

Buy
Local

2021/09

NAGAI DAYS

VOLUME 03

Metro Buy Local Magazine For NAGAI

enjoy!

パークサイドライフ

長居公園と毎日



NAGAI AREA MAP



FEEL SO GOOD!

Osaka Metroの
エリアリノベーション
空き家活用に関
するお問い合わせ
はこちら



Osaka Metro
公式HPへ

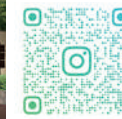
より食が強化されて
する1日遊が公園に
長居公園が
リニューアル!

「みどりとスポーツと食のWaku! Waku! エクスベリ
エンス」をテーマに、エントランスや南、芝など5つ
の広場を整備。全国各地の祭をテーマにした
マルシェ、アスレチックやスケートボードパーク、
フットサルコートなども登場。植物園は11月～
2022年3月に閉園し、4月に先行オープン。公園
全体は7月にリニューアルオープン予定。



イメージ図

エリアの魅力を
SNSでも配信!



NAGAI.DAYS.

Metro Buy Local Magazine For NAGAI
NAGAI DAYS

Buy Localはご近所の良いお店を守るムーヴメント。本誌は長居で大切にしたいお
店やコトを紹介し、地元にお気に入りを増やしてもらうためのエリアマガジンです。

発行/大阪市高速電気軌道株式会社(Osaka Metro) ディレクション/保坂優子 撮影/大森カメラ店 ライティング/天見真里子 デザイン/CA-RIN WORKS



Osaka Metroは西田辺・長居・あびこの3エリア
において地域活性化に取り組んでいます。鉄
道を核にした生活まちづくり企業として「住み
たくなる、訪れたい、活力あるまちづくり」
を推進します。

本誌をご覧の皆様へ

本誌に記載の店舗情報は、2021年8月現在の平常時のものです。今後、新
型コロナウィルスの感染拡大防止による自治体からの要請により、酒類
の提供や入店などに制限がかかる場合や営業形態が変更する場合があ
ります。予め各店のHPや電話などでご確認の上、ご利用ください。

※価格は特に表記のない場合は税込です。

長居公園の過ごし方

公園と一言で言っても、競技場、植物園、博物館、と施設が充実。まずは全体をおさらい！



日本各地の木々が茂る郷土の森

リニューアルも楽しみな大阪随一の総合公園

国際的な大会が開催される陸上競技場が2つもある公園は国内でも唯一。65.7haの総面積の敷地内にはほかに球技場、プール、テニスコート、なんと相撲場まで。長居公園がスポーツに特化した公園に至る歴史は古く、大阪市が総合公園の画期的な整備計画を決定したのが1928年。長居



多くの国際大会が開催されるヤンマースタジアム長居

陸上競技場が完成してからは、1982年に大阪国際女子マラソンが開催されたのを皮切りに、国体や世界陸上、FIFAワールドカップなど、国内外から有名選手が訪れて競う、スポーツ競技の聖地にと、同時に地元の人にとっては、日常のトレーニングや憩いの場。植物は長い年月を掛けて森となり、木陰でくつろいだり、小道を散歩したり、思い思いに過ごす姿が。2022年春のリニューアルでは、食が充実してより使いやすく！

長居公園

大阪市東住吉区長居公園I-1 TEL. 06-6694-9007
OPEN. 24時間【問い合わせは9:00~17:30】 CLOSE. 不定
URL. <https://www.nagaipark.com>



01 NAGAI AREA SELECT Recommend

楽しむ、学ぶ、憩う
植物にまつわるすべて



知るほどに面白い、大阪の自然

大阪湾に流れ着いたというナガスクジラの骨格標本や、約2万年前まで大阪を歩いていたとされるナウマンゾウの復元模型など、大胆に空間を使ったダイナミックな展示は圧巻！その巨大なクジラの標本はこの学芸員により何年も掛けて作られたというから驚き。さらに昆虫から魚、菌類、植物、地質、化石まで、5つのテーマに分けて細かく展示。知る人ぞ知る、「友の会(年会費3000円)」は、ナイトミュージアムやバックヤードツアーなど魅力的な行事が多数。代々親子で参加する人も多いそう。



