ハンケイ500m

vol. 023
2015

良い店には良い職人がいる。これが「京都らしさ」なのだろうか。
本物を知る「京おんな」のためのフリーマガジン。

市バス 岩倉操車場前（いわくらそうしゃじょうまえ）

TAKE FREE

北の果てで、
趣味と暮らしを
じっくり楽しむ。

西山翠嶂画伯 ゆかりの地「京柿」

この祇園八坂の「京柿」の地で私塾青甲社を設立、上村松篁、堂本印象、秋野不矩らを育てた。文化勲章受賞。

雪月花御膳	3,000円	鴨川弁当	4,000円
季節の会席	8,500円	京柿特別会席	12,000円

※税別　※税別

京料理・湯葉料理

雪月花

河原町すぐ
075-342-1777

京料理・湯葉料理

京柿

建仁寺すぐ
075-531-6600

http://kyoto-hanatsubaki.com

協賛／（株）ツルタ　京都メディカル（株）（株）ナイス

京都で「まんざら亭」といえば、
デートで使える和モダン居酒屋の先駆者。
10店舗を運営するまでになったこれまでの“一筋縄ではいかない”道のりを、社長の木下博史氏に語ってもらいます。
“一本筋の通った”何かが隠れていそうです。

まんざら、夢でもない話

第11回　移転オープンした2代目本店

スッキリとした町家格子が美しいまんざら本店の外観。本店名物の「あぶり鯖寿司」は絶品の旨さ。

開店から3年目を迎えた祇園店に自転車で通う道すがら、木下社長の目にとまったのは、河原町丸太町の少し南、眼科医だった町家に貼られた貸店舗の案内板。後にまんざら亭本店となる物件との出会いだった。

「あの辺は京都らしい街並みが残ってて ね、中を覗くと庭が見えたんです」。その後、偶然にもその物件を見てみないかという声がかかり、内覧することに。「見に行って即決でした(笑)。一歩中に入ったらばーんと広くて、天井も高いし、庭と蔵もあってね」。折しも、創業の地西賀茂の1号店は既に閉店しており、不在のままだった「まんざら本店」が、河原町丸太町下ル東側に、晴れて移転オープンしたのが2002年のことだった。5年前に改装し、町家格子が印象的な本店を贔屓にするお客は今も多い。

まんざら全店舗の内、最大のキャパシティーを誇る本店のオープンにあたり、これまでのスタイルとは趣を変えて、和食のレストランが店づくりのテーマとなった。天井が高くて開放的な1階にはテーブル席のみ。奥の蔵に個室を設けて、初めて男女別トイレも備えた。元々は材木商の邸宅だったという立派な町家、その贅沢な空間にスケール感のある新店舗が誕生し、改装費に数千万円という借金を新たに抱えたものの、社長自身は満足していた。

「でも、ここで店やるって言うと、ものすごく反対されたけどね、もっと真ん中でやったらええやんって、やってみたいと思ったら止まらへん(笑)」。そもそも、既に街の真ん中に数店舗展開していたにも関わらず、である。まんざら本店の誕生も例に漏れず、リスクよりも冒険心が勝った結果だったのだ。そして、ふたを開けてみると商売の女神は木下社長に微笑む。

「けっこう来てくれましたね、府立病院関係の人とか、弁護士や司法書士さん、若い人も」。当時の現役店舗としては5軒目、店舗数を増やし、借金を返しつつも売上のボリュームを追い求め、会社を大きくすることに喜びを感じていたのか？　実は全く違っていた。「自分の最大の喜びって、店舗数でもなければ部下に褒め称えられることでもなくて、お客さんが自分の考えたことにはまってくれた時が一番嬉しいよね。言葉は悪いけど、いつも罠を仕掛けて店を作るのが好きなんです」。新しい店を開く度に、どうすればお客さんに喜びや驚きを与えられるのか、このまんざらイズムは今も失われることなく、昨年12月には11店目の烏丸七条店がオープンした。

木下博史

きのした・ひろし／株式会社ステップ代表取締役。京都調理師専門学校（学校法人大和学園）卒業後、27歳でまんざら亭1号店を開業。現在、京都市内10店舗を展開するまんざらグループ代表としての活動の傍ら、今も三条高倉店の厨房に立ち、現場感覚を大切にしている。京都市出身の1957年生まれ。

まんざら本店

京都市中京区河原町通夷川上ル指物町321／☎075-253-1558／17時～24時／無休／www.manzara.co.jp

醸造のはなし

京都の文化の再発見！
酒で人の心に喜びをつなげたい。
京都伏見の流離（さすら）いの利酒師が語る、熱い想い。

vol.3 熟成濁酒

600年前の製法を貫く 伝承水酛（みずもと）仕込み。

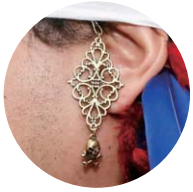
清酒発祥の地と言われる奈良の地で、600年前の室町時代と変わらない製法を貫いている酒蔵があります。香芝市の大倉本家で仕込まれる「伝承水酛仕込み 濁酒」は、お酒のもとになる酒母（＝酛（もと））の育成に生米が使われ、酒母からもろみへと姿を変える発酵の過程は、人の手をかけずに、蔵に住み着いた酵母に任せるのです。

水酛とは、奈良市郊外にある菩提山 正暦寺において創製された酒母のことで、現在の日本酒造りのまさに原型と言うべきお酒です。また、もろみを濾さずにそのままを瓶詰しているので、「飲む」よりも「食べる」感覚のお酒。野生化した酵母と乳酸菌の働きを生かしたその味は、天然のパワーに満ちあふれています。その力は杜氏の方も驚かれるほどで、定説では氷温保存するとお酒は活動を止め、味を保つことができるとされていますが、この濁酒はマイナス5度という過酷な環境下でも、元々かなりの甘口だった酒の味が熟成され、2年半後には米の旨みを残したスッキリとほどよい甘口に変わりました。「氷温でも変わりよった。あいつは偉い」と、酒蔵の社長も感心しておられました（笑）。

さらに、このお酒は、仕込みの度ごとに、味が違います。今では発酵の程度をコントロールして、味を均一化するのは簡単ですが、600年前の作り方にこだわると、仕込み当時の条件によって酸味の程度やガスの入り具合も色々だそう。それでも、伝承水酛仕込みで作る価値や、その意味をわかって飲んでほしいという酒蔵の思いに感銘を受けました。昭和7年より奈良県神社庁の委託で、伏見稲荷にもお神酒として納めていたというこの濁酒から強く感じたのは“ナチュラル”という概念です。この言葉に抱いていた「飾り気のない」「素朴」といったイメージが変わりました。極めて自然な伝承水酛仕込みの工程を自分も経験し、このお酒のようにナチュラルに、自分のありのままが誰にも真似できないものだったらいいなと思わせてくれました。そして、自らの本領を発揮させるのはありのままの姿に他ならないというメッセージをくれたお酒です。私自身のこのファッションも、様々なストーリーを持つ熟成酒のファンを増やしたいというメッセージです！

全国の愛好家から
大注目の
熟成濁酒です！

カカラ装飾品店
かわたあさこ作



プロフィール
店主 中畝康博
利酒師　ワインソムリエ
PADIスクーバダイビングインストラクター
海中熟成酒プロジェクト

中畝酒店
京都市伏見区深草直違橋6-291
☎075-641-5556

ハンケイ500m vol.023 2015

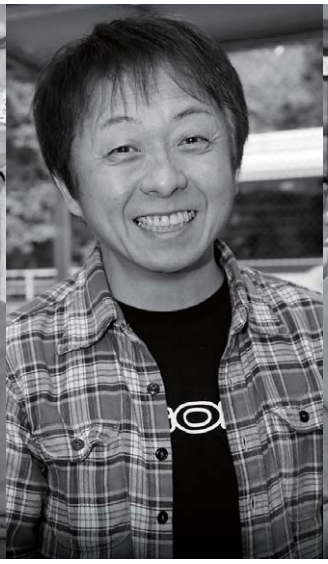
良い店には良い職人がいる。これが「京都らしさ」なのだろうか。
本物を知る「京おんな」のためのフリーマガジン。

京都の女性、いわゆる「京おんな」は、本物志向のこだわり屋として知られています。
昔から、京都の本物を支えてきたのは、伝統的な職人の技です。私たちは、京都の土壌における、「職人」というキーワードに着目し、独自の哲学、こだわりを持った人々を現代の「職人」と定義しました。そして、あるバス停から半径500mに限定し、足で歩いてじっくり探索。

本物志向を満足させられる店には、やはり良い「職人」がいる、ということに気付きました。
そして、この制作姿勢とコンセプトは、特集以外の全連載、全コラムにも寸分違わず息づいています。自分たちの足で稼いで確かめた、類いまれな職人の価値観と、そこで再発見した「京都らしさ」。この感動と面白さを読者の皆様にご紹介しようと思います。

今号の表紙
「Hyvää Uutta Vuotta!」
絵：森 華

清冽な空気を引っさげて、ふたたび新しい年がやってきた。世界へと広がるカステヘルミ色の空のもと、まっさらな希望を編み込んでいこう。
今年もよろしくお願いします。



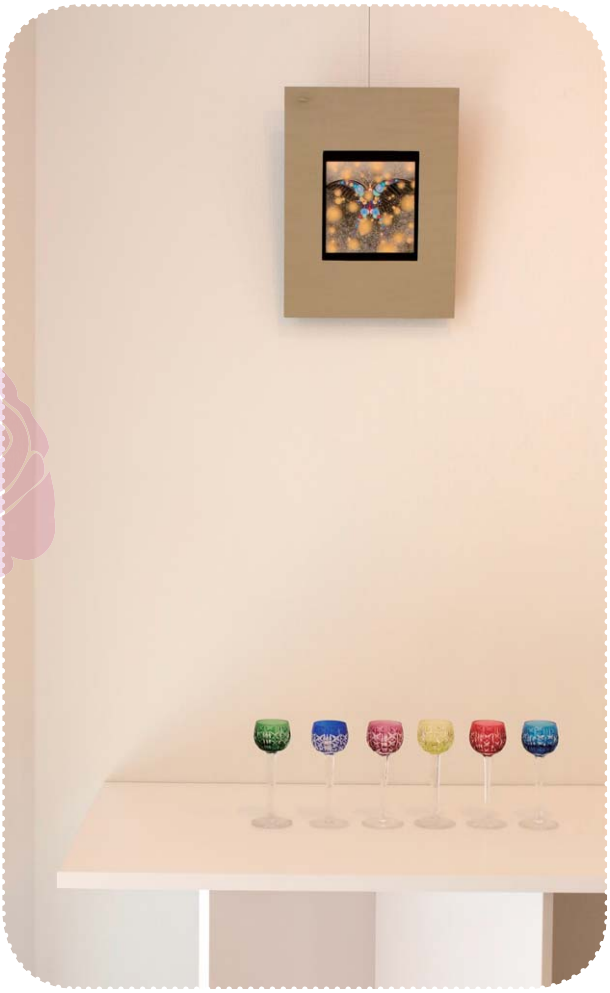
1 まんざら、夢でもない話……まんざら亭
2 醸造のはなし……中畝酒店
4 CHIMEKYOTO……ギャラリーN78

特集 岩倉操車場前 から半径500mを歩いてまわる。

6 ホンキートンク
8 カウニス・マーラ
10 ビゴーレ
12 リトル・メイ
14 グリルタカラ
16 バス停コラム「ドルフ」
18 つかさ通信……司モダンバレエ教室
19 子どもの睡眠を守りたいママの味方……京都西川
20 京おんなの南座NEWS
21 京都の節句を祝う……京都島津
22 ばんばんのこれがKYOTOらしさかな〜
23 いかづちルート……上賀茂神社
24 料理人の本領……京料理直心房さいき
25 彫金師から学ぶ……工芸工房紐舞
26 女性がキレイになる旅をコーディネート……チェルカトラベル
27 My Favorite News
30 HK500mコラム「笑い屋」……カネヨシ商事株式会社
32 綾部田舎生活コラム……原田商店
33 2015女子鍋セレクション
36 すっぴんトーク……ANBAN
38 BELLOTA column
39 BEST THINGS……フットクリエイト
40 RUSH LIVE at RAG2015／京おんなクイズ／編集後記
41 ハピカラ……トヨタカローラ京都
42 うすくち……松野醤油

