

自悠時間

おとなの暮らし発見マガジン 自悠時間 vol.7

2011年3月18日発行

発行部数 15,000部

編集発行 有限会社ウエスト

滋賀県近江八幡市桜宮町2800 フジビル5F

www.j365.me

新連載スタート

目に入れても痛くない
可愛いお孫さんとの
思い出づくり

『まごとの時間』

表紙のお店

季節を演出する創作懐石

日本料理 しのはら

主婦のための

iPad教室開催

無料
TAKE FREE

アパレル界の社長が開発 身につけるサプリメント

NANOMIX

「ナノミックス」は肌に必要なマイナスイオンと遠赤外線量を同時にかつ恒久的にあたえることのできる画期的な新素材です。

スポーツなどのシーンだけでなく、普段から「ナノミックス」を着用することでカラダが知らない間に健康的になるのです。「ナノミックス」は血流量アップ、リラックス、抵抗力アップ、疲れの軽減、美肌、抗菌等の機能性を持つのが大きな特徴の医化学繊維です。



健康的な体づくりのため、うれしい筋力サポート、吸汗速乾、消臭効果などにも優れています。



NANOMIX開発ストーリー

「ナノミックス」の開発について

小さなお子さんから大人の方まで「アトピー性皮膚炎及びアレルギー性疾患」に苦しんでいる方が年々多くなっています。その症状の大半である免疫力の低下を直接肌に触れる繊維製品によって緩和、改善ができればと考えておりました。

その思いを実現させるために医学博士の渡辺隆司教授の協力のもと医化学繊維「ナノミックス」を研究開発致しました。免疫バランスの向上を図る機能解析ナノテクノロジーの技術も使いバランスよく繊維内部に配分(練込)し完成しました。



ワンポイント株式会社
代表取締役
竹村 嘉元

ゴルフウェアの下に着用してもすっきりシルエット



レディス・メンズサイズあり



日本アトピー協会推薦商品
承認番号 T 506500 A
このマークは、日本アトピー協会推薦商品であることを表すマークです。日本アトピー協会がアトピー性皮膚炎及びアレルギー性疾患患者の方の生活向上を目的として、消費者への正しい理解のための情報発信を行うとともに、消費者の利益に寄与することを目的としています。

おしゃれに肌にも優しい
ナノミックスのウェア
・半袖シャツ ¥3,780~
・長袖シャツ ¥4,095~
・ダイエットハーフトップ ¥10,290
共にカラー: ホワイト、ブラック
価格は全て税込み価格です。

健康生活補助 サプリメント繊維 NANOMIX (マイナスイオン粒子と炭素粒子配合繊維)

体脂肪燃焼効果	軽い運動や歩くだけで体脂肪を燃焼させます。	疲労回復効果	繊維から常時放出されるマイナスイオンで元気の出る身体へと誘導します。
消臭効果	繊維上の菌の繁殖を抑え「イヤな」臭いを防止します。	肌荒れ予防効果	酸性に傾いたお肌を元に戻し、大切なお肌を守ります。
免疫効果	免疫細胞群を活性化し、肌荒れや敏感肌の方にお勧めできます。	UVカット効果	肌の天敵、紫外線から大切なお肌を守ります。 紫外線遮蔽率 白98.2% 黒99.0%

NANOMIX

身につけるサプリメント「NANO MIX」の代理店を募集しています。

- 小資本で出来ます。 ●狭スペースでも可能です。
- 既存店舗に併設で売り上げup
理容美容院・介護病院・整体院・ブティック・スポーツクラブ等々

お問い合わせ/ワンポイント株式会社
TEL.06-6252-7100 FAX.06-6252-7101
Email: onepoint@nano-mix.co.jp

SHOP INFORMATION

NANO MIX 代理店
安土ゴルフクラブ
蒲生郡安土町大字上出992-33
TEL.0748-46-4100
営業時間/平日 9:00~22:00
土日祝 8:00~22:00

特集 まぶしとの時間



が想像していた写真スタジオとは全く違う雰囲気でした。最初は困惑しましたが、ドレス姿に変身した孫を見てそんな思いは吹っ飛びましたね(笑)「無邪気で可愛いほのかちゃんと戯れていると、おじいちゃんとしての優しい笑顔が自然とこぼれます。「幼い孫と過ごす時間を通じて、新たな人生の喜びや幸せを感じるようになりました。この子ももっと大きくなったら、こんなこと一緒にしたいなあ、と楽しみもどんどん膨らみます」孫の存在というものは自悠時間世代にとって元氣や活力の一番の源になるのかもしれない。



孫 と一緒に写真スタジオで記念写真を撮った時の出来事。「自分だけなら照れくさくて行かなかったでしょうが、可愛い孫に誘われると断れませんね」と山元さん(60歳)。実は今回、娘さんが還暦のお祝いプレゼントとして撮影を予約してくれたそうです。写真スタジオでプロのカメラマンに撮影してもらったのは結婚式以来。

まずお店に入って驚かされたのが、貸衣装のコーナーでした。最近ではレンタル衣装付きの撮影が当たり前になっており、こちらの写真館でも小さな子ども用のドレスや七五三用の着物など大人顔負けの本格的な衣装が100着以上並んでいました。還暦祝いの定番ともいえる「赤いちゃんちゃんこ」も写真館が用意してくれていました。「自分



孫のほのかちゃんはお撮影の前日がお誕生日。可愛いお姫様みたいにしてもらってとてもうれしそうでした。

今どきの還暦祝いって？

現在では、60歳はまだ若く現役で働いている方も多く年寄り扱いするなど怒られかねません。身内だけで、普段の誕生日より少し華やかにした程度のお祝いですませる人が多いようです。ちなみに、還暦という言葉の意味は「本卦還り」といって、生きた年の干支に戻ることからつけられたもので、「赤ちゃんに還る」という意味と「赤は魔よけの色」ということから、「赤いずきん、赤いちゃんちゃんこ、赤い座布団」等を贈り、生まれ変わった気持ちですますお元氣という願いを込めてお祝いをします。

