

TENMABASHI OSANPO MAP



SHOP LIST

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| 1. NOTICE FLOWER | 9. necco | 17. テータルヴァレ | 25. 温石薬石整体天満橋 | 33. スプレモコーヒー |
| 2. La Feuille Le Mois | 10. do21xx | 18. Cafe Dining fun | 26. grandmama | 34. テニティニ |
| 3. カフェ・テントウムシ | 11. La plage | 19. 夢酒肆亭 | 27. ナチュラルピースー | 35. EACH CAFE |
| 4. 緑 | 12. ムスピガーデン | 20. 洋食屋 | 28. 本城歯科医院 | 36. 丘や商店 |
| 5. Green Cafe | 13. Gatto Rosa | 21. ササラ | 29. space F | 37. cocorama |
| 6. La Campanella | 14. カフェサザンマーケット | 22. マドモワゼル | 30. 学習塾 ななつ星 | 38. デイリーハビット |
| 7. Clasis | 15. Lo Stile | 23. milleclair | 31. IS まちライブラリー | 39. magumu |
| 8. えがみ歯科医院 | 16. クードボール | 24. decoboco salon | 32. アンジュ | 40. なちゅの台所 |

サポーター協賛 (順不同・敬称略)

えがみ歯科医院
株式会社富井商店
八木昆布店
株式会社三洋ビジネス
油源株式会社
株式会社 PPI 計画・設計研究所
株式会社地域・交通計画研究所
株式会社ディ・ブレイン研究所
ポッポムジカびあのサークル
欣の市

配布協力

ドーンセンター
(大阪府立男女共同参画・青少年センター)
大阪市立島之内図書館
アートエリア B1
山本能楽堂
マルゼンポタンギャラリー
エルライブラリー(大阪産業労働資料館)
しおの整骨院
小さなお庭と猫の図書館(淀屋橋)
谷町空庭(谷四)
ことばを食べるカフェみずうみ(谷六)
笹舟屋(上本町・骨董)
種の箱(玉造・お茶サロン)
あまびつと(尼崎・まちの隠れ場)

企業・個人サポーター募集しています。 (サポーター協賛 1口 1000円)

天満橋おさんぽの友は小さく働くことを希望する方のチカラをまちにすることを目的としています。小さなチカラの積み重ねが今よりちょっと嬉しい、嬉しいまちをつくと信じて、応援をどうぞお願いいたします。広告や配布先、制作をお手伝いして下さる方も募集しております。

天満橋おさんぽの友 vol.3 2017年 10月 10日発行
発行：天満橋おさんぽの友編集部
取材と文：小野千佐子、古森弥生、西山貴
写真：吉村唯美 デザイン：谷美由紀
●お問い合わせ先(編集・広告)
06-7896-6373 m-nishiyama@1to8.co.jp
株式会社フロントワークス(愛称イチョウ)
※本誌掲載の写真・記事の無断転用はご遠慮ください。

3
Vol.
AUTUMN2017
TAKE FREE

天満橋おさんぽの友

笑みがこぼれる出会いがある
お店・イベント・子育て



TENMABASHI で出会う

お店の数だけ、物語がある。
 私たちはそのストーリーに惹かれ出会う。
 この町は温かい人の手で営まれている。
 感性に身を任せ、新たな出会いを見出せば、

<本誌のつかい方> How to use this book

・各店データの番号は、裏表紙のマップに対応しています。
 【●】マークのサービスは、本誌ご持参の方1回限り有効です。
 期限の記載のないお店に関しては11月までとします。
 予告なく終了する場合がありますので、ご了承ください。

お店凡例： ● 食品 ● 飲食 ● 雑貨 ● その他



花屋・ノーティスフラワー

NOTICE FLOWER

お花で日常をちょっと上質に

街に彩りを添えて16年。コンクリート打ち放しのシンプルな内装は花の美しさを際立たせ、ひと花、ひと花が伸び伸びと咲き誇る。「最高の状態でお届けしたい。」と毎朝、お花を仕入れる。7割は国内、3割は海外から運ばれる花々はクリスチャンディオール、クロムハーツといった一流ブランドのショーウィンドウも彩る。二階の大きな観葉植物も見応えがある。「一本からでもいい、猫じゃらしを飾ってもいい」と話す代表はお花を絶やさぬ家で育った。植物は笑顔を誘い、自然な会話を増やす。子供の情操教育にもいいそうだ。日常をちょっと上質に、特別にする生花。イベントの多いこの季節。ご家族に、自分自身にプレゼントしてみてください。



