

北 急 沿 線 で ワ ク ワ ク が 広 が る

[キ タ イ ク]

KitaiQ

千里中央 / 桃山台 / 緑地公園 / 江坂

No.07

2022.春号



TAKE FREE

巻頭
特集

北摂ではじまる 北欧の暮らし Hokuoh



北の椅子と(箕面市)



TOPICS

P.06 | 春を彩るお花見スイーツ

P.07 | KitaiQコラム #06「観葉植物で運氣アップ」 P.08 | 最新の北急インフォメーション



北摂ではじまる 北欧の暮らし

Hokuoh

心も暮らしも豊かになる北欧のライフスタイルやおすすめ
スポットをご紹介します。北摂で北欧の暮らしをはじめましょう！



北欧式 整理収納

storage method in
Nordic way

いつもの片付けに 北欧マインドをプラス

北欧式整理収納とは、一般的な片付けステップである「ものを全て出す→いる・いらないを分別→収納する」に北欧の人々の暮らし方や考え方をプラスした整理収納方法。また、単にものを減らすだけでなく「おしゃれに整える」「ものを大切に使う」など大事なものを選びながら、心地よく過ごせる家を作ります。

「北欧マインドの暮らし」って？

北欧では1年の大半が寒い環境のため、「いかにおうち時間を快適に過ごすか」を工夫する中で、インテリアデザインが発展し、住まいを整えて過ごすことが広まりました。北欧では、家事育児も分担して、何よりも家族との時間を大切に暮らしています。

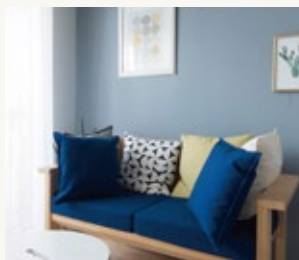
method 001 自分の好きを肯定する

自分の好きなものを周りに置くことが心地よい暮らしのポイント。「私はこれが好き」と自分の価値観を信じることで自己肯定感も高まります。流行に左右されず、自分の好きなものを大切にすることが幸せに暮らすことにつながります。



method 002 暮らしを楽しむ

北欧では暮らしの中で家族との時間をとても大切にします。自分の時間も大事にしながら、日々の何気ない時間を楽しめる空間づくりを。リモートワークや休校が多くなる中でも「家族と一緒に過ごせるチャンス！」と前向きに楽しんでみましょう。



method 003

日常に美しさを取り入れる

北欧の人々は室内で過ごす時間が長いので、家具やインテリアは見た目も美しく、飽きが来ないミニマルでモダンなデザインが多いと言われています。まずは、取り入れやすい北欧食器や雑貨を1つ飾るだけでもGOOD!



Message

日常の暮らしを楽しむ、家族を大切にする、大切なものを永く愛用する、自分の好きを肯定するなど、北欧マインドを取り入れて、ものを選んで、インテリアをイメージしてみると、自然と理想の暮らしに近づいていきますよ。

教えてくれたのは

Saki さき

北欧式整理収納プランナー。「ママの日常にひとさじの北欧エッセンスを」をコンセプトに現在はオンラインを中心に活動。ママになっても好きなものを諦めず、好きな暮らしをしたいという想いをInstagramやブログで発信している。



▼ Instagram



北欧 レシピ

Nordic recipes

• Swedish Food Recipes •

シンプルでおしゃれな北欧料理

北欧ではじゃがいもをはじめとする根菜類や、魚介類など自然の恵みが食卓を彩ります。素材の美味しさが詰まったスウェーデン料理を作ってみよう。

オープンで作る
おうちで簡単レシピ

Recipe 001

スウェーデンで
愛される家庭料理

サーモンプディング

材料 (18センチ丸型1台分)

生食用サーモン.....400g
じゃがいも(メークイン).....600g
玉ねぎ(粗みじん切り).....半個分
ディル(みじん切り).....適量
砂糖.....8g
塩.....4g
卵.....2個
牛乳.....150g
生クリーム.....50g
塩.....2g
白胡椒.....少々

