

ひとあし延ばして みなみへおさんぽ

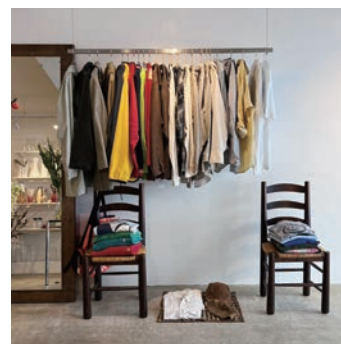
ひとあし延ばして〜

みなみへおさんぽ

いつものおさんぽエリアから、ほんの少しみなみへ。
中央大通り・銅座公園辺りの散策に出かけました。

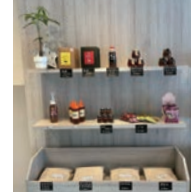


店内の衣服はビンテージのもの。過替りで総入れ替えされるので何度訪れても新しい発見が。
セレクトされた花瓶は見た目の可愛さだけではなくビギナーでも生けやすいよう使いやすさまで配慮されている。



A mood

中央区常盤町 1-1-2
トキワビル 1 階
平日 12:00~21:00
土日祝 10:00~18:00
[木曜休]
06-7410-7844



谷町6丁目6番出口から徒歩3分。おにぎりマークが目印。



MUSUBIYA

ふっくら、ずっしり、にぎにぎ

オーダーしてから握る、いつも握りたておにぎり屋さんの紹介。おにぎりの種類は毎日10種類以上。2歳娘は塩抜きあさりが大好き。私は角煮にハマリ中だ。とろっほろっとジュシーで米がススム絶品だ。岡山県のご当地のお米を使用し、長時間浸水でふっくらおにぎり。店内飲食用とテイクアウトで握り方を変えて店主のこだわり。おにぎりに合う野菜たっぷり具沢山お味噌汁も体に沁み渡るホッとのお味だ。週末限定メニュー、期間限定メニューもあり。大人も子供もお気に入りのおにぎりを見つけてみて欲しい。全種類制覇もめざしたい。2022年10月オープン、取材当日が1周年。岡山県のお米、野菜、果物、特産品を販売。米はやわらかい、あっさりなど好みを伝えとピッタリのものを選んで、おいしい炊き方も伝授してくれる。持ち帰りやすいように一袋2キロ。店主の優しさが伝わってくる。むすびやのお米をぜひお家でもどうぞ。(あさこ)



MUSUBIYA

中央区谷町 5 丁目 3-19 國方ビル 1
火曜日～土曜日 10:00～19:00
日・祝 10:00～16:00
[月曜休]
080-4672-9045 (電話予約可)



「おにぎりいっぱい食べて体が大きくなってます」と話す店主のまーくん。

大阪府
子ども食費
支援事業
使用可能店舗
精米に使用可能。
おにぎりに使用不可



mood

丁寧に、もの・ことと向き合う
暮らしに馴染む良品が揃う店。

雑貨を手に取りつつも、ふと目に留まったお花と出会う、そんな楽しみ方ができるお店。いわゆる『お花屋さん』とは違い、男女問わず立ち寄りやすい雰囲気心が心地よい。

中央に並んだ季節の花や枝ものは、花器に1輪挿すだけでもさまになる個性的なものも多く、暮らしに取り入れやすいのも嬉しい。オーガジー素材でカラーが豊富なミニブーケ用エコバッグは「街にお花を持って歩く人を増やしたい」というオーナーの想いが詰まったオリ



ジナル商品。持ち運びしやすくお花を持ったまま別のお買い物へ、ということもできるので、お花を買うハードルがぐっと下がる。雑貨は、商品ロスが出ないよう工夫されたものやアップサイクル品など、環境に配慮し丁寧に生み出されたものばかり。ひとつひとつに大量生産されたものとは違った面白さやストーリーがある。『〇〇屋さん』という定義ではなく常に『なにか』に出会える場所、mood。今後いろいろな企画もあるようで、その時々で生まれる空間が楽しみだ。(あやの)