1

大阪市中央区大手通 1-3-7
 ベルヴォア大手通101
 TEL: 06-6949-4187
 FAX: 06-6949-4180
 mail: info@notice-f.com
 平日 9:00~18:30
 土日祝 9:00~17:00
<http://www.notice-f.com/>

●本誌ご持参でガーベラ1本プレゼント
 (11月未まで)



ブランジュリー ラ・フィユル・モア

La Feuille Le Mois

穏やかで幸せな日々を支える

「毎日食べられるパンを少しずつ」と作られるのは、毎日ざっと40種類!数が増えれば質が下がると思えば、さにあらず。保存料・添加物なし。「パンは生きもの。手をかけると応えてくれる」という店主の南野さんの想いが行き届き、どれも深く温かく、美味しい。おすすめはタルティヌ。力強いフランスパンと繊細なフィリングのマッチングが大人の舌をうならせる。ベリー&クリームチーズは子どもから年配まで幅広く人気。優しい甘酸っぱさに頬がゆるむ。筆者は夕方子に訪ねて「おかえり」と言われたことがある。なんて細やかな心遣い!ベビーカー、小さなお子様連れも安心してどうぞ。

2

大阪市中央区島町 2-2-3 サンハイム天満橋 103
 06-6948-6136
 7:30~19:30
 [日・第3月曜日]
<http://www.lafeuillelemois.com/>

●本誌ご持参で5%OFF



洋食カフェ

カフェ・テントウムシ

心も体もほっこりしたい秋に

店内は光の差し込む柔らかな空間。手作りのメニューや可愛い小物達は「ゆっくりしてね」と語りかけてくる。曾祖父母の家が大好きだったという木村さんは「ただいま、おかえり。と言えるような場にしたい」と話す。ハンバーグは肉感のしっかりした味わい。お味噌汁だった汁物をもっと具が入るようにとスープに。プリンもパティシエ監修で濃厚だ。界限では珍しくティータイムや土日もしっかりお食事が頂ける。奥には落ち着いたテーブル席もある。ランチタイムに休めなかった貴方にもオアシスだ。肌寒い季節、心も体も温まりに来てみては。

3

大阪市中央区船越町 2-2-7 グランドビル船越 101
 06-6946-7422
 11:00~17:00
 [火・祝祭日休]

<https://www.facebook.com/CafeTentoumushi/>
 ●本誌ご持参で食事またはケーキセットをご注文の方に限り
 100円OFF

お店凡例： ● 食品 ● 雑貨
● 飲食 ● その他

・各店データの番号は、裏表紙のマップに対応しています。
 「●」マークのサービスは、本誌ご持参の方1回限り有効です。
 期限の記載のないお店に関しては1月末までとします。
 予告なく終了する場合がありますので、ご了承ください。



和食 蕎麦切り・えにし
縁

食欲の秋。数ある逸品で舌鼓を

料理が好き。研究が好き。だから徹底的にこだわる。調理する代表の丸井さんの横顔は真剣そのもの。蕎麦屋の名店で修行された手打ち蕎麦はもちろん、そば粉ガレット、おはぎ、おいなりさん、餃子。数ある一品は徹底的にこだわり通し、それぞれが専門店にも負けない味だ。おはぎはとろけるような柔らかさが特徴でいくつでもでも頂けそうな味わい。ガレットは子供達があっという間に食べ尽くす。お料理だけでなく、選び抜かれた食器、玄関の生花、2階席の落ち着いた広いソファなどこだわりは随所に見られ、居心地もピカイチ。テイクアウト来店も歓迎だ。

4
 大阪市中央区谷町 2-8-6
 06-6949-2500
 ランチ 11:30 ~ 15:00 (L.O.14:00)
 ディナー 18:00 ~ 24:00 (L.O.22:00)
 [日曜休]
<http://enishi-sobagiri.jp/>

グリーンカフェ
Green Cafe
 川の駅はちけんや店

ほんまもんをみんなに

野菜には野菜の旬がある。秋には秋の、冬には冬の役割がある。だからメニューは食べる人の健康と素材を一番考えて季節ごとにメニューの変更をしている。「生産者と消費者をつなぐ」を使命とする GreenCafe は取材班の2歳の子どもの野菜を頬張った数少ないお店。それだけ鮮度と味はお墨付き。オススメはパスタ。麺でさえ淡路の製麺所から取り寄せる徹底ぶり。ランチはスープとドリンクパー付。カフェは大川の水面を見渡せる絶好のロケーション。休日の昼下がり、お仕事の合間のリラックスに。気の置けない仲間と一緒にいかがだろうか。