CHIME KYOTO
ちょっとハッピー、一歩前へ。

素敵なモノをみつけて、
少しテンションが上がったり。
その後なんだか前向きになって、
思い出し笑いをしたり。
そんな小さなハッピーが、
ずっと続けばいいなぁ…。



白を基調としたシンプルなギャラリーに、オーナーの米山さんのコレクションを並べた。西嶋豊彦氏の版画「Luninous」とサン・ルイのグラス。

ギャラリーN78
米山 真由美さん

chapter.1
好奇心と探究心が導いたギャラリー。

「学生時代、〝ローマの休日〟に憧れて初めてイタリアを旅し、その素晴らしさに魅了されました。以後フランス・イギリス・イタリア・スペイン・ノルウェー、フィンランドなど、実に数10カ国以上を旅して来た米山真由美さん。「感動したのはスペインのサグラダファミリアと各地の美術館、オーロラです」。

旅を通して、その国の美術や文化に触れることで、また心躍らせて旅をする。そんな彼女の長年の繰り返しが「ギャラリーN78」のオープンへと導いた。

幼いころから絵を描くのが大好きで、絵そのものだけでなく、創作活動にも興味があったのだそう。「例えば絵画を観ていると、なぜその絵を描いたのか、どんな気持ちで？　なんてたくさん質問をしたくなってしまうんです(笑)」。実は現在、彼女は祇園で素敵なワインバーを営んでいる。

フランスの文豪が集まるサロンさながらに、上品で落ち着いた店内。飾り棚には、女性目線で選りすぐられた美しいバカラやサン・ルイのアンティークグラスが並べられ、伊万里の豆皿がさり気なく使われているのも素敵だ。まるでカフェにいるように、リラックスできる居心地の良さを米山さんが上手に作り出す。

「これはフランスを旅したとき、ものすごく気に入ってしまって。思わず買ってしまったんです」。サン・ルイのアンティークワイングラスをワイルドにトランクで持ち帰った米山さん。そんな彼女の好奇心は、仕事を通して京都の奥深い文化を勉強するきっかけにもなった。「私は宇治育ちなんですが、京都はやはり奥が深いです。仕事をしながらいろいろなことを毎日知れるし、多くの方々に巡り会えました。これは私の財産だと思っています」。

白川通の北大路を少し下がった東側。近頃は北欧が好きだという彼女のイメージで、「ギャラリーN78」は白を貴重に、シンプルなデザインでアレンジされている。「ここに、どんな方がなにを展示して下さるのか、今からワクワクしています！」。

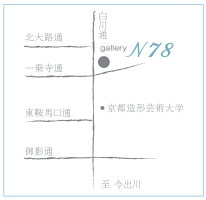
京都造形大学のすぐ側という立地を活かし、学生のアート活動も応援していきたいと、満面の笑みで語る。

日本画家、木村広吉氏の絵画。米山さんのワインバーに初めて飾られたもの。白い壁に日本画もしっくりと馴染む。

自然光が入るギャラリーにはサン・ルイのグラスが映える。

米山真由美
旅行業の専門学校卒業後、ホテル勤務の後、祇園でワインバーを開店。旅行を京都の伝統文化に触れながらアートに興味を抱き、北白川にギャラリーN78を開店。

gallery N78
京都市左京区一乗寺樋ノ口町8-1
(北大路白川下る1筋目東角)
090-1891-0078
gallery-n78.com

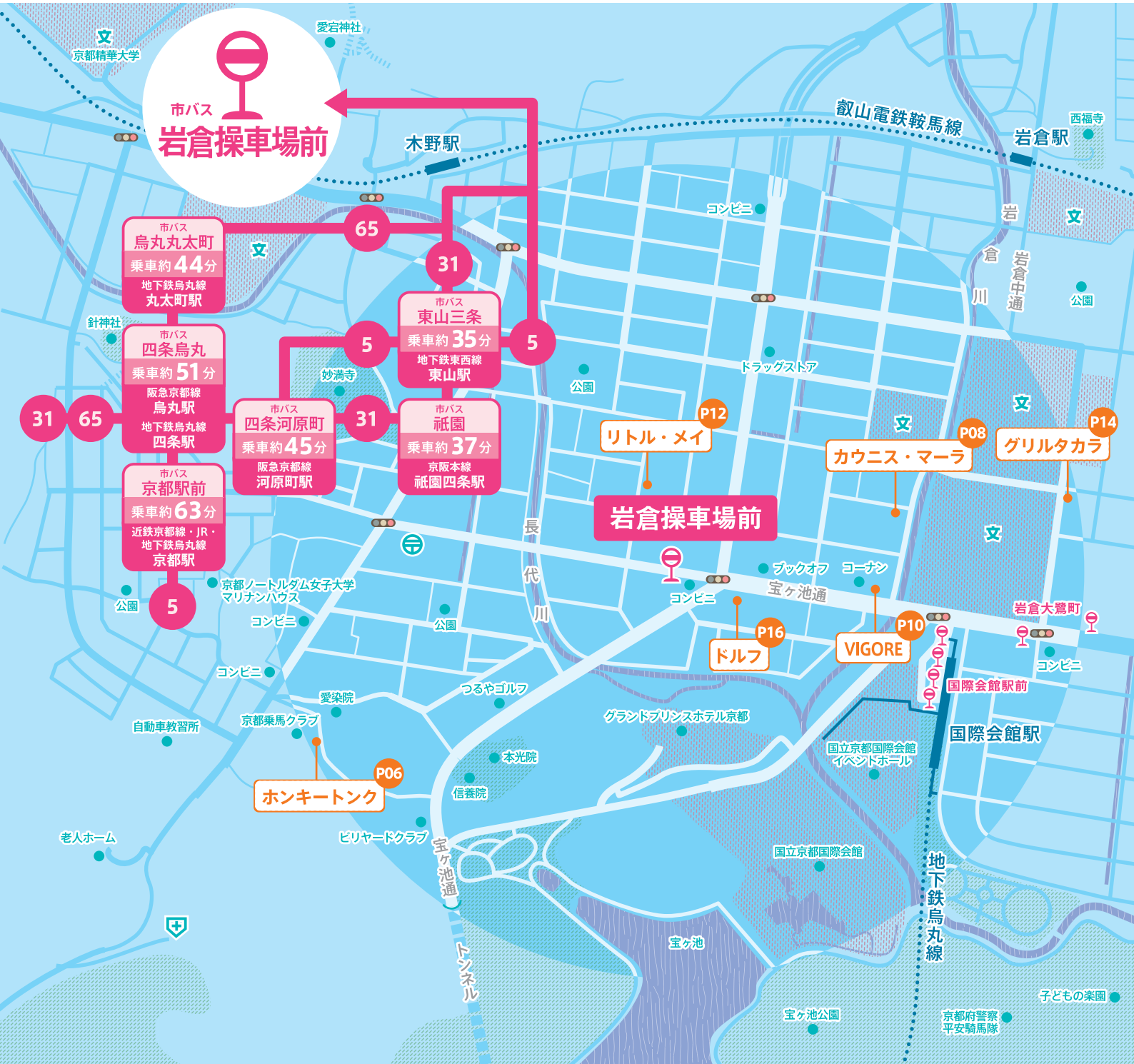


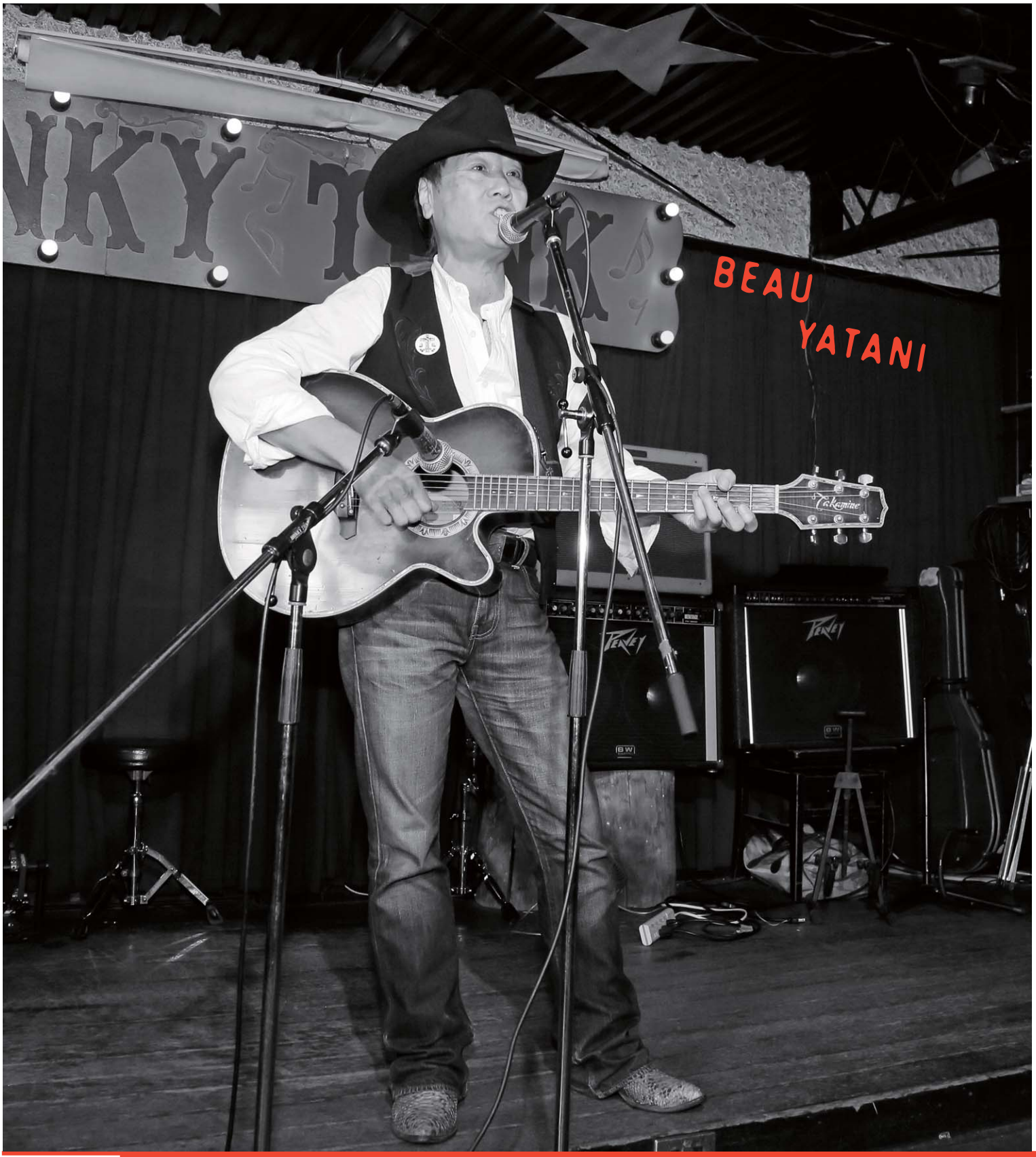
いわくらそうしゃじょうまえ

岩倉操車場前から半径500mを歩いてまわる。

協力：京都市交通局　乗れば始まるエコライフ ～環境にやさしい市バス・地下鉄～

京都の北の端っこに、自分の趣味とポリシーを貫く職人たちが集まっている。
雅やかな世界とはまた違った、これも1つの「京都らしさ」だと実感した。
少し冬は寒いけれど、故郷と風土が似ていたり、緑がこいしかったり、
住人たちは皆一様に、この地が好きだというところ。
いつもどこか垢抜けていて、街中とは違う目線のお洒落なゾーン。
それが維持されるのは、こんな人たちが住んでいるからに違いない。





扉の先はアメリカ開拓時代、レストランバー&ライブハウス。

「一生ジーンズを穿いて、死ぬまでカントリーやってます」。

ホンキートンク　オーナー　ボウ・ヤタニ

HONKEY TONK

緑豊かな宝ヶ池からほど近い、京都乗馬クラブの一角。馬場を見下ろしながら、白い階段を登って扉を開くと、異世界にトリップしたかのようだ。カウンターの止まり木で、カウボーイたちが酒を飲んでいそうな雰囲気すらあるレストランバー。ここがホンキートンクだ。

