



教室から徒歩4分

思わず足をとめる かわいい水族館

阪急梅田駅からベターホームの教室へと続く、阪急三番街1階の通路にある水族館です。通路が水族館になっているのは、全国でここだけ。ショーウィンドウのように並んだ水槽には、色とりどりの熱帯魚やさんご礁が展示されていて、せわしない大阪人も思わず足をとめると評判です。でも、教室には遅れずにいらしてくださいね。



大阪市北区芝田1-1-3 阪急三番街北館1階
☎06-6371-3303
10:00から23:00



水槽は奥行きがあり、けっこう大きな魚も泳いでいます。無料でこれだけ見られるのはうれしい。

SPOT
2

教室から徒歩5分

夏バテの体に三つの「ミ」 サンミ

たこ焼きやいか焼きの印象が強い大阪の食。とはかなり違う、梅田で人気のカフェです。玄米や野菜のバランスのとれた「実」のあるごはん。「身」体の健康を守る。「美」容、ダイエット効果のあるメニュー。ということで、三つの「ミ」が店名となっています。

大阪市北区鶴野町3-10
☎06-6375-3531
11:00から21:00(ラストオーダー20:30) 日曜休み



〔上〕「身」体の健康を守るため、床には炭が埋め込まれています。
〔右〕グリーンが似合うナチュラルな構えの、新御堂館に面した入り口。

SPOT
3



日替わり玄米定食は、日替わりのメイン、副菜2品に、100%玄米とみそ汁、たっぷりのサラダとヘルシーでおなかはいっぱい。ランチ970円、ディナー1323円(食前酔付き)。



大通りからひと階入るとすぐ目に入る赤い看板が目印。窓ごしに、実習中の様子も見えます。



JR大阪駅北側では、梅田北ヤード再開発の真っ只中。4棟の超高層ビル群は2013年春完成予定。教室周辺はまだまだ変わります。

ベターホーム 梅田教室

大阪市北区芝田2-8-1
ベターホームビル
☎06-6376-2601

阪神百貨店、阪急百貨店、大丸、伊勢丹とデパートが林立する梅田の一角にある梅田教室。どのデパートも食品売り場が充実しているので、教室通いとともに、デパートめぐりが楽しめます。2年前にリニューアルした教室は、白を基調とした明るい内装。気持ちよく実習できます。



教室から徒歩10分

梅田名物といえば、これっ！ 阪神梅田本店の「いか焼き」

大阪のソウルフードといわれ、昭和30年代から大阪の庶民の味として親しまれている、「いか焼き」。中でも、阪神梅田本店のいか焼きは、長蛇の列ができる名物で、1日約10000枚売り上げることもあるそう。ジュウッという音と、香ばしい匂いには抗いきれない力が…。



いか焼きは、いかの姿焼きではありません。だしのきいた小麦粉の生地にいかを混ぜ合わせ、特製の鉄板で薄く焼いたもの。特製ソースもポイントです。1枚147円。

大阪市北区梅田一丁目13番13号地下1階
☎06-6345-1201
10:00から21:00

ベターホームの
お料理教室

近所だより

5

梅田教室

ベターホームのお料理教室は、全国18か所にあります。どこも、駅から歩いて5分ほどの便利な場所。近くにある素敵なお店や話題のスポットを紹介します。