5
 大阪市中央区北浜東 1-2 川の駅はちけんや B1
 050-3490-4611 / 06-6949-5775
 11:00 ~ 22:00(L.O.21:00) (ドリンク L.O.21:30)
 [不定休・年末年始休]

音楽サロン 貸しギャラリー・ラカンパネラ
La Campanella

心地良い緊張感と最高の一体感

少人数で室内楽を楽しむピアノサロン。コンサートホールとの違いは、なんといっても演奏家との距離が近いこと。全身全霊を込めた演奏を息遣いを感じるほど近くで鑑賞すれば…。想像するだけで感動に震える。年代物のスタンウェイに、細部までこだわったインテリアと音響設備。最高の環境が町中にある理由は「ふらっと気軽に訪れてほしい」から。若き演奏家のコンサートなどは、映画と同じくらいの料金で楽しめる。実は若手演奏家にとってサロンコンサートは貴重な研鑽の場。観客と演奏家、サロンが一体となる最高の瞬間を体験したい。

6
 大阪市中央区大手通 2-1-9
 090-3948-2085 / 06-7710-8948
 サロンレンタル可能時間：平日 9:30~21:30
 土日祝 9:00 ~ 21:30
 コンサート情報は
 HP をチェックしてください。
<http://La-campanella.jp>

雑貨・クラシス
Clasis

思わずプレゼントしたくなる!

「プレゼントすることを応援したい」というお店が、Clasis (クラシス)。おしゃれなパッケージに入ったジャムや、醤油、乾麺、使い勝手の良さそうな器や、たつぷりと汗を吸ってくれそうなタオルなどが並んでいる。メイドイン四国のプチギフトにぴったりなものばかり。それもそのはず、愛媛県の製紙会社が経営しているのだ。瀬戸内海が大好きという店長の村西さんは、おいしいものがあって、人柄がやさしく、時間がゆっくりながれていると四国の魅力を語ってくれた。その言葉通りの品揃えだ。小さなソファが置かれたスペースもあって、子どもも寛げるようになっている。

7
 大阪市中央区内平野町 1-3-9
 06-6949-1471
 11:00~20:00
 [木曜休]
<http://clasis.jp/>
 ●本誌ご持参で 100 円 OFF

お店凡例： 食品 雑貨
 飲食 その他

・各店データの番号は、裏表紙のマップに対応しています。
【●】マークのサービスは、本誌ご持参の方1回限り有効です。
期限の記載のないお店に関しては11月末までとします。
予告なく終了する場合がありますので、ご了承ください。

8 えがみ歯科医院

未来へ笑顔つなぐお手伝い

ボランティアで子どもの歯科治療を行うためベトナムにまで赴く院長。設備が充分でない国で歯科衛生の大切さを伝え、時には手品で交流を持つことも。治療椅子が怖いお子さんはお膝でブラッシング。温かいスタッフに自然と笑顔も。矯正の専門医である女医も在院しホワイトニング機器も完備。カフェのような院内にはフォトスポットや遊び心が散りばめられ、診察へ向かう気持ちがワンテンアップ!親子でアガる歯科医院なのだ。



大阪市中央区内平野町 1-5-8
06-6809-4731
平日 10:00~13:30/15:00~19:30
土 9:30~15:00
【日祝休】
www.egami-shika.com
●本誌ご持参で歯ブラシプレゼント

美容室・ねっこ

9 necco

キレイもゆったりも創ります

ご夫婦で営む美容室。「忙しけれど、2人だから創れる空間がある。ご自宅のように過ごしてほしい」そんな想いからキッズスペース、待合席をDIY。ワークライフバランスにこだわる2人のお店は自然とお客さんの日々を豊かにする。手入れが得意な人、苦手な人、各々の日常に寄り添う美容を目指す。取材後、早速子どものカットに訪れると驚くほどゆっくり自分の時間が持てた。ママの美容と休息。そんなワガママが同時に叶う贅沢なヘアサロン。

大阪市中央区内平野町 1-5-4 1F
06-6941-0011
火水木金 9:30~20:00(当日予約 18:00まで)
土日祝 9:30~18:00(当日予約 16:30まで)
【月曜他不定休】
https://www.hairsalon-necco.com/
●予約時に本誌を見たお知らせでトリートメントヘッドスパメニュー10%OFF(11月末まで)