このコーナーに登場していただける可愛いお孫さん&素敵なおじいちゃんをおあばちゃんを募集しています。

お孫さんとの心あたたまるエピソードから孫との関わり方に関する悩みや心配事などどんなことでも投稿お待ちしております。メールにて受付：件名に「自悠時間モデル希望」本文に名前、連絡のつきやすい電話番号とお孫さんとのエピソードを入力し下記アドレスまで送信してください。自悠時間編集部メールアドレス/info@j365.me



質にこだわる安心感 信頼が生む理想のマイホーム
2人の子どもたちが成長し、手狭になってきたので家を建てようとしてモデルハウスを回っていたKさんとご一家。特にアレルギーではありませんが、色々々な住宅メーカーを回っているうちに臭いに敏感になったとのこと。大手メーカーにはなかった内装のやさしい自然の木の香り、どこか懐かしさを感じる和の暮らしを提案したオーエムテクノの家が気に入りました。



木の香りと通り庭 こだわりの和モダン住宅

イメージをカタチに…が叶う家づくり

寒い日もほんのり暖かい 家族の団らんリビング
住んでみて予想以上に気に入ったのは、リビングにある蓄熱式暖房機でした。今年は寒い冬でしたが、深夜に貯めた熱で翌朝からはほんのり快適な暖かさでエアコンやストーブも不要。リビングは最高に気持ち良く、家族の憩いの場になりました。子どもたちが寝転がる無垢のフロアやオーダー建具など、木の持つ魅力を存分に味わい、調度品でも故郷・佐賀県でオーダーした手洗いの器やこだわりの照明をセレクトし、マイホームを演出。「細かい要求にも応えてもらい、イメージをカタチにしてくれた」とKさん。

家族が毎日過ごす癒しの家は、人生で最も大きな買い物。その大切な家は、施主と施工会社が厚い信頼関係で結ばれてこそ実現します。こだわりの県産材に高度な耐震性・耐久性など長期優良住宅の条件を兼ね備えた安心の住まいは、住む人の愛着でさらに満たされ、帰りがたくなる家として末永く家族を包み込んでいくことでしよう。

現代風町屋 癒のある家
はじめてなのに、どこか懐かしい。そんな優しさに満ちているのは町屋風情を意識したおうちならではの「こだわり」があるからです。そこで暮らしているのに、いつも新しい。そんな懐の深さを感じるのには坪庭や通り庭など、光と風を演出したおうちならではの「しつらい」があるからです。

株式会社 **オーエムテクノ** TEL 0748-38-5225
〒523-0001 滋賀県近江八幡市金剛寺町291 営業時間/9:00~18:00 定休日/水曜日、第1・3木曜日 http://www.omtechno.jp



正面外観・格子の内側は通り庭。中玄関までのスペースは、雨の日の身支度にも便利です。このちょっとした工夫が暮らしを便利に快適にしてくれます。



リビングの檜のフロア、珪藻土の壁もお気に入り。 オーダー建具



手洗いの器は故郷・佐賀県の伊万里焼。外壁は塗壁と格子で和モダンを演出。をオーダーし個性をプラス。

モデルハウス
滋賀県近江八幡市西本郷町59-11 TEL 0748-38-5060
営業時間/土・日・祝 10:00~17:30
平日のご来場の際は、TEL 0748-38-5225までお電話ください。

未来創造空間をトータルにつくる **株式会社 オーエムテクノ** TEL 0748-38-5225
〒523-0001 滋賀県近江八幡市金剛寺町291 営業時間/9:00~18:00 定休日/水曜日、第1・3木曜日 http://www.omtechno.jp

ご好評いただいています!
仲良し撮影プラン
お孫様と一緒に記念撮影は、いかがですか?
「還暦祝い」「お誕生日のお祝い」「記念日」
撮影代 **六つ切写真 3,900円** (税込4,095円)
・衣裳
・ヘアメイク付 (税込4,095円)

さらにプレゼント ●A4サイズカレンダー●プロマイド●インデックスカード

自悠時間ご持参で、この価格とプレゼント付となります。広告有効期限2011年5月末日

読者特典 「自悠時間」のご提示で
オトクに記念撮影しませんか?
電話にて、撮影日をご予約いただき、当日スタジオにお越しの際に「自悠時間」をご持参、ご提示いただくと表示価格にてご利用いただけます。

草津駅西口をでてまっすぐ徒歩10分
フォトスタジオ ピカソ
滋賀県草津市野村2丁目11-25
http://www.photo-picasso.jp/
TEL.077-566-6433

主婦のための 快適生活応援電化のイ・ロ・ハ

主婦には手強い電化製品を小粋でおしゃれなアラ還主婦が、ザクザクといとも簡単に切ってみせます！

我が家に iPad がやってきました！

我が家には家電新製品が発表されると自分の物にしたい欲求あふれる輩が同居中。少年のようなキラキラした瞳でそれがどんなにすごいかを滔々と…。

で、我が家に突然iPadがやってきました。なかなかのヤツらしく、同居人は感嘆の声をあげながら遊んでらっしゃいます。しかも私を呼びとめて「これ凄いや!!」と説明くださいます。

様々な機能が満載されていて、時間があつたらコレ相手に1日中も遊べるかも…と思える、いわゆる茶飲み友達のような代物です。

iPhoneは字が小さくてほとんど見えずに困りましたが、その点iPadは大きく伸ばすことが出来るので、年齢高くなっても支障はなさそうです。…世の中、字が小さいのは困り物です。iPadは文字も写真も親指と人差し指を広げると大きく鮮明になってよくわかります。読書好きな私が字の小ささに困っていますが、これならガンガン読む事が出来るかも…。



