

Point 07 設置先・配布先一覧

滋賀県立図書館・各市立図書館をはじめとする  
芸術文化施設、公共施設、スポーツクラブ施設、観光施設、  
温泉施設、金融機関窓口などに設置しています。

40代～  
60代の  
ターゲットに  
配布

米原

米原市立 山東図書館 / 米原市立 近江図書館  
滋賀県立文化産業交流会館 / 米原観光協会  
米原市民交流プラザ・ルッチプラザ  
エクシブ琵琶湖 / 大原保育園  
近江地域福祉センター やすらぎハウス  
リサイクルショップ ほおずき  
Curves 米原顔戸店 / 近江母の郷文化センター

彦根

彦根市立図書館 / 京都銀行 彦根支店  
琵琶湖コンファレンスセンター  
Curves ビバシティ彦根店  
彦根イトマンスイミングスクール  
エルスポーツ彦根 / コバン健康倶楽部彦根  
スポーツクラブ アウトス彦根店  
彦根スイミングクラブ / PHI ビラティススタジオ  
Calm 彦根 / Attain-Yoga Studio 彦根  
極楽湯 彦根店 / まちなかプラザ  
スポーツオーソリティ イオンタウン彦根店  
彦根ビューホテル / 彦根キャッスル リゾート&スパ  
Curves アルプラザ彦根  
あす ばらだす しんがい  
公益社団法人 彦根観光協会  
総合住宅展示場 ハウスセレクション彦根  
Dog Self Spa@TDH

長浜

近江牛 毛利志満 長浜店 / ウッディバル 余呉  
長浜市立図書館 / 長浜スイミングスクール  
スポーツフォーラム C-MAX長浜  
A-Yoga & PHI Pilates Studio Calm長浜  
Curves 長浜木之本店・長浜分木店・長浜八幡東店  
健康パークあざい バーデあざい / フタバヤ 長浜店  
道の駅 塩津海道あちかまの里 / あざい365ゴルフ  
北近江の湯 北近江リゾート / 日本料理 ふじ石亭  
ふれあいステーションおかん / 茅葺きの宿 長石庵  
つるやパン 本店 / 公益社団法人 長浜観光協会  
道の駅 湖北みずびりステーション

東近江

東近江市立 八日市図書館  
東近江市立 湖東図書館  
マエダクリーニング 蒲生店  
グリーンプラザ カワシマ / ヤクコ薬局 平田店  
わかば薬局 / Curves 八日市テニール店・能登川店  
永源寺温泉 八風の湯 / 山崎クリニック  
田舎の親戚 香想庵 / ファームキッチン 野菜花  
道の駅 あいとうマーガレットステーション  
クレフィール 湖東 / 木屋長工務店 東近江展示場

愛知郡

医療法人 成宮クリニック / まごと鍼灸院  
愛荘町立 愛知川図書館 / 愛荘町立 秦荘図書館  
湖東三山館 愛荘 / 愛荘町秦荘観光協会

近江八幡

近江八幡市立図書館  
滋賀県立男女共同参画センター  
近江牛 毛利志満 近江八幡本店  
関西アーバン銀行 八幡駅前支店  
京都銀行 近江八幡支店  
グリーンピア近江八幡ゴルフ / 水原眼科  
日本料理 ひょうたんや / つゆしゃぶ 駒吉  
レストラン ティファニー  
グリーンホテルYes近江八幡  
是的薬館(グリーンホテルYes近江八幡 内)  
アンデケン 本店 / たに整形外科  
太田産婦人科医院 / ひわか だいなか 愛菜館  
グリーンピア近江八幡福祉センター ひまわり館  
近江八幡市立 安土図書館  
一般社団法人 近江八幡市観光物産協会  
鶴崎産婦人科医院  
近江八幡イトマン スイミングスクール  
コバン 近江八幡 / Curves 近江八幡店  
イオンシネマ 近江八幡  
イエローハット 近江八幡店  
ECC外語学院 イオン近江八幡校  
古代米 すいらん(尾賀商店 内) / きてか〜な  
キセ石村 近江八幡店 / ひさご寿し  
ヤクコ薬局 北之庄店・ぶ〜めらん店  
かじ直タイヤ / フクナ動物病院