らくだ坂納豆工房



手作りの技がうむ、究極の『谷町納豆』

大阪市内で唯一、培養された納豆菌ではなく、藁についで天然の納豆菌から納豆を製造している「らくだ坂納豆工房」。居酒屋『味酒かむなび』店主が自家製の納豆を使った料理を提供していたところ非常に好評で、2021年に工房設立に至った。藁から作るのは手間暇がかかるだけでなく、食中毒の問題もあり非常に珍しいが、「これほど美味しい納豆ははじめて」「納豆は苦手だったけど食べられる」と声が上がるほど、マイルドな香りでクセがない。とろけるようにやわらかな食感、甘味旨味が強いのでタレなどなくとも充分満足出来る。使用する豆は北海道産「とよまどか」という美味しい豆腐を作るために開発された品種。藁は能勢町の有機農家から仕入れている。最小限の水分で大豆を蒸すように炊くので、煮汁は非常に濃く、シロップのように甘い。これを大豆に塗って乾燥しないように発酵、手作業で丁寧に作る。期間限定で丹波黒豆納豆や青大豆納豆、さらには納豆と塩、麺、干大豆を2ヵ月熟成させた納豆の塩辛なども楽しめる。(あきこ)



らくだ坂納豆工房
中央区谷町 4-8-29
12:00~17:00
【月曜休】
070-9029-1710



欧来食堂 TANAKA

心も体も満たされる 野菜ソムリエによる こだわりのイタリアン

元ホテルニューオータニのシェフが独立して33年。2009年に大阪では2店目の日本野菜ソムリエ協会認定レストランになった。シェフ自ら目利きた羽曳野の朝どれ野菜や熊本の有機野菜を使用。おススメの前菜の盛り合わせは色とりどりの野菜や手間暇かけたバテやエスカベッシュなど、見た目にも楽しい。国産小麦と天然酵母のパンは、フワフワ食感でゴマがたっぷり入って香ばしい。イタリア小麦と蘭玉卵を使った手打ちパスタも他では味わえない人気メニューだ。こだわりの野菜だけではない。肉は予め低温調理してからグリル、口にいった瞬間誰もが笑顔になる柔らかさ。魚もマリネしたものをグリルするので、香ばしく中はふんわりジューシーだ。子連れやベビーカー入店もOK。月10回通うコアなファンもいる、予約ベターな人気店だ。(あきこ)

パスタソースには豆乳と米粉を使っている。



干し柿のブラウニーや白いんげん豆のクリームなど、野菜やフルーツを使ったデザートも幸せの味。

欧来食堂 TANAKA

中央区常楽町2-2-21ソレイユ白鳩1階
ランチ 11:30~14:00
ディナー 17:30~22:00 LO21:00
【日曜休】
06-6941-5747



天満橋のべもけの友

This どぶろく is

メイド・イン・谷



飲み方はストレート・ソーダ割・熱燗の3種類。『谷町納豆』を使ったかき揚げも。



1 スタンドうつつよ

中央区錦屋町 1 丁目 1-12
16:00~22:30
【日・祝日の月曜休】(不定休あり)



天満橋で

『コスパ最強居酒屋』なお店



ハイボール・酎ハイは190円、生ビールは310円と心置きなくおかわりが出来る。



2 居酒屋 0 時 REIZI

大阪市中央区天満橋京町 1-22
日宝天満橋ビル 2 階
17:00~24:00 全日営業
070-1846-9998



スタンドうつつよ

扉を開けた瞬間、ふくよかな麴の香りに包まれる。聞けば、開店前に『仕込み』をしていた。なんと!ここは店内奥の醸造所で造られたどぶろくが楽しめる立呑店だ。濾せば日本酒になるとどぶろく、どろりと白濁している。一見クセが強そうだが、びっくりするほど飲みやすい。苦手な人が言う『酒臭さ』がなくて、ほんのり甘い。時には酸味や発泡が強く感じられることもあるそう。同じ樽で一時に仕込んでも、ちょっとしたことで個性が出るというから、生きている酒は面白い。お任せ三種盛は、小松菜と揚げのたいたん、しっとりレバー煮、自家製ベーコン入りのポテサラ。どれも素朴ながら、とても上品。酒に合う。実はこの店、本町の名店『日本酒餐味うつつよ』の2号店。酒をこよなく愛する店主が「造った場所で飲む酒の楽しさや美味しさを伝えたい」とオープン。風土に醸されたどぶろくをその場に集う人と味わう幸せ。ああ、五臓六腑に染み渡る。(まい)

