

掲載している情報は6月26日(木)現在のものです。

毎月7日は七の福七のご利益いっぱい

### 箕面山七日市

日時:7月7日(月)10時~  
場所:阪急箕面駅周辺商店街、滝道

毎月7日はお得なお買物の日  
**100円キャッシュバックキャンペーン**  
箕面山七日市加盟店で総額1,000円分のお買い物をすると、100円をキャッシュバック!  
時間:10時~14時  
受付場所:みのお本通り商店街中央特設会場  
※当日のレシートまたは領収書をお持ちください  
※1人1回限り

毎月7日限定のお得な特典がいっぱい。  
詳しくはホームページ(QRコード)をご覧ください。

みのお本通り商店街  
**ビアガーデン**  
冷たいビールと商店街自慢の  
おいしいフードが魅力です!

場所:みのお本通り商店街中央特設会場  
時間:17:00~20:00 ※雨天中止  
**振る舞い いずれか一つを先着で!**  
【生ビール先着50人】  
【カルピス®️プチ先着150人】  
※「カルピス」はアサヒ飲料株式会社の登録商標です

家族で楽しめる!

問合せ:箕面FM まちそだて事業部 TEL 072-724-5151

### Sakurai marché

## 桜井マルシェ

~日暮れてNIGHT~

日時:7月12日(土)15時~20時(雨天強風中止)  
場所:阪急桜井駅前広場・プロムナード

7月は夕方から夜にかけてのNIGHTマルシェです!  
夕涼みながらのお外ごはん・お買い物をお楽しみください!

詳しくは下記サイト(QRコード)をご覧ください。

桜井のまちの魅力を伝える  
サイトがオープンしました!  
**SAKURAI DAYS**

問合せ:桜井マルシェ実行委員会 TEL 072-724-3443

### タッキー816みのおエフエム EVENT & PROGRAM

後援・協賛・関連イベント

●第19回みのおこども文化体験フェア  
ラジオ放送コース ドキドキ!ラジオ生放送  
対象:小学校4年生~高校3年生  
日時:8月2日(土)9時30分~12時15分  
場所:箕面市立メイプルホールロビー  
定員:6名(7月17日締切)  
内容:みのおエフエムの公開生放送に参加してパーソナリティ体験

料金:無料  
申込:箕面市メイプル文化財団のホームページから  
問合せ:同財団 TEL 072-721-2123

7月のラジオ番組ガイド

●ガンバ大阪インフォメーション  
ON AIR ▶ 日曜10時10分(月曜21時30分再放送)  
7月6日~27日(日)名和田我空選手(MF)

### 健康はお口から! パタカララジオ

健康情報をお伝えするほか、誤嚥性肺炎予防のためにパタカラ体操でお口を鍛えます!

ON AIR 7月1日・8日・15日・22日

7月のテーマ・ゲスト

カバ先生と楽しく誤嚥性肺炎予防!  
ゲスト:榎元大輝さん(言語聴覚士)  
進行:中川晶子さん・永井靖美さん(歯科衛生士)  
ピアノ伴奏:伏下敦子さん

### 歌のラジオ体操

## 歌ってまよも元気!

月~金曜日 あさ7時47分、夕方5時54分 放送(5分間)

7月は西南愛唱会

7月1日♪バラが咲いた  
7月2日♪雨  
7月3日♪あめふり  
7月4日♪雨降りお月  
7月7日♪たなばたさま  
7月8日♪蛙の笛  
7月9日♪蛍  
7月10日・22日♪夏は来ぬ  
7月11日・23日♪おお牧場はみどり  
7月14日・24日♪ホルディリディア  
7月15日・25日♪牧場の朝  
7月16日・28日♪みかんの花咲く丘  
7月17日・29日♪森の水車  
7月18日・30日♪うみ ※スケジュールは変更になる場合があります  
7月21日・31日♪海

7月のラジオ公開生放送

●みのおたんらじお  
ON AIR ▶ 土曜11時~正午  
場所:箕面市立メイプルホールロビー  
7月 5日(土)スマイルランドこども会  
7月12日(土)「第36回箕面紙芝居まつり」から  
7月19日(土)外国人防災アドバイザー  
7月26日(土)箕面観光ボランティアガイド 川口由佳さん

### タッキー816みのおエフエム おかげさまで 開局30周年

10/18(土) 11:00~16:00  
記念イベント&ラジオ公開生放送  
かやの広場

12/13(土) PM  
震災復興 箕面チャリティコンサート  
「人に音を、音に愛を」  
東京建物 Brillia HALL 箕面  
(箕面市立文化芸術劇場)小ホール

## SUMMER FESTA

# サマーフェスタ

箕面公園 2025

7.5(土)~8.31(日)

### みんなの箕面の森

バルーンのアかりで夜を照らそう!