大池では取材時スカシユリが見頃に

公園内の東南部、総面積の1/3以上を占める広大な植物園。夏のヒマワリや秋のコスモスなど、季節と共に表情が変わるライフガーデンやIIの専門園は、花好きにはお馴染み。野鳥が集まる550種以上の樹木の森や、植物園には珍しい大池など、ぐるっと一周するだけでおよそ1時間だから、年間パスポート(1000円)を購入して日々のウォーキングや森の中でランチなど、楽しみ方も様々。植物散策や観察だけでなく、電話や



小池の周りには巨木樹として知られるセコイヤの森が

大阪市立長居植物園

大阪市東住吉区長居公園I-23 TEL. 06-6696-7117
OPEN. 9:30~17:00(最終入園16:30、
2021年11月~2022年3月末まで休園予定)
CLOSE. 月曜(休日の場合は翌平日)、年末年始
URL. <https://www.nagai-park.jp/n-syoku>
入園料、200円 ※中学生以下、大阪市在住の65才以上、障がい者手帳をお持ちの方と介助者1名無料(要証明)

持ち込みによる植物相談、園内の園芸ボランティアをめざすスクールなど、意外と知られていないサービスや使用の方も。中でも近年の植物ブームの影響もあり、注目されているのが独自で開催している植物にまつわる講座。マニアックな分類学の講座では、座学だけでなく園内に出ての解説もあり、分かりやすいと好評。いずれの講座も年間受講のほか、単発受講もあり。
※商業営利目的の撮影は申請書の提出と使用料の納付が必要。個人的な撮影でも大掛かりな機材を使用する場合は撮影届出書の提出が必要。

お知らせ
11月から2022年の3月まで、リニューアル改修工事のため休園予定。2021年度の年間パスポートの有効期限は当年10月末まで。



第2展示室にある迫力満点の骨格標本 ©大阪市立自然史博物館

大阪市立自然史博物館

大阪市東住吉区長居公園I-23 TEL. 06-6697-6221
OPEN. 9:30~17:00(11~2月は~16:30、最終入場は閉館の30分前)
CLOSE. 月曜、年末年始 URL. <http://www.mus-nh.city.osaka.jp>
入館料、大人300円、高校生・大学生200円
※いずれも植物園へも入場可。中学生以下、大阪市在住の65才以上、障がい者手帳をお持ちの方と介助者1名無料(要証明)



緑いっぱい木陰もある、家族のお気に入りの場所



長居公園は「無料のテーマパーク」だ!
井上裕士さん、依里香さん、凜香さん

「凜香と一緒に平日は週2ぐらい来ます。遊び場もイベントも多いし、いろんな楽しみ方ができて大好きです」と、依里香さん。裕士さんが休みの日は日除け用テントを張って過ごす。この日は凜香ちゃん誕生日でプチパーティーも!

Mikaさんが植物園で撮影した季節の花や鳥。



一眼レフ歴はおよそ10年。和歌山出身のMikaさんは「大阪でこれだけ季節感を感じられる場所は貴重」と、年間パスを使って、月イチペースで花の写真を撮影。肉眼では見えていない世界を切り取って表現する写真は神秘的の一言。

開花情報は入り口でチェック。ファインダーを覗く先に別世界が広がる



長居植物園は「季節を感じる場所」だ!
Mikaさん



周辺のバン屋さんを利用することも多い。

長居公園は「気持ちいい練習場所」だ!
北川拓実さん、高橋七瑛さん

サクソとバイオリンで奏でるのは、ジャズのスタンダード



息を合わせて演奏を楽しむ

学生時代のサークルで一緒だった2人が、ここで楽器の練習を始めたのは昨年。コロナの影響で大学で練習できなくなって、よく来た頃は毎日ここで練習していました。木陰も多いので、夏でも意外と涼しいです。

NAGAI PARK
長居公園は、私たちの○○○だ!
使い方いろいろ!あなたにとっての長居公園、教えてください



後列左から Yuusei, hash the potato, Aimi, NAOKI
前列 Wataboo, motoi (敬称略)



難易度の高い技に周囲からも歓声が

WatabooさんとAimiさん夫妻が、長居を拠点に展開するダンススタジオ マンチカンの情報はこちらから。

@dancestudio_munchkin

長居公園は「繋がり場所」だ!
Aimiさん、Watabooさんとダンス仲間の皆さん

年齢こそバラバラだが、ダンスを楽しむながら個々のライフスタイルに合わせて活動している6人。「ダンスに限らず、たまたま同じ目的でこの公園に来て新しい繋がりが生まれる。私達も今ではかけがえのない仲間です」と、口をそろえる。