PCと同様の機能を持っているので、容易に情報が手に入るし、情報発信も簡単だし、なかなか面白い友達です。



豊ママって、どんな人？

その名も豊ママのダンナ様は、元エフエム滋賀のパーソナリティーの「豊パパ」。だからそのままブログネームが「豊ママ」に！綺麗なもの、美味しいものが大好きな豊ママが主婦目線、女性目線で素直に日常のあれこれを語る、その文体は軽やかでテンポよく、清涼剤として一日を元気付けてくれます。子どもさん二人は独立し、現在は豊パパとねこちゃんとの2人+1匹暮らし。

ブログ「そのまま豊ママ」 <http://toyomama.chekipon.com/>

シルバー世代向け iPad教室「らくらくブログ倶楽部」開催中！

iPadは好きな姿勢で使えるので、リビングや寝室で使う方が多いです。バッテリーも長持ちするので、お出かけのお供にされる方もいらっしゃいますよ。これがあれば旅先でも情報収集できますよね。弊社では60歳以上の方向けのiPad教室「らくらくブログ倶楽部」を開催中です。



次回の「らくらく無料体験会」日時/4月5日(火)14:00~16:00開催予定
場所/料亭あみ定(大津市唐橋町23-1)
お申込みは、TELまたは公式サイトから。
TEL/077-543-5465
合資会社ドットラボ(龍谷大学REC棟314号室)
公式サイト <http://www.rakublo.net/>

講師：松崎和弘
地域ブログポータルサイト「滋賀咲くブログ」運営事業のほか、Webコンサルティング、広告・販売促進企画・制作会社「合資会社ドットラボ」代表。

そのまま豊ママ Ala carte アラカルト



春の大津グリル

大津グリルは4月12日に満1歳のお誕生日を迎えました。京阪浜大津駅降りて3分、浜大津活性化の拠点となる旧大津公会堂地下1階。地下とは思えない店内には穏やかな春の日差しが差し込み、「ゆるりと流れる大津時間」を過ごしていただきたいと今年も願っております。ランチタイムもディナータイムも大津グリルでは是非お楽しみください。スタッフ一同心をこめておもてなし致します。

大津グリル TEL.077-527-0011
大津市浜大津1-4-1 旧大津公会堂地下1階
営業/ランチタイム 11:30~14:00
ディナータイム 17:30~21:00(LO) 日~水
17:30~22:00(LO) 金・土
定休日/毎週木曜日と第3水曜日

新鮮市場 探訪

注目の地産野菜



「草津あおばな」とは…

施設名称でもある「あおばな」は草津市内で江戸時代から栽培されているツクサの一種で着物などの下絵染料として利用されてきましたがここ最近になって、血糖値を抑制する効果があると発見され、糖尿病予防食材としての注目されています。



ペットボトルのお茶をはじめ、パンやクッキー、ワインや焼酎まで「あおばな」を使った様々な商品が並んでいます。

vol.1 草津あおばな館 草津市下笠町



土日になると約1000人もの買い物客が訪れる人気の理由はスーパーにない野菜との出会い。「愛彩菜(わさび菜)」もそのひとつ。草津の北山田で栽培されておりサラダでも鍋に入れても美味しいと、評判です。



バーコードには、すべて生産者の名前が記載。「○○さんのレンコンが美味しかった!」と問合せ買い求めに来るお客さんも多いとか。そういう声が生産者の一番の喜びになるようです。



直売所では珍しい木工品の販売コーナー。"まな板"など販売されました。

「安心・安全」直売所の魅力



新鮮市場探訪 vol.1

野菜・米・花の販売コーナーだけでなく味噌や漬物、惣菜など手作り加工品を製造する農産物加工室や研修室や体験交流室も併設されています。



草津あおばな館
〒525-0029 滋賀県草津市下笠町3203
営業時間/9:00~18:00 定休日/月曜日
TEL.077-568-5000

こちらの直売コーナーに並ぶ野菜や果実は、毎朝七時頃からプロアマ問わず百名以上の生産者達が自分の畑で採れた自慢の野菜を持ち込みそれぞれで袋詰めやバーコードシールを貼って、即お店に並べられます。開店と同時に新鮮な野菜も買い求めに来るお客さんも多くすぐに売り切れしてしまうのではと尋ねると、最近直売所でも商品管理がシステマ化されていて、生産者は自分の商品がどれだけ売れたのかいつでも携帯サイトで確認できるそうです。つまり早く売切れたらまた収穫してお店に届けてもらうことができるので、昼以降に来店するお客さんにも十分な品ぞろえで満足してもらえるところとです。そしてもうひとつ驚いたのが生産者が持ち込む野菜や果物について使用した農薬の種類や散布料などを直売所が細かくチェックしているということ。消費者のために、食への安心・安全を第一に徹底して管理されています。

眠っている映像はありませんか？

滋賀の古い映像(特に昭和の文化や生活)を探しています。ご自宅にそのような映像があればご連絡下さい。無料でデジタル映像化し、お返しします。(映像のデジタル化可否は当協議会で判断させていただきます。)

お祭りやイベントの撮影承ります！

地域やサークルのお祭りやイベントなどを出張撮影します。映像編集したものをDVDにてお渡しします。(有料、要見積)



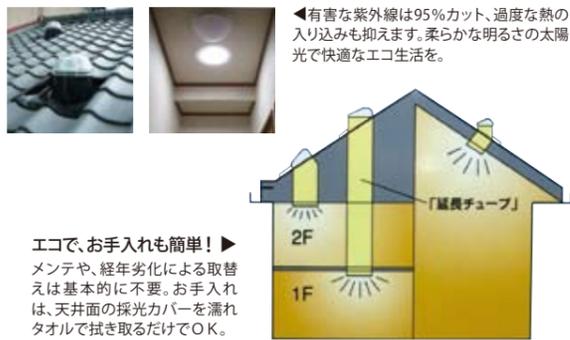
びわ湖e-まち映像協議会
会員特別特典あり!
SoftBank
スマートフォン 携帯 タブレット端末
パートナー:北陸デジタルホン株式会社

