



ベーゼンドルファーサロン 芦田ピアノレッスンルーム
Bösendorfer salon
Ashida piano lesson room
 憧れが現実になる瞬間

暖かみのある音が特徴の世界三大ピアノのひとつベーゼンドルファー。マンションの一室で一際存在感を放つ。天満橋でピアノを教える40数年。天満橋で生まれ育ち、街並みや人が変わっても生徒への想いは変わらない。弾くことだけにとらわれず感性に働きかけ、感じる心と表現力を伸ばす指導をモットーとしている。3歳から86歳まで教え、ピアノにかける想いはピアノを通して人を育てる事に通じる。

～レッスンを体験して～

鍵盤に触れるのは20数年ぶり、ピアノの前に座ると幼かった頃のピアノへの憧れ、必死に独学で練習した思いが湧き出してきた。ベーゼンドルファーの優しい音色が奏でる演奏は私をピアノ上手と勘違いさせる。ただたどしくも何とか弾けた、「楽しい!」「もっと弾きたい!」。学ぶことから遠ざかっていくけど、先生の優しくして努力を認める指導に私のやる気スイッチがオンになった気がした。(まさこ)



1

中央区石町 2-1-7
 月～土
 06-6943-8513

知らないことを知るの楽しい
 出来ないことが出来るようになるのが嬉しい
 師や仲間と出会い、語り合い
 新しい色の世界が広がる



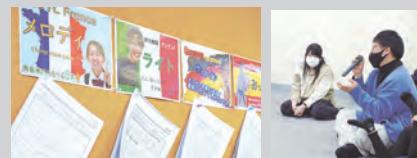
はっこうぶんかけんきゅうしょ
発酵文化研究所
 発酵の力をもっと身近に♪

「とにかくシンプルに、続けられる形で取り入れればいい、それが大きな変化につながっていくんです!」そう語ってくれたのは、冷え性や花粉症、肌荒れなど様々な不調から、発酵食品を取り入れ、腸内環境を整えることで体質改善に成功した春日さん。発酵に出会い20年以上、発酵の力・腸活の効果を感じている彼女の言葉は、心に響いた。

手作り醤油麹と聞くと、材料・手間…とにかく大変そう、と身構えていたが、実際には乾燥麹に醤油を加えて混ぜるだけ!2日に一度混ぜ、10日前後で完成する。醤油代わりに使用でき、麹の甘みで砂糖を減らすこともできる。表面積がテニスコート1.5面分もあり、幸せホルモンも作る腸。発酵の力で腸を整えることは心身の健康の土台を作ること。初心者にも分かりやすいお話で、発酵や腸活への興味が湧いた。早速家でも醤油麹を作ったので、出来上がりが待ち遠しい!ファミサポ会員でもある春日さんは、子どもにも温かな目を向けながら話を進めてくれた。オンラインや訪問の形態もあるので子連れでも安心して参加できる♪(りえ)

2

中央区農人橋
 CareerLab_
 hippofamilyclub 大阪府 centro
 hakko_bunkalab



一般財団法人 言語交流研究所
ヒッポファミリークラブ
 どんな言葉にも耳と口と心を開こう!

世界に目を向けると街中で複数の言語が飛び交うのは自然な事だったりする。そんな多言語環境を生活に取り入れる活動をしているのがヒッポファミリークラブだ。自宅で複数の言語をBGMとして流し、さらにメンバー同士で交流する事で言葉や世界を知り、多言語を自然習得する。それぞれが好きな国の言葉で最近の出来事や覚えたフレーズを話す。歌ったりゲームをして体を動かしながら複数の外国語に触れる。語学学校と違うのは先生がいない事。受け身や一方通行の授業とは違う。聞いてほしい!教えてほしい!積極的なコミュニケーションが好奇心を高め言葉を自然に身に付けるきっかけになる。(あい)

～さて、どこの国の言葉?～

多言語の色オニをしている時、聞こえたのは『ピカチュウ!』

どこの国の言葉?何色?

ヒント:国旗にも描かれる世界遺産の遺跡が有名。



3

中央区南新町 1-4-8 アインストーンビル 4 階
 火 18:30~20:00/土 13:30~15:00
 hippofamilyclub 大阪府 centro
 pachamamasosaka
 0120-557-761 (平日 10:00~17:30)



マスク着用はその都度
 臨機応変に対応しています。



パーソナルトレーニングスタジオ フィーブ
FEEVE
 心と身体にフィット(ネス)する

運動不足の40代、エクササイズは身体をばかばかさせる足裏ストレッチから始まった。同世代でもあり、ママでもある先生の軽快なおしゃべりで進むメニューは身体に心地よい負荷。身体のお悩みは同世代、出産を経験したからこそ共感でき、アドバイスは体験したからこそ説得力。終わる頃には爽快感で満たされた。30代は頑張り過ぎたと語る松本先生、体調を崩した事をきっかけにピラティス、ヨガ、体幹トレーニングを学び今に至る。頑張り過ぎないをモットーに組み込まれたエクササイズは、外見のサイズ美に縛られず、心と身体のバランスに重点を置いている。

「運動の楽しさを沢山のの人に伝え、幸せのサポートをしたい」と、熱い想いはスタジオだけにとどまらない。オンライン講座も好評でどこでも、家族丸ごと受講できる。FEEVEはまるで心と身体のサプリメント。(まさこ)

おさんぽの友
 グループレッスン開講!

メンバー募集中
 毎月第2水曜日
 10:30~11:30
 公式ライン(8ページ掲載)から、お問合せ下さい。

4

中央区島町 1-1-2 丸善ポタンビル 2 階
 月～金、第4土曜
 fitness studio FEEVE
 matsumoto.mutsumi