店の奥では、ステージが歌い手を待つ。創業は1970年、京都有数の老舗ライブハウスとしても知られる。

汗とグリースの匂いがする肉体労働者のための音楽

大柄でカウボーイハットとジーンズが似合うボウ・ヤタニさんは、1947年生まれ。16歳でカントリーを始めた。大学生が音楽を先取りする時代に、同志社大の同志社マジカルプレイボーイズに所属し、カントリーにのめり込んだ。

「カントリー以外の選択肢はジャズ、ハワイアン、タンゴだけでした。ロックやポップスはまだなかった。カントリーから派生したのがロカビリー。ギター一本で始められたのがフォーク。なお、その後フォークは一世を風靡しますが、創成期のメンバーは当時の仲間ですよ」。

カントリーのどこに魅かれたのか。

「西部開拓期、アーリーアメリカンへの憧れがありました。『駅馬車』のジョン・ウェインや『ヴァージニアン』のゲイリー・クーパー。かっこよかったです」。

卒業後、カントリーで生きると決めたヤタニさんは、演奏のできる場所が欲しいと、23歳のときにホンキートンクを開店。経営のかたわら、関西のライブハウスを回って音楽活動にのめり込む。

1973年、単身渡米。2年後に再度アメリカに渡り、ライブハウスに通い、現地のミュージシャンとのセッションで本場のカントリーに触れる。

「日本で一般的なカントリーは、いい大学のボンボンが楽しむ音楽。うそっぱちだと思いました、かくいう自分もその一員だったわけですが(笑)。アメリカのカントリーは、汗とグリースとセックスの匂いがする。季節に応じて仕事を渡り歩く肉体労働者、低所得者層のための音楽。乱暴な表現ですが、刑務所から出てきた男が聞きたがるような歌なんです」。

カントリーの真意を自分の言葉で伝えていく

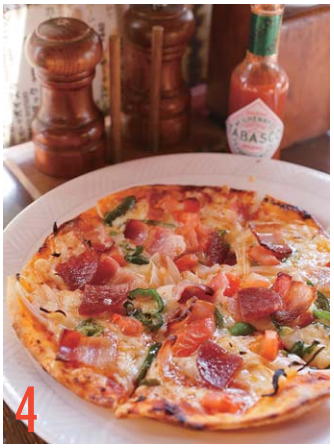
以来カントリー一筋で、プロとして音楽活動を続けるヤタニさん。還暦を過ぎて、曲のとらえ方が変化したと話す。

「特に、歌詞が気になります。なにを歌っているのか、きちんと伝わらないと意味がない。歌詞をハートのなかに入れて出す。それが歌手の仕事です」。

ジミー・ロジャースの『Peach Pickin' Time In Georgia』の英語の歌に、ヤタニさん自身の言葉で訳した日本語を交えて歌ってくれた。挿入されるヨーデルが印象的なカントリーの名曲で、「ジョージア州で桃の実が熟れるころ、女の子の尻を追いかけようぜ」、そんな不埒な歌詞だ。

年季の入った男の声は、どんな桃よりも甘い。心に浸みてくる。

歌詞をハートに入れて出す。それが歌手の仕事。



1／ライブ予定はホームページに掲載。ヤタニさんが登場する日も。2／青空に白い壁が映える。窓からの馬場の眺めは最高だ。3／かつて京都周辺の大学生が、車に乗り始めると背伸びをしてデートにくる場所だった。「当時からのお客さんも多いです」。4／自慢のアメリカン・ピザ。生地もソースもチーズのブレンドもオリジナル。ミックスとアンチョビ・オニオンが特におすすめ。

ホンキートンク

京都市左京区岩倉幡枝町1040／☎075-701-8015／13時 ～23時／定休日：水、第1、3、5火／http://www.honkytonk21.com/

北欧と京都の折衷、唯一無二のショップ＆カフェ。

「母国フィンランドの老舗の“いいもの”を、伝えたいです」。

カウニス・マーラ　店主　山本マリアリーサ

KAUNIS MARRA

ムーミンより、アンパンマンが好き。

今も続く北欧デザインのブーム。それに先駆けて2005年に開店した北欧雑貨の専門店が、カウニス・マーラだ。

幾何学模様のテキスタイルブランド、ヨハンナグリクセンを関西に初上陸させ、ビビッドな色使いのマリメッコをいち早く店に並べた。古くからの北欧好きには、京都でいち早く稀少なアイテムが手に入る店として知られている。

店主のマーラさんこと山本マリアリーサさんが景大（かげひろ）さんと結婚、フィンランドから京都にやってきたのは40年前だ。

フィンランドのカヤーニから京都の伏見稲荷へ

「主人とは学生時代、ペンパルとして知り合いました。文通を続けて、大学時代に彼がフィンランドに遊びに来てくれたんです。私の家族も日本人に会うのは初めて。近所の人がみんな見に来ました」。

深く考えずに結婚しました、とマーラさんは笑う。夫と伏見稲荷に引っ越してからは、朝の連ドラ『マッサン』を地でいく、異国での主婦生活が始まった。

「八百屋や魚屋で買い物のたびに、よくわからないままにお札を渡すと、ゴムでぶらさがったかごから、じゃらりとお釣りを返される。財布は小銭ばかりでした」。

その2年後、岩倉に居を構える。

「自然に囲まれて川が流れているところが、故郷のカヤーニと似ています。静かで、同志社と電車しかない時代でした」。

2人の子が成人して、子育てがひと段落したマーラさん。故郷の優れた品々を日本に伝えたい。そんな思いで店を構えて、もうすぐ10年になろうとしている。

店主ならではの包容力でフィンランドと京都を融合

陶磁器とインテリアのペンティック。老舗ロウソクメーカーのハビ。テーブルウェアのイッタラ。フィンランド製品には普段使いできる、飽きないよさがある。

「こういったデザインは、私にとって子どもの頃から日常的に身の回りにあるものです。今も年に1度は帰国して、最新の雑貨をチェックして仕入れます」。

加えていえば、マーラさんが好きなのはフィンランドの雑貨だけではない。

「ムーミンより、アンパンマンのほうが好き。日本の文化はすばらしいです」。

そう聞いてあらためて店内を見回してみると、和風のふくろうに浜千鳥ののれん、西陣織の帯に折り紙、アンパンマン。日本の雑貨が随所に置いてある。

「せっかくお友達にいただいたものですから、ぜひ飾りたいなと思って」。

日本人らしい感覚ですね、と指摘すると、「フィンランド人には『せっかくだから飾る』人は、あまり多くない。日本に長く住んで、私も変わったのかもしれませんね」と彼女ははにかんだ。

フィンランドをベースに日本文化を受け入れて、一つのかわいいショップにおさめてしまう。こんな包容力がある店主はなかなかお目にかかれない。マーラさんとのおしゃべりを楽しみに訪れる客も少なくないと聞いて、納得がいく。

1／店名は「かわいいマーラ」という意味。すべての雑貨は自分でセレクトする。2／マーラさんいわく「フィンランド人は世界一アイスにうるさい国民」。ラズベリーのアイスは乳脂肪分が高いのに、後味すっきり。確かにおいしい。3／シカの角のろうそく立てはペンティック製。遊び心がある。4／店内によく目を凝らすと、アンパンマンやふくろう。北欧ショップに日本が隠れている。

カウニス・マーラ

京都市左京区岩倉南四ノ坪町29／☎075-703-5055
13時~19時／定休日：月・火

自転車界の最先端を行く、オーダーメイド・ショップ。

「今、いちばんかっこいい乗り方は自然体で移動すること」。

ビゴーレ　オーナー　片岡聖登

VIGORE

自転車の美しさはどこまでも機能美。

片岡聖登さんは遊び人だ。コーヒー一杯100円が相場だった時代に、北山にあった高級喫茶店「ひいらぎ」で320円のコーヒーを飲む高校生だったといえば、その生意気ぶりは伝わるだろうか。

「高校の頃は自転車屋を継ごうとは思っていませんでした。ただ、手段としてのモノ作りが好きで。僕が『こういうものがほしい』と思ってもどこにも売ってなかった。たとえば洋服がそうです。だから、ミシンで自作していました」。

「ないものは自分で作る」片岡家三代の継承

片岡さんは祖父の代に創業した自転車屋の三代目。そのルーツは鍛冶屋だ。

創業者の四郎さんは、アマチュア自転車競技連盟の団体競技の監督を務めた経験がある人物だ。イタリア製の競技自転車では、日本人の体格に合わないと気づく。高度経済成長期の前後は運搬に向く自転車が売れ筋で、大企業はオーダーメイドの依頼をとりあってくれなかった。

ならば自分たちで作るしかない。祖父の四郎さんは、鍛冶屋の血筋か精密な金属加工が得意な二代目、父の保さんと一緒に、オリジナルの競技用自転車をつくりはじめる。そのブランドが、屋号でもある「VIGORE（ビゴーレ）」だ。

「イタリア語で精気、活力という意味です。祖父と父がVIGOREを立ち上げた1970年代、高級な競技用自転車はイタリアやフランスからの輸入が大半。カスタマイズできる日本製は見当たらなかった。東京からもお客さんが来ましたよ」。

手本となったのはやはりヨーロッパ製だ。ランプや金具の継ぎ目。ディティールのデザインがいちいちかっこいい。

「自転車のパーツの美しさって、芸術じゃないんです。自然がそうでしょう？葉っぱの葉脈には意味があって、その結果美しい。どこまでも機能美なんです」。

移動の道具としての自転車がかっこいい時代に

学生時代は、スキーに夢中になる。

「遊んだおかげで、優れた道具が遊びをサポートしてくれると実感しました。いい板に乗ると、いい手袋も揃えたいし、いいホテルにも泊まりたくなるんです」。

そんな片岡さんの興味が、競技用だけではなく、遊ぶ道具としての自転車に広がったのは自然な流れだった。マウンテンバイクが登場した直後の80年代にはカリフォルニアの森で遊び倒した。90年代にはトライアスロン、週に8回プールに泳ぎに行くほど熱を上げた。

いずれも、その後5〜15年遅れで日本に根付いたのは周知の通りだ。

「マウンテンバイクやトライアスロンは、自転車を使った遊び方の一つ。自転車はコミュニケーションツールなんです」。

遊びを先取りしてきた男は今、移動の道具としての自転車に魅力を感じている。

「気負うことなく、自然に乗っているのがいちばんかっこいい。その一台があると山や街、旅での移動が楽しくなる。そんな乗り方を提案していきたいですね」。

ビゴーレ

京都市左京区岩倉四ノ坪町55／☎075-791-6158／火〜金13時〜19時半、土・日10時半〜19時半／不定休／http://vigore.co.jp/

1／カラフルな色見本とサドルの数々。世界で一台の“相棒”はこの工房で生まれる。2／複雑な形状のパーツが、店内のいたるところに転がっている。3／緑によく映えるビゴーレの自転車。青いフレームは機能美そのものだ。4／この岩倉には日本全国のビゴーレファンが集まってくる。気になるお値段は「10万円以上20万円以内ぐらいを予算にしていただければ、選択肢は広がります」とのこと。

元客室乗務員が経営する、硬派なペットグッズショップ。

「ドッグフードは、とりあえず全部食べてみます」。

リトル・メイ　オーナー　角谷雅代

LITTLE MAY

「親に怒られると家から逃げて、庭の犬小屋で寝ている。そんな子どもでした」。

いつも犬がそばにいるのが当たり前だったと話すのはペットグッズ専門店、リトル・メイのオーナー、角谷雅代さんだ。

角谷さんは札幌出身。かつて客室乗務員だった物腰のやわらかさとは相反して、犬と猫への思いはストレートだ。

「ペットは生き物です。動物であってマスコットじゃない。勘違いすると、人間もペットも不幸になってしまいます」。

日本で飼われる犬は約１０００万頭の一方で、年間殺処分される犬は約８万頭。

かわいがる対象としてだけでなく、一緒に生きるパートナーとして、動物の命を大事にしてほしい。そんな思いは、世界の事情を目にしたことで、強くなった。

「犬は自然の一部」、欧州の動物観に共感

かつて海外渡航のたびに各国のペット事情を視察していた角谷さんは、ヨーロッパと日本の動物観の違いに愕然とする。

「日本みたいに、生まれたての幼犬を店頭の檻に入れて、店頭展示して売る国はどこにもありませんでした」。

そもそも、ヨーロッパのペットショップに犬はいない。犬が飼いたい場合は、ブリーダーに相談して誕生を待つ。生後4か月ほどは親兄弟と過ごして、犬としての社会性を身につけるのを待ってから、犬は飼い主に引き取られていく。

