

おとなの暮らし発見マガジン [じゅうじかん]

自悠時間

ご自由にお持ち帰りください。

2017新春号
VOL.32
December.2016

JIYUJIKAN

表紙のテーマ
にぎわいの城下町、静かなる寺社。
観光と巡礼のまち
井伊家ゆかりの遺構を訪ねて

彦根

おとなの休日
井伊家と「彦根」

遺構が伝える歴史人の想い。彦根歴史探訪の旅

ぶらり発見!

彦根の城下町「夢京橋」周辺

「彦根」の農産物加工・販売

「あす ぱらだيس しんがい」
ひこね新開館

じゅうじかん しが

検索

www.j365.me

おとなの暮らし発見マガジン

自悠時間

vol
32

2016年12月25日発行

発行部数/20,000部

編集・発行/有限会社ウエスト

滋賀県近江八幡市たかかい町南一丁目3-11

www.j365.me

☎0120-555-178

年末は12月26日まで。年始はTatatte豊人は1月2日、豊市場は1月6日から営業

冷たいフローリングにさようなら
Tatatte

でふっかふか
底冷え知らずのリビングに

積水TVCM中「美草」

人気のカラー/ナイトフォレスト

選べる色柄
なんと!
54種類!!

旧彦根藩 藩主 井伊家の家紋入り
豊縁コインケース
全員に!! プレゼント!!

※プレゼントは引換券が必要になります
※プレゼント引換券
(巻末ページ)のアンケートを
ご記入の上、切り取って
お持ちください

新登場!!

ひこにゃんの
豊縁コインケース
写真はイメージです

お求めは豊市場・Tatatte 各店舗またはホームページにて 検索

全国配送OK

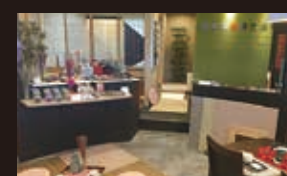
滋賀県内配達無料!!

フローリングコーナーで
体感して下さい。

欲しいを形に出来る店
豊市場 彦根店

〒522-0041
滋賀県彦根市平田町134-1 タウンビル2F
TEL 0749-24-5050 FAX 0749-24-5055
定休日:火・水曜日

アットホームな空間で相談
しやすいお店です。
かわいい小物もたくさんある
のでまた来たとくるとり
ピーター多し、コーディネート
もお任せのお店。



工場見学ができる
豊市場 京都店

〒612-8373
京都市伏見区毛利町76番地
TEL 075-606-1938 FAX 075-606-1937
定休日:日曜日・祝日

工場見学ができるショールーム。
カラフルな空間には楽しい
工夫がたくさん。
予約して日曜日・祝日にも
対応。



彦根城前
キャスルロード店
TEL0749-23-5911

モダン琉球風

モカページ

新量

8,000円~(+消費税)

新柄登場! Disney 襖

4,700円(+消費税)

引手までミッキーに!!
2,500円(+消費税)
穴の大きさ4.9cm(1寸6分)

訪問
見積り
無料

畳 3,700円~(+消費税)

襖 3,100円~(+消費税)

網戸・障子 1,800円~(+消費税)
クロス・カーテン



いつもニコニコ親切丁寧
僕たち豊男子に
おまかせください。

Tatatte 福袋限定販売!! 1月2日11時~

鳥本製畳株式会社

ホームページもご覧ください <http://www.tatamiya3.com/>

本社 〒528-0049 滋賀県甲賀市水口町貴生川91番地
TEL 0748-62-2089 FAX 0748-62-8071

名古屋営業所 〒452-0823 愛知県名古屋市中区あし原町261
TEL 052-938-8751 FAX 052-938-8754

年末のご注文は12/20迄まで年始は1/6迄からになります。(Tatatte豊人は1/2月11時から営業)

自悠時間の本誌に関するお問合せ先

(有)ウエスト/自悠時間編集室

〒523-0898 滋賀県近江八幡市たかかい町南一丁目3-11 [TEL] 0748-43-0155

遺構が伝える歴史人の想い。彦根歴史探訪の旅

朱色の部隊で井伊の赤鬼と称された井伊直政は、徳川家康の天下統一に貢献し井伊家の地位を盤石にしました。直政の養母は、2017年の大河ドラマ「おんな城主 直虎」の主人公、井伊直虎です。歴史にふれながら、ぶらりと「彦根」を旅してみませんか。

歴史人に想いを馳せ
自らに向き合う時間

佐和山麓の龍潭寺は、井伊家の発祥地、静岡県浜松にある龍潭寺（井伊家菩提寺）が分寺された寺院です。日本で最初に「園頭科」（造園科）を設置し、境内にはムクゲ、芙蓉、菩提樹など数多くの植物が植えられ、寺を開山した昊天こうてん禪師による名庭や学僧たちが修行で手掛けた庭が残っています。禪

宗の特徴的な方丈建築、森川許六による56枚の襖絵など見どころが多く、「心にも時間にもゆとりを持ち、じっくり拝観していただきたい」と第19代ご住職・北川宗暢さん。

同じく佐和山のすそ野、彦根のまちを望む高台に静かにたたずむ「五百羅漢(天寧寺)」。凜とした空気が流れる吹き抜けのお堂には、三方の壁に整然と祀られる五百体もの羅漢群が200年以上もの時を越え、訪れる

彦根に残る
井伊家繁栄の足跡

井伊直政は、関ヶ原の戦いで多大な戦功を立て、徳川四天王の一人に数えられます。直政が彦根藩の初代藩主となつて以来、彦根は井伊家によつて治められました。彦根城は、直政の次男である直孝が20年の歳月をかけて築城し、1622年に完成させています。江戸時代、井伊家は多くの大老を輩出する譜代大名筆頭の家柄となり、幕末には開国に努めた井伊直弼が歴史にその名をとどろかせます。井伊家は明治以降も存続し、昭和に入つても井伊家の子孫が36年にわたり彦根市の市長を務めるなど彦根と深い関わりを持っています。



JR彦根駅前 井伊直政像



03 龍潭寺(臨濟宗) 江戸初期の方丈建築には森川計六(彦根藩士・絵師・芭蕉十哲に数えられる俳人であり多芸の才人)による56枚もの模絵が施されている。昊天軒による方丈南庭(すのかりの庭)、小堀遠州との合作である書院東庭「鶴亀蓬萊庭園」など彦根市の指定文化財となる名庭がある。禅宗の始祖の達磨大師にあやかり、三千個あまりの達磨が祀られた、だま寺としても知られている。拝観料・400円



04 **五百羅漢 天寧寺(曹洞宗)** 井伊家の菩提寺・隠居寺。境内には「井伊直弼供養塔」があり、桜田門外で暗殺された当時の血染めの土や衣装が供養されている。生前、直弼は父・直中が建立した天寧寺に度々訪れ、寺の奥には直弼が村山たかや密会したとされる部屋も現存している(非公開)。直弼を支えた腹心の家臣・長野主膳と村山たかの石碑も境内に残っている。拝観料／400円

◆ **天寧寺<建立の由来>井伊直弼の父・直中の時代、彦根城の奥(彦根城内の衆楽園)勤めだった腰元の若竹が懐妊。相手**
を明かさなため手打ちにしたが、後にその相手が直中の長子・直清であったことが判明。直中は懺悔の念から自らが殺めた
腰元と初孫の菩提を弔うため天寧寺を建立。聖徳太子ゆかりの霊木で観音菩薩をつくらせ、京の仏師・駒井朝運に五百体もの
羅漢像をつくらせた。

◆ **「井伊直弼命日法要」** 2017年3月28日(火)11:00～ 直弼が最期に使っていた座布団も一般公開

人を静かに見つめています。さまざま
な表情を浮かべるその姿に「亡くなっ
た肉親に似た顔を見つけることができ
る」といわれています。

「ここに来るといろんな思いが吐き出
せる。井伊家の殿さまも、天寧寺へは
心の休息に平服で来られたといわれて
います」と第18代ご住職・山路信乗さ
ん。自らを見つめるために、会いたい人
の顔を探しに、心が洗われるような井
伊家ゆかりの寺を巡礼してみても。



井伊直弼画／天寧寺蔵

今回の「探訪スポット」

彦根城周辺

龍潭寺(りゅうたんじ)
JR彦根駅より徒歩25分。
駐車場普通車20台。

五百羅漢 天寧寺
(ごひゃくらん てんねいじ)
JR彦根駅より徒歩15分。
近江バス(天寧寺口)下車徒歩3分。
駐車場普通車10台。

■情報提供・取材協力

公益社団法人 彦根観光協会
彦根市本町一丁目12-5
TEL/0749-23-0001
<http://www.hikoneshi.com>



Workerインタビュー

働きたいアナタの JOB活を応援!