募金制。当日先着500名

日時:7月26日(土)  
18時30分~20時30分  
場所:瀧安寺前広場

### 第646回 Monthly国際交流コンサート

美夜ジャズmeets名倉学 スペシャルコンサート  
出演:美夜ジャズ(Vo.), 名倉学(Pf.)

関西出身ジャズボーカル「美夜ジャズ」と関西一円で活躍中のジャズピアニスト「名倉学」の初共演。スタンダードから映画音楽、やしきたかじん、初オリジナル「青い波風」まで愛と癒やしをお届けします。

日時:2025年7月20日(日)14時~16時  
場所:サンクスみのお2番館地下1階国際広場

毎月第3日曜日開催の無料コンサートです。タッキー816(FM81.6)で放送します。(再放送:当日21時、翌日14時)

舞台 音響 照明 イベントの身近なパートナー

072-760-0010  
池田市井口堂 1-10-27

株式会社 アイ・エス・エス

生前のご登録、またご親戚・友人同士での登録もできます。

### 大阪北摂霊園 「北摂の小さなお墓」

墓石代込み 99万円~

承継不要・使用期間 30年

墓石代込み 71.5万円~

期間終了後は、墓じまいの後、当霊園の合葬式墓地に改葬して永代管理します。

大阪北摂霊園 検索

# 箕面がいっぱい まちの情報箱

2025 7 JULY VOL.201

## 健康はお口から!

# パタカララジオ

こんなお悩みありませんか?  
むせる・食べこぼす 滑舌が悪くなった お口が乾く 飲み込みにくくなった など...

それは、お口の筋力が衰えてきたサイン!

ちょっとしたお口の不調は、全身の不調につながっていきます。  
**パタカラ体操でお口を鍛えて若さと健康をキープ!**  
週1回、ラジオの前で楽しくお口を鍛えましょう!  
箕面市の歯科衛生士がゲストと一緒に送ります。

放送曜日・時間(15分番組) ①②③とも、同じ内容です。内容は毎週変わります。  
毎週火曜日  
①午前10時45分 ②午後4時10分 ③午後8時頃  
翌日水曜日  
④午前7時5分 YouTubeでも聴けるよ!

パタカララジオを聴いて、お口ケアセットをゲットしよう!

- デンタルブラシ ●ワンタフトブラシ
- 舌ブラシ ●デンタルリンス ●吹き戻し大・小(各1個)

10名様にプレゼント  
吹き戻してお口のトレーニングができますよ!

応募方法  
ファクス、電話、電子メール、はがきで、次の①~④を明記の上、ご応募ください。  
①住所②氏名③年齢④番組のご感想

【宛先】タッキー816「お口のプレゼント」係  
ファクス:072-728-3733  
電話:072-728-3210  
はがき:〒562-0035 箕面市船場東2-5-47 COM3号館2階

応募締切▶7月30日(水)必着  
当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます

応募フォームからもご応募いただけます

商品提供:箕面市

## みのおキャンドルロード

箕面駅前から箕面大滝まで

7.26(土) 19:00~21:00 雨天中止

滝道を5,000本以上のろうそくが幻想的に照らします。  
みのおエフエムも、ラジオで盛り上げます!

