

- ・プラセンタ注射..... ¥2,100
- ・ニニク注射..... ¥2,625
- ・疲労回復注射..... ¥3,150
- ・プラセンタカクテル点滴..... ¥8,400
- ・美容ビタミン0点滴(アチエック)..... ¥8,400
- ・オリジナル点滴..... ¥1,050~

皮膚科・美容外科・形成外科
京橋皮膚科美容外科クリニック

診療時間 11:00~20:00
休診日 水・日曜日・祝日

TEL. 06-6934-0240
<http://khbc.jp/index.shtml>

賃貸 売買 建築 仲介 管理

不動産のことならミックにお任せください!!

城東区・東成区・鶴見区の不動産情報を冊子にして毎月無料でお客様のお手元にお届け致します。

ご希望の方はお気軽に当社までご連絡下さい!

株式会社 ミック

〒536-0013 城東区鳴野東3丁目2番27号 FAX. 06-6968-8053

TEL. 06-6968-8051
www.mik-osaka.com

営業時間 9:00~19:00 休業日 水・第2木曜日

モーニングの美味しい喫茶店

「トーストがおいしい」と口コミで評判の喫茶店です!

モーニング ¥350

- ◎トースト
- ◎サンドイッチ
- ◎ホットドッグ

サラダ / ゆで卵 / ドリンク付

生ビール1杯 ¥200

夜は飲み屋も営業中!

- 生ビール(中)... ¥400
- チューハイ... ¥300
- 焼酎ロック... ¥400
- おつまみ... ¥100~

喫茶 かねる

営業時間 6:00~15:00/18:00~23:00
定休日 毎週月曜日

大阪市生野区巽北1-1-4
TEL. 06-6758-5688

旬を食べよう!

さんまの韓国風揚げ煮

作り方

- さんまは内臓を取り除き、筒型にカットして水気をふき取ります。
- さんまを生姜汁、醤油につけておきます。
- ②に片栗粉をまぶし、180℃の油でカリッと揚げます。白ねぎは斜めに切り、素揚げします。
- Aを鍋に入れて煮立たせ、さんまを加えて2分間煮ます。白ねぎを加えて1分煮て、仕上げにサッと菊菜を加えます。

材料 (4人分)

- さんま... 4尾
- 生姜汁... 大さじ1
- 醤油... 大さじ2
- 片栗粉... 適量
- 揚げ油... 適量
- A (煮汁)
 - ・市販のめんつゆ... 50ml
 - ・水... 250ml
 - ・コチュジャン... 小さじ2
 - ・砂糖... 大さじ1/2
 - ・みりん... 大さじ1
 - ・白ねぎ... 適量
 - ・菊菜... 適量

FUJIMOTO キッチンスタジオでは
お料理教室 開催中!

くわしくはホームページにて!
FUJIMOTO キッチン <http://www.fujimoto-ks.com/>

生徒募集
上記のレシピは藤本喜重シェフよりご提供頂きました。
アシスタント / 菊池直美

大阪市中央区和泉町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
お店を毎月ご紹介します!

第30回 おいしいでえ!は、鳴野にある
ル・パンドゥ

「Le pain de doux」を
ご紹介いたします!!

おすすめメニューはコチラ!

- ★**白神食パン**..... <1斤> 273円
北海道小麦と白神こだま酵母を使用したこだわりの1品です!
- ★**国産パン**..... 136円
国産小麦を使用したお子様から大人まで人気の商品です。
- ★**茄子のフォカッチャ**..... 210円
手作りミートソースを使用した秋の定番人気商品です。

手作り、無添加にこだわった身体に優しいパンを作っています。
カフェ(13席)も併設しており、コーヒー・紅茶等ドリンクをオーダーいただけます。今月から米粉を使用したパンもラインナップに加わりました。10月には6周年を迎え、楽しい企画を用意しておりますのでお気軽にお立ち寄り下さい!

優待特典! 「うえまち倶楽部」をご持参で500円以上お買い上げの方にラスクをプレゼント致します! (9月末まで)

住所: 城東区鳴野東1-4-21
TEL: 06-6965-7889
ホームページ: <http://www.pain-doux.com/>
営業時間: 8:00~19:00
定休日: 火曜日

地下鉄今里駅「鳴野」駅より徒歩2分

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

ジャズ・ボサノヴァが流れる癒しの空間

無添加にこだわったオーガニックカフェ

Lunch menu 体にやさしい無添加の食材を使用

- 生バスタ / 小海老のトマトクリームソース
- 生バスタ / イペリコ豚のクリームソース
- ZIGZAGカレー / シーフード

600円 (プラス150円でコーヒーorサラダorジェラートが付きします。)

9/27(火) 陶芸体験 ランチ&デザート付

お1人様 3,500円
●ランチ / PM1:00~
●陶芸体験 / PM2:00~

9/24(土)まで予約受付

場所: ZIGZAG 3Fにて (募集人数が5名様以上で開催)

セパイン
阪神高速14号松原線
3番出口 地下鉄谷町線
阿倍野駅南口 徒歩3分

cafe & bar
ZIGZAG

営業時間 水・金曜日 / 8:00~18:00
土曜日 / 8:00~22:00
定休日 月曜日
住所: 大阪市阿倍野区阿倍野町 4-12-7
TEL. 06-6654-3022
zigzagcafe.jimdo.com

親子で作って楽しもう!

昔話ペーパークラフト

クラフト制作の必須アイテム!
デザインナイフ

立体モデルキット

知育教材としても大人気!

ペーパークラフト制作キット

うえまち倶楽部を持参すると水玉や豹柄の
当店オリジナルデコシール1枚プレゼント!!

学芸堂

大阪 女学院
空堀町 ①番出口 徒歩3分

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 シリーズ他

SHARAKUDO-ONLYONE.COM

電子PQR、SDカードメモリー他
hansoku-monitor.jp

EPSON-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! 学芸堂

電子PQR、SDカードメモリー他
hansoku-monitor.jp

学芸堂

EPSON-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! 学芸堂

電子PQR、SDカードメモリー他
hansoku-monitor.jp

学芸堂

EPSON-CANON
大判インクジェットプリンター用紙-インク

SHARAKUDO-WEB.COM