レモンバターソース

溶かしバター.....100g
レモンの皮のすりおろし.....半個分
レモン汁.....50g
塩.....小さじ半分
白胡椒.....少々

作り方

- 1) じゃがいもを固めに塩茹でし、皮をむいて、1cmの厚さに切る。サーモンも同じ厚さにスライスし、塩と砂糖をまぶす。
- 2) 型にバターを塗り、じゃがいも、玉ねぎ、サーモン、ディルの順で2回重ねて、最後にじゃがいもを並べる。
- 3) Aを混ぜたものを流し入れ、200℃に余熱したオーブンで約40分焼く。竹串を刺してついてこなければOK。
- 4) レモンバターソースの材料を鍋に入れ、とろみがついたら火を止めて、最後にレモンの皮を加える。
- 5) ベビーリーフや好みのグリーンの野菜を盛り付け、レモンバターソースをかけて完成。

memo

ディルはサーモンと相性が良く北欧では良くおなじみのハーブ。爽やかなディルの風味とレモンバターソースの酸味でさっぱり。アツアツのうちに召し上がれ♪



Recipe 002

カルダモンの風味と
甘いアーモンドクリームが絶妙

セムラ

材料 (12個分)

生地

強力粉.....240g
塩.....2g
カルダモンパウダー.....4g
ドライイースト.....4g
バター.....30g
砂糖.....40g
牛乳.....50g
卵.....50g
水.....50g

マンデルマッサクリーム

マジパン.....150g
カスタードクリーム.....70g
アーモンドプードル.....30g
バニラエッセンス.....少々

ホイップクリーム.....150g
(砂糖なし)
粉砂糖.....適量

作り方

- 1) 生地を材料をなめらかなパン生地のようにするまでこね、35℃で1時間ほど一次発酵させる。
- 2) 12等分にした生地を丸め、天板に並べる。乾燥しないように霧吹きしながら、40℃で45分ほど二次発酵させる。
- 3) 180℃で余熱したオーブンで12分焼く。
- 4) マンデルマッサクリームの材料をなめらかになるまで混ぜ合わせる。
- 5) 焼き上がったセムラを、上から3分の1くらいのところまでくり抜き、マンデルマッサクリーム、ホイップクリームの順で絞り出す。くり抜いた部分をのせて、粉砂糖をふって完成。

memo

15世紀から親しまれているスウェーデンの伝統菓子。クリームを包むのではなく挟むという手軽な作り方からもスウェーデンらしさを感じられます。



Message

北欧の家庭は共働き世帯が多く、合理性を好む国民性もあり、調理方法は至ってシンプル。素材を生かした素朴な料理は、和食と通じるところも。日常に取り入れやすいレシピも多いので、ぜひご家庭で気軽に楽しんでみてください!



教えてくれたのは

畠山佳月

はたけやま かつき

スウェーデン料理教室「花のテーブル草のイス」を主宰。スウェーデン料理に日本の食材を加えてアレンジしたコース仕立てのレッスン。料理だけでなく、北欧文化を伝えながら、お腹と心が満たされる時間を提供している。入会費なし、レッスン1回5500円。

▼ Instagram





店内には1960～1980年代の北欧ヴィンテージ家具やデンマークをはじめ、スウェーデン、フィンランド、ノルウェーなどの雑貨が並ぶ。

椅子から始める憧れの北欧ライフ

北欧ヴィンテージ家具・雑貨

北欧ヴィンテージ家具や雑貨を輸入販売、椅子の張替えなどを行うお店。「一脚の椅子選びが北欧の暮らしを始めるきっかけになれば」という思いで、箕面と神戸和田岬に2店舗展開している。北欧の文化や空気感を共有しながら、住空間への思いを実現するインテリアが見つかる。



北の椅子と きたのいす

△箕面市船場東2-4-3
☎072-703-3522
①12:00～17:00(土日祝は～18:00)
②火～木曜
③千里中央駅から阪急バスに乗り換え、
新船場北橋で下車から徒歩10分

KitaiQ
春号をみた!で
オリジナル
エコバッグ※
プレゼント

～6/23
まで

※家具ご購入or張替え
ご依頼のお客様限定

店内併設の張替工房で
椅子の張替えも行っています!



シンプルで機能的、上質で使いやすいものを
長く使うという文化を大切にする北欧の暮らし。
今回は、北急で行ける
北欧文化に触れられるお店をご紹介します。

北欧 スポット places of Nordic style

北急で行く 北欧スポット巡り

北欧好きの心をグッと掴むようなナチュラルグリーンの壁紙のお店には、和食器とも相性のいいフィンランドの食器や北欧伝統の可愛い小物が並ぶ。テイクアウトコーヒーと週末には焼き菓子を販売しているので、穏やかな緑が包むお店前の公園道でのんびりお散歩するのも楽しみの一つ。

カフェ&レストランもあるので
1日中お楽しみいただけます!