居酒屋 0 時 REIZI

土佐堀通りにほんわりと浮かぶ黄色のテントと赤ちょうちん。階段を上がって扉を開くと、お店のアイコンであるおじ様ではないお若い店長が迎えてくれた。店内はちょうちんとレトロなポスターで下町居酒屋の雰囲気さを漂わせる。早速オススメのおでん6種盛りとおだて豚チャーシュー、生ビールを注文。おでんはしっかり味が染み込んだホッとする味。チャーシューに使用している山形豚はきめの細かさとしまりのある肉質が特徴。旨みが凝縮され、たっぷりのネギと一緒に口に運ぶと豚の甘みと甘辛のタレでビールがすすむ。ちなみにこの店のアイコンのおじ様は?と店長に聞くと、オーナーの祖父で『レイジさん』とのこと。『お客様の癒しや明日の活力の為に、美味しい料理とお酒を提供して笑顔で帰っていただきたいんです。』穏やかな表情の店長がキリリとした口調で語るのが印象的だった。(ようこ)

7 自然食品スーパー ムスピガーデン大手通店



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、日用雑貨など多数取り扱っております。
姉妹店ヴィーガンケーキ ナナハコスイーツ工房も近くに。
ナナハコ商品一部購入可。



8 マドレーヌ+どらやき まどらーぬ



中央区船越町 2-3-15
06-6335-9900
月～土 11:00～19:00
[日曜休]



9 サロンドガトーアージュ Salon De Gateau Ange



ケーキは、テイクアウトも併設したカフェでイートインも大丈夫。他にパスタやサンドイッチメニューもごございます。



10 カフェばしゃのどびら Café 馬車の扉



中央区内平野町1-3-7
月～土 11:00～17:00
[日曜休] 不定期イベント開催
ランチ・カフェ利用OK
店内段差なく
バリアフリー
おむつ替え台有



11 すみびピストロ スーブル 炭火ピストロ Souple



ハンバーグ専門店ではございませんが、あか牛ハンバーグが人気！コース、アラカルトも多数ございます。



12 ル・ピストロ クードボール Le Bistro Queue de Porc



中央区船越町 1-3-5 1階
06-6941-8577
ランチ 12:00～13:30 LO
ディナー 18:00～20:00 LO
[月曜休]
落ち着いた雰囲気のレストラン。ランチ1650円～、ディナーコースは6600円～。

13 しゅこうやきにくかがりび 酒肴焼肉かがり火



中央区船越町 2-3-15
06-6942-2122
ランチ 11:30～14:00
ディナー 17:30～23:00 LO22:30
[火曜休] 祝日ランチ休み
行きつけにしたい焼肉屋さん♪
生ビール290円。飲み放題付きコースもあります！

14 すみびやきとりどんどん 炭火焼鳥どん呑



中央区南新町1-4-9 1階
06-6943-4385
ランチ 11:30～14:00
ディナー 17:00～22:30
[日曜休]
炭火焼鳥(¥120/本)新鮮な鶏肉を毎日仕入れ、手間暇かけて仕込む。ランチはビックリサイズのチキンカツ

15 本城歯科医院 一般歯科・小児歯科・歯科矯正・歯周治療・訪問歯科診療



仕上げ磨きは親子のコミュニケーション

生えて抜けて、また生えて。成長に伴い変化の大きな子どものお口の中。仕上げ磨きで、磨き残しを綺麗にすると同時に、親子でお口の中の状態を確認しながら、歯を大切にすることを育ててほしいと思っています。