住田さんの愛車ZULLOはすべてハンドメイドのイタリアブランド。現地で修行をした日本人の職人による塗装。

02

NAGAI AREA
SELECT
Recommend

自転車がちょうどいい

自転車ライフをサポートしてくれる専門店へ。スポーツサイクルを始めるならこちらへ！

どこかに行きたくなる 最高の相棒を探して

店主の住田敏彦さんは、ママチャリ店から通販まで、幅広い自転車店で勤務した後2010年に公園近くのここですぽーツサイクル専門店を開業。一般的な自転車とスポーツサイクルは、推進力が大きく違う。ひと漕ぎでスイ〜と気持ちよく進むから、どっか行こか！ってなるんですよ。スポーツサイクルは嗜好品だと思うので、色やデザインは好きなものを選んでもらっています。自身も毎日長居公園を横切り、自転車通勤している住田さんは、夜の山など自転車の楽しみ方もレベル高めたが「同じ道でも時間帯や天気でも毎日感じ方は違います。一人でも仲間とでもいろんな楽しみ方を伝えたい。店名で「自転車であなただの願い叶えます」ってイタリア語で言ってますから(笑)」。

※公園内はゆっくりと、他の利用者に注意して通行しましょう。

オーダーのパーツを組んで1台を作ったり、長年乗っていたいなかった自転車のメンテナンスなど、仕事は多岐にわたる。



ピチ パラディーソ アウグーリオ



大阪市住吉区長居2-10-32
TEL. 06-6696-5501
OPEN. 11:00~19:00 CLOSE. 水曜、木曜



散歩をしながら思い出に浸ることもしばしば

長居公園は「私の庭」だ！

Yoshimiさん

ヨガインストラクターの資格を持つYoshimiさんは、体を動かしたくなるとここにきて歩く。「小さい頃は遊び場中・高校生の頃は文化祭や体育祭の練習、犬を飼っていた頃は日々の散歩...と、ご近所らしい思い出は数知れず。

近頃のランニングステーション & ランナーズ銭湯

◎長居トレーニングセンター(ランニングステーション)
長居トレーニングセンター内にランニングステーションが併設。

大阪市東住吉区長居公園I-1(ヤンマースタジアム長居内) TEL. 06-6699-8885
OPEN. 9:00~21:00(日曜~18:00) ※最終受付は閉館1時間前
CLOSE. 月曜 利用料金. 初回600円(登録料込)、2回目以降400円
※ロッカー・更衣室・シャワー完備。
URL. <https://training.nagai-park.jp/facilities/running/>

◎つるが丘温泉
長居公園から最寄りの銭湯。なめらかな軟水のお湯。

大阪市東住吉区山坂5-4-13 TEL. 06-6697-9355
OPEN. 14:00~23:00 CLOSE. 金曜 利用料金. 450円
※大阪府公衆浴場組合指定ランナーズ銭湯。入浴料金でロッカー利用が可

◎いりふね温泉
水風呂はランニング後のアイシングに合わせた温度設定に。

大阪市阿倍野区西田辺町1-2-22 TEL. 06-6692-6205
OPEN. 15:00~24:30(日曜13:00~24:30) CLOSE. 火曜、第1月曜
利用料金. 450円
※大阪府公衆浴場組合指定ランナーズ銭湯。入浴料金でロッカー利用が可
URL. <https://irifune-onsen.com>

ロッカー利用や入浴など、公園でスポーツを楽しみたい人に嬉しいサービス





**ナチュラルカフェ
ヨスガ**

大阪市住吉区長居東4-13-2
TEL. 06-6605-1008
OPEN. 11:00~18:00
CLOSE. 火曜、水曜
URL. <https://be-around.jp/yosuga>

リラクゼーションサロンが手掛ける自然派カフェ。ランチの中でも一番人気のハンバーガーは、そのうま味と柔らかさに「何を入れてるんですか?」とよくきかれるそう。その秘密はすりおろした玉ねぎを麵に漬け込んだ自家製の玉ねぎ麵。ほかにも甘酒や塩麵など、手作りの発酵調味料を使ったことでしか味わえないメニューが多数。それは店主田村園枝さんの「食もメンテナンスの一つとして考えてもらうきっかけになれば」というセラピスト目線からの思い。テイクアウトも可能なので、公園散歩のお供にも。