ハンドメイドアクセサリー・ドゥーニーイチ

10 do21xx

子育ても仕事も自然体で楽しむ

「学校に行っている間も息子や娘に会いたくなる」と語る川辺さんは太陽のような明るさとおおらかさ。生地やアクセサリーのデザイナーをしていた経験を活かし、「欣の市」(P11参照)で手作りアクセサリーを販売する。目の前でご希望に合ったものを作ることができるのはものづくり醍醐味。愛情あふれる手で紡ぎ出されるアクセサリーは幅広い年齢層の女性の心を掴む。大切なアクセサリーの修理もお願いできる。ぜひ一度「欣の市」もしくはInstagram「do21xx」を訪れて。

実店舗はありません。毎月第3土曜日に「欣の市」にて販売
ご連絡は Instagram「do21xx」で検索して下さい。



※撮影協力：レンタルスペース space F(P09 参照)

公園に行こう!

子どもと秋の外遊び idea

idea 1.



何巻こう?
秋色の手巻き寿司

idea 2.



2人で遊ぼう!
棒取りゲーム
最後の1本とったら負け

idea 3.



降りレフレひらひら
落ち葉シャワー

idea 4.



葉っぱ枝っこいろんな顔

SHOP

11 パティスリー・ラブラージュ La plage



大阪市中央区北新町 3-7
06-6949-3938
10:00~19:00
【月曜休】
http://www.patisserieplage.com

色とりどりのフランス菓子や焼き菓子が並び、オープンして早 12 年。中でもチョコレートのエクレアは人気で土産にも喜ばれています。

12 ムスピガーデン



大阪市中央区大手通 2-2-7 1F
06-6945-0618
月~土曜 10:00~19:00
日・祝 10:00~18:00
http://musubi-garden.jp

“毎日食べるものだからこそ、ココロとカラダにやさしくおいしいものを” 自然食品のムソーが運営する直営店。有機野菜、無添加食品、ヴィーガンケーキなどを取り扱っております。

13 ガットローザ Gatto Rosa



大阪市中央区内平野町 1-1-5
西大手前ビル 103
06-6809-2712
平日 11:00~20:00
土日 11:00~19:00
【不定休】
http://kazu-compagnia.com/68239/

イタリア・ピエモンテ州のポドラートチョコレート正規販売店。直輸入の雑貨、パスタやオリーブ油も。小さなイタリアを楽しむお店です。

14 カフェサザンマーケット



大阪市中央区島町 2-3-19-102
06-6484-9315
火~金曜 8:00~18:00
土日 9:00~17:00
【月・祝日休】※月曜日祝日の場合は翌火曜日定休日
instagram:
cafe_southernmarket

南国をイメージしたカフェでつかの間の休息をどうぞ。疲れをいやしてのんびりお過ごし下さい。お待ちしております。
●本誌ご持参でランチのドリンクサービス(10月末まで)

3 カフェ・テントウムシ



大阪市中央区船越町 2-2-7
グランドビル船越 1F
06-6946-7422
11:00~17:00
【火・祝祭日休】

幸せを運ぶというテントウムシ。当カフェも皆様に幸せを感じて頂ける様、心地よい空間と美味しいお料理を日々お作りしています。●本誌ご持参でお食事またはケーキセットをご注文の方々に限り 100 円 OFF。

15 ロ・スティレ Lo Stile



大阪市中央区島町 1-4-1
第五双基マンション1F
平日 11:30~24:00(L.O.23:30)
土日祝 11:30~18:30(L.O.18:00)
【不定休】
instagram:lostile_osaka
http://facebook.com/lostile.osaka

イタリア・ナポリの豆を使ったエスプレッソが飲めるお店です。慌ただしい日常にホッと一息。オレンジの扉を目印にお越し下さい。
●本誌ご持参でエスプレッソ・カプチーノ 100 円 OFF

てんまばしのお店

SHOP

お店凡例：
■ 食品 ■ 雑貨
■ 飲食 ■ その他

・各店データの番号は、裏表紙のマップに対応しています。
 【●】マークのサービスは、本誌ご持参の方1回限り有効です。
 期限の記載のないお店に関しては1月末までとします。
 予告なく終了する場合がありますので、ご了承ください。

てんまばしのお店

16 ル・ビストロ クードポール



大阪市中央区船越町 1-3-5
 ザ・マーキュリー愛見ビル 1F
 06-6941-8577
 ランチ 11:30 ~ 13:30LO
 ディナー 18:00 ~ 21:00LO
 [日・祝祭日・不定休]
 queue.de.porc@road.ocn.ne.jp
 http://qporc.com/