「日本でも２０１３年に法律が改正されて、生後56日より幼い子犬の販売は禁止されるようになりました。でも欧米のように自然の一部として生き物を尊重する考え方は、根付いていません。殺処分や高齢化、しつけ。犬をとりまく問題は、人間社会の縮図だと感じています」。

角谷さんの問題意識の種は、理想的な人とペットの関係を導く用品の販売というかたちで、２００３年に開花する。

ペット用品のセレクトに信念が表れる

店に並ぶのは一見、なんの変哲もないペット用品。しかし角谷さんの話を聞くにつけ、すべては信念の表れと気づく。

「ペットフードは極力無添加、素材そのままのものを置いています。とりあえず、全部自分で試食します。馬の肺や豚の鼻はワンちゃんたちの大好物ですよ(笑)」。

ペットのための服は売れ筋商品と知っているが、敢えて店頭には置かない。

「毛足が短い、あるいは足が短い犬種の場合、防寒のため着用させたほうがいいケースもあります。ただ、飼い主が擬人化のために着せるのは違うかなと」。

角谷さんは続ける。

「飼い主と犬種のミスマッチはお互いを不幸にします。長い散歩のお供に、心臓の弱いフレンチブルは向きません。アレルギー体質の飼い主さんには、下毛が少ないトイプードルがおすすめです」。

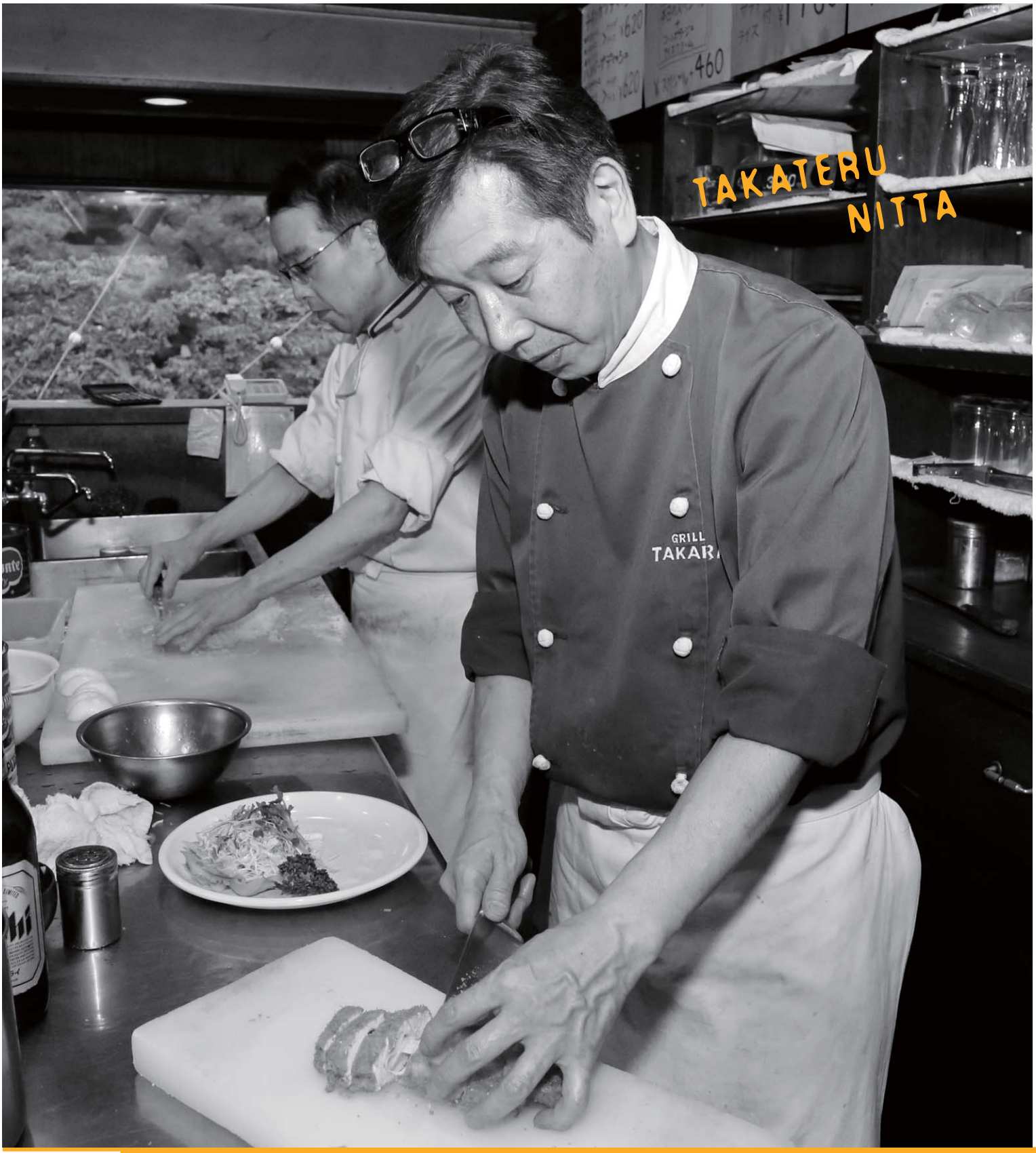
角谷さんは犬と人の幸福な関係を熟知している。犬好きや飼いたい人は、まず会話を楽しむ気持ちで、リトル・メイを訪れるといい。新しい発見があるはずだ。

マスコットじゃなくて ペットは生き物なんです。

１／よく考えられたリードやおもちゃは、ペットとの理想的な関係を生む一助になる。「散歩中、飼い犬に『どっちに行きたい？』と聞くような飼い主は勘違いしてますね。主従を示さないと犬が混乱します」。２／岩倉の高級住宅街のなかにある、落ち着いた雰囲気の一軒家が店舗。角谷さんは保護された犬の引き渡しに積極的だ。「雑種は丈夫で賢いから、飼いやすいですよ」。３／選び抜かれたペットフードの数々。

リトル・メイ

京都市左京区岩倉東宮田町
21-3／☎075-711-6549
11時~18時／定休日：水



創業35年、同志社生とともに歩み続ける洋食店。

「毎日来るお客さんが多いから、毎日食べても飽きない味にしています」。

グリルタカラ　オーナーシェフ　新田隆輝

GRILL TAKARA

この店を良心的と言わずして、どの店を呼べばよいのか。チキンカツディッシュがたったの620円。ソースはオニオン、トマト、カレーの3種から選べる。

「モモだと脂が濃すぎるので、皮を外した国産のムネ肉を使っています。女の人も召し上がっていただきやすいように」。

きれいな薄ピンク色をした鶏肉に、細かいパン粉をつけて、そっと揚げ油に落とす。じゅわわわと音を立てて、間断なく小さな気泡が上がり始める。

しばらくすると上品なきつね色に揚がったチキンカツが、千切りの野菜とマカロニサラダを従えて、目の前に運ばれてくる。いただきます！　酸味の効いたトマトソースをからめて口に運ぶ。衣が軽く当たりが優しい。洋食にありがちな、胃もたれ感がまったくない。満腹感がウリのいわゆる学生食堂とは一線を画す。

体育会学生をはじめ同志社の胃袋を支える

同志社高校の東側、ガラス戸を開いた内階段を2階に登ると、そこがグリルタカラだ。気づかれにくい店構えだが、昼時にはビジネスマンや学生が連れ立って、ぞろぞろと屋内に吸い込まれていく。

キッチンで腕を振るうのは、オーナーシェフの新田隆輝さんだ。

かつて岩倉には同志社大学の運動施設が置かれ、多くの大学生が汗を流していた。現在は京田辺に移転。

1階で母の八重子さんが、サンドウィッチを販売していた。育ちざかりの高校生と体育会学生の胃袋を支えるべく、ホテルで働いていた新田さんが2階にグリルタカラを開店したのは1980年だ。

「同志社関係のお客様が多いです。高校で英語を教えておられたジェフ・バーグランド先生は、お父さまからお孫さんまで、4世代でお越しくださっています」。

同志社大学ラグビー部が日本一の強さを誇った時代も、ずっと見守ってきた。

「平尾誠二や大八木淳史もよく来ていましたよ。120kg超えのラグビー部員がうちの椅子をつぶしたこともあります(笑)」。

あの頃はファンの女の子たちもすごかったですよ、と往時を振り返る新田さん。そのまなざしは、まるで教え子の話をする教師のように温かい。

仕込みに時間がかかるのに売るのはあっという間。

毎日食べたい味を保つための手間と努力

リピーターが多いから、毎日食べられる飽きない味にする。そしてその味を変えないように神経を遣う。

「トマトソースはピューレを裏ごし、野菜とベーコンで3時間煮込む。マカロニサラダはブイヨンとマヨネーズを合わせて軽めに。ドレッシングも自家製です」。

自慢は8時間煮込んだ牛タンだ。2日前に仕込み、1日寝かしてから提供する。

「料理に手を抜くことは絶対しません。仕込みにすごく時間がかかるのに、売り切れるのはあっという間なんです」。

こんな良心的な洋食屋があるなんて、岩倉の同志社生がなんともうらやましい。

1／昼時には店内がお客さんで埋め尽くされる。一番人気はコルドンブルー、次点はチキンカツのオニオンソースがけだ。2／チキンカツディッシュのトマトソースがけ。「毎日食べても飽きないようにするため、味を強くしすぎないように気を遣います」。3／ハンバーグの仕込みで、一度に3kgの玉ねぎを切る。「機械を使うと玉ねぎの繊維が壊れる。手で切らないと味が変わってしまうから」。取材中も手が止まることはなかった。

グリルタカラ

京都市左京区岩倉大鷺町525／☎075-722-7461／10時～20時／定休日：月

岩倉といえば「ドルフ」。あのレストランを知っているか？

「むかしは、山と川と同志社しかなかった」。
そんな岩倉を高級住宅街にのし上げた立役者が、
コーヒーレストランのドルフだ。
本物がある店に、岩倉の人々は足を運び続ける。
ドルフ店長の近藤将之さんに話を聞いた。

宝ヶ池通りに面したレンガ造り風のどっしりとした店構え。フロアの中央にある暖炉ではくべられた薪が燃えている。食器はイタリアン・フルーツの柄でおなじみの高級磁器、リチャード・ジノリ。

京都有数のデートスポットとして関西近県のナンバープレートが駐車場にずらりと並んだバブル期を経て、今もハイソサエティな雰囲気を失うことのない店だ。

30年以上この店の主を務めた堤健次さんから、奈良出身の近藤さんが店長の座を引き継いだのは2011年のことだ。

「堤さんはなんでも知っている方です。僕はまだ店長3年目。ドルフを引き継いでいくのに必死です」。

バブル期には、岩倉周辺には高級車で訪れるにふさわしいゴージャスな店が並

いちばん前のバス窓から

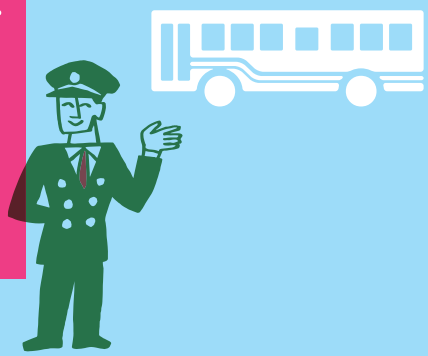
運転中はしゃべれないから、ぜひここで……

☻「岩倉操車場前」の雰囲気は…周辺の山々を見渡せるので、たいへん開放的に感じます。また、比叡山を一望できるので、マイナスイオンあふれる四季折々の風景を楽しんでいます。近くには、枯山水式の庭園で有名な円通寺があり、お客様から場所を尋ねられることがあります。

