

やさしい風が流れる、交わる天満橋



発酵食・定食
こめとやさい

食から繋げるSDGs

健康的な身体と心を作るためには、食事が要であると同じ志を持った栄養士仲間が集まり今年4月にオープン。こんな時だからこそ身体に目を向けてほしいと栄養士ならではのメニュー作りを心がけている。この日のメインは鳥ムネ肉の唐揚げ。ジューシーでボリューム満点。副菜の種類も豊富でどれから食べようかと悩んでしまう。見た目もお腹も満たされるランチに使用されている野菜は一日に必要な半分の量を摂取する事が出来る。地元や国産にこだわって仕入れし、より良い物をたくさんの方に提供する。お店そして繋がる生産者さんまで活性化したいと思いは熱い。(まさこ)



1 中央区内淡路町 1-1-5
センターウイング大手前 2F
06-6467-4193
11:30~20:00
[日曜・年末年始休]

服 型紙のオンライン販売 Pocha

誰でも楽しく服作り

Pochaは簡単に服作りが出来る型紙を販売するオンラインショップ。大手通にあるプロのパターン会社が、おうちでも楽しめるようにと作った型紙だ。商品ページには縫製の難易度が記載されているので自分のレベルに合ったものが見つかる。M~8Lと幅広いサイズ展開が嬉しい。実物大の型紙と説明書がセットで届く。型紙は手で切り外せる仕組みで子供雑誌の付録のようにバリバリ外せるのが楽しい。説明書は丁寧でわかりやすく、書かれた通りに作業を進めれば完成。パターンと生地を組み合わせてデザインは無限。自分の体にフィットする世界で一つの服を作ろう。(あい)

Pocha サイト

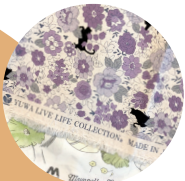


2 株式会社シャテーヌ (運営)
中央区大手通 1-3-5
KT 大手通ビル 5F
06-4791-3302
[土日・祝日]



花柄生地と言えば、船越町に本社を置く有輪商店株式会社。すべて国産オリジナル! ネットshopをチェック! <https://yuwafabrics.e-biss.jp/>

3



ミシンの相談は南新町のOSAKA MiShiNへ! 初心者からプロまで、幅広く対応。Pocha 型紙サンプルを見ることが出来る。5頁に広告

4



Mr.Siew's Pepper と Pepper Rangers

口福への情熱と探求

『胡椒』ときくと、辛さを想像する方は多いと思う。でもこの胡椒は別ものだ。すっと鼻を抜ける香りは癖になる『アロマ』と言うのがふさわしい。輸入元である景守さんはマレーシアに滞在中、日本へのお土産として胡椒を買っていた。それはとても好評だった。そんな中、さまざまな人々との交流のおかげで、この胡椒を栽培・加工をするMr.Siewさんに出逢ったのである。Siewさんの情熱と探究心は大学時代に探検部だった景守さんの心をくすぐった。伝統的な製法とは全く違う加工方法は『Siew'sメソッド』と言っても過言ではない。それにより生み出される素晴らしい香りを日本の多くの人に味わってほしいと輸入することに。直接手に取ってみたいという気持ちから、自身でのネット販売はしていない。口福を分かち合うことが、豊かな人間関係をたぐり寄せていると感じた。(ようこ)



①マレーシア・サワラクの胡椒畑②胡椒の実③熟度ごとに採取され、さまざまな風味・芳香の胡椒が生まれる。
写真提供: ペッパーレンジャーズ

お店の方に伺いました
ペッパーレンジャーズの胡椒を使う

ビストロ クードポール

和牛イチボ肉のボワレ黒胡椒風味

胡椒と塩が料理の肝。肉には黒、魚には白、下ごしらえに使わないことはほとんどない。香りが全然違う!! [@ queue_de_porc](https://www.instagram.com/queue_de_porc)



サンドイッチと自然派ワイン Cornell

スベアリブと長芋のスープ

シンプルなスープを作る時に入れると、じんわり素材の旨みを引き出してくれます。
[@ cornellsandwich](https://www.instagram.com/cornellsandwich)

手作り焼き菓子とコーヒー Bonny's Bake Shop

苺と黒胡椒のクラフティーケーキ

食べた瞬間のパンチが凄いです! それなのに後味が残らない。だから、スイーツに合う。チーズケーキと黒胡椒も相性良し。
[@ bonnys.bake.shop](https://www.instagram.com/bonnys.bake.shop)



ペッパーレンジャーズの胡椒が買えるお店2軒

8 イタリア陶器・雑貨 Splende



中央区内本町 1-2-2
有恒ビル 2F
06-4397-3477
平日 11:00-19:30
日祝 10:00-18:00
[不定休]
[@ splende.it](https://www.instagram.com/splende.it)
[splende.it](https://www.facebook.com/splende.it)

イタリア陶器や雑貨を販売していますイタリアの雰囲気を感じに来てください。ビタミンカラーでおうち時間を楽しみましょう。

9 オーガニック野菜 ベジスク



水曜 天満橋マルゼンボタンビル前 16:30 ~ 19:00
木曜 森ノ宮 美容室 She 12:00 ~ 18:30
金曜 谷 5 新野村ビル前 12:00 ~ 18:30
06-7777-3264
[@ shoaki_blue](https://www.instagram.com/shoaki_blue)

“美味失神”。“週末オーガニック” 関西の美味しい食材を、テンション高めにお届けしています♪ お子様連れも大歓迎です♪