KitaiQ
春号をみた!で
アーティフィシャルフラワー
アレンジメント
プレゼント

～4/30
まで

※受け渡し場所は2F
※無くなり次第終了



洋服の物流倉庫だった場所を改装し、北欧インテリアや雑貨、洋服、アートフラワーが並ぶライフスタイルショップとして2019年6月にオープン。ギャラリースペースでは、アーティストや作家による作品展やワークショップも開催し、ものづくりを通して自分の新たな一面を見つけるきっかけに。

kirsikkapuu きるしっかぶー

△茨木市上中条2-6-25 2F ①木・金曜
13:00～17:00、土・日曜11:00～17:00
②月～木曜、不定休(木曜は隔週休み)
③千里中央駅から大阪モノレールに乗り
換え、南茨木駅へ、阪急京都線に乗り換え、
茨木市駅から徒歩15分
IG:@kirsikkapuu_generalstore



生活を彩る素材に触れ 新しい自分に出会う場所

北欧インテリア・カフェ



スウェーデン料理

受け継いだ北欧の味を豊中から発信

北欧の忘れられない味を
フレンチベースで再現!



スウェーデン南部にある地区が名前の由来である「SKÅNE(スコーネ)」。スウェーデンで3年間修行した店主が再現する北欧料理を味わうことができる。店主自慢のスマークサーモンは、爽やかなハーブが香るディルソースとの相性が抜群で、リピーター続出の人気の一品。

ランチAコース(平日のみ) 2,200円

SKÅNE すこーね

△豊中市上新田3-5-26 ヴィラ桃山B1
☎06-6831-2900
①12:00～14:00(LO13:00)、18:00～
22:00(LO20:00)※予約制 ②火曜、水曜
③桃山台駅南出口から徒歩10分



about her. あばうとはー

△箕面市船場東2-6-55
☎072-730-8115(1F カフェ・フラワー・
雑貨)、072-730-8114(2F 婦人服・
雑貨・インテリア・ギャラリー・レンタルスペース)
①10:00～18:00、カフェは11:00～
17:00(LO16:30)
②不定休(2Fは展示入れ替え日休業)
③千里中央駅から阪急バスに乗り換え、
新船場北橋で下車から徒歩5分



本日のスキレットキッチン
(季節のスープ、サラダ付き)
1,650円



ワッフルバー
ショコラ、ストロベリー、抹茶
330円

OHANAMI
01

お散歩しながらパクッと
カラフルワッフル

ワッフルバー
プレーン
290円

OHANAMI
02

キュートな断面を
桜と一緒にパシヤリ

ミックスフルーツサンド
450円(1個)
※仕入れ状況により内容変更あり

Spring!

OHANAMI SWEETS
春を彩る

お花見スイ〜ツ

可愛い! 美味しい! スイーツを持ち寄って、
お花見を盛り上げよう。

OHANAMI
03

お花見カヌレで楽しむ
ふんわり春の香り



お花見カヌレ(奥)、チョコレートグラン(手前左)、
ルビーチョコレートグラン(手前右)
各600円 ※週末のみ販売

OHANAMI
04

つつい見とれてしまう
フォトジェニックスイーツ



お弁当ケーキ
2,800円〜

KitaiQ
春号をみた! で
メレンゲ
クッキー
プレゼント
~6/23
まで

※100個限定で無くなり次第終了

01 more more OKAMACHI

ショコラ、ストロベリー、抹茶、プレーン
などバリエーション豊富なワッフルバー
を販売するお店。カラフルなデコレー
ションは見るだけでも楽しい!ワッフル
バーに加え、トウカロンやチュロス
など乙女心をくすぐるスイーツも。

☒ 豊中市中塚塚2-18-2
☎ 080-7559-1549
🕒 10:00~21:00 ㊦なし
📍 桃山台駅から阪急バスに乗り換え、
豊中市役所北で下車から徒歩5分



02 cafe snow

季節の美味しい素材にこだわったス
イーツが並ぶカフェ。フルーツはもちろ
ん、無添加食パンやきび砂糖を使っ
た純生クリームなど厳選した食材を使
用。季節やイベントに合わせたテイク
アウトスイーツも、ぜひチェックを。

☒ 箕面市桜井2-4-3 桜井ビル2F
☎ 072-737-5180
🕒 11:00~17:00(LO16:30) ㊦日~火曜
📍 千里中央駅から阪急バスに乗り換え、
春日町四丁目下車から徒歩15分



03 cafe EZE

フランスで習得したレシピを忠実に再
現し、その日の焼きたてカヌレを提供し
ているお店。ホワイトチョコレートのミ
ルキーな甘さと桜の塩漬けのしよっぱ
さが絡み合うお花見カヌレの絶妙な
ハーモニーを味わって。