☻終点として、ほかのバス停と異なるところは…京都駅をスタートして、繁華街を通って、多くのお客様に乗り降りいただいた後、自然豊かな風景を見てほっとします。比叡山に「お帰りなさい」と声を掛けられているような気になります。

☻お客さんの層は…ご年配の方が多いです。その中に語学に長けた方がおられまして、外国のお客様からのお問合せの際、そっとフォローしてくださいます。

☻キツネ坂を越えると空気が変わると言われていますが…早朝に九条車庫から「岩倉操車場前」へ向かう間、窓を開けて走っていると、気づかぬうちに窓を閉めており、キツネ坂を上りきる時には完



IWAKURA SOUSHAJO MAE

ドルフ

京都市左京区岩倉東五田町４／☎075-722-2367／９時～22時半

んだ。そのほとんどが淘汰されて姿形もないが、ドルフが残ったのはなぜか。

「高すぎず、安すぎずで本物を提供する。普段よりも少しリッチな気分を味わえる、絶妙な設定がよかったんだと思います。質を維持して、少しでもいいものを出そうとする姿勢はずっと変えてません」。

ドルフはコーヒーがおいしいだけでなく、フードメニューが充実している。厨房を覗くと、磨かれたフライパンがスタンバイ。出番を待っている。

「ビーフカレーに使うのはサーロイン。スープのベースや使う素材、かけている手間を考えると、普通の喫茶店のクオリティは優に超えていると思います」。

店内には広いテラスがあり、日差しが差し込む窓からは庭の欅が見える。

「夜には欅がライトアップします。毎年庭のどこかに手を入れています。気づく人は少ないかもしれませんが、きれいな庭のある駐車場であれば、お客様は気持ちよく車を出してくださるかと」。

基本的に、常連客が多いという。

「午前中から昼にかけては年配の方が多いですね。若い方は、隣りのフーディーズカフェ・ニフティに行かれます。同志社の関係者、父兄の方もお見かけします。11月の紅葉シーズンには、県外のお客様もたくさんいらっしゃいました」。

ネクタイなんかしていなくても入れるのに、どこか品がある。岩倉は、住む人と店がその街のクオリティを上げる、代表的な事例なのかもしれない。

全に閉じています。夏は涼しくて心地よいです。

☻運転していて注意していることは…平安神宮、銀閣寺などの観光地を通るので観光路線と思われがちですが、「岩倉操車場前」に近づくにつれて生活路線の色合いが強いです。ご年配方や子ども連れのお客様も多いので、転倒事故が起きないよう細心の注意を払って運転しています。

京都市交通局NEWS

市バス・地下鉄で高島屋京都店・京都マルイに来店「ecoスタンプキャンペーン」を実施！

市バス・地下鉄をご利用のうえ、高島屋京都店、京都マルイでお買い物をすると、市バスまたは地下鉄で利用できる乗車券がもらえる「ecoスタンプキャンペーン」の期間を拡大して実施します。

■実施期間　実施中～平成27年1月31日（土）まで

■内　容

●市バス・地下鉄をご利用のうえ、高島屋京都店、京都マルイにて5000円以上のお買い物をしていただくと、スタンプを1個押印します（1日につき1個までとします）。

※お買い物日当日に市バス・地下鉄をご乗車いただいた利用実績がわかる、以下の対象乗車券をお持ちの方が対象です。

●期間中にスタンプ6個を集めると、市バス・京都バス一日乗車券カードまたはトラフィカ京カード（500円券）どちらか1枚と交換していただけます。

■スタンプカードの発行及び押印、乗車券の引換場所

高島屋京都店　1階正面案内所及び7階コンシェルジュカウンター

京都マルイ　1階インフォメーションカウンター

※スタンプカードの発行は平成27年1月15日（水）まで。

※乗車券の引換は、平成27年1月31日（金）まで。

（対象乗車券）

市バス・京都バス一日乗車券カード、京都観光一日・二日乗車券（山科・醍醐拡大版含む）、トラフィカ京カード、市バス専用回数券カード、スルッとKANSAIカード、市営地下鉄1dayフリーチケット、京都観光一日乗車券「京めぐり」・「いい古都チケット」・「京阪みやこ漫遊チケット」、「京都地下鉄・京阪大津線1dayチケット」、「京都地下鉄・嵐電1dayチケット」、「京都嵐山・びわ湖大津1dayチケット」

バレエを
もっと身近に！

つかさ通信 VOL.3

〝躍動する美しさ〟をテーマに、ひたすらにモダンバレエを創作し続けている振付師がいる。河原町二条に関西本部をおく司モダンバレエ教室の代表 司延子さんである。「私はただ踊りを創り続けていたい」という彼女の教室の活動と魅力について伺っていく事にした。

上／29回京都発表会Ⅲ部より
舞踊公演用作品「カルタゴ」
下／大人～学生モダンバレエクラス
（じっくり柔軟、ストレッチをした後はバーレッスンもしっかりと）

ハンケイ読者に送る

モダンバレエで、うつくしBODY！ ワンポイント講座③

ロボットダンスのような動きで、肩こりを解消しましょう。

●お稽古の仕方

❶まず「気をつけ」に立ちます。頭が、くるぶしの上にあるように意識して軸を通すように背を高く立ちましょう。
❷つま先を軽く開き両足を肩幅に立ちます。重心は真ん中に。
❸腕をまっすぐ身体の横に伸ばし、手のひらを身体の側面に向けます。手の指先もピッタリと付け合わせましょう。ロボットのように身体を固めます！
❹1から6まで数えながら、肘を徐々に折りまげ手の平を上昇させていきます。この時に肩を上げて、アンダーバストまで上がるように。
❺7の時に、床に**手を刺すように肘を伸ばします。**
（8は動かない）
❻❹に戻り、8回ほど繰り返します。
※1、2で右手だけ。3、4で左手だけ、と慣れてきたら片手ずつもやってみましょう。
顔が前に出ないように注意しながら、1日に3分ほど。肩が軽くなるはずです♪

1～6

ここがポイント

昔はバレエと言うと、敷居が高く女子の憧れの習い事のイメージだったが、最近では「大人のバレエクラス」も人気で、また若手バレリーナが早期に独立開業する人が増えた為に小さな教室が増えた事で、身近に出来る習い事の一つにかわってきたようだ。しかしながら、いざバレエを習おうとする時「一体どこで習えばいいの？」と悩まれる方も多いのではないだろうか。

現在、司モダンバレエの関西総支部長を務める増田さんは、幼少時代からクラシックバレエを習っていたが諸々の事情で中学生の時に辞めてしまう。しかし「舞台にもう一度立ちたい」と言う思いだけは捨て切れず、高校入学と同時に京都市内の様々なバレエやダンスの教室を探し始める事になる。そこでめぐり逢ったのが、その頃、関西からの多数の要望に応えて設立され、5年目を迎えていた司モダンバレエ関西本部教室だ。

初級クラスを見学した時「クラシック時代にかなり厳しい指導を受けていた私から見ると、技術的にはそれほど高くないなと思った生徒さん達が、踊りの練習になると、別人のように本当に美しく躍動的で、まさに《踊っている》姿を見て衝撃を受けました」。昔から合同公演などで、モダンバレエというものは知っていたつもりだったが、想像していたものとは全く違うものが、そこにはあったという。その場で入会し、お稽古を始め出した増田さんだが、レッスンを重ねるほどに夢中になっていき、振り返れば現在までの25年間は、あっと言う間だったと言う。そんな彼女が、司モダンバレエでもっと衝撃を受け感動したものがあると言う。それは子供たちのモダンバレエの世界だそうだ。

司先生に振付けられ、無心に踊る小さな子供達のモダンバレエは、自分が子供時代に親しんできたグリム童話などの物語の世界のように、優しく語りかけてくるものであったのだ。興味深いこの話は次回に続く！

「司モダンバレエ30周年記念　京都発表会」～びわ湖ホール大ホールにて～

平成27年3月22日（日）　13：30開場　前売券1620円／当日券1900円（全自由席）
チケット申込、体験レッスンの問合せは075-222-0670（司バレエ）またはtsukasaballet@gmail.comまで。

※**「バレエが貴女をかえる！」**30代～ 80代の女性の方に向けたストレッチモダンバレエの体験レッスン会　2000円 定員60名
次回は1月19日（月）10時～ 11時15分(3 ヶ月毎に開催、申込み受付中)　ホテルオークラ 宴会場 翠雲の間にて

新米ママ必見！

子どもの睡眠を守りたいママの味方

【第一話】子どもの成長と睡眠

子ども（赤ちゃん）にとって睡眠は大切なモノ。睡眠の専門医遠藤拓郎先生にお話を伺いました。

―先生、子どもの睡眠にとって大切なことはなんでしょうか？

遠藤　睡眠のサイクルに影響を与えるのは体内時計です。朝起きて夜眠る、という生活習慣を本能的に行わせるのが体内時計です。生後しばらくすると、体内時計が機能し始めます。この時、大切なことは正しい睡眠習慣を身に付けることです。

―正しい睡眠習慣ですか？

遠藤　そうです。正しい睡眠習慣のために重要なことは、まず朝太陽の光を浴びて、しっかり起きることです。

―わかりました。ところで子どもの睡眠は大人に比べて長いですよね？

遠藤　大人の睡眠が健康維持、疲労回復を主な目的としているのに対して、子どもの睡眠には「脳の発達とカラダの成長」の要素がプラスされているからです。

―なるほど。

遠藤　子どもの睡眠にはレム睡眠が多いことも特徴です。現在の研究ではレム睡眠時に脳を発達させているのではないか？と考えられています。子どものカラダの成長に欠かせない成長ホルモンは、眠ってから3時間くらいのノンレム睡眠に多く分泌されます。

また体力や肌力という言葉があるように、眠るためには睡眠力が必要です。睡眠力は若いときには強く、加齢と共に落ちていきます。生まれてすぐの赤ちゃんは十六時間以上、二歳児では約十二時間くらい眠るのに対し、七〇歳になると六時間くらいしか眠れなくなるのは睡眠力が落ちるからです。

睡眠力が落ちて眠れなくなってしまう前に、しっかりとした生活習慣を確立することです。特に子どもの時から睡眠教育に取り組むべきだと思います。

―生活習慣と睡眠教育ですね。

遠藤　そうです。決して難しいことではありませんよ。正しい睡眠習慣とはダラダラ寝かせず朝起きて太陽の光を浴びること。昼間にしっかり活動させ、夜には寝かせることです。赤ちゃんの時からこの習慣をしっかり身につけるように取り組むことをオススメします。

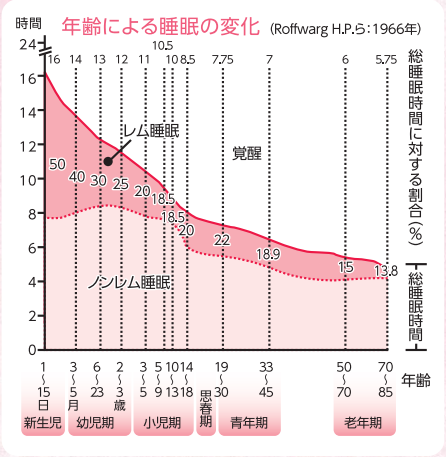
以上のことを意識しながら生活習慣を見直してみてください。

―ありがとうございました。睡眠のことが、だんだんわかってきました。

遠藤 拓郎 先生

医学博士。東京都内3ヶ所で睡眠外来を展開するスリープクリニック理事長。祖父の代から親子3代80年以上睡眠研究を続ける睡眠医療の専門家。

寝る子は育つ②
～すやすや育児日記～



赤ちゃんぐっすり！

オススメアイテム

ローズベビー組ふとん6点セット

羽毛ふとん

軽くて保温性に優れたナチュラルな素材です。

遠藤先生もオススメする、「ローズラジカル」も入っています！

断面図

赤ちゃんをしっかり支える
ダブルウェーブ構造
ローズラジカル ベビータイプ

Rose Baby

YT102（風船とチンパンジー）
［羽毛タイプ］本体価格 63,000円+税　日本製

お問い合わせは
京都西川
お客様窓口／(075)351-9991
営業時間／月～金曜日 10:00～17:00（祝祭日を除く）
ローズベビー 検索

京おんなの【南座NEWS】京おんなならではの目利き力で南座のおもしろさをお伝えします

お芝居、落語にコンサート 趣向を凝らした多彩な公演

年末恒例の顔見世を終え、南座が新年より賑やかにスタートした。

3月の花形歌舞伎公演までは、雰囲気を変えて華やかな公演が目白押しだ。南座の岩田さんは「〝顔見世〟とは趣向の異なる多彩な公演をお楽しみいただければと思います」と語る。