ジョブカツ

「未経験でもやる気がある!」そんなアナタを応援します。
自分でも想像しなかった仕事にめぐりあえるかも。
さあ、一步を踏み出して。

大安工業株式会社

シートメタル部 業務部

平 裕也さん(40歳)



兵庫県尼崎市の工場に勤務していた平さんが、滋賀への帰郷をきっかけに金属加工製品の企画・開発・製造販売を行う大安工業株式会社(東近江市)に入社したのは14年前のこと。初めて触るCAD(コンピューターによる設計ツール)を前に「技術を磨きたい」という一心で自ら積極的に勉強を重ねました。「社長は社外での研修も奨励してくださり、やる気さえあれば応援してもらえる環境が整っていました」と平さん。徐々に実力をつけ、機械部品の図面を描く仕事が増えていった平さんは、照明の中に組み込めるく光らせることができるオリジナル製品の設計に成功し、商品化されるまでに至りました。

いい意味で、自由 やる気をバックアップ



入社後に技術を磨き、社外の技術コンペで2位表彰の実績をもつようになった平さん。

企業コメント

大安工業株式会社
常務取締役 **岩越 善三郎さん**

人にはそれぞれの得意不得意がありますが、いろいろな仕事に興味を持ち、やる気を出して学ぼうとする人は自分でどんどんスキルアップしていきます。会社もそんな元気な人を求めています。私たちと一緒に働いてみませんか。

**未経験でも可
チャレンジ精神が大切**
現在は、管理職に就いた平さん。この会社だからこで、できることがまだ社内外に周知できていないと感じています。大安工業の強みを明確にし、会社として団結力をはかりながら、さらなる技術革新を遂げるには、「経験の有無に関わらず、斬新でユニークな発想力のある人材や向上心のある人材が必要ではないか」と話します。個人の資質や特技を生かした適材適所の現場が用意されますが、努力次第でスキルアップしながら自分の想像を越えた可能性を追求できる環境が大安工業にはあります。



スタッフ募集

あなたの「技術」と「誇り」を、
再び試してみませんか

仕事の内容等

- 製作作業(プレス他)
- 製作作業(溶接)
- 製作作業(プレスブレイキ・レーザー・タレパン)
- 倉庫入・出庫作業

ご興味のある方は、
お気軽に右記まで
お問い合わせください。



DYK

だい やす

大安工業株式会社

〒529-1541 滋賀県東近江市蒲生堂町571番地
FAX.0748-55-3161

ご応募
お問い合わせ

0748-55-2064

http://daiyasu-k.jp/

ホームページからもご応募できます。

鋼製家具部品・医療器具部品の板金加工 / NCT加工
たばこ吸殻自動回収機の開発製造 / レーザー加工
CO₂アルゴンスポット溶接加工 / その他板金加工一式



BIWA LIGHT

有限会社上林工業所

〒520-2561 滋賀県蒲生郡竜王町須恵814-2
TEL.0748-58-3066(代)
FAX.0748-58-3067

http://biwa-light.co.jp/

エコ照明の開発・加工・組立及販売



株式会社メリット

〒529-1541 滋賀県東近江市蒲生堂町14番地
TEL.0748-55-8017
FAX.0748-55-8027

機械部品組み立て業 / 金属加工業
金属製品の開発、製造、販売
電気製品の開発、製造、販売



50代から 建てる家

未来の自分に合わせた住まいを

仕事に子育て。

家族のために、毎日慌ただしく過ぎた30代、40代。

生活に余裕が出てきた50代の今が、

住まいを見直すベストタイミングです。

50代からの毎日は、

まず「自分のために」そして「未来のために」考えましょう。

50代は、既に住宅を購入したり、すでに建てた経験がある方も多はず。「もつとこうすれば良かった」「住まい方が変わって、今の家のカタチが合わなくなってきた」そんな思いを抱いている人もいらっしゃるのではないのでしょうか。
様々な経験をしてきた中で、50代は本当に自分のライフスタイルにあった家を建てることのできるチャンスの年齢です。
また、あなたや家族が高齢になったとき、どこでどんなふうに暮らしていきたいか、イメージしたことはありませんか？
将来もし、ひとりになったとき、病気になったり介護が必要になったとき、どのような住まい方があるのか事前に知っておくことで、本当に自分に合った家づくりをすることができるとのことです。

住んでいる人が 楽な住まいにする

「楽に掃除が出来る」「楽に片付けられる」「気楽に人が呼べる」など、毎日の生活に関わることに楽になれば、家事の苦労やストレスが軽減されて余裕ができます。そこから穏やかで豊かな生活が生まれてくるのです。

シンプルな家は 使いやすい

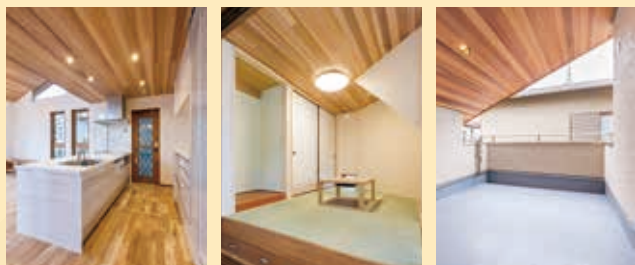
誰にでもわかりやすく、使いやすいことは大切です。例えば、お母さんしか収納スペースや掃除用具がわからないこと、ありませんか？何があるのか目でわかるようにすることで、お母さんの労力の軽減にも繋がります。

施工 実例

将来を想った、 2軒目の家

野洲市 M様(52歳)

子どもが巣立ち、これからは夫婦のため、快適な二人暮らしの家になりたい。そんな思いを形にしました。
今後は家にいる時間が長くなることを踏まえてお互いが程よい距離感で心地よく暮らせる間取りになっています。



また、いざという時にも、困らなくて済みます。これから高齢になる自分や家族のことを想って、家を建てることで安心した住まいを創ることが出来るのです。



登録免許 建設業許可番号 滋賀県知事 第22347号 二級建築士事務所登録番号 滋賀県知事登録(い) 第2458号

GANSE 株式会社 雁瀬工務店

〒525-0066 滋賀県草津市矢橋町7-158 TEL:077-565-6611 FAX:077-566-0099

0120-561-035

http://www.ganse.co.jp/

雁瀬工務店

検索

「はな咲く家」を
わたしたちは
お届けします。



若井農園 若井 富嗣さん

家庭菜園だからこそ、安心・安全の野菜づくり

アイスプラント

表面には塩味のする水滴のような粒、プチプチとはじける食感の不思議な野菜。無農薬栽培に向いています。

種から植える場合 2〜6月中旬／9月初め〜10月下旬 年2回

プランターは日当たりが良いところに置く。アイスプラントの種はとても小さいので霧吹きなどで水やりをすること。直播きして芽が出たら、葉が重なるたびに間引きする。間引いた芽は食べられる。