☒ 箕面市白鳥2-28-3 ノースショアビル2F
☎ 072-724-0770
🕒 11:00~24:00 ㊦なし
📍 千里中央駅から阪急バスに乗り換え、
萱野北小学校前で下車から徒歩1分



04 Café May 6th

韓国より来日したオーナーが2020年
にオープンしたカフェには、ピクニック
にもぴったりなお弁当サイズのオー
ダーメイドケーキをはじめ、焼き菓子な
どが並ぶ。春の陽気をたっぷり感じな
がら、テラス席で過ごすのもおすすめ。

☒ 豊中市豊南町西4-3-16 Abbie淀川1
101号 ☎ 06-6152-8185
🕒 10:00~19:00 ㊦日曜
📍 江坂駅から阪急バスに乗り換え、豊南
町西三丁目下車から徒歩8分



KITAIQ
COLUMN

#06

お部屋に合わせて選ぼう! 運気を高める観葉植物

観葉植物には風水パワーがあるってご存知ですか?
置き場所や種類によって風水の効果は変わってきます。
今回はお部屋ごとにおすすめの観葉植物をご紹介します。



玄関に観葉植物を 置いて運気もアップ!

玄関は運気を招き入れる重要な入り
口。理想的な玄関にするためには、清
潔さと明るさを意識して環境を整える
ことが大切です。玄関に観葉植物を置
くことで「気」の流れを良くし、活力を
与えてくれます。「気」の流れを浄化す
るなら白や明るいパステルカラーなど
清潔感のある植木鉢、金運アップなら
高級感のある陶器鉢がおすすめ。た
だし、プラスチック製の容器は観葉植
物の風水パワーを妨げしまうので避け
ましょう。

風水パワー別/ —玄関におすすめの観葉植物—

- 厄除け ・サンスベリア
・ユッカ
- 金運 ・バキラ
・ガジュマル
・モンステラ



水回りには気を浄 化する観葉植物を

風水における「火と水の気」を持つキッ
チンは観葉植物と相性が良い場所ですが、
火と水を使うことで「気」が乱れやすい場
所でもあります。マイナスに作用してしま
う運気をプラスに転じさせるためにも観
葉植物を置いてみましょう。邪魔にならない
小さな植物1つでOK! また、家の中でも
最も「悪い気」が溜まりやすいトイレにも
観葉植物を。観葉植物が「気」の流れを
浄化してくれます。水回りは湿気もあるの
で、耐陰性や湿気に強い種類を選ぶのが
ポイント。空気の入替えを心がけ、週
に数日日光浴をさせてあげましょう。

風水パワー別/ —水回りにおすすめの観葉植物—

- 浄化 ・スパティフィラム
・アロエベラ
- 女性の健康運 ・ペペロミア
・ボトス
- 恋愛運 ・アンズリウム
・アスパラガス



教えてくれたのは

観葉植物通販グリーンスマイル店長・
風水アドバイザー

橘 伸季

たちばなのぶとし
植物に関わる仕事に従事して
約20年。観葉植物と風水のプ
ロとして、ブログ、YouTube、
雑誌などのメディアにて観葉植物の楽しみ方や
手入れ方法、風水との関係性を発信している。
https://www.087greensmile.com/zukan/



服部緑地 2022 5月祭

春から初夏にかけて心地よい服
部緑地を満喫しながら、家族み
んなで楽しめる「服部緑地5月
祭」のイベント情報をご紹介します。

主催/服部緑地指定管理グループ
後援/服部緑地「みどり文化・地域」を育てる協議会



5月15日(日)
しよくぶつえんのママフェスタ
フラワーアレンジメント教室やママの手
づくりクラフト体験など、ママと家族が
楽しめるプログラムが盛りだくさん。
☒ 都市緑化植物園 11:00~15:00



5月29日(日)
しよくぶつえんで
シェフの屋台&
ハワイアンフェア
ハワイアンムードたっぷりのフラダンスの
ステージ、グルメが楽しめる、植物園の
人気イベント!
☒ 都市緑化植物園 11:00~15:00

6月19日(日)
しよくぶつえんのパパフェスタ
パパヨガやスラックライン体験会、ポ
ニーとのふれあい体験など、パパと一緒に
遊べるメニューがいっぱい。
☒ 都市緑化植物園 11:00~15:00