コンサートでは五木ひろし、水森かおり、松平健&川中美幸のステージなど、ビッグアーティストの競演が見もの。また桂塩鯛の還暦を記念した落語会や、昨年評判だった西本智実プロデュース「座オペラin南座」など、多彩なラインナップで公演が予定されている。

「南座は歌舞伎はもとよりコンサートや、落語会など様々な公演を行っております。日本最古の劇場でくり広げられる熱演、そして昔ながらの芝居小屋自体の独特な雰囲気も魅力の一つではないでしょうか」。ぜひとも南座へと足を運びたい。

提供：松竹株式会社

昨年末には檜の舞台が全て張り替えられお披露目致しました。真新しい舞台はお客様、そしてご出演者の皆様にもご好評をいただいております。南座へ、ぜひご来場ください。

撮影：桂秀也

松竹㈱ 南座 岩田雄一さん

松竹創業120周年

松平健&川中美幸 ビッグコンサート2015 in南座
1月24日（土）～25日（日）

西本智実プロデュース 座オペラ in南座
1月31日（土）～2月1日（日）【専用ダイヤルにて受付:06-6530-8877】

五木ひろしコンサート2015 in南座
2月7日（土）～8日（日）

還暦記念 桂塩鯛独演会
2月11日（水・祝）

水森かおり20周年記念コンサート ～歌謡紀行～ 2015 in南座
2月14日（土）～15日（日）

チケットホン松竹（10:00～18:00）
0570-000-4893

チケットWeb松竹
（PC・携帯電話より24時間受付）

京都四條 南座
〒605-0075 京都市東山区四条大橋東詰
www.shochiku.co.jp

昼 雪月花御膳 3,000円
夜 季節の会席 8,500円
※税別
京料理 雪月花
075-342-1777
個室2名から36名まで

昼 鴨川弁当 4,000円
夜 円山会席 8,500円
※税別
京料理 京柿
075-531-6600
小部屋2名から26名まで

パーティー、歓送迎会等、各種宴会予約承ります。

清水寺
建仁寺
六波羅蜜寺

http://kyoto-hanatsubaki.com

協賛／（株）ツルタ 京都メディカル（株）（株）ナイス

ハンケイ500m Column

京都の節句を祝う

「有職京もの」の美で祝う初節句

京の街に雛祭りの到来を告げる菓子がある。女子の幸福を願う宮中行事で、餅を丸める手間を惜しんで引きちぎったことにちなんで、「ひちぎり」と名付けられた上生菓子だ。決して広くない街の中心に、御所を擁する京都の人々は、自然と宮中の様式美にあこがれを抱き、身近に感じてきたことだろう。季節のうつろいを楽しむ心を守り、京都の深い文化を表現する職人たちも集まっていた。

京雛の人形師も然り。平安時代に宮廷女性たちが興じた「ひいな遊び」に、五節句のひとつ「上巳」、つまり桃の節供を祝う宮中儀礼が結びつき、女児の誕生と幸福を願うひな祭りとして根付いていった。その主役たる人形を精魂込めて作りあげる人形師たちも、衣装の色合わせや文様、人形のお顔立ちなど、有職故実に基づいた京雛の美と伝統を守り、今日まで脈々と受け継いできたのである。創業181年の老舗「京都島津」では、匠の技を磨き続ける伝統工芸士が、「有職京もの」のひな人形一体一体に真摯に向き合い、真心を吹き込んでいる。千二百年の時を超える伝統の美こそ、健やかな成長を願うにふさわしい。

二つ並べるとお雛さんのように愛らしく、ひな祭りにふさわしい菓子。蓬の入った草餅にきんとんを載せ、餅の端は、ひっぱってちぎりとった形に。宮廷文化を内包した、京菓子の真骨頂を見る銘菓である。

京菓子司 末富 本店

京都市下京区松原通室町東入／075-351-0808／9:00〜17:00／定休 日曜日・祝日

京都島津 店舗のご案内

総本店【京都】
京都市下京区高倉通四条下ル高材木町216番
TEL 075-341-1181(大代)FAX 075-341-1182
午前10:00〜午後6:00まで 5月5日まで無休

洛西本店【京都】
京都市西京区桂原芋峠18-1
TEL 075-393-6641／FAX 075-393-6748
午前10:00〜午後6:00まで 5月5日まで無休

久世本店【京都】
京都市南区久世上久世町798-1
TEL 075-933-6677／FAX 075-933-6697
午前10:00〜午後6:00まで 5月5日まで無休

草津本店【滋賀】
滋賀県栗東市小柿8丁目1-21
TEL 077-554-2400／FAX 077-554-2451
午前10:00〜午後6:00まで 5月5日まで無休

神戸本店【兵庫】
神戸市中央区磯辺通4丁目1番38号 タツミ三宮ビル1F
TEL 078-272-1800／FAX 078-272-1810
午前10:00〜午後6:00まで 5月5日まで無休

ばんばんのこれがKYOTOらしさかな〜。

生まれ育った京都に現在もお住まいのばんばひろふみさん。
地元を忠実に受け継ぎながら、歌い続けるシンガーのオリジナルなフィルターを通して、素敵な京都の情報を教えていただきます!

「すぐきが美味しくなってくるねー」。
京都の冬を語るばんばさん。
やはり京都ノ、!

甘さ控えめで あっさりしてるから、 なんぼでも食べられる!

閑静な御所南は、ゆったりと穏やかな時間が流れる京都の本当によいところ。ロールケーキ専門店「シュクル」のオーナー、新谷雅子さんが毎日焼く、ふわふわのロールケーキは、この一角に可愛らしく馴染み、１つの名物になっている。

「お子さんからお年寄りまで、うちのケーキを食べて、ほっとしてもらいたいんです！」。生みたての鶏卵や上質な生クリームをふんだんに使う彼女のお菓子は、ほぼ無添加。また驚くのが、ロールケーキの生地には油脂は使わず、小麦と砂糖と卵のみ。そのやわらかく、あっさりとした素朴な味わいは、「僕はお菓子をそんなに食べないけど、これは毎日でも食べられるねん！」とばんばさんが絶賛するほど。

元来、お菓子好きの新谷さんは、18歳からお菓子づくりをはじめ、銀行員の傍ら、専門家に学び、試行錯誤の末このロールケーキが誕生したのだそう。最後に粉糖を振りかけるのでさえ、すべて自分でやりたいという熱意は、まるで我が子を育てるかのようだ。青春時代のめりこんだ音楽を、ずっと貫くばんばさんに通じる新谷さんの情熱。一度味わってほしい京都のスイーツだ。

シュクルの定番は竹屋町ロール。カスタードと生クリームのシンプルなケーキは上質な素材の美味しさが際立つ。

シュクル
京都市中京区竹屋町通柳馬場西入和久屋町112
TEL&FAX 075-256-7048
9:30〜19:00／不定休
sucre-kyoto.com

INFORMATION

NTPグループ presents CBC新春感謝祭「青春のグラフィティコンサート2015」開催!

撮影(2点とも):大島拓也

【日時】2015年1月12日(月・祝)
【会場】日本ガイシホール
【時間】開場14:00　開演15:00
【料金】全席指定 4,980円(税込)
【チケット発売】発売中
【お問合せ】CBCテレビ 音楽祭・イベント事業部
TEL 052-241-8118(平日10:00〜18:00)

出演アーティスト(50音順)
五輪真弓　海援隊
なごみーず(伊勢正三・太田裕美・大野真澄)
ばんばひろふみ　南こうせつ
※出演者は都合により変更になる場合がございます。

ブラザーズ5 セカンドシングル大好評発売中!

【初回生産限定盤】
CD+DVD2枚組　¥1,800(税込)
【通常盤】CD　¥1,200(税込)
〈CD内容〉
1.入っておいで この里に
2.この街で
3.地球が生まれた日
4.入っておいで この里に(オリジナル・カラオケ)
5.この街で(オリジナル・カラオケ)
6.地球が生まれた日(オリジナル・カラオケ)
〈DVD内容〉※通常版にDVDは付属しません。
1.入っておいで この里に(MUSIC VIDEO)
2.この街で(MUSIC VIDEO New Ver.)
3.地球が生まれた日(MUSIC VIDEO)

ばんばん公式HP&Facebook
ホームページ　Facebook

私たちは、人の集まる所を応援しています。
piece design
ShinEtsu 信越ポリマー株式会社
ai support
EIKOSHA 株式会社 栄光社
株式会社マルフヂ商会
シミズデザイン企画

上賀茂神社祭事情報

紀元祭 2月11日

2月11日の「建国記念の日」は、もともと紀元節と称し、初代天皇である神武天皇が橿原の宮において即位された事を奉祝する日。上賀茂神社では、当日にお祭りを行い、蹴鞠（写真）のほかに剣道、空手など武道の奉納も行われる。

上賀茂神社への“はやみち”

～地下鉄北山駅から上賀茂へ～

いかづちルート

京都駅からわずか16分で北山へ。
地下鉄北山駅を下車すると、その周辺には
アカデミックで素敵な空間が広がります。
参道とも呼べるその道すがら、
とびきりのスポットを巡りながら
地元京都人が愛する上賀茂神社へ参りましょう!

平成27年10月第42回式年遷宮
上賀茂神社
（賀茂別雷神社）
かもわけいかづちじんじゃ
京都市北区上賀茂本山339
075-781-0011

北山散策スポット紹介

季節の草花だより

京都府立植物園情報

今回の花 “ツバキ”

日本の冬を代表する花木。古くから栽培されてきたが、特に江戸初期以降盛んになった茶の湯文化の中で欠かせない存在となり、人々に愛され続けている。

京都府立植物園
075-701-0141　京都市左京区下鴨半木町

北山界隈、とっておきのお店教えます！

講師・柾木良子さん

柾木良子きもの教室
京都市北区上賀茂岩ヶ垣内町98-6
もえぎ館3F／075-606-6449／
教室スケジュールはHP参照／無休／
info@masakiryoko.com／
http://www.masakiryoko.com

柾木良子きもの教室（まさきりょうこ）

着物姿をもっと美しく！
北山で着物の魅力に
触れてみませんか

北山通に面し大きな窓からは植物園が見渡せる絶好のロケーション。四季の移り変わりを感じながら、着物の着方、帯結び、小物のコーディネイトから、着こなしと所作などを学べる着物教室。「美しいキモノ」の元専属モデル経験を生かした、柾木良子さんの着やすくおしゃれな着方、美しい所作のポイントアドバイスが好評だ。

上賀茂神社に「行くよ！」「行ってきたよ！」のひと言でサービス！
着物の着付けを申し込んだ人に「美しい所作のワンポイントレッスン」

ハンケイ コラム

料理人の本領。

科学の目で100年先に残し伝える「食文化」がある

ここ数年、有名ガイド本で星を煌めかす常連店・京料理直心房さいき。主人・才木充さんは料理人でありながら京都大学大学院で栄養科学を研究する大学院生でもある。

100年の月日が流れても、きちんと腑におちる感動の京料理を作り伝え残すことが、料理人の大切な使命だとか。はたして科学の力で100年先の私たちに感動の京料理が残せるのか!? 代々料理人の家に生まれた才木さんの人生の苦労とチャレンジと、感動のストーリーをお届けします。

才木充
京料理直心房さいき（きょうりょうりじきしんぼうさいき）主人。昭和7年に大徳寺畔の仕出し屋として創業。堀川北山に京料理屋として屋形を構えて後、平成21年下河原に移転、三代目充氏が主人を勤める。平成22年から連続して有名料理店ガイド本で星を獲得。自分に出来る最大限のことを料理に込めお客さんに届ける心を日々大切に、現在京都大学大学院で栄養科学を専攻し科学の力と料理の接点を研究する学生でもある。

第2回 果たして料理は〝修行〟するものか

職人に預けられ、料理を学んだ6年間

料理人を目指す場合、まず料理学校で料理の基礎を身に付けて後、老舗店等で数年修業を積むのが常である。だが彼は大学卒業後、親のたっての希望もあり、専門学校にも通わず一軒の店で修業することもせず、あるひとりの料理職人の元に預けられみっちり料理の知識や技術を学ぶ道を歩んだ。

「親父は家の暖簾の中でしか料理を勉強せぇへんかったし、息子には外に出て料理をきっちり学んできてほしいと思ったんやろね」当時を振り返りそういうが、さて、6年間厳しい修業を終え家業を継いだ彼がハタと気付いたことは、果たして、職人について料理を学んだこの6年間は、自分にとって本当に意味あることだったのか、ということだった!