●成長に合わせてチェックしましょう●

歯が生え始める前	歯が生え始めたら	3歳くらい	入学前	10歳くらい	12歳くらい
ガーゼで歯茎をぬぐう。(歯磨きヘスミーズに移行できるように。)	やさしく、磨いてあげる。(自分磨きヘスミーズに移行できるように。)	先生のお話が分かるようになってくるので歯の定期検診デビューに良い時期。	永久歯が生え始める。乳歯には無かった第1大臼歯は、磨き残しやすいため注意。	乳歯がすべて抜ける。(生え変わりに問題がないかチェック。)	第2大臼歯が生え始める。大きな第1大臼歯の後は、磨き残しに要注意。



住所 大阪市中央区大手通 2-2-6 電話 06-6943-5578 <http://www.honjo-dental.jp/>

お店凡例 食品 雑貨 ビューティー 飲食 習い事 その他

掲載の情報は2023年11月時点のものです。
「●」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は2月末までとします。また、サービスは予告なく終了する場合がありますことをご了承ください。

16 テイクアウトヘルシー弁当 テニティニ tennytenny



良質素材で仕上げた手作り弁当。二段塾弁 631円～●本誌ご持参でお弁当お買上げの方、スープ1カップ無料



17 愛媛県内子町・べにふうき専門 にのらく茶園



自然豊かな山あいにて農業にたよらず大切に育てました。すっきりした味わいのオーガニックべにふうき紅茶・緑茶です。



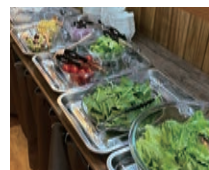
18 間借り発酵処 発酵の箱 hakko no hako



12月初旬OPEN!自家製発酵調味料たっぷり、発酵腸活ランチとお弁当をご用意。料理教室も準備中です！



19 サラダ&フルーツカフェ デジベジ DEGI-VEGE



中央区谷町 1-3-1
リアライズ大手前 2F
06-6948-8315
平日 11:00～21:00 LO 20:00
土 11:00～18:00 LO 17:00
[日祝休]
ランチバイキング! サラダバー
雑穀米、スープ、ドリンク付 ¥1,300

20 炭焼き料理&イタリアン チェルシー CHELSEA



中央区徳井町1-3-2
ランチ 平日12:00～14:30 LO14:00
土日祝12:00～15:00 LO14:30
ディナー 17:00～22:30 LO22:00
[不定休]



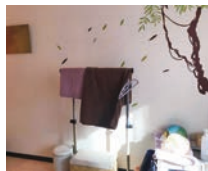
21 くんせい 燻製きよきよ



インボイス対応店! 深夜 2 時まで営業! 食材もお酒も燻製する燻製専門店。ドライブラワーのあるオシャレなお店



22 女性限定整体サロン おんじやくやくせきたいでんまばし 温石薬石整体天満橋



自分の心と身体のことをもっと知りたい方、毎日快適に過ごしたい方に。
080-5833-3188



23 フィットネススタジオ フィーヴ FEEVE



子育て世代・更年期世代の女性の疲労回復を目的としたコンディショニングが人気です♡オンライン対応も可



24 科学の驚きと感動、発見する楽しさを 体験型STEAM教育プログラム

サイエンスゲーツ

体験型STEAM教育プログラム

金曜クラス 16:00～17:30

土曜クラス 10:30～12:00

授業：1回90分 毎月2回

対象：5歳～小学生(目安)

場所：β本町橋(中央区本町橋4-8)

体験・見学 受付中!

空気の実験で膨らませた風船を飛ばした後に、「風船が冷たくなった!」と発言した子が。大発見! ゴムの不思議な性質。クラスのみんなも気づいていた様子です。なんて素晴らしい感性! こんな科学の種をひろい、大切に育てる教室です。

教室公式ラインから、お気軽にお問合せください!