公開生放送「タッキーキャンドルナイト」19:00~21:00  
森の守り人たちのお話や、鍵盤ハーモニカのミニライブ  
場所:森のふれあい広場(箕面駅から徒歩3分)  
MC:Momoko

**みのおNOW** ON AIR 月～金曜日 午前10時45分～10時55分ほか

タッキーレポーターが真面の今を密着取材! 子どもたちの元気な声、市民のみなさんの活動、真面市の取り組みなどをタイムリーにご紹介しています。



**6月11日放送**  
**60回記念! 「歯っぴい健康フェスタ2025」が開催**

毎年「歯と口の健康週間」に合わせて、真面市と真面市歯科医師会が主催する健康イベントで、今年は6月7日(土)に開催。東京建物 Brillia HALL 真面(真面市立文化芸術劇場)で、ポスターと川柳・標語コンクールの表彰式や、楽しみながらお口の健康がチェックできるコーナーが設けられました。表彰式では、タッキー 816 賞や 60 周年記念の賞も贈られました。



**6月26日放送**  
**プロに学んで楽しく体験! 「みのお防災アカデミー」が開催**

防災のプロに学ぶアカデミーが、真面商工会議所青年部の主催で、6月21日(土)に開催されました。即席の担架での人運びや役立つロープワーク、心肺蘇生法の体験など、有事の動きを実践的に学べる場に。真面での災害を考える防災トークセッションなどもあり、実践と講演を通じて防災意識が高められる貴重な機会となりました。

**和氣貴志のぐるぐる商タイム** ON AIR 第1・3月曜日 午前11時ほか

真面の元気なお店や会社を生中継でご紹介しています。お得な情報もありますヨ!  
☆商タイムとは、お店最大のウリ(こだわり・自慢商品)です。



**6月2日放送** **洋食「felice」(フェリーチェ) 商タイム: 名前 決まってい**

創業22年の洋食屋。新メニュー名を大募集中! 3種類のミニハンバーグ、大きなエビフライ、揚げ野菜、スープ、ミニオムライス付きでボリューム満点!  
●真面6-1-32 ●連絡先: 072-720-3031  
●営業時間: 11時30分～15時、17時30分～20時30分 ●定休日: 水曜日

**6月16日放送** **くらぼ 商タイム: ホコリを学ぼう!**

アレルギー対策として掃除を日々研究。「アレルギーと暮らしのアドバイザー」として独立し、掃除のアドバイスを専門に調査・指導を行っています。  
●茨木市宇野辺1-4-3 ●連絡先: 090-2761-5656  
●営業時間: 9時30分～17時30分 ●定休日: 土・日曜日、祝日



お掃除教室も定期的に開催中!

ON AIR 第2水曜日 午前11時ほか

**聞かせて! ペット自慢**

ご家族の一員のご自慢話を聞かせていただくコーナー。  
5月は「ぼくらはみんな生きている」と題して、真面公園昆虫館 中峰空館長に、開催中の企画展「繁殖戦略」についてお話をいただきました。  
昆虫たちが遺伝子を残すための「戦略」に焦点を当てた企画展(～9/8)。繁殖のため昆虫はさまざまな方法を編み出しています。交尾から産卵に至るまで、雌雄ともに進化している昆虫の生態や行動にぜひご注目ください。



**6月11日放送**

ON AIR 月曜日 午後4時27分ほか

**原田亮市長の真面の明日を語ろう!**

**新みのおサンプラザ1号館1階～3階が新たな公共施設に**  
**6月16日放送** 阪急真面駅前再整備中の(仮称)新みのおサンプラザ1号館は、1～3階を新たな公共施設として真面市が取得し、4階～11階が分譲型マンションとして工事が進められています。そこで、地域住民や観光客も楽しめる、さらに、親子で楽しめる機能をあわせ持つ施設を運営する事業者を民間から広く募集しています。(詳しくは、真面市ホームページ)

ON AIR 水曜日 午前10時20分ほか Recommended books

**真面市立図書館から 6月16日放送**  
**オススメの一冊をご紹介します!**

給食が教えてくれたこと「最高の献立」を作る、ほくは学校栄養士 松丸 奨/著 (くもん出版)  
「全国学校給食甲子園」に男性栄養士として初めて優勝した著者。もともと好き嫌いが多く給食が大嫌いな子ども時代から、栄養士になるまでの歩みや、最高に楽しい給食作りを奮闘する姿を描いています。給食から貧困や食品ロスなどの社会問題も考えられる一冊です。