落ち着いた時間が楽しめる家庭的なフレンチレストラン。旬の素材や安全な食材にこだわり、お客様の記憶に残る味をご提供しています。

18 Cafe Dining fun



大阪府中央区内平野町 2-2-12
 06-6949-4707
 ランチ 11:30 ~ 14:00
 ディナー 17:00 ~ 23:00
 (フード LO.22:00)
 ドリンク LO.22:30
 [日曜休]
 http://www.cafe-fun.jp/

アウトドアスタイルの創作料理と雰囲気を楽しめる空間。2階にはダイニングショップが併設。店内はマリンテイストでオシャレ。●本誌ご持参でドリンク1杯無料(ランチ:咖啡 or 紅茶) (ディナー:ビール、ハイボール、ワイン赤白、ソフトドリンク)

20 洋食屋



大阪市中央区船越町 1-1-11
 大手前ハウス 102
 06-6948-8850
 ランチ 11:00 ~ 14:00
 ディナー 18:00 ~ 22:00 (LO.21:00)
 [月・祝祭日休]
 http://wixweb555.wixsite.com/youshokuya

食ベログで3.52の評価。他、関西TV「ちゃちゃ入れマンデー」で紹介されました。テイクアウト始めます。●本誌ご持参で100円OFF

7 Clasis



大阪市中央区内平野町 1-3-9
 06-6949-1471
 11:00 ~ 20:00
 [木曜休]

四国を中心として、おいしいもの、作家さんの器など、全国の様々な雑貨を集めた、こだわりの「暮らし」が見つかる雑貨店です。●本誌ご持参で100円OFF

17 プリューパブ・テタルヴァレ



大阪市中央区大手通 1-1-2
 アトランティス 21ビル 1F
 06-6809-5229
 ランチ 11:00 ~ 14:00
 カフェ 14:00 ~ 17:00
 ディナー 17:00 ~ 23:00
 [日曜休]
 http://brewpubtv.com

醸造所を併設したビアダイニング。店内の醸造所で醸造した出来立てのクラフトビールとビールにピッタリのビストロ料理をどうぞ。●本誌ご持参でランチのセットドリンクをサービス。スペシャルティコーヒーもセット可

19 夢酒料亭



大阪府中央区谷町 1-5-11
 キャッセルリバー B1F
 06-6949-0214
 ランチ 11:30 ~ 14:30LO(月~金)
 ディナー 17:30 ~ 22:00LO(月~土)
 [日・祝祭日休]
 https://r.gnavi.co.jp/118byd1b0000/

『夢あるワインと懐かしの洋食酒場』美味しい楽しいが大好きなシェフ。食材・安全・手作り・食伝統にこだわる別名うまいもん屋。●本誌ご持参でグラスワイン1杯サービス

21 ササラ



大阪府中央区内平野町 2-1-2
 06-6943-1515
 平日 11:30 ~ 15:00
 18:00 ~ 22:30
 土・祝日 11:30 ~ 15:00
 18:00 ~ 22:00
 [日・年末年始休]

「担担麺と醤油ラーメンの店」です。一番人気の『金胡麻担担麺』は胡麻味濃厚。美味しさに加え、食べると胡麻のパワーで、“やる気”“元氣”がでます。

22 マドモワゼル



中央区大手前 1-7-31
 OMMビル B1
 月~金 10:00 ~ 18:00
 [土日祝休]
 mademoiselle5misao.org/

当地で5年目。パリをイメージしたセレクトショップです。取扱品は洋服やバック、パリ買付の小物、創作ポーチや手描き雑貨です。●本誌ご持参で洋服購入された方8%OFF

23 milleclair



大阪府中央区内平野町 2-1-11
 BLDGプリミオール2F
 TEL: 06-4790-8883
 FAX: 06-4790-8884
 10:30 ~ 17:00 頃
 [土日祝休]
 store.shopping.yahoo.co.jp/milleclair

フランスを中心にヨーロッパのインテリア雑貨や小物。ちょっとしたギフトなど、ここにしかないお気に入りを見つけにいらしてください。●本誌ご持参で初回のみ5%OFF (1,000円以上のお買上で)

25 温石薬石整体 天満橋



大阪府中央区内平野町 1-2-9
 グランドメゾン大手前 901
 06-6755-4358
 10:00 ~ 19:00
 [不定休]
 https://www.onjaku-tenmabashi.com