苗から植える場合

ポットより大きめの穴を開け、やわらかい葉を傷めないように慎重にポットから取り出して穴に苗を入れる。株に土を寄せ、指先で軽く抑える。

水やり

多湿を嫌うため、用土の表面が乾いたとき株の周りに水をやる。2週間に1回、収穫時期以降は2回、塩分1〜2%の水を与える。

追肥

苗がぐんぐん成長し始めたころに追肥する。固形肥料なら1株あたり3〜5g程度を株の周りに与え、液肥であれば薄めたものを1週間に一度与える。

収穫

日当たりのよい場所であれば1か月もすれば収穫できる。株が直径50cm程度になったらわき芽をちぎって収穫する。次々に新しいわき芽が出てくるので長く収穫が楽しめる。花を咲かせると成長が悪くなり味が落ちるので、どんどん芽を摘み取る。

栽培に必要なもの

- 60cm〜65cm以上のプランター（畑より適している）
- 赤玉土 7、腐葉土 2、パーミキュライト 0.5（天然物質に由来するもの）
- 石灰（貝化石を粉砕したものなどがおすすめ）
用土10ℓあたり10〜20g
- 固形肥料か液肥（天然物質に由来するもの）

特徴

マイナス5℃まで耐えることができ、寒さに強く暑さには弱い。塩分を含ませた水をやることで塩味がつく南アフリカ原産の野菜です。



こいつが食感。ほんのり塩味が、

抗酸化水の力

水が変われば生活が変わる

老化の原因は活性酸素が原因って知ってました？

実は老化の原因は「活性酸素」と言われており、私たちの細胞の中のミトコンドリアは、「酸素」を燃やすように反応させてエネルギーを作ります。

このエネルギーをつくるときに、電子がこぼれ、その電子が「酸素」にくっつく「活性酸素」が生み出されます。

「活性酸素」には健康に役立つ「善玉」と害を与える「悪玉」があり、酸化力が強くなりすぎると、なんでも酸化させる「悪玉」となり、私たちの細胞を傷つけ、体にダメージを与えることになります。ご存知の方が多いと思います。



エルセは水道メーター先に設置



製造元 日本治水株式会社

すが、「活性酸素」は「錆びさせる力」が強いため、老化や病気の原因となります。生活習慣病の多くも、活性酸素により体（細胞）が金属と同じように「錆びる」「つまり」「酸化」することが原因と言われています。これを抑えることを抗酸化力と言います。その力を持った水を抗酸化水と表現しております。

エルセの力――水が変われば生活が変わる

平成17年4月、日本生理学会にて宮崎大学医学部（丸山教授との共同研究により、エルセで処理した水は、抗酸化機能が付与される事が発表されました。

エルセ水の抗酸化力がビタミンCの効能と同様であることから、皮膚の老化防止作用やメラニン色素の沈着防止・改善など酸化ストレスへの対応が期待されています。キッチン周りでも効果を発揮します。水を流すだけで、台所のシンクの水垢も落としやすくなり、排水口のヌメリも除去、悪臭を軽減します。水道の給水管・排水管などの汚れやサビの付着も抑え、見えないところや手の届かないところにも効果が期待できます。

トイレの消臭力・浄水力をアップすることが言われております。便器やタンクに汚れがつきにくく、雑菌の繁殖による悪臭を抑えます。エルセによる効果で、家中の水回りの掃除が楽になる状態をつくれます。

お風呂では浸透力・洗浄力に効果を発揮します。便器やタンクに汚れがつきにくく、雑菌の繁殖による悪臭を抑え

おすすめメニュー

「アイスプラント」のおもてなし蕎麦



ジュニア野菜ソムリエ 田淵 ちかさん

野菜ソムリエ認定料理教室「Mamatoco Kitchen」（近江八幡市）主宰。地元産の新鮮な野菜や無農薬野菜を使った野菜料理教室を開講。
【お問合せ先】TEL 080-1410-2527
【ブログ】<http://sameblo.jp/mamatocokitchen>

アイスプラントは火を通してでも違った食感が楽しめます。天ぷらにすると外はサクッと中はトロっとします。また素材に塩味がついているので天つゆなくても美味しく召し上がれます。炒め物やおひたしもおおすすめです。

材料 グラス4つ分

茶蕎麦 …………… 100g
アイスプラント …… 20g
長芋 …………… 100g
麵つゆ …………… 大さじ1
なめこ …………… 100g
刻み海苔 …………… 適量

作り方

- 1.茶蕎麦は、表示通りに茹で、1分前くらいに、なめこもサッと一緒に茹でておく。
- 2.長芋は、皮をむいてすりおろす。アイスプラントは、飾り用に4切れ取り、残りは粗みじん切りにする。
- 3.器に麵つゆ、茶蕎麦、2.、なめこ、飾り用のアイスプラント、刻み海苔の順に盛り付ける。



◆栄養について

生活習慣病やメタボリックシンドロームに役立つ野菜として注目されています。他の野菜にはあまり含まれていない成分「ミオイノシトール」（中性脂肪を抑え動脈硬化や脂肪肝予防）と「ピニトール」（血糖値を下げ、肝機能を整え、白内障予防）を含んでいます。

水熱交換部



エルセは、**熱交換率を維持し、スケールを除去し**トラブルを防止します。

タンク部



タンク内全体と電熱ヒーター部にスケールやサビ等が付着している状態。



ほとんどのスケールは剥離し、タンク内の表面が見えるようになりました。

エルセは、**タンク内**に付着したスケールやサビ等を除去します。

浄水器とエルセの違い



お問い合わせ



ELCENERGY
エルセナジー株式会社

〒523-0893 滋賀県近江八幡市桜宮町289番地 フジビル2F
FAX 0120-643-117 <http://www.elce-shiga.com/>

☎0120-644-147

エルセナジー

検索

「若井農園のこだわり米の美味しさを」キャンペーン



食べ方は水加減を標準より10〜15%程少なめで炊いてください。後はお好みで調整してください。

ミルキーQueen 5kg 送料・税込み **4,000円**
特別栽培米 （※代引きの場合260円が別途必要となります。）

今回おすすめする「ミルキーQueen」は、艶があり粘り気が強くもちもちした食感が特徴の美味しいお米です。



無農薬や減農薬は手間がかかりますが、優しく育てたお米は本来の甘みやうまみを凝縮したような濃厚な味を楽しめます。私が自信をもっておすすめする若井農園のこだわり米は、孫たちにも安心して食べさせることができます。丹精込めて作った若井農園のこだわり米をぜひ、ご賞味ください。