ON AIR 水曜日 午後4時27分ほか

**タッキー街かどレポ!**

街かどレポーターが、真面のあんなことやこんなこと、街の話題を週替わりで紹介!  
レポーター 辻野海里さん(如意谷在住)  
**みのおサンプラザ1号館が更地に!?**  
5月から新しい職場で頑張っています。久しぶりに阪急真面駅に行ったら、みのおサンプラザ1号館が無くなって更地に! 駅前のシンボル、あるはずのものが無い違和感…。よく学校の上靴を買いに行ったものでした。建て替え後、新しい真面のシンボルとなることを期待します。



ON AIR 第3火曜日 午後4時30分ほか

**チャレンジレシピ 6月17日放送**

**キャベツ入りハンバーグ**

合挽きミンチ200g、キャベツ150g、卵1個、パン粉大さじ3、酒大さじ1、牛乳50ml、サラダ油・塩胡椒適量、



作り方  
①キャベツをみじん切りにし、塩を振って10分置く。10分経ったら絞って水気を切る  
②ボウルに合挽きミンチ、卵、パン粉、酒、牛乳、塩胡椒を入れ、粘りが出るまでこね①を加えてさらにこねる  
③②を小判型に整え、フライパンに油を引き、中火で約3分色がつくまで焼く。返して蓋をし、弱火で5～6分蒸し焼きにする。皿に盛り、カットマトとサニーレタスを添える

Pick Up! 番組 **まちのラジオ MINOH TETORIYA**

今宮こども食堂などで活動する飯田ひとみさん、片山恵里さんが、地域活動に取り組む人々やイベントを紹介し、地域のつながりを深めるラジオ番組  
放送後にはPodcast (Spotify) でもお聴きいただけます  
→まちのらじお「MINOH TETORIYA」で検索  
放送日時: 毎月第2木曜日15時～16時初回放送、  
当日21時、次の日曜日13時再放送



**だまされたらあきませんよ!**  
あれ?! と思ったら迷わず電話  
■真面市消費生活センター  
☎072-722-0999  
月～金曜日 午前9時～午後4時  
自分は大まされるはずがない! そう思っていないか? さまざまな消費者トラブルを知っておこう!

**通信販売トラブル**  
インターネットでほしかったブランド品のバックを購入したが、配達予定日を過ぎても商品が届かない。操作方法を教えてもらいながら返金手続きを行ったところ、返金してもらえずいつの間にか送金してしまった。  
**トラブルにあわないために**  
安易にスマホの画面共有を許可することや、指示に従って操作することはやめましょう。事例の詳細は真面市消費生活センターホームページをご覧ください。

**大阪府消費者教育推進大使 ますやんの消費生活FAQ** (チャットボット)  
商品やサービスの購入・契約などの消費生活に関するよくあるご質問にお答えします。  
24時間365日、いつでも気軽にご利用ください。

ラジオな毎日更新中! 「タッキーブログ」から

1 **ガンバ大阪インフォメーション** 6月1日ほか 南野海選手 (FW)

2 **まちのらじお secondM** 6月5日 自家培養酵母パン製造販売 瀬戸川ふみよさん (右)

3 **まちのらじお MINOH TETORIYA** 6月12日 アートセラピスト・アーティスト のんさん (中央)

4 **Monthly国際交流コンサート** 6月15日 THE LOVE SHOW Gristafa Dionさん (ボーカル) 谷川たかひろさん (ピアノ)

5 **植田洋子とTea For Two** 6月18日 手づくりヨット「希望号」で世界一周 藤村正人さん、藤村恭子さん

6 **ブーマン&フレンズ Music Bound** 6月22日 シンガーソングライター、音楽評論家 中將タカノリさん (中央)

「タッキーブログ」 <https://fm.minoh.net/blog/>

ON AIR 月曜日 午後0時05分ほか

**順子先生の育脳ラジオ**  
焦らず赤ちゃんの成長を見守ろう  
**6月16日放送** 「赤ちゃんのハイハイがハの字に。まっすぐにすべき?」これは、太ももを閉じる筋力がまだ弱く、股関節の可動域との関係もありそう。お母さんとして焦る気持ちも分かります。でも、赤ちゃんの体は変化していくもの。動きを観察しながらうすを見守ってあげてください。  
出演: 日本ベビーコーチング協会 浦部順子  
WARAリズム普及委員会 落田順子、森脇友規