ホットストーンを使う、整体とアロマのサロン。女性専用。冷えて固まったあなたから、活気あふれる自由なあなたに大変身。●本誌ご持参で各メニュー初回 500円OFF

9 necco



大阪府中央区内平野町 1-5-4 1F
 06-6941-0011
 9:30 ~ (営業時間詳細はP06)
 [月曜他不定休]
 (詳しくはブログを Check)
 http://ameblo.jp/necco2014/

子育て中のママに嬉しい美容室です。キッズスペースがあり、おもちゃで遊びながらママがキレイになるのを待てますよ！●予約時に本誌を見たお知らせでトリートメント、ヘッドスパメニュー 10% オフ(11月末まで)

28 本城歯科医院



大阪府中央区大手通 2-2-6
 06-6943-5578
 9:30 ~ 19:00
 (月、火は 18:00 まで)
 「土日祝休診」
 http://www.honjo-dental.jp/

地元で90年続く診療所です。3名の歯科医師がそれぞれの専門分野を担当し、お客様からお年寄りまで痛くない優しく丁寧な治療を心がけています。

SHOP

てんまばしのお店

24 decoboco salon



大阪府中央区大手通 1-3-7
 ベルヴォア大手通 904
 コーティング: 090-6202-0819
 タイ古式整体 (muni muni):
 090-8935-4575
 ホームページ準備中

2017年10月より大手通りに新しくオープンするトータルケアサロン「自分らしい生き方」をモットーにコーティングによる心理セッションとタイ古式整体で、あなたらしい生き方をサポートします。

26 grandmama



大阪府中央区船越町
 10:00 ~ 18:00 (最終受付 16:00)
 [不定休・女性限定・完全予約制]
 balancecare3@gmail.com
 詳しくはメールでお問い合わせください。

触れて揺らして呼吸するだけで身体は緩みます。気になる肩こり、姿勢改善、美容ケアに役立つ「さとう式リンパ」の健康美容ケアです。自分のできるセルフケア講座も人気です。●予約時に本誌見たお知らせで初回のみ施術コース 500円OFF

27 ナチュラルピーシー



スマホ・タブレット・パソコン教室
 大阪府中央区内平野町 1-3-9
 サンビラ大手前 2F
 06-6948-8756
 9:30 ~ 19:00
 [土日休]
 http://www.natural-pc.com

お客様のほとんどが中高年の初心者。気軽に学べ楽しみながら覚えていただけるカリキュラムなので安心してお通いいただけます。●本誌ご持参で授業料の1か月目 1000円OFF

29 space F



大阪府中央区内平野町 2-1-11
 BLDGプリミオール2F (milleclair内)
 TEL: 06-4790-8883
 FAX: 06-4790-8884
 8:00 ~ 21:00
 info@shinko1982.com
 メール、お電話、FAXでお気軽にお問い合わせください。

時間単位のレンタルスペース。英会話やヨガ教室、会議、ワークショップ、パーティ、スタジオなど様々なシーンでご利用を。●本誌ご持参で通常1時間ご利用 1700円のところ、初回ご利用のみ1時間 1500円に

SHOP

・各店データの番号は、裏表紙のマップに対応しています。
 「●」マークのサービスは、本誌ご持参の方1回限り有効です。
 期限の記載のないお店に関しては11月末までとします。
 予告なく終了する場合がありますので、ご了承ください。

- お店凡例：
 ● 食品 ● 雑貨
 ● 飲食 ● その他

30 学習塾 ななつ星



大阪府大阪市中央区内平野町
 2-1-2 アイエスビル 3A/7A
 nanatsuboshi.kids@gmail.com
 10:00～19:00
 [土日休(イベントや特別レッ
 スン日を除く)]
<http://nanatsuboshi-kids.com/>

子どもの「考える力」を育て、自立した大人になるための
 お手伝いをします。子どもの育ちについての相談もお受け
 しています。

31 IS まちライブラリー



大阪市中央区内平野町 2-1-2
 アイエスビル 3F
 06-6809-3152
 月 14:00～19:00、火水 10:00
 ～18:00、木金 10:00～21:00、
 土 10:00～17:00
 [日祝休]

ISまちライブラリーは、本をきっかけに人と人をつなげる
 民間の図書館。6000冊以上の蔵書があります。無料の会
 員登録で、どなたでも本を借りることができます。毎週土曜
 日はボランティアスタッフデイ。