ヒューマンアカデミー ジュニア STEAMスクール 大阪中大江教室

NEW SPOT in Temmabashi

おさんぽエリアに新しくできた
お店や場所をご紹介します

01

2023.1
OPEN

名物の和牛肉そばに生卵をトッピング。こだわりの卵は濃厚な味わい。混ぜる前と後で味の変化を楽しんで。



店名の由来は謎解きのよう。店内から暖簾を見てみてください！



鯛入りのちくわなど、蕎麦に負けないこだわりのトッピングが揃う。

本格蕎麦をカジュアルに

温かいお出汁の本格蕎麦をもっと気軽に食べてもらいたいと今年1月にオープンした『あぼす』。店内で取る出汁と毎朝自社工場から届く自家製麺。見た目が美しく香りも風味も抜群で最後まで飲み干してしまうおいしさ。蕎麦好きが遠方から食べに来ることもあるほど。立食スタイルだがモダンな雰囲気、女性にも人気！平日は朝8時から営業。寒い朝に極上の蕎麦を食べて元気な1日をスタートさせよう！（あい）

和風出汁そばスタンド あぼす

大阪府中央区大手前 1-6-4
リップル天満橋ビル 1 階
月～金 8:00～15:00
土 11:00～15:00
[日・祝休]



シチリア丸ごと召し上がれ

シチリアの鮮やかな雑貨が並ぶ店内。見ただけで楽しい。イタリアンのなかでも新鮮で豊富な食材に恵まれたシチリア料理がいただける。パスタのオススメはピスタチオのナッツクリームソース。ピスタチオを現地買い付けするこだわり。岡山県ひまげんの蒜山高原の手作りリコッタチーズとトマトのカプレーゼも是非。ソムリエでもあるシェフの選んだシチリア産のワインと一緒に。シェフのシチリアにまつわる話は必聴。食べてよし、聞いてよし、シチリアに行きたくなるお店、コロラート。ランチは土日のみ営業。（まさこ）

4 コロラート

大阪府中央区大手通 2-4-7
寛栄大手前ビル 1 階
月～日 18:00～23:00
土 12:00～14:30
[水曜休]



パイ生地にリコッタチーズクリームがたっぷり詰まった代表的郷土菓子、カンノーロ。背徳の別腹。

03

2023.6
OPEN

「お茶しよ♪」と誘って

日限地蔵院の隣のモダンなビル2階に、おしゃれで、スイーツがかわいくて、なんとも居心地のよいカフェがお目見え。シンボリックな白い石の大きなテーブル席を中心に、窓に面したカウンター席、特別感のあるローチェア席など色んな席があるから、気分に合わせて席を選んで。ドリンクやスイーツは少し大きめ。その分、ゆっくりたっぷりおしゃべりできる。友人と過ごす時間を大切にしてくれるカフェ。モーニングから営業しているので「朝カフェしよ♪」のお誘いも◎（まい）



【抹茶のバスクチーズケーキ】濃厚ながら、抹茶の苦味で後味は爽やか。クセになる味わい。



【カヌレチーズケーキ】滑らかなチーズケーキにキャラメリゼされた砂糖のバリバリが良いアクセント。

5 sh:rock coffee

中央区釣鐘町 2-3-17
BELLHOUSE101
9:00～18:00(L.O17:30)
モーニング 9:00～12:00
[第4火休]



「人生に寄り添うデスク」に 会おう

老舗の木製家具メーカーである浜本工芸株式会社「学習机の魅力を再発見してほしい」という思いでOPENしたこちらのショールームでは、さまざまなデスクが展示されている。

同社の学習机の魅力は「永く使える」こと。天板には、汚れを簡単に落とすことができる加工を施していたり、丈夫な造りででありながら、キャビネットなどをいろいろな方法で組み合わせられる柔軟さを持ち合わせている。デスクは全10種類だが、袖机や書棚との組み合わせ次第で、使い方の可能性は無限大だ。最近では、オフィス用のワークデスクとして購入されるケースもあるそう。

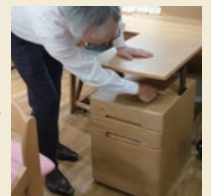
学習机を作り続けて70年の同社にしか作れない「かゆい所に手が届く」デスクに触れてほしい。きっと、あなたや、あなたの大切な人にぴったりのデスクが見つかるはず。（もえ）