お問い合わせ
ご注文

若井農園

TEL0748-58-2727

〒520-2573 滋賀県蒲生郡竜王町鏡672

<http://wakainouen.shiga-saku.net/>

若井農園

検索



「自悠時間を見た!」で、ミルキーQueen 5kgをお買い上げの方 **全員に季節の無農薬野菜プレゼント!**

期間 **2/28(火) 注文分まで**
家族様 **1回限定**

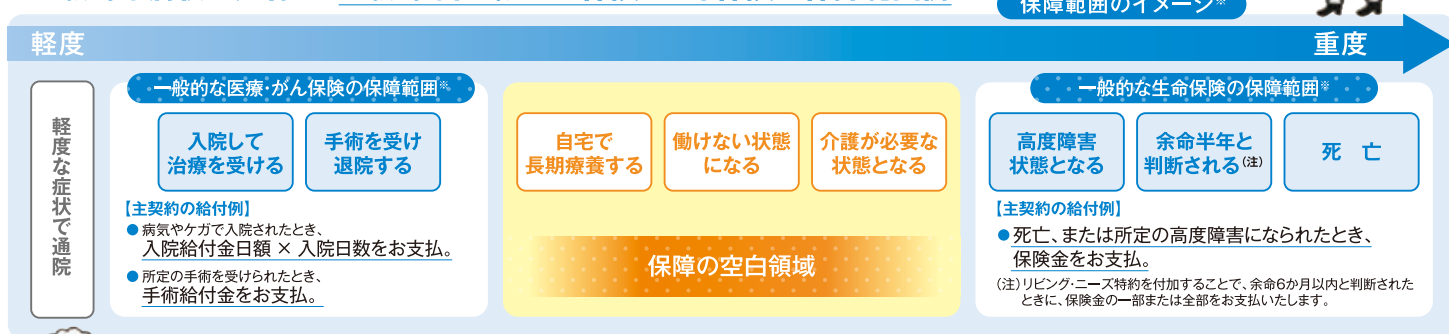
（※野菜の種類を選ぶことはできません。）

あなたに「あんしん」をお届けします

見落としがちな「保障の空白」 生命保険の保障範囲について、確認してみませんか？

これからの医療保険・生命保険は「入院・手術」「死亡・高度障害」に加え「自宅療養や就業不能」、「介護が必要な状態」「老後の生活」にも対応できることが大切です！

一般的な病状の進行と、一般的な医療・がん保険、生命保険の保障範囲例



※当社商品をもとに一般的な保障範囲を記載しています。保障内容は保険会社や商品により異なります。

現在の医療の現状にあってはいるか、保障内容をご確認してみたいはいかがですか？

安心設計

地域密着！顔が見えるので安心！

私たち(株)エコ損保にお任せください！

東京海上日動火災保険株式会社 代理店
東京海上日動あんしん生命保険株式会社 代理店

あなたに「あんしん」をお届けします。

(株)エコ損保

〒523-0083 滋賀県近江八幡市小船木町733-15 TEL.0748-32-6767 FAX.0748-32-0308

おとなの暮らし発見マガジン 自悠時間 【設置場所のご案内】

- ### 図書館設置場所
- 滋賀県立図書館
 - 大津市立図書館
 - 大津市立北図書館
 - 大津市立西図書館
 - 高島市立安曇川図書館
 - 高島市立マキノ図書館
 - 高島市立今津図書館
 - 高島市立朽木図書館
 - 高島市立高島図書館
 - 高島市立新旭図書室
 - 長浜市立長浜図書館
 - 長浜市立虎姫図書館
 - 長浜市立浅井図書館
 - 長浜市立びわ図書館
 - 長浜市立高月図書館
 - 米原市立山東図書館
 - 彦根市立図書館
 - 愛荘町立愛知川図書館
 - 愛荘町立秦荘図書館
 - 豊郷町立図書館
 - 草津市立図書館
 - 草津市立南草津図書館
 - 栗東市立図書館
 - 栗東市立栗東西図書館
 - 守山市立図書館
 - 野洲市立図書館
 - 竜王町立図書館
 - 日野町立図書館
 - 甲良町立図書館
 - 湖南市立甲西図書館
 - 湖南市立石部図書館
 - 甲賀市立甲賀図書館
 - 甲賀市立甲賀図書館
 - 甲賀市立土山図書館
 - 甲賀市立信楽図書館
 - 近江八幡市立図書館
 - 東近江市立八日市図書館
 - 東近江市立能登川図書館
 - 東近江市立永源寺図書館
 - 東近江市立五個荘図書館
 - 東近江市立愛東図書館
 - 東近江市立蒲生図書館
 - 東近江市立湖東図書館

- ### 温泉施設設置店
- <長浜エリア>
 - 北近江リゾート 北近江の湯
 - 健康パークあざいバーデあざい
 - <東近江・彦根エリア>
 - 極楽湯 彦根店
 - 永源寺温泉 八風の湯
 - <草津・南草津エリア>
 - 草津湯元 水春
 - 極楽湯 南草津店
 - <守山・栗東エリア>
 - 天然温泉 ほとろの湯
 - 天然温泉 みずほの湯
 - <竜王エリア>
 - 天然温泉 蒲生野の湯
 - <野洲・近江八幡・湖南エリア>
 - 湖国十二坊温泉 ゆうら
 - 長命ずいかくの湯
 - <甲賀エリア>
 - 水口温泉 つばきの湯
 - 甲賀温泉 やつぽんぽんの湯

- ### その他設置場所
- フォレオ大津一里山
 - AQUA21 内 映画館
 - イオンモール草津 内 映画館・書店
 - Curves (カーブス) 県内16か所
 - 京都銀行 (県内11か所)
 - 関西アーバン銀行 (県内6か所)
 - 滋賀中央信用金庫 (県内3か所)
 - 県内の道の駅・直売所
 - エル・スポーツ彦根
 - コパン健康倶楽部彦根
 - コパン近江八幡
 - ラック湖南リゾート
 - 甲西イトマンスイミングスクール
 - 彦根イトマンスイミングスクール
 - 近江八幡イトマンスイミングスクール
 - 大津イトマンスイミングスクール
 - 堅田イトマンスイミングスクール
 - スポーツフォーラム C-MAX長浜
 - ミナミスポーツクラブガイム
 - ゴールドジム栗東滋賀
 - 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
 - オーパス水口スイミングクラブ

「自悠時間」をお届けいたします！

【お申込み条件】

- 会社・店舗・施設 10冊以上ご希望の場合、無料配送いたします。
- サークル・団体 メンバーが10人以上の場合、無料配送いたします。
- 個人 10人以上のグループを作っていたければ、代表者さまに無料配送いたします。

【お申込み方法】

ご住所・電話番号 (グループの場合は代表者さまのご住所・電話番号)、宛先 (代表者さま名)、ご希望部数を明記のうえ、下記までFAXまたはハガキでお申込みください。

有限会社 ウェスト 自悠時間編集部 FAX: 0748-43-0156
〒523-0898 滋賀県近江八幡市たかか町南一丁目3-11

【お問い合わせ先】TEL: 0748-43-0155 (平日9:00～15:00 担当/八木)

無料配送

上記以外の設置もたくさんございます。
詳しくはホームページの「設置場所」をご覧ください。

じゆうじかん しが

湖国のグルメプレゼント企画 Gourmet Present

プレゼント応募方法

応募締め切り日
2017年
1月31日(火)

アンケートに答えて プレゼントをゲットしよう！

本誌P20のハガキ「湖国のグルメプレゼント」のアンケートに回答し、必要事項等ご記入いただきご応募ください。抽選でお食事券をプレゼントいたします。

オトナ
シカタ



彦根城を望むホテル 彦根キャッスルリゾート&スパ 観光・散策に

国宝彦根城の中堀に面し、ホテル内から彦根城を望む「彦根キャッスルリゾート&スパ」。四季折々に姿を変える彦根城、ライトアップの季節は夜空に浮かぶ荘厳な眺めを楽しむことができます。

2014年、ホテルはスタイリッシュにリニューアル。ロビー、テラス、半露天風呂付きの客室、大浴場などあらゆるシーンが上質でラグジュアリーな空間に。また、レストランでは、近江牛や地元野菜など地場のこだわり素材はもちろん、全国の産地から新鮮な魚介類を取り寄せ、旬味を堪能することが出来ます。日常や旅先の疲れを癒すオールハンドのトリートメントやボディセラピーなどエステメニューも充実。

雪見の季節、桜の季節と、これからの彦根旅の拠点に大人世代がゆったりくつろげる「彦根キャッスルリゾート&スパ」を是非利用してみたいかがでしょう。

店舗情報

彦根キャッスル
リゾート&スパ
彦根市佐和町1-8
TEL: 0749-21-2001
http://www.hch.jp/

「自悠時間」読者プレゼント

**キャッスルビューツインルーム
1泊朝食付き ご招待券
ペア1組2名様**

※ご利用は2017年2月1日～3月31日までの期間。
※料理は季節により異なります。
※ご予約のうえ、お越しくださいませ。

present

ゴルフレッスン教室開催中！

スクール	受講日	実施時間	料金
高地プロスクール	毎週火曜	11:00～12:30 13:00～15:00	1回コース ¥3,240
	毎週木曜		4回コース ¥9,720
	毎週土曜		2回コース ¥5,400
廣田プロスクール	毎週土曜	10:00～15:00	8回コース ¥17,280
	もしくは日曜		12回コース ¥24,840

2時間打ち放題含む
男性/¥3,600 女性/¥3,100

※スケジュールの都合がございますので、お電話でお問い合わせください。
職場やサークルでのグループレッスンも受付中！
(夜間や昼間の時間等のご相談を承りますのでお気軽にご相談ください。)

グリーンピア近江八幡ゴルフ
お問い合わせ、お申し込みは TEL.0748(37)2010
近江八幡市倉橋部町146-5 営業時間10:00～23:00 (早朝6:00～10:00)