発酵パワーをおいしくランチで



田村さん(右)と料理を担当する寺井佑子さん



自家製の甘酒を使ったスパイシー甘酒チャイ495円



3日毎にメインが変わるごはんランチは、これにポタージュが付いて1,100円



添加物やマーガリンは不使用。なすとズッキーニのタルティーヌ259円、スモークチキンサンド378円

公園で食べたくなる焼きたてパン

「公園に持って行って食べてほしい」と、1本東の通り沿いに昨年オープンした対面式の小さなパン屋さん。パン職人に転職して9年の橋原正樹さんが、7種類の生地を使い分け、菓子パンから惣菜系、サンドまで毎日約25種類ほどの



パンの種類が一番揃うのは11時頃

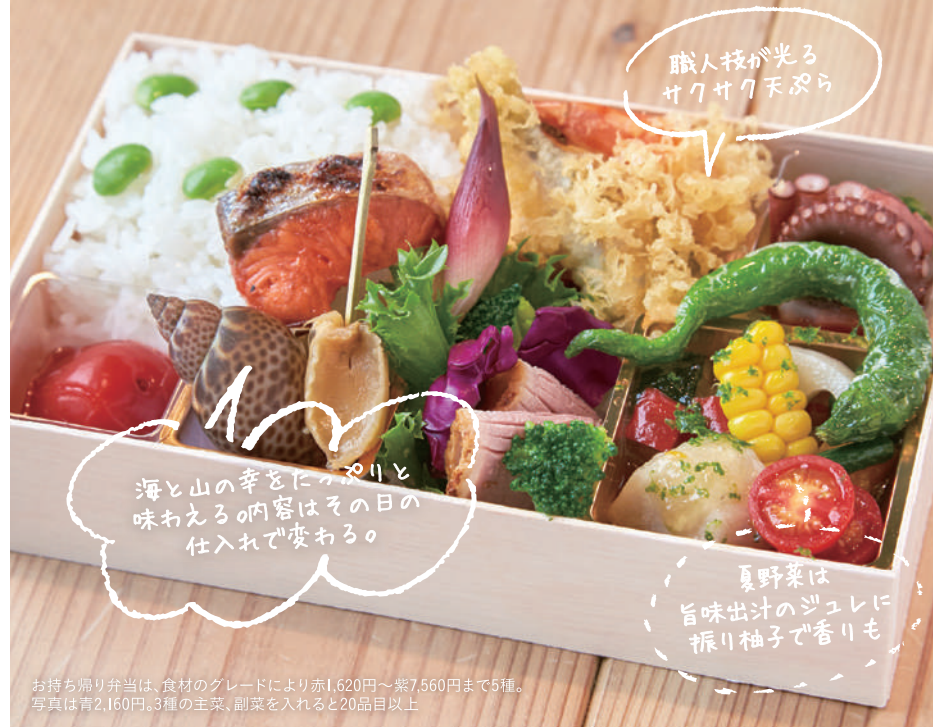


**ハッシュ
ベーカリー**

大阪市東住吉区鷹合3-10-33
TEL. 06-4700-7008
OPEN. 8:30~19:00
CLOSE. 月曜、火曜

パンを少しずつ順番に仕上げていく。橋原さんのおすすめは、自家製の天然酵母を使ったハード系のパン。カリッ、モチツの焼き立てに近い食感を再現できるトースト法を店内に表記しており、これが年配の方にも好評だったり。ぜひお試しあれ。

04
NAGAI AREA SELECT
Recommend



職人技が光るサワサワ天ぷら

海と山の幸をたっぷり味わえる内容はその日の仕入れで変わる。

夏野菜は旨味出汁のジュレに振り柚子で香りも

お持ち帰り弁当は、食材のグレードにより赤1,620円~紫7,560円まで5種。写真は青2,160円。3種の主菜、副菜を入れると20品目以上

03
NAGAI AREA SELECT
Recommend

冷めてもピカイチの「ごちそうご飯」

多彩なおかずを美しく盛り付けた目にも麗しきお弁当。店主石和田聡信さんは、星付きの割烹や高野山の宿坊、ホテルや病院など幅広い調理の現場を経験することで、「それぞれの食に対する考え方を学べた」と、その技と知識をさりげなくお弁当に詰め込む。お弁当の主役と言い切る艶やかなご飯は、無農薬天日干しのイセヒカリをメインに独自でブレンド。炊きたてのご飯を秋田杉のおひつに移し替えるのもおいしさへの大切なこだわり。程よいみずみずしさとはんりの甘みのあるご飯は冷めてもピカイチ!太陽の下で食べるとおいしさも格別。