3月27日(日)~
5月8日(日) 同時開催
春の植木市開催!
花木・苗木・庭園樹盆栽などの展示即
売、チップの無料配布を行います。
☒ レストハウス東側付近

TOPIC お知らせ

阪急バス連絡定期券終了について

2022年3月14日より阪急バス連絡定期券の発売を終了いたしました。既にお持ちの連絡定期券は、発売終了日以降も通用期間終了までご利用いただけます。

発売を終了した
定期券の券種

・阪急バスー北大阪急行 連絡定期券
・阪急バスー北大阪急行ー大阪地下鉄 連絡定期券

EVENT イベント情報

きたきゅうふあみりー

北鳩家族と北急沿線を巡る！ 春のおでかけデジタルスタンプラリー

期間：2022年3月25日（金）～6月13日（月）

スマートフォンのGPS機能を使って、北急沿線と2023年度開業予定の箕面延伸までの各スポットで北鳩家族のスタンプを集めるイベントを開催。スタンプ数に応じて抽選で景品がもらえるので、心地よい春に北急沿線を歩いてみませんか？

こども絵画教室オンライン

駅を笑顔でいっぱいにして！ 作品展示

展示期間：2022年3月18日（金）～5月13日（金）

展示場所：千里中央駅 駅長室横ショーウィンドウ・駅長室前

桃山台駅 南改札前～東側通路 緑地公園駅 南改札内コンコース

当社イベント「こども絵画教室オンライン」では、“駅を笑顔でいっぱいにして”をテーマに作品を募集したところ、200点を超える作品が集まりました。マスクを外した笑顔や、思わず笑顔になるような力作ばかり！

作品は北大阪急行の各駅に展示、さらにホームページでは、大阪成蹊大学芸術学部の生徒のみなさんのコメント付で掲載をしています。楽しくのびのびと描かれた子どもたちの絵をぜひお楽しみください。



北大阪急行
ホームページ

作品は
ホームページでも
ご覧いただけます



REPORT 非常用設備について

緊急事態発生時の非常用設備について



車内で非常事態が発生した場合には、車内非常通報装置ボタンを押下し、乗務員にお知らせください。

また、各駅ホームには非常停止合図装置を設置しています。危険な状態を発見された場合は、ボタンを押下していただきますようお願いいたします。

TICKETS 企画乗車券のご案内

北大阪急行沿線から観光やレジャーにご利用いただける1日乗り放題のきっぷと、さまざまな特典がセットになったお得な乗車券を発売中。

※施設の営業や行事・イベント等の実施は予告なく変更または中止となる場合がありますので、事前にご確認の上、お出かけください。

北急・モノレール 京都おでかけきっぷ



1日乗り放題のきっぷと優待券が
セットになったお得なチケット。

発売期間：2022年4月8日～6月19日

有効期間：2022年4月8日～6月19日までの好きな1日

発売額：大人1,200円

発売場所：千里中央駅・桃山台駅・緑地公園駅・江坂駅

高野山1dayチケット



北大阪急行から南海高野山駅まで
の電車が1日乗り放題。

発売期間：2022年4月1日～11月30日

有効期間：2022年4月1日～11月30日までの好きな1日

発売額：大人3,250円

発売場所：千里中央駅・桃山台駅・緑地公園駅

ROUTE MAP

路線図



※本誌掲載の施設・店舗については、予告なく開館・営業時間、料金、定休日、イベント開催の可否・内容が変更される場合があります。また、イベント等が予告なく中止される場合がありますので、あらかじめご了承ください。
※本誌掲載の価格には、消費税が含まれています。
※本誌掲載の内容は、3月25日現在のものです。

新型コロナウイルス感染症の影響により、営業時間や実施内容などが予告なく変更される場合があります。詳細については各施設・店舗までお問い合わせください。

Instagramは
こちらから！



KitaiQ No.07 (2022年3月25日発行)

発行／ 北大阪急行電鉄株式会社

〒561-0872 大阪府豊中市寺内2丁目4番1号
☎06-6865-0645 (平日9:00～17:00)

取材・編集・デザイン／株式会社StarFACTORY
撮影・写真／猪股純一、志原雅明

★次号は6月24日（金）発行予定です。お楽しみに！

WEB 北急ウェブサイト

イベントなど最新情報は、北大阪急行
電鉄ホームページをご覧ください。

詳しくはコチラから ▶

<https://www.kita-kyu.co.jp>



KitaiQ読者 アンケート

アンケートに回答いただいた方
の中から抽選で3名様に、北急
オリジナルグッズをプレゼント！

回答期限

2022年
6/23
まで

アンケートは
こちらから！



<https://s.cnz.jp/sv/cu8m/gYcGUXNr>