初心者～上級者まで
目標に合わせて、
分かりやすく効果的に
レッスンします！

LPGAティーチングプロA級
**吉井 泰恵 プロレッスン
予約受付中！**

毎週 月曜～13:00～15:00 / 18:30～
金曜～13:00～15:00
※Jrスクールも開催しております。
※詳しくはフロントまでお問い合わせください。

アクティブウェルネスフォーラム in 滋賀

健康寿命を延ばし、アクティブな生活を

運動・啓発イベント 初開催！

日常生活が制限されることなく、健康的に生活できる期間「健康寿命」と「平均寿命」は10年ほどの差があるとされています。



厚生労働省のホームページでは、身体活動量の増加によって冠動脈疾患、高血圧症、糖尿病などの生活習慣病の予防効果が示され、健康寿命を延ばすためには適度な運動を心がける必要があると言えそうです。

このフォーラムでは、実際に健康維持に効果的な体操やダンスなどを見学でき、アクティブにイキイキと過ごすためのさまざまなヒントを紹介いたします。

つい「動き出したくなる」情報が満載！

これまで特に運動をしてこなかった人も、「やってみたい！」が見つければ、「自然に治療」、「介護の予防」に役立ち、健康寿命を延ばすきっかけにつながるかもしれません。まずは一歩を踏み出し、情報収集に出かけてみましょう。

当日のスケジュール(予定)

- 13:00 オープニングセレモニー 主催者あいさつ
- 13:20 セミナー① 井花 春美 氏(日本健康運動指導士会)「アクティブエイジング! 運動がもたらすイイ効果」
- 13:50 ステージ発表 ダンス、体操など。地域でアクティブに活動する団体をご紹介!
- 14:30 セミナー② 小枝 美代子 氏(草津市老人クラブ連合会)「健康づくりは、生きがいづくり」
- 15:00 セミナー③ 花戸 貴司 氏(永源寺診療所)「元気に長生きしましょ」
- 16:10 シンポジウム 「健康寿命を延ばして地域でアクティブに過ごすには」
コーディネーター: 角野 文彦 氏(滋賀県健康医療福祉部次長) パネリスト: 花戸 貴司 氏、川本 勇 氏、ほか
- 17:30頃 終了予定

アクティブウェルネスフォーラム in 滋賀

2017年 2月1日(水) 13:00~

場所 コラボしが21 3F大会議室
大津市打出浜2-1
アクセス

- JR「大津駅」よりバス約7分
- JR「膳所駅」より徒歩約15分
- 京阪電鉄「石場駅」より徒歩約3分

■共催/滋賀県・株式会社パーフェクト・トレーナーズ



参加申し込み・お問合せ先

株式会社パーフェクト・トレーナーズ

TEL 077-561-5559
http://www.perfect-trainers.com
H.P お問合せフォームからお寄せください。



ゲストMC
川本 勇 氏
メディアプロデューサー、ミュージシャン、成安造形大学客員教授、ライブハウス・メディア制作会社(株)ユースト代表。現在、15年目を迎える人気テレビ番組「勇さんのびわ湖カンパニー」(BBCびわ湖放送)のプロデューサー兼メインパーソナリティー。



セミナー③
シンポジウムパネリスト
花戸 貴司 氏
平成9年から湖北総合病院にて小児科医として勤務、平成12年に永源寺町(東近江市)へ赴任。以来、永源寺診療所で地域医療を支えながらボランティアなど幅広い地域活動にも取り組む。



ステージ発表団体

大募集!

仲間と楽しく身体を動かしている団体・グループ

ダンス、フラダンス、健康体操などで輝く姿をアクティブウェルネスフォーラムで披露しませんか?

ステージ発表時間	8分程度(1団体)
募集団体数	3団体
しめきり期日	1月13日(金)

※会場・ステージの広さなど詳細は左記まで。



フランちゃん (3ヶ月) ぶくちゃんさま (彦根市)
元気すぎて暴れん坊!でも、かわいいので怒れません。困ったやんちゃん我が子です。夜の散歩が日課です!



あむちゃん (4歳) ちゅんたおさま (大津市)
やんちゃで元気でマイペース。つぶらな瞳で癒してくれます。



ミッキーちゃん (11歳) ノンタンさま (大津市)
人が大好き甘えん坊ワンコです。ヘルニアで歩けなくなったけど、手術で復活しました!



自慢のペット投稿コーナー

「癒し」「友だち」「家族」のように大切な、かわいくて、おもしろいペットを大募集!!



プリンちゃん (3歳)
保護犬のプリン。とってもいい笑顔を見せてくれるようになりました。



マロンちゃん (5歳) 食べるの大好き! なおちゃんさま (高島市)
ドライブ大好き!



ポン太ちゃん (1歳) もんちゃんさま (近江八幡市)
ゴルフボールをバターで打つと喜んで拾ってきてくれます♡



コスモスと一緒に笑ってますね! マロンちゃんは鼻にゴハンついて食いしん坊感満載??

ワン ニャン

ペットの写真大募集!!

ご自慢のペット写真を「自悠時間」に掲載してみませんか? 封書またはメールからご応募ください。

封書でのご応募

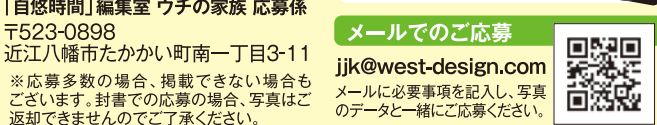
「自悠時間」編集室 ウチの家族 応募係
〒523-0898
近江八幡市たかひ町南一丁目3-11

※応募多数の場合、掲載できない場合もございます。封書での応募の場合、写真はご返却できませんのでご了承ください。

メールでのご応募

jjk@west-design.com

メールに必要事項を記入し、写真のデータと一緒にご応募ください。



フクナガ動物病院

心を含めた診療、最先端の医療技術・医療機器の導入
動物も飼い主様も不安にならない丁寧なご説明を大切にしています。

LINE@
フクナガ動物病院から素敵な情報をGETしよう! トリミング割引、ペットグッズの新商品などペットに優しい情報を定期更新しています。



上記QRコード「友だち追加」で登録!

近江八幡市中小森町308-27
TEL 0748-33-5333

営業時間 9:00~12:00/16:00~19:30
日・祝 予約制 (9:00~11:00)

CREA+ クレア動物病院

動物たちとの幸せな生活を創っていくサポートをいたします。
クレア動物病院は滋賀県大津市と草津市にまたがるグリーンヒルのプロムナード青山にある犬・猫・ウサギ・ハムスターなどを診療する動物病院です。
一般診療、避妊去勢・外科手術、予防接種、しつけ相談などの予防・治療はもちろん、ペットホテル、トリミングも行っており、トータルにサポートいたします。

大津市青山5-13-21 TEL 077-549-8123
営業時間 9:00~12:00/16:30~19:30
日・祝 9:00~11:00
定休日 水曜日

Dog Self Biwako Spa@TDH

湯船に浸かりリラックスできる、わんちゃんのためのセルフのコイン式お風呂です。
●小型犬~大型犬 700円 ●ドライヤー 20分 300円
※100円玉をご用意ください。



ネコちゃんもOK

彦根市田附町2022-11

TEL 090-9253-7734

営業時間 9:00~20:00
彦根ペット専用お風呂 検索

無料ドッグランあり

SEIYU 滋賀・京都・大阪・奈良・福井・岐阜・愛知エリアに158店舗を展開しているドラッグストアです。

DRUGユタカのシニアズデー

毎月15日16日17日 店内商品 10倍
3日間いつでも
2つのカードをご提示ください
※お会計の際は必ずご提示ください!
「Tカード」 「シニアパスポート」
即日発行 年会費無料