32 サロン・ド・ガト アンジュ

大阪市中央区船越町 1-6-2
 アスタビル 1F
 06-6944-0147
 月～金 8:00～20:00
 土 8:00～19:00
 [日祝休]
<http://salon-de-gateau-ange.com>



季節の素材を用いた新作や、人気のロー
 ルケーキや各種ケーキ、焼き菓子等のフ
 ランス菓子の販売とカフェを併設したお店
 です。●毎週金曜日お菓子 20%OFF。(お
 持ち帰りのみ。期限なし)

33 スプレモコーヒー

大阪市中央区約町 2-3-14
 月～金 8:00～18:00
 土 8:00～15:00
 [日祝休](10月20日まで休)
 info@supremo-osaka.com
<http://www.supremo-osaka.com/>



経験40年2代目のオーナーが焙煎に拘り
 技術を磨き上げ、ストレート豆を煎り上げ
 ブレンドするコーヒー豆は多くのファンを
 生んでいます。

34 テイクアウトヘルシーお弁当 テニイテニイ

大阪市中央区約町 1-2-2
 土屋ビル 1F
 06-6947-2660
 昼弁 11:00～14:00
 夕弁 17:40～19:00
 当日夜分完了にて閉店
 [土日祝休]



良質素材で仕上げた手づくり弁当。税込432
 円からご用意。一番人気は二段塾弁604円。
 平野町、天満橋北詰でも販売中。●本誌持
 参でお弁当お買い上げ時特製すり潰し野菜
 のポタージュ1カップ無料。(11月末まで)

35 EACH CAFE

大阪市中央区石町 1-1-7
 水田ビル 1F
 06-7172-2601
 11:00～18:00
 (火・日は15:30まで)
 [土・第2日・祝祭日休]
<http://eachcafe.com>



ガレージ奥の小さなカフェ。玄米・野菜・
 大豆などを使ったヘルシーランチ、季節
 限定ドリンクや焼き菓子などもご用意して
 います。
 ●本誌持参で単品ドリンク 100円OFF

36 アンティーク・レトロ雑貨・古道具 丘や商店

大阪市中央区北新町 2-10
 天野ビル 1F
 080-5773-7603
 okayashoten@gmail.com
 10:00～19:00
 [日休]
 instagram: okaya_shoten



日常使いの古い道具や雑貨たち…。小さ
 なワクワクを詰め込んだ毎日が蚤の市の
 ような空間を作りました。日々のエッセ
 ンスを掘り出しにお越しください。
 ●本誌ご持参で5%～10%OFF

37 ココラマ cocorama

大阪市中央区石町 2-1-7
 天満橋グリーンコーポラス
 1102
 06-4977-2139
 11:00～20:00(最終受付19:00)
 ※木日祝は最終受付17:00
 [不定休]



心と身体をリラックス&リフレッシュ。ポ
 ディアが人気のリラクゼーションサロ
 ン。足つぼ・オプションヘッドコースもお
 すすめ。●本誌ご持参で初回のみ 500
 円OFF or 10%OFF

38 アロマリラクゼーションサロン デイリーハビット

大阪市中央区大手通 1-4-1
 日室ニュー大ホール 301
 080-3863-0834
 12:00～21:00
 [第3日曜休・不定休]
 therapist.hanaka@gmail.com



AEAJ認定アロマセラピストサロン。アロマ
 ボディ、フェイシャル、ヘッド等、完全個室
 で癒しのひと時。手作り石鹸やアロマレッ
 スも随時開催。●事前予約時に本誌を見
 たお知らせでアロマファットバスプレゼント

39 ベビーヨガ・マダム magumu

欣浄寺などスペースを借り
 て開催。開催場所はHPを
 ご覧ください。
<http://magumu.tumblr.com>
 予約は
 magumospace@gmail.com



[触れ合った記憶は親子のおまもり]
 赤ちゃんとお母さんが一緒に動き遊びなが
 ら身体と心を整えていきます。
 欣の市での時間 ①10:20～11:00
 ②11:30～12:10 ③13:30～14:10

40 マクロビ・グルテンフリーの ヘルシー料理教室 なちゅの台所

大阪市中央区島町
 [女性限定・完全予約制]
 開催日時やメニュー等は
 natyunodaikokoro@wik
 site.comをご覧ください。
 ご予約・お問い合わせは
 メールにて。natyuno-
 daikokoro@gmail.com



マクロビやグルテンフリー・Raw フードなど
 をいつとどこり新しいヘルシーお料理と
 スイーツの教室です。●予約時に本誌を
 見たお知らせでレッスン料200円OFF