自ら勉強し作る料理こそが店の味

「ヨソから持ち込んだ料理で〝これが店の味です〟やなんて、誰が言えますか?」

今の時代、やろうと思えば誰だって、本やパソコンから簡単に料理の基礎や作り方を知ることは出来る。もちろん、その先の素人では知り得ない料理のコツや味付けは職人に付かないと学べないこと。そこは大きな財産だった。しかし、彼にとってそれはどこまでいっても外から持ち込まれた料理。才木充というセオリーは、ひとかけらもない。「そこに店の味があるから、お客さんはわざわざ店に足を運んでくれるんでしょ」彼は言う。上辺の料理が作れて暖簾を守ってますなど、決して言いたくはない。これぞ才木充と言う料理! 100年先にもおいしいといってもらえる料理! そんな自分セオリーが詰まった料理が作れてはじめて、料理人と言えるのではないか、彼はそう気付いたのだ。「料理人は自分で料理を勉強して研究せんとあかんのです」その後彼は、ある大きな決断に踏み切る。

3話へ続く

京料理直心房さいき

京都市東山区八坂鳥居前下ル弁天町441
075-541-8630／定休日:不定休／www.kyoto-saiki.com

ライター:荒木桃子

ハンケイ コラム

彫金師から学ぶ

技と知識の集積で一つの作品を作り上げる

工芸工房鎚舞　中村光男（鎚舞）さん

冬、冷たい湖の上を心持ち首を傾げた白鳥が、すーっと進むと水面が鮮やかな波紋をたてて揺れ、柔らかい冬毛は白く輝き、水面にキラキラと明るい光を落としている――。

この作品は、気持ちの奥に焼き付いている幼いころ見た白鳥を思い出し、作りました。少し回転させると白鳥の表情だけでなく、水面に映る姿が変わるところも面白い作品になったと思っています。

この白鳥は、銀板を打ち出して作った、火舎です。技術的にはまず一枚の銀盤から、白鳥の首だけを円筒形に打ち出すのですが、上手に円筒形にすることはできても、白鳥らしく、美しいS字を描いたエレガントな姿や柔らかい冬毛を表現するのは、また別の事です。それは様々な技術の組み合わせや職人としての経験がものをいいます。

例えば、この技術とこの技術をこう組み合わせたら、より冬毛らしく見えるだろうとか。金属をどう生かすと、湖面の輝きを生み出すことができるのか、などということ。それには技術を磨くだけでなく、本を読んだり美しいものを見たり、時には自然を観察したりする、さまざまな知識も必要です。

実家は代々続く金工職人で父は六代目でしたが、私は画家をめざして大学受験を繰り返し、家業を手伝うようになってからも27、8歳頃まで画塾や動物園、植物園によく通ったりしていました。その時の経験や知識が今も役に立っています。あの時に、美大へ行けなくても画塾に通わせてくれた家族に感謝ですね。

工芸工房 鎚舞 こうげいこうぼう ついぶ

京都市中京区押小路通麩屋町東入橘町617
075-223-4122／日・月 10:00〜18:00／
火〜土 10:00〜21:00／定休日：年末年始

ハンケイ500m コラム

女性がキレイになる旅をコーディネート。

フォト日記「スイス旅行編」

市内を網羅して走るトラム。日本より随分システムが進んでおり、とっても簡単に乗りこなせるので1日滞在でも住民気分に！

ヨーロッパの路地には、可愛いお店がいっぱい！ひとつひとつに釘付けになることしばし。なかなか進めない～(笑)

例えばこんな人におススメです！

- ちょっとだけ贅沢に旅してみたいけど、私でも大丈夫か、聞いてみたい。
- 想像している旅を、出来るだけリーズナブルにしたい！
- 女性特有の旅先でしたいことを分かって欲しい。。。
- 格安航空券をマイルで手に入れたので、それ以外の手配だけを頼みたい。
- とにかく、自分で旅行したいけど、何から始めたらいいか全くわからない！

チェルカトラベル株式会社

旅行業登録：京都府知事登録旅行業第3種547号
〒604-8811 京都市中京区壬生賀陽御所町8番地2
tel:075-950-7149／fax:075-812-0371
http://www.cerca-travel.co.jp

by チェルカトラベル株式会社

近年、女性の旅行者は増え続けている。でも、いわゆるリュックを背負って旅するバックパッカーではなく、いつもよりちょっとだけ贅沢に旅してみたい女性が多いよう。自分のとっておきの時間をゆっくりと海外で過ごしたい。そんな素敵な旅を求める女性たちの夢を叶えるべく、サポートするのがチェルカトラベルだ！「もう、バックパッカーの時代は終わったように思います。自分の好きな場所で、素敵な空間に身をゆだね、美味しいものを目一杯食べる！ そんなオリジナルなプランを考えてあげたいです」。チェルカトラベルの代表、井上ゆき子さんが最近訪れたのはスイスのバーゼル。「ドイツの南側の方で、ライン川の川縁に建っている素敵なホテルに泊まりました！」彼女が宿泊したLES TROIS ROIS（ル・トワ・ロワ）は、その名も3人の王様という意味を持つスイスの老舗、五ツ星ホテル。シガーバーやワイングロッサリーもあるのだそう。「なんとか安くチケットを購入して、リッチなホテルに泊まるのもいいですよね。自分が綺麗になっていく感じかなぁ」。平日の忙しさを抜け出して、贅沢なひとときを送りたい方は、ぜひ井上さんにご相談を！

チーズフォンデュ：インターラーケンで食べた絶品チーズフォンデュ。しつこくなくて、底までさらえてしまったくらい美味！！チーズ好き女子にはたまりません。

スイスと言えばチョコレート。でもそれだけじゃなくて他のスイーツも充実度が高く、テンションあがります♪

バーゼルの5ツ星ホテル le trios rois から散策中、すぐ横に流れるライン川を背景に収めた写真。

チェルカトラベル株式会社
代表 井上ゆき子さん

いつも現地で一つ、お気に入りを見つけて自分へのお土産に買ってきます。今回はこのクリスマスの飾り人形。一目ぼれでした！

～ちょっとリッチ、でもお得！ 今回のスイス旅・費用～

スケジュール：全行程5日間（11/27(木)～12/1まで）
・1日目夜　関空発（イスタンブール経由）。
・2日目スイス/バーゼル着昼頃到着後、バーゼル市内観光しX'masマーケットも散策。夜はホテルでちょっと豪華にディナー。
・3日目　早朝から列車に乗ってユングフラウヨッホを観に。ランチはチーズフォンデュ！夜はベルンのクリスマスマーケットを楽しんでからバーゼルへ。
・4日目　朝はゆっくりとホテルで過ごし、近くを徒歩で散策。ランチをした後はお土産を買って空港へ（イスタンブール経由）。
・5日目　関空着（夜）。

◆旅費詳細（例）ざっくりお1人様代金　合計約¥240,100
航空券（トルコ航空利用）：¥100,000　（燃油サーチャージ等込み）
ホテル代（ホテル名：Les Trois Rois5ツ星/ツインルーム2名で利用）：¥70,000

列車代（2等車スイスパス/割引適用）3日間：¥31,300
2日目のディナー：¥11,000（ミネラルウォーター込みフルコース）
3日目のランチ　：¥3,800（ホットワイン付）
3日目のディナー：クリスマスマーケットで食べ歩き！¥2,000程
4日目のランチ　：街中のカフェで軽く　¥2,000程
チェルカトラベルで手配した場合のプラン相談・手配料（旅費実費10%）約¥20,000

My Favorite News

こだわりの強い京都人には、季節ごとに覗いてしまう
自分だけのお気に入りのお店がありますよね！
たまにぶらぶらする日には、必ずそこへ足を運び最近の様子をチェックしたり…。
編集部のそんなお店、季節ごとにご紹介します！

天板は40ミリと分厚く、無垢のナラ材で耐久性に優れる。日本のアンティークとなり得る、上質なダイニングテーブル。

椅子の脚に施された玉状の装飾、ブルバスを参考にテーブルの脚のデザインも考えられている。

脚部の連続した曲面には、日本の家具職人の最高レベルの技が生きている。

アンティークになり得る現代の家具。メイドインジャパンの用と美。

アンティーク家具の魅力を誰よりも知る「家具の浜野」。イギリス製を中心に、現代日本の住宅事情に合うコンパクトなものを厳選し、どんなシーンにも美しく映えるアンティークの、多様な用途を提案してきた。そんな、アンティークのプロだからこその、新しい取組みが始まっている。

「ヨーロッパのアンティーク家具の素晴らしさを知ってもらうと同時に、未来にアンティークになり得る国産のクラシック家具を」。この思いをカタチにしたのが、浜野オリジナルのダイニングテーブル。実際のアンティーク装飾をモチーフにしたデザインだから、アンティークチェアと合わせるとしっくりと馴染む。脚が片側1本ずつで出入りしやすく、組み立て式なので実用性とデザインを兼ね備えた日本で唯一のテーブルだ。北海道の若き家具職人と浜野のプロ意識がぶつかりあって生まれた名品である。

間口が狭い日本の住居にも合うように、解体できる組み立て式を採用している。サイズがオーダーできるのも魅力的。

家具の浜野

京都市左京区下鴨宮崎町119-1
☎075-781-0688／11時～18時
定休日：火（水は予約営業）／www.db-hamano.com

左／「若い人にも、もっと花街の文化に触れてほしい」と、祇園東の芸舞妓が来店し、舞を披露。日程等はリンケンのフェイスブックに随時アップされる。

祇園 喫茶 Rinken

京都市東山区祇園町北側347-10クレージュパート2ビルB1・1階／☎075-561-9016／月～水：12時～23時・金土12時～翌2時・日祝日12時～17時／定休日：木
アルバイト随時募集中

My Favorite News

寒い季節に美味しい熱々のエビグラタン、世界のビールとともに。

祇園喫茶Rinken冬の名物といえば「エビマカロニグラタン」。本格レストラン並みのクオリティと評判で、クリーミーな甘さのベシャメルソースの上に、チーズがたっぷりと乗っかり、こんがりと焼けた香りに俄然食欲を掻き立てられる。口いっぱいに熱々の幸せが広がって、寒い京都の冬が美味しさをさらに増してくれそう。ベルギービールを中心に37種類も揃う世界のビールも是非試してほしい。なかには、現地で日本人が作っているベルギービールの銘柄もあり、行く度に個性豊かな味に出会えるのが嬉しい。

雰囲気抜群の地下室を舞台に、月に1度、祇園東の芸舞妓が来店するイベントも開催中。普通ではあり得ないほどの至近距離で踊りが見られる貴重な機会だ。1／23・2／14に開催予定。（先着40名、2ドリンク付き5000円）

「二色鍋セット」（お1人様3,780円）
前日までのご予約で注文は2名様より。
※写真はイメージです。具材は一部変更される事があります。

本格中華をリーズナブルに。ハマムラ冬のおすすめ二色鍋。

創業大正13年の老舗、中華料理ハマムラ。京都人にはお馴染みの本格中華の味である。イオンモールKYOTO4階に店舗を構え、ファミリー層の買い物客がランチやディナーに重宝する1軒。京町家をイメージした小上がりの半個室は6人ほどがゆっくりとくつろげ、小さなお子さん連れのママ達に喜ばれている。