DRUGユタカで使えるお得なクーポン

有効期限 2017年1月31日(火)
店内商品 10%Off
3点まで1回限り
税込価格より

本クーポン券は、ご利用後回収させていただきます。
●ペーパー用品・粉ミルク・大缶・ベビー用紙おむつ・雑誌・カウチング化粧品・DPE・市町村指定ゴミ袋・調剤・食品(肉・米・野菜・くだもの・菓子・飲料・パン・食品・冷凍食品・冷蔵食品)などは割引対象外です。●コピー不可●他のクーポンとの併用はできません。●DRUGユタカ全店でご利用いただけます。

DRUGユタカで使えるお得なクーポン

有効期限 2017年1月31日(火)
お薬・介護用品・ビタミン剤・栄養ドリンク 20%Off
1点まで1回限り
税込価格より

本クーポン券は、ご利用後回収させていただきます。
●要指導医薬品・第1類医薬品の一部取り扱っていない店舗、持参品もございません。●「薬剤師」の在席時に相談のうえ、ご購入ください。なお「薬剤師」の在席時間は店舗によって異なります。●一部、割引券・クーポン券対象外表示のある商品、および割引対象外とさせていただきます。●コピー不可●他のクーポンとの併用はできません。●DRUGユタカ全店でご利用いただけます。

株式会社ユタカファーマシー 岐阜県大田市林町十丁目1339番地1
TEL/0120-803-330 HP/www.d-yutaka.co.jp

株式会社ユタカファーマシー 岐阜県大田市林町十丁目1339番地1
TEL/0120-803-330 HP/www.d-yutaka.co.jp

詳しくは店頭スタッフにお尋ねください



A この冬は薪ストーブの前に家族が集まりそうです。

B 空気の温度差をできるだけなくすため、玄関はフラットにしました。玄関横の納戸は、帰宅時の着替えや洗濯干しの専用スペースになっています。

C 奥様こだわりの造作洗面。かわいいモザイクタイルが印象的。

D 2階ホールは吹き抜けて空気の循環がよく洗濯物を干すスペースとしても大活躍です。

E リビングと壁で仕切られたスタディコーナー。息子さんの勉強や趣味のスペースとして。

F ロフトまで吹き抜きの開放的な大空間。断熱処理がしっかり施されているため、冬でもエアコン2台で家中がポカポカに。



注文住宅の暮らしを聞いてみよう◆草津市 K様

担当者のコメント

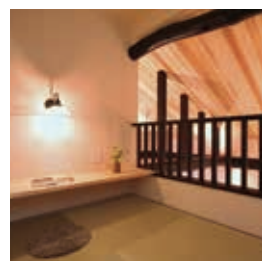
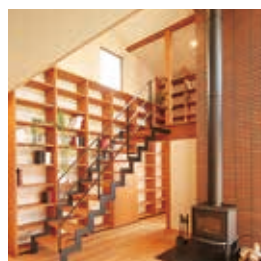
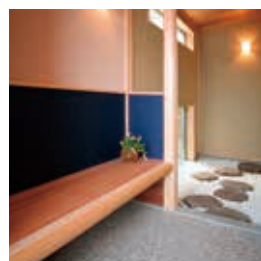
初めてお会いしたのは弊社の完成内覧会。ご案内の際の説明を熱心に聞いていただいたのを覚えています。その後、展示場へ家づくりのご要望が書かれたものをお持ちいただきました。K様の家づくりに対する気持ちがすぐ伝わりました。

そして、K様のご要望と私の建築を科学する設計スタイルとも合致し、ご契約いただきました。長く健康に住んでいただくためにも、構造、断

熱の性能を高めるのはもちろんのこと、どの部屋にいても同じ温度、湿度になるよう間取りや通風計画、日射計画し、またヒートショックや段差のないバリアフリー等の事故を未然に防ぐ工夫や、何十年後の生活スタイルにも対応しやすいような間取りや、玄関ポーチの階段をスロープにできる計画を盛り込んでいます。いつまでも快適で健康的な家で幸せに暮らしてほしいと願っています。

設計 柴田 亮介

WORKS



家族が 自然に集まる家

写真／山田雄太 インタビュー／畑賢治

それぞれの
居場所においても
家族の気配を感じる

家の中心にキッチンがあり、帰宅したご家族は自然にダイニングキッチンに集まります。傍らにあるスタディコーナーでは、息子さんが勉強や趣味を楽しんでいます。その背中にはリビングとの仕切りとなる印象的な漆和紙の壁があり、背面は本棚にもなっています。

K様ご一家が長年住んだ家を建て替え、この家での暮らしを始めたのは今年3月のこと。「一番気に入ってる場所は、リビング。ソファで横になると、天窓から雲が見え、心が落ち着きます」と話すご主人。「家の中には居心地のいい場所がたくさんあります。吹き抜けなので、みんながそれぞれの場所においても気配を感じ、コミュニケーションがとりやす

くなりました」と奥さま。この冬は、薪ストーブに火を入れ、家族で囲むのを楽しみにされているとか。

こだわりのタイルや照明
暮らしやすくなった動線

ぬくもりのある木の質感にキッチンや洗面所のモザイクタイルがアクセントになっています。夜はカーテンボックスに隠れた間接照明が壁を照らし、スポット照明はホテルのような落ち着いた雰囲気を出します。

玄関の横に着替えや洗濯物干しにもなる専用ルームを設けたことで、毎日がすっきり便利に暮らせるようになりました。「将来は風呂の外に自分たちで坪庭を作りたい」と笑顔で話すご夫妻。快適になった新しい暮らしを満喫しつつ、自分たちで手を加える楽しみが待っています。

「彦根」の農産物加工・販売 あす ぱらだいす しんが い ひこね新開館



今から50年前、新海浜周辺はホワイトアスパラの一大生産地でした。農家の数は減りましたが、今でも旬を迎える5月頃、県内で唯一ここ「あす ぱらだいす しんが い」で生のホワイトアスパラを買うことができます。

店外の水槽では、冬の風物詩の養殖ホンモロコが。「天ぷらや甘露煮にしたら最高です! 数に限りがあるのでお早目に!」

青木 喜彦さん



「おでんにはこの大根が美味しいよ。昔は青首大根だけだったが、今はメニューに合わせて大根の種類を選ぶ時代になった」
支配人 長束 由和さん



彦根の豆腐がラインナップ。こちらの油揚げは、味がついているのでフライパンで焼いて食べると美味しい。



塩トマトのソフトクリーム



カフェスペースHARE'sでは、地元野菜をふんだんに使ったお弁当やサンドイッチなどのフードメニューが評判。毎朝焼き上げられるパン、旬の野菜や果物を使ったソフトクリームやミックスジュースも人気!



農産物加工・販売 あす ぱらだいす しんが い ひこね新開館

彦根市新海町2191
TEL/0749-43-6611
営業時間/9:00~17:00 無休
<https://www.as-paradise.net/>



俳遊館

芭蕉の特に優れた10人の弟子“蕉門十哲”の一人・森川許六(もりかわきよろく)。彦根藩士であり、俳人の許六の影響もあり、彦根では古くから俳句が親しまれてきました。俳遊館のほか、彦根城周辺には誰でも自由に投稿できる俳句箱が設けられています。
開館時間/9:00~17:00
休 館 日/火曜日、年末年始
入 館 料/無料



半月舎

「出会いを楽しみに来てください」と笑顔で話すオーナー2人。半月舎には地元で引き取った古い本を中心に魅力的なデザインの雑貨やお気に入りの食べ物が並べられています。ゆったりとした空気が流れる店内、幅広い年齢層のお客さんが訪れます。
営業時間/12:00~19:00 定 休 日/水、木曜日



麺匠 ちやかぼん

「赤鬼うどん二代目(1,380円税込)」
二代目藩主・直孝をイメージしたうどんは、やわらかい近江牛の下にうどんが隠れています。上から赤味噌をブレンドした熱々の特製だし汁をかけていただきます。
営業時間/11:00~15:00
定 休 日/火、第2・第4月曜日



「近江牛にぎり寿司」
赤身 二貫(600円税込)
トロ 二貫(900円税込)

彦根で俳句に親しむ
「俳遊館」で
俳句に挑戦
あなたも
秋の思い出に一句!