会員募集中! **びわ湖e-まち映像協議会** 詳しくは、お問い合わせください。
TEL/FAX.077-543-7810
事務局/〒520-2194 滋賀県大津市瀬田大江町横谷1-5 龍谷大学REC310号室 <http://www.biwako-e.jp/> びわ湖 映像 検索

リピートご紹介率 90% ジェイジェイエフグループ 0120-32-9950
春のリフォーム相談会 3/26±27日 10:00~18:00
住宅エコポイント相談会 皆様のお家に合った、エコリフォームをご提案いたします。
太陽光発電相談会 今話題の太陽光発電についてのご相談をお受けします。
★ラジオ出演中! 皆さん聞いてください!★
e-radio 第1・第3金曜日/12:45頃~ e-ずまいる ジェイジェイエフ
J.J.F.の携帯サイトです。QRコードを読み取り、メール会員になって下さいね。役立つ情報・お得な情報を配信します!
株式会社ジェイジェイエフ 彦根 滋賀県彦根市戸賀町73-1 TEL 0749-21-5676
株式会社ジェイジェイエフ 滋賀県近江八幡市鷹飼町北3丁目8-7 TEL 0748-33-9950
株式会社ジェイジェイエフくさつ 滋賀県草津市草津町1660-3 TEL 077-566-7050
ジェイジェイエフ 検索 <http://www.jjf.co.jp/>



これがスカイライトチューブ



予約制 SLT体感説明会
毎月第2、第4の土・日曜日開催
 ●ご予約・お問い合わせは
KINSIN東川店
 システムインテリア部
TEL:0748-37-3661
 (担当:塚田)



▲「昨年の9月よりスカイライトチューブのショールームを店舗に併設しています。実物をご覧になった方は、皆さん予想以上の明るさに驚かれます」と担当の塚田さん。ご興味をお持ちの方は一度ご来店ください。

インテリアを知りつくしたKINSINだからできるリフォームがあります。

オーダー家具工場のあるKINSINならではの自由プランによるリフォームをはじめ、インテリアのプロとしてあらゆるご提案をいたします。もちろん、インテリアに関するご提案・お見積りも無料でさせていただきます。ぜひ、お気軽にご相談ください。

今ならエコリフォームのチャンス!!

今ある窓に内窓をプラスすると
防音 断熱 結露軽減
 などの効果が得られます!

住宅エコポイント対象
 リフォームなら
 エコポイントが得られます!
 <例> 小窓 7,000pt
 掃出窓 18,000pt



詳しくは下記までお問合せください。

KINSIN
 もっと身近に、もっと新しく。
 【営業時間】10:00~19:00
 【定休日】水曜日(祝日営業)
 ※近江大橋店は定休日無し

リフォームのご相談は、下記店舗のシステムギャラリーまで。
近江大橋店 草津市新浜町55-1 TEL.077-567-6302
八幡東川店 近江八幡市東川町214-1 TEL.0748-37-3661



**KINSINの
 リフォーム提案
 SLTで
 エコな暮らし**

**スカイライトチューブをご存知でしょうか?
 暗いお部屋に自然の採光を
 柔らかな太陽光で快適エコ生活**

「日差しが入りにくく、昼間でも電気をつけなければ新聞や本も読みにくい。電気代ももったいない…」
 KINSINがご紹介する「スカイライトチューブ」(以下SLT)は、そんな悩みを画期的な方法で解決します。

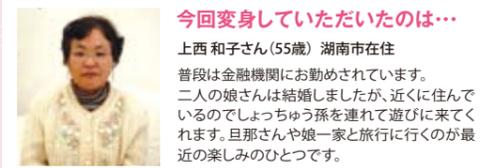
SLTは、屋根に取り付けた採光ドームから太陽の光を効率よく取り込み、特殊なチューブを通して室内に届けます。1日中暗いお部屋も見違えるほど明るくなり、電気が入りやすくなり、昼間でも電気をつけなければ新聞や本も読みにくい。電気代ももったいない…」

屋根や天井に穴を開けることに不安を感じる方が多いようですが、SLTは遮熱・断熱にも優れているので室内の暖気を外に逃すこともありません。また、取り付けた木造からコンクリートまで基本的にどんな構造体でも設置可能で、勾配のある天井でもOK、作業時間は5〜6時間程度で完了します。費用は、2階の屋根に

取り付け、1階までチューブを通した場合で25〜35万円(本体キット+トナールベースキット+チューブ+工事費)ほどで、3階以上の屋根や急勾配など状況に応じて、お見積りいたします。

KINSINでは家具やインテリアにどこまでも、リフォームを含めた快適な住まいを総合的に提案しており、SLTは、昨秋に取り扱いを開始した注目の商品。「人間の体に自然のエネルギーを、はじめてみませんか。」

取り付け、1階までチューブを通した場合で25〜35万円(本体キット+トナールベースキット+チューブ+工事費)ほどで、3階以上の屋根や急勾配など状況に応じて、お見積りいたします。