初心者の上の方伝統芸能ナイト

10/28(土)・11/18(土)
 1/27(土)・2/10(土)・3/31(土)

能・文楽・落語など多彩な
 上方伝統芸能のハイライト
 シーンを詰め合わせて上演。
 体験コーナーなどもあり
 初心者でも親しみやすい。
 場所：山本能楽堂(中央区
 徳井町1-3-6)
 時間：18:00開演
 料金：正面席 4,500円、他
<http://noh-theater.com>



秋冬のピックアップイベント

*イベント詳細は各イベントのHPをご確認ください。

舞台俳優による読み聞かせ

10/12(木)・10/21(土)・10/26(木)

劇場で活躍する舞台俳優が、親子で
 一緒に楽しめる紙芝居や絵本を読み
 聞かせ。11月からの予定はHPで。
 場所：ドーンセンター(中央区大手前
 1-3-49)1階ロビー内キッズスペース
 時間：15:00～(10/12,10/26)
 14:00～(10/21)

料金：無料
<http://www.dawncenter.jp/top/index.jsp>



北大江たそがれコンサート週間

10/8(日)～10/14(土)

街じゅうが音楽であふれる1週間。あち
 らこちらで様々なコンサートが開かれ
 る。毎年10月開催。
 場所：北大江公園他
 時間：北大江公園野外コンサートは
 10/14(土)15:00～17:00
 ※公園コンサートは雨天中止
 料金：北大江公園コンサートは無料。
 他はコンサートによる。
<http://kitaoe.jp>



リバーサイドヨガ

毎週日曜日

川の流れと空の青と緑に囲まれて、
 ヨガをしましょう。
 場所：川の駅はちけんや
 時間：8:00～9:00
 料金：500円(小学生以下無料)
 年齢制限全くなし
 主催：生活ヨガ研究所
<http://seikayoga.com/>



クード・マルシェ

毎月第4土曜日

老舗フレンチ店先の小さなマル
 シェ。こだわり野菜、パン、お
 菓子の骨董、ミニマッサージ、
 ウクレレの1コインレッスンも。
 場所：ル・ビストロクードボ
 ル(中央区船越町1-3-5)
 時間：12:00～16:00



<p>毎月第3 土曜日</p> <p>欣の市 9:30～16:00 欣浄寺にて 無農薬野菜など、地域のふれあい市</p>	<p>毎月第1 日曜日</p> <p>生・本まぐろ解体ショー 10:00～ 川の駅はちけんやにて 魚のおいしさと感動を体験</p>	<p>11/17(金)</p> <p>高橋侑可ピアノリサイタル 19:00開演 La Campanellaにて/2,500円 ～ピアノが語る秋のFantasy～</p>	<p>12/4(月)～ 12/9(土)</p> <p>ギャラリーのクリスマス展 マルゼンボタンギャラリー 英国風の作家アクセなど展示</p>
<p>11/10(金)～ 1/21(日)</p> <p>鉄道芸術祭 vol.7 12:00～19:00 休館日：月曜 12/28-1/3 アートエリア B1(なにわ橋駅地下1階) 鉄道と身体・知覚・行動</p>	<p>12/31(日)</p> <p>除夜の鐘(鐘の鐘頭彰活動) 22時頃より 釣鐘屋敷跡 手で鐘を突き、良き年を迎えて</p>	<p>1月</p> <p>御舟かもめお正月クルーズ 八軒屋浜船着場より発着 舟の上でお餅を焼いて 詳細はHPを検索してください。</p>	<p>1/20(土)</p> <p>子ども歯科相談会 15:30～ えがみ歯科医院にて 無料フッ素塗布・プレゼント有</p>

編集部のごりごと

子育て中のママが作りました。
 前号で未就園児だった子が今号では幼稚園児に、タイムリミットは14時15分。
 バタバタと事務所を出て迎えへ。その後は日が暮れるまで公園遊び。すごく
 賢沢だと思えます。「秋の日はつるべ落とし」早くお家に帰りますよ。
 編集部メンバーのごりごと。テーマは私の好きな天満橋。

にしまい/企画・ライター
 幼稚園児の寄り道とメロンバ
 ン買い食い。

こもりやよい/ライター
 八軒屋浜が大好きです。ここが
 あるから引越してきました。

よしむらみ/写真
 天満橋の好きなところは、
 北大江公園で出会うお友達。

たにみゆき/デザイン
 お気に入りのランチはカオマンガ
 イとテニエニさんのスープ。