おいしい休憩スポット
編集部
おすすめグルメを紹介

彦根の城下町 「夢京橋」周辺

白壁に黒格子の町家、石畳の歩道に彦根かるたを模ったレリーフ。城下町の風情を大切に伝統的な町並みを再現した“夢京橋キャッスルロード”は、飲食店や土産店が軒を連ね、人力車が行き交う賑やかな観光地です。通りを外れた脇道にもふと足を止めたい魅力的な店舗が点在しています。見て、食べて、体験して、改めて彦根をじっくり旅してみませんか。

写真/伊藤 勝重 文/八木 真紀



滋賀のいいとこいいもの探しましょ
ぶらり発見! おとなの散歩旅
Otonano-sanpotabi



比内地鶏 ほっこりや

「比内地鶏の親子丼(1,296円税込)」
“秋田にこんな美味しい鶏があるなら滋賀にも”という近江商人魂がきっかけでできた親子丼は、炭で焼かれた香ばしい鶏、多賀産朝摘み卵と甘い出汁のハーモニーが絶品!
営業時間/11:30~14:30 17:30~23:00
定 休 日/水曜日



ぶらり発見!
ご当地スイーツ
銘菓「埋れ木」
老舗菓子店「いと重菓舗」の創業は、1809年江戸期。彦根藩主の井伊家御用達として贈答品を手掛け、大老井伊直弼にもお菓子を納めていたとのこと。
直弼が青年時代を過ごした「埋れ木」にちなんで名づけられた同店の代表銘菓「埋れ木」は、餅粉に水飴を加えて練り上げた求肥(ぎゅうひ)で白餡を包み、和三盆糖と抹茶をまぶしたお菓子です。食べやすい一口サイズ、上品な甘さは、大切な人へのお土産にも最適です。



大人の歯相談室

Q 温かいもので歯がしみる
歯は削るほどに悪くなる?



最近、温かいものを飲むと歯にしみます。歯を見ても特に虫歯などは見当たりません。歯科受診は必要でしょうか？ また、歯は削れば削るほど悪くなると聞きました。本音が本当ですか？ 歯を削らないで、虫歯を治す方法はありませんか？ (57歳男性)

A 歯がしみるのは「知覚過敏」の疑い
虫歯の部分は除去が必要



夕照歯科医院 院長
かとう ひでなり
加藤 英材 先生
日本補綴歯科学会公認
の専門医および指導医・
歯学博士

歯肉が退縮し、歯根が露出してくると、虫歯でもないのに冷たいものや熱いものがしみる場合があります。知覚過敏と呼ばれるもので、程度に応じて処置がありますので受診をおすすめします。また、虫歯になって歯がやわらかくなると基本的にその部分は除去が必要となります。削れば削るほど悪くなるということはありませんが、その部位に磨き残しが多くあると再度虫歯になりますので、丁寧なケアが大切です。

あなたの歯「無料」でチェックします!

どなたでも
お気軽にお越し
ください!

大人の「歯みがき教室」開催

一生自分の歯で食べるために

日時 2017年2月18日(土)
14:30~

会場 夕照歯科(大津)

持ち物 普段使っている歯ブラシ



歯医者に行きづらい方へ

夕照歯科では、心身のさまざまな事情で「歯医者に行くのが怖い」、「歯科恐怖症」などの悩みを持つ方の相談も受け付けています。遠方からの相談実績もあり、お困りの方はお気軽にご相談ください。



患者様へ満足いく説明とチーム医療がモットーです! ●一般歯科 ●小児歯科治療 ●矯正歯科

大津
夕照
歯科



大津市大江1丁目11-9
TEL.0120-544-035
http://sekisyoushika.com/

夕照歯科

検索

草津
湖南
歯科



草津市草津町1511
TEL.0120-67-8470
http://www.konanshika.com/

湖南歯科

検索

滋賀 EVENT info

おすすめ情報

県内で撮影された映画、続々と公開!

映画



(C) 2016「海賊とよばれた男」製作委員会 (C) 百田尚樹 / 講談社

2016年12月10日(土)より
絶賛公開中!

原作は2013年に第10回本屋大賞を受賞、現在までに400万部を超える大ベストセラーとなった百田尚樹氏の小説。岡田准一と山崎貴監督が映画「永遠の0」以来、再びタッグを組んだ話題作。型破りな行動力で石油業に乗り出した主人公は、なぜ「海賊」と呼ばれたのか。その答えを探しに是非映画館へ。



<県内の主な撮影場所>
●松の浦水泳場 ●滋賀県庁

本能寺ホテル

2017年1月14日(土)公開予定

天下統一を目前に控えた本能寺に滞在していた織田信長(堤真一)と家臣の前に、突如「400年後の未来から来た」という風変わりな女性・蘭子(綾瀬はるか)が迷い込み、何とその日が「本能寺の変」が起きる前日だった...というファンタジックなストーリー。メガホンをとるのは、『HERO』など大ヒット作を手掛けてきた鈴木雅之監督。正月は時を越えた「歴史エンターテインメント」を楽しんでみては。



(C) 2017 フジテレビジョン 東宝 ホリプロ



彦根城(天守櫓)

<県内の主な撮影場所>
●彦根城 ●西教寺 ●湖南アルプス

【情報提供】滋賀ロケーションオフィス

彦根周辺の古寺巡礼

巡礼

「井伊家ゆかりのふく福めぐり」

彦根周辺の下記16社寺で「井伊家ゆかりのふく福めぐり」(2017年3月31日まで)を開催しています。専用のご朱印帳を提示すると、彦根城の屋形船乗船料やペロタクシー(自転車タクシー)などが割引になる特典がついています。ご朱印帳は、参加16社寺、彦根城お堀めぐり乗船場、彦根観光案内所、彦根観光協会にて販売中(1冊1,000円)です。それぞれの歴史に思いを馳せながら、ゆったり古寺巡礼の旅はいかがですか。



- 第一番 大師寺
- 第二番 千代神社
- 第三番 済福寺
- 第四番 宗安寺
- 第五番 天満宮 北野神社
- 第六番 埋木舎
- 第七番 滋賀縣護国神社
- 第八番 長寿院
- 第九番 龍潭寺
- 第十番 多賀大社
- 第十一番 金毘羅宮 慈眼寺
- 第十二番 青岸寺
- 第十三番 圓常寺
- 第十四番 西明寺
- 第十五番 金剛輪寺
- 第十六番 百濟寺

【お問合せ先】公益社団法人 彦根観光協会 TEL:0749-23-0001



大師寺



天満宮 北野神社



龍潭寺



圓常寺

西山 邦雄
(にしまくににお)
アマチュアカメラマン
山岳写真の会 白い峰会員
日本高山植物保護協会 会員
1948年滋賀県生まれ。15歳の頃より登山を始め、30歳を過ぎてから山岳風景や様々な高山植物を撮影するようになる。環境の変化などで自生が危惧される高山植物の保護活動にも加わる。



読者プレゼント 西山邦雄さんの富士山絵葉書Vol.2を10名様にプレゼント

絵葉書/待望の「富嶽十二景」Vol.2 が出ました!! 四季折々の美しい富士山の風景を12枚に凝縮。神々しい富士山の魅力をお楽しみください。

※本誌P20のプレゼント応募はがきをご利用ください。



錦向山から雨乞岳

鈴鹿山脈の御在所岳から西へ延びる支稜は雨乞岳を経て綿向山へと続く。晴れた日には蒲生・竜王町辺りから山容がくっきり見え、日野町のシンボルだ。

近年温暖化の影響の為に降雪量も減っているが、寒波到来の二月に登ると写真の風景に出合える。自然の作り出した美しい造形である。又天気の良い日は北畑の集落からも樹氷を確認する事が出来る。冬の登山道はしっかりとおりており初心者でも、冬山装備で登れば近くで樹氷を楽しむ事が出来る。降雪時の週末は多くの登山者で賑わう冬山の撮影スポットである。