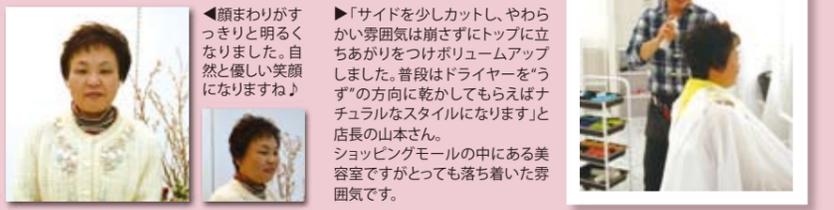
今回変身していただいたのは…
 上西 和子さん(55歳) 湖南省在住
 普段は金融機関にお勤めされています。二人の娘さんは結婚しましたが、近くに住んでいるのでしょっちゅう孫を連れて遊びに来られます。旦那さんと娘一家と旅行に行くのが最近の楽しみのひとつです。

Happy イメチェン Gift
 ギフト
 娘から母へ送るプレゼント。いつまでも若々しくあってほしいから…
 in フォレオ大津一里山

**流行の春色ブラウスで
 すっきりと若々しくコーディネート**



**学生から主婦まで人気の美容室で
 ナチュラルマダムのイメージに変身!**



今回のイメチェンコーディネートをご提案くださったのは…

美と癒しを提案するヘアサロン
 白と黒を基調にしたシンプルモダンな雰囲気の店内。丁寧なカウンセリングで理想のヘアスタイルを実現。照明を落とした専用のシャンプーコーナーでは、優雅な癒しの時間を提供してくれます。

hair's clair
 滋賀県大津市一里山7丁目1-1 フォレオ1F
 TEL.077-544-2777
 営業時間10:00-21:00 / 年中無休
 ※予約優先 ※カット受付は20:00までとなります。

お孫さんのコーディネートもお任せ
 レディースから子ども服までベーシック&カジュアルな着こなしを提案。気軽に手頃な普段着アイテムやちょっと華やかなお出かけスタイルもおまかせあれ。

HusHusH
 滋賀県大津市一里山7丁目1-1 フォレオ1F
 077-547-5102
 営業時間10:00-21:00 / 年中無休

夢と笑顔が溢れる ファミリー型ショッピングモール

今日は次女さんのお孫さんとフォレオを訪れました。「初めて来ましたが、広々と解放感があるって見やすいですね。2Fに無料で子どもを遊ばせるところがあって孫も喜んでいました。また来たいです」と上西さん。

▲2F.こどもとばへく自由に絵本を読んだり遊んだりできる休憩スペース

▲京都・宇治で行列のできるお店「らんちゅう。」は滋賀初出店。他にも人気の飲食店が充実。

▲新鮮食品スーパーも出店。新鮮で安心・安全・お値打ちな商品が揃います。

フォレオ大津一里山
FOLEO
 〒520-2153 滋賀県大津市一里山7丁目1-1 TEL.077-547-0777
 営業時間10:00-21:00 / 年中無休 ※無料駐車場 約1500台有

次回活動は…
「草津の春を楽しめ」
 日時 3月25日午前10時
 場所 まちづくりセンター
お問い合わせ・お申込み
 草津市コミュニティ事業団
 077-565-0477



くさつ 自悠時間倶楽部とは…
 草津まちづくりセンターが拠点となり、草津の良さやまだ知らない魅力を見つけて楽しもうという「大人のため」のクラブ活動が始まってちょうど二年が経ちます。季節ならではの草津の楽しみ方、祭行事など旬の草津を体験したり、詳しい人からお話を聞いたり…
 この町で自分のために素敵な時間を過ごしたい方にぴったりのクラブ活動です。
 「ちょっとやってみたいけど二人で行くのも自信がないなあ」「ずっと気になっていたあのことを知りたい(学びたい)」など、みんなであれこれ考えながら企画するのも楽しみのひとつです。

草津 × 自悠時間

くさつ自悠時間倶楽部

したいことをするから楽しい!



草津の暮らしをいつでも一緒に楽しめる仲間を募集しています

詳細はホームページで確認ください。

932情報

検索

<http://www.joho932.net/>

草津には、自悠時間世代が中心となって盛り上げる元気な活動団体がたくさんあります。活動することで自分自身も町も元気に明るくする!そんな活動団体をピックアップして紹介します。

草津でホテルと環境を守ろう

ホテルの生息状況、生態についての研究・調査を行ったり市民に向けて観察会などを企画開催。また草津市内の河川環境の調査を行い、ホテルの棲みやすい河川の環境づくりなどの推進活動を行っています。



お問い合わせ
草津でホテルを楽しむ会 代表者:鈴木道弘
 〒525-0021草津市川原1丁目4-3 TEL.077-564-0918 FAX.077-564-0918
 E sk120511@mx.scn.tv
 HP <http://www.cable-net.ne.jp/user/sk120511/>

地域で支え合う子育て支援

毎週火曜日と木曜日に乳幼児の親子を対象にした子育て支援サポート広場「ふあふあ」を開催。子育ての経験者からのアドバイスだけでなく町全体で取り組むべき子育ての環境などについても考えて活動しています。



お問い合わせ
NALCびわこ湖南「ふあふあ」 代表者:中田匡美
 〒525-0050草津市南草津1-2-406 TEL & FAX. 077-563-3894
 E vzg04511@nifty.com
 HP <http://www.homepage2.nifty.com/nalc-biwako-konan>

今月の人



深尾 和寿さん(40歳)
 フカオ産業株式会社・株式会社FLOWCON 代表取締役

私の仕事は水の浄化に貢献すること。そうしないと私の潜る場所がなくなるんです。



会社、または商店など、TOPで活躍する人のオフタイムはどんな顔を持っているのでしょうか。オフタイムから垣間見るTOPの顔をご紹介します。

牧田さん(以下、牧田) スキューバダイビングをするようになったきっかけは? **深尾さん(以下、深尾)** 大学の卒業旅行で沖縄に行った時にライセンスであるCカードを習得したのがきっかけですね。現在は人を連れて潜れるダイブマスターというライセンスを持っています。水中写真は水中の景色に魅了されて撮りだしたんです。それまでは写真には全く興味なかったです。今でも陸上ではカメラをさわりません。