蒲生郡

天然温泉 蒲生野の湯 / 竜王町立図書館  
グリム冒険の森 / 古株牧場  
道の駅 竜王かがみの里 / 若井農園  
ヤクコ薬局 日野店

犬上郡

甲良町立図書館  
ヤクコ薬局 豊郷店・豊郷フラワール店・豊郷店

野洲

野洲図書館 / コミュニティセンターやす  
鮎家 鮎家楽市 / 野洲市観光物産協会  
ラック湖南リゾート / Curves アルプラザ野洲店  
カフェ ゴザク / コミュニティセンターなかざと  
近江富士花緑公園 ロッジ / auショップ 野洲  
ワシダ農園 / 煌堂

栗東

栗東市立図書館 / 花明かり / アインスガレージ  
パンとおかしと たなごころ / +CASA  
木屋長工務店 栗東展示場 / 京都銀行 栗東支店  
ゴールドジム 栗東滋賀 / Rac ラック栗東  
道の駅 アグリの郷 栗東 / 済生会滋賀県病院  
ファミリーマート 栗東小平井店  
Curves アルプラザ栗東店

草津

草津市立図書館 / りんずナチュラルヘア  
アバンティ フックセンター 南草津店(フェリ工南草津 内)  
ティアラPlus  
イオンシネマ 草津(イオンモール草津 内)  
喜久屋書店 草津店(イオンモール草津 内)  
草津湯元 水春(イオンモール草津 スポーツ&レジャー棟)  
草津市立まちづくりセンター  
クサツエストピアホテル  
京都銀行 南草津支店・草津支店  
滋賀中央信用金庫 南草津支店・草津支店  
道の駅 草津 グリーンプラザからすま  
ロックベイガーデン / なかしま医院  
社会福祉法人 滋賀県社会福祉協議会  
boulangerie montagne / 草津あおばな館  
ピラススポーツアカデミー 南草津  
Curves 南草津店 / 草津市立 総合体育館  
極楽湯 南草津店 / 湖南歯科  
食菜 倍 / NALCひわご湖南 / 草津商工会議所  
フィッツミーエルティ 草津店 / Curves 草津西口店  
アノソラノヒガシ / オリハラ歯科クリニック  
ワークステーション わかたけ

湖南

湖南市立 甲西図書館 / 湖南市立 石部図書館  
湖南市ボランティアセンター ふれあいの館  
じゅらくの里 / 日本料理 きた川  
甲賀カントリー倶楽部 / 美松ゴルフセンター  
甲西イトマンスイミングスクール  
Curves 湖南中央店

甲賀

甲賀市甲南図書館  
大甲賀カントリークラブ神コース  
水口眼科医院 / 京都銀行 水口支店  
甲賀温泉 やつぽんぼんの湯 / きもの川島  
水口スポーツセンター ウェルビ  
オーパス フィットネスクラブ 水口店  
オーパス 水口スイミングクラブ  
道の駅 あいの土山 / かまーとの森  
みなくちテクノスファーム / 水口温泉 つばきの湯  
ハーメイク 円舞曲 / MIHO MUSEUM  
るシオールファーム / 懐かし処 いろり家  
甲賀の奥座敷 大原温泉 かもしか荘  
水口歴史民俗資料館 / 甲賀薬局 甲南店

守山

ごとう歯科医院 / Curves 守山播磨田店  
総合リゾートホテル ラフォーレ琵琶湖  
佐川美術館 / 堀久餃子本舗  
ミナミスーツクラブ ゲーム  
市民交流センター さんさん守山  
天然温泉 ほたるの湯  
天然温泉スーパー銭湯 みずほの湯  
忍ふ庵(うの家 内) / 守山宿 町家 うの家