用途、色いろ

豊富なカラーバリエーションで様々な用途に対応します。

水まわり補修シリーズ

防水シール

シリコン補修材

バスボンド®Q

20 ml

50 ml

色調:ホワイト、クリアー

色調:ホワイト、アイボリー、ライトグレー、ブラック、クリアー、アルミ

仕上がり時間スピードUP

当社比

シリコン補修材

バスボンド®Q

NET.50ml

防水ピタ貼り

- 密着性に優れたシリコン樹脂使用
- 仕上がり時間スピードUP(当社比)
- 水・熱(+150℃)・寒さ(-40℃)・洗剤などの薬品に強い
- チューブから押し出しやすく、簡単に補修できる
- カビが発生しにくい防カビ剤入り(クリアー、アルミを除く)

西山産業株式会社

各種塗料・接着剤・各種テープ・ワックス・塗装具の専門商社

〒520-2572 滋賀県蒲生郡竜王町西川1459-2
FAX (0748) 58-3045
http://www.nishiyama-s.jp/

お問い合わせ・資料のご請求は

TEL 0748-58-3040

Photograph

山岳
フォト
グラフ

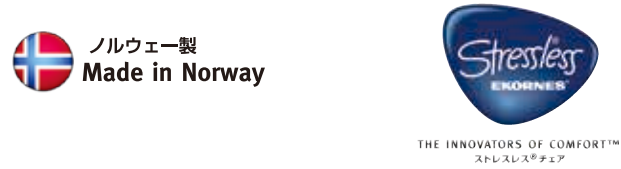
おちこちに山ありて

綿向山の樹氷

錦向山から南東山腹俯瞰



特典
ストレスレス®チェア
ご購入の方に
レザーケアキット
進呈



ストレスレスのない座り心地を

ストレスレス®チェア

-「快適さ」を追求して40年-

ストレスレス®は、ノルウェーのエコーネス社のブランドです。
厳しい冬に家の中で過ごす時間が長い北欧では、「北欧デザイン」と
よばれる、実用的かつ機能的な家具が多く存在します。
そして、ストレスレス®チェアほど、その快適性と機能性を極めた
家具は他にないといっても過言ではないでしょう。
「最高峰のリクライニングチェア」として高い人気を誇り、1971年の
発売以来40年を経て、世界50カ国以上で広く愛用されています。

自悠時間 アンケートプレゼント企画

ピュアスタイル商品券 **5,000円分** 抽選で **3名様**

本誌P20(右ページ)プレゼント応募はがきのアンケートに
回答し、必要事項をご記入いただきご応募ください。抽選で
ピュアスタイルで使える商品券5,000円分を3名様にプレ
ゼントいたします!【応募締切 2017年2月28日まで】

お孫さんへの贈り物に

学習デスクフェア2017開催中 学習デスク
ご契約特典
店頭価格より
5%OFF
5万円以上
ご購入の方

大切な子どもたちへ、一生ものの贈りものを。
学習机は子どもたちが初めて手にする自分専用の家具です。身体だけでなく心の成長期でも
ある大切な時期に、感性や自己管理を学ぶ場でもある勉強机をプレゼントしませんか?

Desk Collection 2017 県下最多展示数／50台以上展示中

sofji package Model

飛騨の匠がこだわるシンプルで
上質な学習机。
サイズ：W120cm×D70cm

cobrina

丸みのある優しい形が特徴。
トラブ建築設計事務所と協業。
サイズ：W95・105cm×D55cm

sofji package Model

サイズタイプが豊富なシリーズ。
お得なパッケージモデルも登場。
サイズ：W100～120cm×D60cm

marino kotoba

表情豊かな「節」を
デザインに取り入れたデスク。
サイズ：W110・120cm×D60cm

お客様のデスク設置スペースに合わせた、あらゆるサイズ/バリエーションをご用意しております。W=幅、D=奥行き

学習机お買い上げの方に **フロアカーペット** **デスクマット** **ベン立て** **プレゼント**

雛人形フェア2017開催中 雛人形
早期ご予約特典
5%OFF

大切なお子さまが、幸せな人生を送れますように…という
願いと真心がこめられた、美人揃いのお雛さまです。

「MISTY」

「夢かるた」

「星の花」

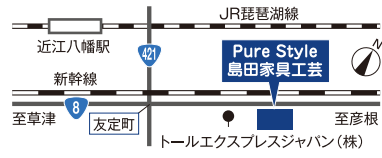
「私のおひなさま」

他にも多数展示しております。 ※画像と異なる場合がございます。

雛人形お買い上げの方に **オルゴール** **毛ばたき** **毛せん** **プレゼント**

Pure Style
SHIMADA FURNITURE

近江八幡市西生来町1229-3
国道8号線沿い
OPEN 10:00-19:00(木曜定休)
TEL.0748-37-7475



ピュアスタイル 滋賀 検索

<http://www.purestyle.co.jp>

ネットショップで様々な商品を取り扱っております

郵便はがき

切手を貼ってください

5230898

滋賀県近江八幡市たかかい町南
一丁目3-11

有限会社ウエスト内
「自悠時間」編集室

自悠時間vol.32
Pure style プレゼント係 行

Pure Style ～ピュアスタイル商品券プレゼント～ 専用応募はがき

ふりがな	生年月日(年齢)	性別
お名前	年 月 日(歳)	男・女
ご住所	〒	
お電話番号	—	—
Eメール		

PRESENT アンケートにお応えいただいた読者の中から抽選で
ピュアスタイル商品券(5,000円分)3名様にプレゼント
(応募締切／2017年2月28日)

※読者の皆様からお取り寄せ頂いた個人情報はプレゼント発送に使用するほか
個人情報を含まない統計的な資料作成に利用します。

郵便はがき

切手を貼ってください

5230898

滋賀県近江八幡市たかかい町南
一丁目3-11

有限会社ウエスト内
「自悠時間」編集室

自悠時間vol.32
プレゼント・アンケート係 行

「自悠時間」編集室では、希望された方全員に
読者会員限定の「イベント」や「セミナー」の案内をさせていただいております。

自悠時間からの案内(冊子送付)を ☐ 希望する ☐ 希望しない

※どちらにもチェックがない場合は案内を送らせていただく場合があります。

ふりがな	生年月日(年齢)	性別
お名前	年 月 日(歳)	男・女
ご住所	〒	
お電話番号	—	—
職業		

ご記入いただきました個人情報は、プレゼント発送以外の目的で利用されることはございません。
また、アンケートは本誌企画の参考にさせていただく目的にのみ使用させていただきます。

郵便はがき

切手を貼ってください

5230898

滋賀県近江八幡市たかかい町南
一丁目3-11

有限会社ウエスト内
「自悠時間」編集室

自悠時間vol.32
オトナノミカタ係 行

オトナノミカタ ～湖国のグルメプレゼント～ 専用応募はがき

ふりがな	生年月日(年齢)	性別
お名前	年 月 日(歳)	男・女
ご住所	〒	
お電話番号	—	—
職業		

PRESENT 彦根キャッスルリゾート&スパ
キャッスルビューツインルーム1泊朝食付き ご招待券
(応募締切／2017年1月31日)

ご記入いただきました個人情報は、プレゼント発送ならびに㈱エコ損保からの資料送付以外の目的で
利用されることはございません。また、アンケートは本誌企画の参考にさせていただく目的にのみ使用
させていただきます。

郵便はがき

切手を貼ってください

5280049

滋賀県甲賀市水口町貴生川91番地

鳥本製畳株式会社
本社 行

※遠方の方には発送いたしますので、アンケートにお応えいただき切手を貼って投函してください

❖ 井伊家の家紋入り畳縁コインケース引換券 ❖

ふりがな	生年月日(年齢)	性別
お名前	年 月 日(歳)	男・女
ご住所	〒	
お電話番号	—	—
Eメール		

PRESENT アンケートにお応えいただいた方全員に
井伊家の家紋入り畳縁コインケースプレゼント
(引換有効期限／2017年2月末日)

裏面のアンケートにお応えください