牧田 琵琶湖も潜られますか?
深尾 ほぼ100%海です。琵琶湖は潜ったことはありませんが、残念な風景ですね。
牧田 お一人で潜れるんですか?
深尾 海に行くときは家族で行きます。妻も潜れるんですが、子育て中心になるので、潜るときは私一人なんです。子どもが生まれてからは仕事が休めるお正月、ゴールデンウィーク、お盆の年3回だけです。
牧田 以外と謙虚なんですね。
深尾 子育て中ですからね。下は双子なので大変な状況を側で見ていますから。一人で潜りに行くのはお正月だけで、紀伊半島の最南端の串本に行きます。細くながい、この趣味を続けさせるには、ここは保たないとね(笑)。
牧田 深尾さんはしっかりした経営理念をお持ちのようですが。
深尾 水道配管材料を売る商売なので、人々の水に対する知識と

興味に没頭している時間ということになりますね。子どもが大きくなれば一緒に潜ることも可能になっていくでしょうか。いずれは子育てと趣味のスキューバダイビングが重なる時がくるでしょうね。そういう時期が来るのを楽しみにしています。
牧田 趣味と家庭とお仕事の両立が永遠の課題ということですが、子どもさんが成長すれば家族でスキューバダイビングも夢ではないですね。ありがとうございます。

意識の向上に貢献し、琵琶湖の水の浄化に貢献することを掲げています。つまり、そうしないと私の潜る場所がなくなるんです。なぜか仕事と趣味がつながっていたということ(笑)。私が綺麗だと感じる水中の景色を見続けていきたい。そのために水の浄化に貢献していきたいんです。
牧田 なるほど。では最後に深尾さんのオフタイムは?
深尾 趣味に没頭している時間ということになりますね。子どもが大きくなれば一緒に潜ることも可能になっていくでしょうか。いずれは子育てと趣味のスキューバダイビングが重なる時がくるでしょうね。そういう時期が来るのを楽しみにしています。



深尾さん撮影の水中写真(掲載すべ)

OFFTIME ナビゲーター

BBCアナウンサー
牧田 もりかつ

1968年11月17日神戸市生まれ。神戸学院大学経済学部卒業。1991年びわ湖放送入社。滋賀県民歴19年。(現在のレギュラー番組)「滋賀経済ナウ」(毎週土曜夜10時〜)その他スポーツ実況中継、選挙開票速報など

今回の取材を経て
 海水の綺麗さよりも「フィッシュウォッチング」を楽しんでいるという深尾さん。いつもいる魚の成長過程を見るのが醍醐味だそう。「琵琶湖は20センチ、伊勢では10メートル。沖縄の海は50センチ、伊勢では10メートル。沖縄の海は20メートルは見えます。下は珊瑚で太陽光線が反射して明るいですよ」と深尾さんは目を輝かせて話してくれました。



今月の人プロフィール

深尾 和寿さん
 1970年生まれ。大学を卒業後、大阪のホームセンターに就職し、家業である水道配管材料卸業であるフカオ産業株式会社(創業大正11年)を30歳という若さで継ぐ。趣味のスキューバダイビングで撮った水中写真を掲載しているホームページ「Tiny Bubbles」を自ら制作。昨年4月に水道配管材料販売会社「FLOWCON」を設立、8月にはネット販売のホームページ「水道快適でこ屋」をUP。趣味も仕事も楽しくをモットーに、画面からでもお客さまに伝わるものをと日々模索している。1男2女(双子)の父、趣味は水中写真の他、ジョギング(10km程度を週3回)、B級グルメ&お酒。趣味と家庭とお仕事の両立が永遠の課題。

▲深尾さん愛用の水中撮影機材
 左)アンティス ネクスス デジタルマスター Nikon D80 マクロ撮影用
 右)アンティス ネクスス 9S Nikon F90 広角撮影用

【滋賀県中小企業家同友会会員】

WARNER MYCAL CINEMAS お得なシニア割引で素敵な映画をお楽しみください!

夫婦50割引 夫婦で2,000円
*夫婦50割引は、どちらかが50歳以上のご夫婦で同じ作品をご覧の場合は夫婦1つで2,000円(年齢のわかるものを提示ください)

シニア割引(60才以上) 1,000円
*シニアの方は、年齢のわかるものを提示ください

ポイントカード 5回観ると、1回無料
*ポイントカード発行手数料100円、有効期限6ヵ月、カードのご利用は、ご本人に限定させていただきます。

ワイルドウォッシュヤー
 最新の空気清浄システムを設置。人ごみの映画館を快適にさせた花房やイフールエンジの季節も安心!妊婦さんや子どもにもとっても優しい環境です。

イオンモール草津3F 9スクリーン1556席の映画館 草津市新浜町300番地イオンモール草津
ワーナー・マイカル・シネマズ 草津 お問い合わせ (テープ案内) TEL.077-561-4545

オススメ映画情報

[3月26日(土)公開]
ザ・ファイター

アカデミー賞W受賞!!
 助演男優賞(クリスチャン・ベール)
 助演女優賞(メリッサ・レオ)受賞

マサチューセッツ州の労働者の街、ローウェル。そこには、性格もファイティングスタイルも全く違う、プロボクサーの兄弟がいる。兄のディッキー・エクルンド(クリスチャン・ベール)は、街のヒーローだ。現在は弟のトレーナーに専念しているが、かつては実力派のプロボクサーとして活躍しており、伝説のボクサー「シュガーレイ」対戦してタウンを奪ったことが熱い。外向きにはユーモアとカリスマ性に溢れた魅力的な男だが、実は傲慢で欲望に弱く怠惰な性格で、数年前に手を出した麻薬に今ではすっかり溺れていた。