6 浜本工芸

大阪ショールーム デスク別館
中央区常盤町 1-2-12
ユニオン谷町ビル 1 階
10:00～18:00
[水・木休]（祝日は営業）



袖机の天板は簡単に高さが調節できる昇降式。デスクと同じ高さになれば、作業台としても使用できるように工夫がされている。



SHOP

25 レトロ雑貨 丘や商店



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丘や商店。



27 リボンアクセサリ ユニッコ



ベビー&キッズ用のリボンアクセサリ。愛しさと可愛さが詰まったハンドメイドです。



29 天満橋キックボクシング教室 アップレゼント



天満橋駅直結。初心者向け。楽しくダイエット！スカッとストレス解消 ●本誌ご持参で体験レッスン料半額



31 しょうきょうしつ 書道教室せせらぎ



4歳以上のお子さんは「かきかた」から。大人は、基礎から本格的な作品制作まで学べます。月1回から可。



33 △ 建築デザインから育む



建築と子どもたちデザインLABO 関西

26 ハンドメイドアクセサリ ノール NOIR



明日の私をちょっと良くするためのアクセサリ。パール&スタッズは、大人ファッションのスパイスに。



28 お洋服と雑貨のお店 コンフェット confetto



大阪市北区天満3-1-1 玉置ビル1階
06-6585-0221
11:00~18:00 月金土OPEN
《洋裁レッスン》隔週月曜
《店内の一部をお貸しします》
ワークショップや販売会を開催しませんか？

30 マンツーマン英会話スクール ジョセフィングリッシュ Joseph English



中央区安堂寺町 2-3-5
第18 松屋ビル 908
06-6762-0017
月~金 7:00~22:00
土日 9:00~18:00
〔祝日休〕



32 いごさろん みやび 囲碁サロン 雅



中央区船越町1-6-2アズタビル202
06-6947-1536
平日 13:00~21:00
土日祝 10:00~21:00
〔水曜休〕
席料 一般:1300円/会員:1100円
【一碁一会教室】子ども、または入門の大人 土日祝 10:00~12:00

建築デザインカリキュラムに即したワークショップ

人工的環境への意識の芽を育み、思考力や創造力を培います。

「大阪城をたんけんしよう!」仮題

2024.5.18 10:00-16:00

大阪城を歩いて、色々な形を探します。詳細は来年3月頃にInstagramで公開予定。その他ワークショップ情報も!



TENMABASHI OSANPO MAP



天満橋おさんぽマーケット

京阪シティモール2階
2023年
11/28(火)~12/3(日)

25 丘や商店 26 NOIR
27 yukikko ほか
ホリデーシーズンを
楽しみ、彩るものを
集めました。
大切な人への、自分への
プレゼントを見つけに
どうぞお越しください!

2024年
1/11(木)~1/13(土)
3/14(木)~3/16(土)

出店者募集中です!
アクセサリ、雑貨
食品、ワークショップなど
お気軽に
お問合せください。

1月11日と3月14日は、駅
前広場で子育て応援「は
ぐくみマルシェ」も同時開
催。お下がり服交換会や
青空ライブラリーなど。
ぜひお立ち寄りください!

SHOP LIST

- | | | | |
|-------------------------|-----------------------------|---------------------|--------------------|
| 1. スタンドうつつよ | 10. Café馬車の扉 | 19. DEGE-VEGE | 28. confetto |
| 2. 居酒屋0時REIZI | 11. 炭火ピストロ Souple | 20. CHELSEA | 29. アップレゼント |
| 3. 和風出汁そばスタンドあばす | 12. Le Bistro Queue de Porc | 21. 燗製きよきよ | 30. Joseph English |
| 4. コロラート | 13. 酒肴焼肉かがり火 | 22. 温石薬石整体天満橋 | 31. 書道教室せせらぎ |
| 5. sh:rock coffee | 14. 炭火焼鳥どん呑 | 23. FEEVE | 32. 囲碁サロン 雅 |
| 6. 浜本工芸大阪ショールームデスク別館 | 15. 本城歯科医院 | 24. サイエンスゲーツ大阪中大江教室 | 33. MANAVIVA |
| 7. ムスビガーデン大手通店 | 16. tennytenny | 25. 丘や商店 | 34. 天満橋ササラ |
| 8. まどらーぬ | 17. にのらく茶園 | 26. NOIR | |
| 9. Salon De Gateau Ange | 18. hakko no hako | 27. yunikko | |