NALCひわご湖南  
JTB総合提携店 LaLaツーリスト 守山店(モリーブ 内)  
守山市伊勢自治会 / あまが池プラザ  
おしゃれサロン ツジ / 守山市駅前総合案内所  
公益社団法人 守山市シルバー人材センター  
琵琶湖レクサイドゴルフコース  
ヤクコ薬局 守山店  
JAおうみ富士 ファーマーズマーケット おうみんち

大津

滋賀県立図書館 / 大津市立図書館  
暖灯館 きくや / 大津カントリークラブ 西コース  
大津ロングゴルフ / 膳所ゴルフクラブ  
大垣書店(フオレオ大津一里山 内)  
龍谷大学 RECコミュニティカレッジ  
森井眼科医院  
京都銀行 大津支店・石山支店・瀬田支店  
京都銀行 堅田支店・西大津支店  
大津イトマンスーツクラブ  
ロイヤルオークホテル スパ&ガーデンズ  
におの浜ふれあいスポーツセンター  
Curves 大津石山店・大津堂野浦店  
Curves ひわご西大津店・アルプラザ堅田店  
スポーツクラブNAS 大津一里山(フオレオ大津一里山 内)  
稲田歯科医院 / 天然温泉 比良とびあ  
スパリゾート 雄琴 あがりやんせ  
ニューびわこ健康サマーランド  
リュエルしなやか / 小松家  
旧竹林院 / 芙蓉園 本館 / 滋賀院門跡  
JTB総合提携店 LaLaツーリスト イズミヤ堅田店  
ベル ヴァン ブルーージュ(びわ湖大津館 内)  
堅田イトマンスーツクラブ  
華工房 華\*HANAサロン / びわ湖バレイ  
叶匠壽庵 寿長生の郷 / 義仲寺  
社会福祉法人 共生シンフォニー / 料亭 あみ定  
さかのいち調剤薬局 / 叶夢整体療術院  
育(はく)ママセンター(西大津店 内)  
道の駅 びわ湖大橋米プラザ  
やまのこひろば 大津市立 ひえい平保育園  
大津市おごと温泉観光公園 / 志しみ茶屋 湖舟  
クレア動物病院

高島

DO BEST あどがわ / 高島市立 安曇川図書館  
マキノ高原温泉 さらさ  
NPO法人 高島トレイルクラブ  
くつき温泉 てんくう / 道の駅 くつき新本陣  
古屋簡易郵便局 / 道の駅 藤樹の里あどがわ  
御料理 美松 / マキノ農業公園 マキノビックランド  
おっさん柳川交流館

他、約1,200社の一般企業へ配布

「湖国」滋賀から発信する“おとなの暮らし発見”マガジン

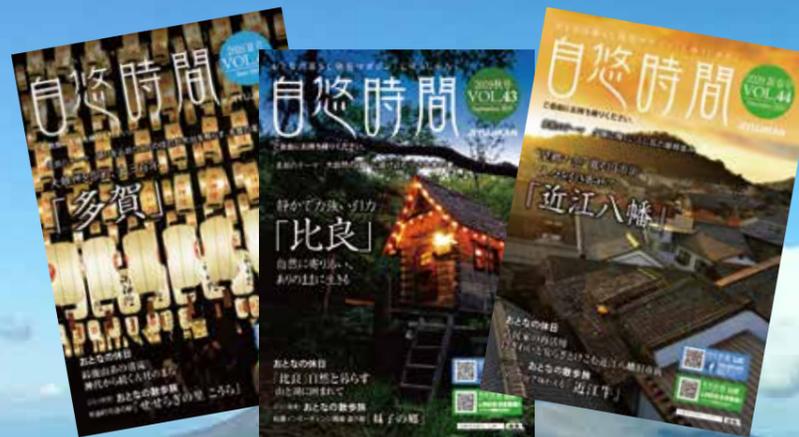
# 自悠時間 媒体資料

フリー冊子 / フリーマガジン

JIYUJIKAN

2020年1月改定

TAKE FREE



他にはない  
おとなのための  
フリーマガジン

ターゲット世代  
が集う場所に  
多数設置

続々拡大中!