監督:デヴィッド・O・ラッセル
 CAST(キャスト)
 マーク・ウォールバーグ
 クリスチャン・ベール

読者プレゼント
PRESENT

プレゼント応募方法
自悠時間ホームページにプレゼントご応募
バナーがございます。
<http://www.j365.me/>
入力フォームに必要事項をご記入の上、ご
応募ください。当選者の発表は発送をもっ
て代えさせていただきます。

※ご応募いただいた内容は、プレゼントの発送および今
後の誌面づくりに活用し、それ以外の目的で皆様の個人
情報を公表・利用することはありません。

応募締切 / 2011年4月17日(日)まで

1 日本料理しのはら
お昼の会席料理
1組2名様

一人ひとりのお
客様にきめ細か
なサービスを、
と完全予約制。
心ゆくまで美酒
美食をご堪能く
ださい。

日本料理しのはら
湖南市岩根字四反田2233-1
TEL:0748-72-9323 <http://www.shinohara.in>
定休日:水曜日 *完全予約制

2 草津湯元 水春
入浴招待券
ペア5組10名様

OPEN1周年を迎
えた水春は、広々
とした館内で温泉
と岩盤浴はもちろん、
食事処や癒し
の施設も充実!一
日中楽しめます。

草津湯元 水春
草津市新浜町300イオンモール草津スポーツ&レジャー棟
TEL:077-516-1126 <http://suisyun.jp/kusatsu/>
営業時間:9:00~25:00(24:00最終受付)年中無休

3 Ra.Baum建築工房
キッチン雑貨&コサージュを
セットで1名様

琵琶湖沿いの店
舗では、建築工房
と併設したハンド
メイド雑貨店が人
気。見ているだけ
でも楽しいお店で
す!

Ra.Baum建築工房
大津市堂野浦24-50ティアラ大津1F
TEL:077-543-0305 <http://ra-baum.jp/>
定休日:木曜日

4 身体リフレッシュ繊維
ナノミックス半袖シャツ 男女各1名様

ナノミックスは、冬は
暖かく夏は涼しく快
適。アトピーや敏感肌
にもやさしいシャツ
(¥3,780)は運動に
も最適!S~Mの希望
サイズを明記して。

ワンポイント株式会社
大阪市中央区南本町2-5-9 ユーミンビル6階
TEL:06-6252-7100
<http://www.nano-mix.co.jp>

5 堀久餃子本舗
大人気の「赤の餃子2箱」3名様

モチモチ&焼面パ
リパリの皮の中は厳選
素材の旨みたっぷり!!
OPEN以来、毎
週完売の絶品餃子
を是非ご賞味あれ。

堀久餃子本舗
堀久餃子本舗(本店) / 水曜日のみ営業
守山市播磨田町1281-3 TEL:077-583-6638
膳所駅前店 / 日・祝休み
大津市馬場2-6-18第9森田ビル1F TEL:077-525-5548
<http://www.hori-q.com>

6 ワーナー・マイカル・シネマズ草津
無料鑑賞券ペア2組4名様

全スクリーンに
空気清浄システ
ムを導入、花粉
の気になるこの
季節も安心して
映画をお楽しみ
いただけます。

ワーナー・マイカル・シネマズ草津
草津市新浜町300イオンモール3F
TEL:077-561-4545
<http://www.warnermycal.com/cinema/kusatsu>

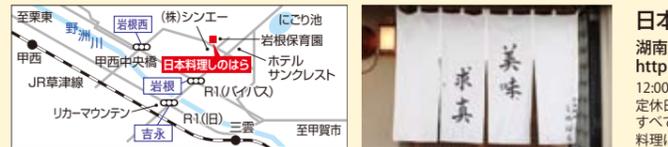
7 食パン専門店バロン
好きな食パン3名様

南草津のベーカ
リーバロンが食
パン専門店とし
てリニューアル!
20種類以上ある
食パンの中から
一斤プレゼント!

ベーカリーバロン
草津市追分町1245
TEL:077-569-5083
<http://www.bakery-barong.com/>

今月の表紙のお店
cover of this month

日本料理しのはら
全室個室の隠れ家で味わう 日本料理の垣根を超える創作懐石



湖南三山善水寺の麓、ロコミだけで
予約が埋まる「日本料理しのはら」。京
都祇園の山玄茶、滋賀、大阪の老舗料
理店で厳しい修行を積んだ、篠原武将
さんによる創作懐石が味わえます。
「お客様の五感で印象に残る料理を
作りたい」と、旬の素材を最大限に活か
す味を含ませ、どの料理も美しい芸術
的な一品。フォアグラやトリュフなど、日本
料理の垣根を超える素材を取り入れ、
斬新でありながらも、和の原点を確か
に感じる事ができます。季節感あふ
れる器は、京都の骨董物や新作を店主
自らが集めたもので、料理の味を二層引
き立てています。
また、個室カウンターでは、目の前の鉄
板で近江牛を中心に黒毛和牛や魚介



日本料理しのはら TEL:0748-72-9323
湖南市岩根字四反田2233-1
<http://www.shinohara.in>
12:00~15:00(入店13:15まで) 18:00~22:00(入店20:00まで)
定休日:水曜日、12/31、1/1 駐車場:7台
すべて個室(5部屋) *完全予約制
料理は昼3000円~、夜4500円~(ともにコース料理のみ。)

■お問い合わせ 有限会社ウエスト「自悠時間」編集室
近江八幡市桜宮町289 フジビル5F (〒523-0893) TEL0748(31)2333 (平日9:00~18:00)

■投稿・ご意見 本誌記事に関するご意見は、郵送、FAX、電子メールにてお願いします。
郵送:上記「自悠時間」編集室宛 FAX0748(31)2334 info@j365.me

■広告 広告掲載についてのお問い合わせは「自悠時間」編集室 ☎0748(31)2333で承っております。

じゆうじかん しが 検索 WEBにプレゼント情報があります。

編集後記
創刊から1周年目を迎えて編集&デザインチームも新メンバーでリ
ニューアルしました。「大人のためのグルメ情報がほしい」「主婦が
読んで楽しい記事がほしい」自悠時間をより滋賀のおとな世代に
普及させるために、みんな闘志を燃やしています。今後の自悠時
間の発展にご期待ください!