店内では、秋田・大館市の老舗、栗久に別注した曲げわっぱで、お弁当を提供。(現在休業中)



青と赤

大阪市住吉区長居東4-14-9
サンシオン1F
TEL. 090-4306-5743
OPEN. 11:00~14:00, 17:30~20:00
CLOSE. 日曜
URL. <https://ao-to-aka-wappa.amebaownd.com>



石和田さんは、奥さま邦子さんが作った曲げわっぱ弁当で、ご飯のおいしさに魅せられたそう。

今日は公園ピクニック

ピクニックの主役といえばお弁当。公園で食べたいたいこだわりのメニューをご紹介します。



06
NAGAI AREA
SELECT
Recommend

頼れるセンスの
マルチな花屋さん

飲食店のような白い暖簾をくぐって店内に入ると、中央の丸いテーブルに色鮮やかな生花がぎっしり。珍しいワイルドフラワーや曲線のな大ぶりの枝ものなど、个性的な花々も多いのにバランス良く見せるディスプレイはさすが。異素材や異文化など、様々な「MIX」がコンセプトです。だからいつもノーブランで好きな花だけ仕入れて、好きに飾っています」と、フローリスト稲井志穂美さん。2018年のオープン以来、彼女のセンスに影響されて顧客になった女性も多い。花や花器の販売以外にも、屋内外での花を使った写真撮影や個別のレッスンにも対応。いろんな使い方ができるマルチな一軒。



「どの角度から見ても絵になるよう生けるのがコツ」と稲井さん。



Flower & Photostudio C
f i
大阪市住吉区長居東4-11-10 Kiky Flat's 1F
TEL. 06-7708-4203
OPEN. 11:00~18:00
CLOSE. 不定休

07
NAGAI AREA
SELECT
Recommend

植物の駆け込み寺？
花の相談も受け付け



「今が植え替えの時期」「朝顔入荷」など、店頭看板では植物の旬な情報を都度更新。書き添えるのはこの4月からお店を引き継いだ末岡歩さん。1976年に創業し、1987年からここにお店を構える老舗。会員になるとすべての商品がお得に買えることから、園芸を趣味とするお客さんが多いのも特徴。その分、元気が

なくなつた植物や害虫問題など、いろんな悩みの相談に来る人も多いんだとか。「長年店を切り盛りしてきた経験豊富な母を頼ってくる方が多いです。私はまだまだ修行中」と、歩さん。新しい提案も含め、植物のある暮らしをトータルでサポートしてくれる街の花屋さんだ。



たくさんの花苗は水遣りも時間を掛けて。末岡さんが手に持っているのは、木皮を染めて花びらにしたドライフラワーのアレンジ1,800円

こうじゅえん

大阪市住吉区長居2-10-9
TEL. 06-6694-5064
OPEN. 10:00~18:30
CLOSE. 不定休
ハンドメイドのサイト、minneに出品中
「koujyuen87」で検索

08
NAGAI AREA
SELECT
Recommend

パークサイド生まれの
最高の普段着

公園の北側、味のある扉の建物は、子ども服メーカーで働いていた中島浩二さんと林寛之さんが手掛けるブランド「CLASSTIC HAERVEST」の事務所を兼ねたショップ。2002年に立ち上げてから、着心地の良さを追求して辿り着いたのは、ゆっくり時間を掛けて編み上げる旧式の釣り編み機だった。「パーカーで2万円って高い服だけど、この織機で作った生地は、長く着れば着るほど良さが出るし、へたれない。丈夫でスタンダードなアイテムばかりなので、お下がり」が

「できる服です」と、中島さん。創業から来年で20年、今では子どもから上は80歳の常連さんも。上質なものは歳を重ねても似合うことは、お二人の着こなしからも明らかだ。



デバイスファクトリー f i
大阪市東住吉区山坂5-16-20 TEL. 06-6170-6292
OPEN. 11:00~19:00(土・日は12:00~)
CLOSE. 不定休 URL. https://devisfactory.jp/



長く着続けたい
DF定番パーカー
20,790円



中島さん(左)は元営業マンでひらめき型。林さんは元古着のバイヤーで職人気質。服作りは企画から全て2人で。