自悠時間 媒体概要

発行部数  
20,000部

媒体名 自悠時間  
仕様 A4サイズ/フルカラー/6~8ページ  
創刊 平成22年2月4日  
発行日 発行日(年4回発行) ※発行日は変更する場合があります。

■4月20日発行 ■10月20日発行  
■7月20日発行 ■1月20日発行

自悠時間 公式  
LINE@会員募集!  
イベント情報をお届け

自悠時間 公式  
facebook  
誌面に載りきらない  
情報をアップ!

自悠時間 公式サイトも充実!!  
バックナンバーも  
スマートフォンから  
ご確認いただけます  
<https://j365.me>

「自悠時間」への掲載・お問い合わせ TEL.0748-43-0155 info@we-step.com 担当/

自悠時間企画編集室 〒523-0893 滋賀県近江八幡市たかかい町南一丁目3番地11(有)ウエスト内 FAX:0748-43-0156 <https://www.j365.me>



一般社団法人日本フリーペーパー振興  
協会主催の2013日本フリーペーパー大賞  
で「自悠時間」が入選しました

「自悠時間」の最新号、設置店の一覧はホームページでご確認ください。

じゆうじかん しが 検索 [www.j365.me](http://www.j365.me)

### Point 01 自悠時間コンセプト

住みやすい県・全国平均寿命ランキング上位  
母なる琵琶湖、豊かな自然に恵まれ、独自の文化が息づく「滋賀」

老若男女が暮らしやすく、現役をリタイヤした“おとな世代”が元気の滋賀。

「自悠時間」は、そんな滋賀に暮らす“おとな世代”の前向きで明るいセカンドライフを応援し、新たな行動を起こすきっかけとなるような情報をお届けしています。

また、古来より受け継がれてきた湖国の自然と文化にふれながら、地域のため、そして自らの楽しみのためにイキイキと活動する人々を紹介します。

びわ湖や豊かな山並みに包まれ、湖国文化の息づく滋賀は  
**シニア世代が元気な県**

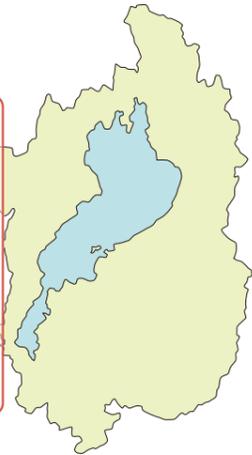
全国平均寿命ランキング

滋賀県が初の**1位(男性)**

男性:**81.78歳**(全国1位)

女性:**87.57歳**(全国4位)

\*「平成27年都道府県別生命表」厚生労働省



### Point 02 自悠時間の強み

伝えたい「おとな世代」に最適な情報をダイレクトにお届けします。

- 特集 おとなの休日…県内各地域の自然、歴史、文化、そこに暮らすエネルギッシュな人々を紹介します。
- おとなの美食探訪…自悠時間おすすめのプレミアムグルメスポットをご紹介します。
- Try!のススメ…今まで体験したことのないことに挑戦しましょう。五感を刺激するような、おとな世代におすすめの体験教室をご紹介します。
- 素敵な人の「じぶん時間」～元気の素を見つけて～…第一線を離れ、これからの自分の時間を見つめ直し、やりたいことや今までと違った新たな生き方を見つけた方、その一歩を踏み出した方を紹介します。
- ただひとつの家…創造性豊かな家づくりとは?こだわりの家を手に入れ、上質な暮らしを。
- 働きたいアナタのJOB活を応援!…求人のある県内企業を取材し、職場の雰囲気や働く環境などを紹介します。
- おうみ元気しごと人…県内企業のはたらく人をクローズアップ。人間力、企業力の双方を紹介します。
- 山岳フォトグラフ…アマチュアカメラマンの西山邦雄さん撮影の風景写真を掲載。撮影の裏側秘話なども。
- オトナたび…自悠時間と旅館や施設がコラボレーションした、おとな世代におすすめのプレミアムな小旅行を提案します。
- じぶん流「人生の棚卸し」…これからの自分に必要なもの、必要でないものを取捨選択。大切なことを優先し、人生を豊かに生きるためには?