編集長 西山美和子

Medical Check vol.1

メディカルチェック 白内障手術専門ドクターが「白内障(6回)」についてのお話をいたします。

第1回 | 白内障とは?

「白内障」とは目の中でレンズの役割を果
たしている「水晶体」が、本来は透明なの
に、老化現象やその他の理由で、白く濁っ
てしまった状態を言います。目の中のレン
ズ自体が濁ってしまいますので、当然、目
の外からかけ、眼鏡の度数を変えたとし
ても、それほど良好な視力を得ることは出
来ないということになります。

昔は白内障のことを「白そこひ」と言っ
ておりました(因みに緑内障は「青そこひ」
)。白内障が極度に進行すると、パッと見
ただけでも瞳が白くなっているのがわか
るようになります。「目の中(内)が障害
されて白くなっている」という意味のよう
です。私がまだ医者になりたての頃は、明
治生まれの患者さんもおられ、「白そこひ
になってしまった」と言って来院されまし
た。

因みに、白内障の事を英語では「cataract」
と書きます。英和辞典で引いてみますと、
①大滝②大雨③白内障と書いてあります。
大昔のアラビア人が「白内障」のことを、「
脳から濁った水が滝のように落ちて来て目

50歳代では50%、60歳代では70%以上の発症率で、加
齢になるとほとんどの人が患うと言われる、見近な目の
病気「白内障」。大津市の森井眼科医院では、白内障で
悩む患者さんが遠方からも訪れ、年間650件あまりの手
術をごこなしています。このコーナーでは、白内障専門ドク
ターによる白内障コラムをシリーズでお届けします。

白内障について
お話しして
いただくのは…
森井眼科院長
白内障専門ドクター
森井 勇介先生

白内障手術専門ドクターが「白内障(6回)」についてのお話をいたします。

まっただけで濁ってしまっていることが語源だそうで
す。大昔から、馴染みの疾患のようですね。
患者さんとお話をしていると、「はくない(略
して言われる方が多いですね)は治るけ
ど、りよくない(緑内障のことは治らない)など
とよく言われます。「白内障は治る」というイ
メージは、どうやら浸透しているようですね。
身近な疾患である白内障について、今後
も色々述べて行きたいと思えます。宜しくお
願い致します。

焦点の正常な場合と異常な場合

普通の光の進み方 白内障の光の進み方

正常な見え方とぼやけた見え方

普通の見え方(遠方) 白内障の見え方(遠方)

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM4:00~7:00	○	○	○	○	○	○

日曜・祝日はお休みです。

医療法人社団 新緑会
森井眼科医院
TEL.077-522-2153
〒520-0043 滋賀県大津市中央1丁目6-23
FAX077-521-4480 info@morii-ganka.jp
森井眼科医院 検索 <http://morii-ganka.jp>

おとな暮らし発見マガジン
自悠時間
設置協力店 募集中
企業さまを

メール、またはFAXで下記事項をお書き添
えのうえお申し込みください。
件名:「自悠時間設置希望」としてください。
本文:設置場所の住所、電話番号、必要部
数、ご担当者名を明記してください。
【メール】info@j365.me
【FAX】0748-31-2334
自悠時間編集室 / (有)ウエスト
自悠時間 検索 <http://www.j365.me/>

ピースママ 滋賀
Peace mom

滋賀の子育て応援マガジン
「ピースママ」
子育て中のママ、仕事をしながら子育てする
ママ、趣味や暮らしを楽しみたいママたちへ向
けた情報満載のお役立ち情報誌です。ピース
ママは子育て世代を応援しています。
ピースママ 検索 <http://www.peace-mom.net/>

Jiyujikan
マイ・ジユウジカン
あなたの時間を有意義に過ごす
ための情報を提供いたします。

おすすめ本 Book
プレイクタイムに
びーたり…
「くじけないで」著者:柴田トヨ
飛鳥新社 / 定価:1,000円(税込)
『あなたのこと心配している人がいる。あなた
が気付かないだけ』『やさしさを貰ったら心に
貯金しておくの』など、99歳の初めて出版
された詩集、年配の人から若い人まで心を
打つ言葉がいっぱいです。

<大垣書店フォレオ大津一里山店>
TEL:077-547-1020 <http://www.books-ogaki.co.jp>

3月26日(土)公開!
唐山大地震
— 思い続けた32年 —
一瞬にして全てを奪った大地震が教えてくれた、ある大切なものとは一。
1976年7月28日、中国・唐山市を未曾有の大地震が
襲った。倒壊する建物の中で夫を失った母は、残さ
れた二人の子供の行方を捜す。翌朝、瓦礫の下で
姉弟が奇跡的に息をしていることが伝えられるが、
同時にどちらか一人しか助けられないというあまり
に残酷な状況が告げられる。
監督:フォン・ジャオガン エンディング曲:フェイ・ウオン
原作:「唐山大地震」チャン・リン(角川文庫刊)
出演:シェイ・アファン、チャン・チンチュエ、リー・チャン、チェン・ダオミン
提供・配給:松竹
(C)2010 Tangshan Broadcast and Television Media Co., Ltd. Huayi Brothers Media Corporation Media Asia Films (BVI) Limited All Rights Reserved.

<ワーナー・マイカル・シネマズ 草津>
TEL:077-561-4545 ワーナー草津 検索

両誌とも県内の図書館や大型商業施設等で無料配布中!!
設置場所はWebでチェック!!