### Point 03 WEBに直結できるコンテンツ

紙面に載りきれない情報はWEBサイトに直結!興味深い記事でサイトへ誘導いたします。

自悠時間は、電子書籍(WEB)でもご覧いただけます。また、ご要望に応じて、紙面では伝え切れなかった内容をさらに広げて掲載することができます。

電子版の原稿は、過去記事も含めコンテンツを蓄積させることができ、自悠時間サイトはもちろん、お客さまのサイトでも共有することができます。



### Point 04 イベント告知や集客に対応 Response

LINE@会員、1000人突破!

2010年の創刊から発行し続ける自悠時間は、滋賀の地域情報誌として定着し、知名度を上げています。近年おとな世代にも急速にスマートフォンが普及することから、早く確実にターゲット世代に情報を届けられるLINE@会員を募集。既存の読者はもちろん、新たな読者会員を獲得し続けています。

また、読者ハガキは高レスポンス率を誇り(発行後約200通超)、ハガキでの情報収集も可能となっております。



### Point 05 掲載スペース

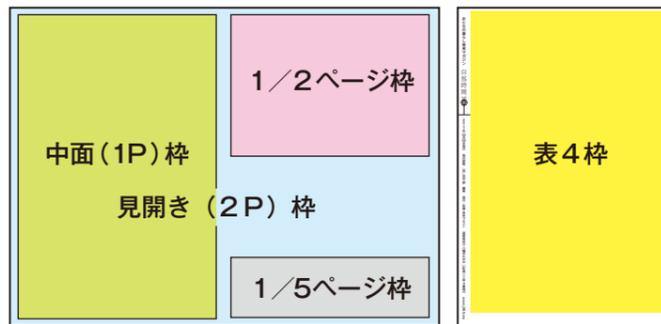


表4枠	1/2ページ枠
H282mm×W193mm	H135mm×W193mm
見開き(2P)枠	1/5ページ枠
H282mm×W404mm	H56mm×W193mm
中面(1P)・表3枠	ハガキ
H282mm×W195mm	H148mm×W100mm

広告掲載基準

\*「健康食品」「ダイエット食品」をお取り扱いのクライアント様については、事前確認を必須とさせていただきます。  
\*通信販売を主な販路とする広告の場合は、事前確認をお願いする場合がございます。  
\*個人情報収集を行う広告に対しましては、「個人情報の利用目的」の明示を必須とします。

以下の広告は掲載をお断りさせていただきます。事前の掲載確認をお願いいたします。  
<弊社広告基準>1.人権を侵害する広告 2.消費者金融広告 3.宗教・政治・意見広告 4.マルチ商法、連鎖販売 5.商品先物取引の広告 6.環境問題につながる広告 7.比較広告 8.風紀を乱す広告 9.海外の宝くじの広告 10.キャンセル関連の広告 11.たばこの広告 12.ダイヤルQ2番号案内広告取引(ネズミ講)広告 13.他社出版物の広告および他社出版物の名前が記載された広告 14.加特・祈禱・易断・催眠・迷信に関する広告 15.その他、自悠時間編集部判断により掲載不可とする広告

### Point 06 広告掲載料金 年4回 20,000部/1回

	表4枠	表3枠	見開き(2P)枠	中面(1P)枠	1/2ページ枠	1/5ページ枠
1回~2回(枠)	¥330,000	¥200,000	¥330,000	¥165,000	¥110,000	¥55,000
3回以上(枠) 年間契約(4回)	¥300,000	¥180,000	¥300,000	¥150,000	¥100,000	¥50,000

(単位:円/消費税別)

\*企画費・デザイン制作費も上記価格に含まれます。\*特殊な撮影については別途撮影料金をいただきます。

\*取材記事や撮影写真の提供は行っておりません。

### Point 07 掲載までの流れ



掲載スペースに限りがあります。お早めにお申し込みください。

### Schedule