寒い冬のおすすめ新メニュー「二色鍋セット」は、鶏ガラをベースにした紅白の中華スープでいただく豚しゃぶ。白湯スープと唐辛子が効いたピリ辛出汁、2種類の味を交互に味わえ、ブランド豚の茶美豚の美味しさはもちろん、前菜2品に蒸し物3品、イクラがたっぷりのった「鮭とレタスの炒飯」、デザートまでついて大満足の食べ応え。他にも、冬の人気メニュー「湯葉と京野菜のかぶらあんかけ汁そば」も是非ご賞味あれ。

中華料理ハマムラ イオンモール KYOTO 店

京都市南区西九条鳥居口1イオンモールKYOTO4階
☎075-644-5090
11時～22時（21時15分L.O）／無休
http://www.hamamura-gr.com/

「豚のしょうが焼き」は１枚肉ではなく、薄切り肉をミルフィーユ状に重ね焼くので、やわらかくジューシー。「ゴルゴンゾーラとレーズンのクリームコロッケ」は、ゴルゴンゾーラのほどよい香りにレーズンとナッツの食感が絶妙！「いか燻とセロリの中華風サラダ」は、いかの燻製にシャキシャキしたセロリがよく合う。

土日限定の「贅沢ランチ」880円は20種以上の野菜を“煮、焼、揚、炒”のいろんな調理法でいただけ、さらに野菜のグラタン、サラダ、おばんざい、味噌汁、ごはんが付く、まさに野菜づくし。

もっちりした生麩に、たらこの濃厚なソースがよい感じに絡んだ「ゆで生麩をたらこと卵黄のソースで」。

ジューシーな「手作りミンチカツ」は、ミンチに和牛の薄切り肉を細かくして混ぜた手間入りの逸品。

My Favorite News

野菜たっぷり 身体にやさしい 夜飲みできるカフェ

ヘルシーな野菜たっぷりランチが好評のsaredoかふぇに、仕事帰りに立ち寄って食事できる、夜飲みメニューが新たに登場した。食事しながらちょっと飲みたい時にぴったり。いわゆる居酒屋メニューではなく、お母さんが作ってくれるおうちご飯のようなラインアップが魅力だ。

オーナーの苗村さんは「しょうが焼きやミンチカツは、主人の作って！というリクエストに応えて、家で食卓に出していたメニューなんです。家でごはん食べながら、ちょっと一杯という感じで利用してもらえたらうれしいですね」と話す。

ほかにも、ママ友との持ち寄りパーティーの際にヒントを得て作った、通称「いかくん」のイカ燻製とセロリのサラダをはじめ、生麩を彩りよく使ったものや、ゴルゴンゾーラのコロッケなど、苗村さんがスタッフと一緒に作り上げた、お酒によく合うメニューが揃う。

また、もっと野菜をたくさん食べて欲しいと、定番のランチメニューに仲間入りしたのが、土日限定の「贅沢ランチ」。野菜を20種以上も使ったまさに贅沢なメニューだ。ぜひともご賞味あれ！

saredo かふぇ

京都市下京区七条新町東入夷之町727
アイエスビル2階
☎075－341－1410／11時半～23時
(22時半L.O.)／不定休
https://www.facebook.com/saredcafe

自分の性分やろね、
お客さんに他人行儀なことできひんねん。
大将が黙ってたらニーズもわからへんやん。

私たちは、人の集まる所を応援しています。
CASITEC カシテック
WINDY ウインディ
STAR BEVERAGE
ワンストップチャンネル 1ONE STOP Ch.

何でも言い合える大将が迎える旨い焼鳥屋さん。“笑って帰れる”「笑い屋」。

「胆大心小」＝大胆で、かつ細心であること。富小路四条下ルにある焼鳥店「笑い屋」の店主、松村吉秀さんの為にある四字熟語のようだ。

料理人の世界に飛び込んだ16歳から約10年、祇園の名門中華レストランや一流ホテルの厨房で腕をふるってきた。それでもお客さんとの距離が遠いことがずっと不満だった。ショットバーのバーテンを経て、某焼鳥チェーン店の店長になると、お客さんとの対話もできて、慕われやすい兄貴分的キャラクターが開花、全国有数の売り上げを達成した。独立して京都駅の南で笑い屋を創業。2005年に現在の場所に移転して10年目、一昨年に新装オープンした。

備長炭で焼く京赤地鶏の焼鳥やお鍋、定番の居酒屋メニューに加えて、日替わりで変わるおすすめ品も大いに魅力的だ。パルメザンチーズと粉糖を雪に見立てた「雪化粧サラダ」など季節に合わせたメニューや、つけだれの手羽唐、三嶋亭のすじ肉とこんにゃく炒め、九条ネギと自慢のセセリ肉のオイスターソース炒めといったオリジナル品を、スキッときれいな店でいただくことができる。

「俺はガサツやけどお客さんは違うやん(笑)。せっかくウチめがけて来てくれてはるんやし、ちゃんとしたもの食べて〝おおっ〟って言うて喜んでほしいねん」。さらに、値段がことごとくお手頃であり、ハーフサイズを注文するお客さんが多いというほどボリュームも大満足の気前のよさを兼ね備える。「値段が安いのはほんまのこと言うて計算苦手やしあんまり考えてへんねん、わっはっはっは！」。豪放磊落な人柄の裏には、何よりもお客さんとの縁を大切にする信念が潜む。二人三脚で店を切り盛りしてきた妻の寿代さんが、店を会場にした婚活パーティを企画し、ブライダルサロンを営んでいることも、終始一貫して縁を結ぶことを大事にしてきた結果だ。

「夏場でも分厚い靴履いてはったらこの人冷え性かなってひざ掛け渡したり。左右の耳のどちらかが聞こえにくい人はちょっとした動きでわかるから、声かけさせてもらう時に気をつけられるしね」。豪快と繊細、大将の個性を存分に味わえる店である。

笑い屋

京都市下京区富小路通四条下ル徳正寺町42
075-351-8994／17時～23時半L.O／
定休日：月

VOL.1
「農家民宿 イワンの里」

綾部古民家×農家民宿

農家民宿イワンの里

京都府綾部市上八田町上ノ岡ノ下24番地
TEL0773-21-1648／定休日：水・木／1泊2食8500円～
http://iwannosato.jimdo.com/
畑仕事や薪割りなど、里山暮らしを体験。
予約制でランチやディナーのみも可。

案内人
塩見直紀

「人生のヒント」を探す人がやってきて、ヒントが得られるまち。僕は綾部を「人生探求都市」と呼んでいます。Xを発見する1泊2日のワークショップ「半農半Xデザインスクール」などいつも秋元夫妻にお世話になっています。トルストイの「イワンの馬鹿」からネーミングされたご主人のおいしい自然食料理、薪ストーブを囲んでの会話、すばらしい古民家、そして丹波の里山風景。ぜひ綾部を旅し、未来のヒントを得てください。

塩見直紀（しおみなおき）
半農半X研究所代表

1965年、京都府綾部市生まれ。「半農半X（エックス＝天職）」コンセプトを20年前から提唱。個人から市町村までのXの応援（Xデザインのワークショップや講演など）がライフワーク。著書に『半農半Xという生き方　実践編』（半農半Xパブリッシング）『半農半Xという生き方【決定版】』（ちくま文庫）など。『半農半Xという生き方』は中国語訳され、台湾、中国でも発売されている。総務省地域力創造アドバイザー。

思い描いた田舎暮らしを
綾部の里山に建つ古民家で。

「これといった理由はなくて、感覚的に綾部がしっくりきたんです」。京都市から5年前に移住してきた秋元夫妻が、第二の人生に田舎暮らしを決意、京都府北部地域の様々な土地を訪ねた末にたどり着いたのが綾部の里山だった。

綾部市上八田町の勢期（せいご）という集落で「農家民宿イワンの里」を始めて3年になる。かつて地域の多くの農家がそうだったように、購入した古民家には養蚕の名残も。「できるところは自分たちで直したんです。珪藻土塗ったり柿渋と墨汁を混ぜて柱を塗り直したり、やってみるとおもしろくて（笑）」。古民家の眼下に広がるのどかな田畑の風景は、漠然と思い描いていた田舎暮らしの情景そのものだった。

縁もゆかりもない綾部で始めた慣れない田舎暮らし。その醍醐味を尋ねると、「住んでみると綾部の人はみんな親切で穏やか。稲刈りしてたら隣のおばちゃんが普通に来て、時間できたし手伝うわって。他所から来た人の受け入れが本当に良くて、親戚以上に世話になってます（笑）。それに色んな面白い出会いもあって、今では綾部の観光大使の気分ですよ（笑）」と、笑顔で話すご夫婦から感じる雰囲気も、既に、この上なく穏やかだ。

田舎生活
田舎生活サポート事務局（有限会社原田商店）
京都府綾部市駅前通70／TEL0773-42-0823／FAX0773-42-0806／Mail：info@inaka-seikatu.com／定休日：水　http://www.inaka-seikatu.com/

おいしい、たのしい、うつくしい。

2015 女子鍋 Selection

Joshi★Nabe★Selection
produced by hankei500m

はふはふ、ほふほふ、京おんなの絶品鍋。

今年の冬は暖冬の予想ですが、それでも寒さが身にしみる季節はやっぱりおいしい鍋で暖まりたいですね。栄養のバランスも良く、美容にもいい。まさに冬のマストバイを今年も総力特集。伝統の老舗からカジュアルに楽しめるお店、そしてしっぽりと隠れ家的雰囲気が自慢のお店まで編集部がこの冬絶対おすすめしたい6店をセレクト。趣向を凝らした味はもちろんのこと、鍋を囲む時間もゆるりとお楽しみいただけます。はふはふ、ほふほふ、絶品鍋をどうぞ。

DAIICHI

大市

すっぽん鍋ひと筋で長年喜んでもらってます。シンプルかつ深い味わいを楽しんでください。

元禄年間創業のすっぽん料理の老舗、大市は、当代一流の文化人が贔屓にしてきた名店。舌の肥えた食通を唸らせてきた「◎鍋コース」は、生涯に一度は食べたい京都の冬のご馳走である。独自配合の醤油と酒、しょうがの搾り汁のみで調理した出汁を張り、1600度近い超高温にも耐えうるこだわりの特注土鍋によって一気に炊き上げられる。骨回りの肉質のきめ細かさや、えんぺらと呼ばれる甲羅まわりのゼラチン質、癖のない肝、卵のコク、仕上げの雑炊に至るまで、極上の味わいが何層にも重なりあう。

味付けは独自配合の醤油と、特注で醸したお酒としょうがの搾り汁のみ。すっぽんの旨みを、〆の雑炊で味わい尽くしてほしい。

◎◯鍋(まるなべ)コース
1人前／24,000円(税サ込)

DATA
京都市上京区下長者町通千本西入六番町371／☎075-461-1775／昼12時～13時 夜17時～19時半／定休日:火／P有／www.suppon-daiichi.com

MUTSUNOYA

ふぐ・割烹 むつの家

お待たせしました。新しくきれいになった店で、天然トラフグの美味しさを満喫してください。

名料亭が軒を連ねる一画、京情緒豊かな木屋町通仏光寺のあたりにあるのが、明治30年創業のふぐ料理の老舗「むつの家」。新築工事を終え、2014年12月上旬に新装開店。京都随一のふぐの味を待ち望んでいたファンが連日訪れ、町家の趣はそのままの真新しい店で、極上のふぐ料理に舌鼓を打っている。現代の名工にも選ばれる3代目店主が、その達人技で捌いていくのは、天然のトラフグ。天然モノしか使わない徹底した食材へのこだわりが、焼きフグやてっさ、てっちりとなって供される。ふぐ以外にも、東京の天ぷら店で修行した息子さんが作る懐石料理も、ゆっくりと味わいたい。

懐石料理は8,000円～。老舗の風格を備えつつも、家族経営の親しみやすさも感じられるから居心地がよく、落ち着ける。

◎ふぐのコース
1人前／16,000円～(税サ込)

DATA
京都市下京区木屋町通仏光寺上ル天王町146／☎075-361-0966／夜17時～22時／定休日:日・不定休

京料理 畑かく

HATAKAKU

猪肉の上品な美味しさを、白味噌仕立ての出汁で存分にお召し上がりください。

数寄屋造りの趣ある部屋で、炭火の炉を囲み味わう元祖ぼたん鍋。大輪の花が鮮やかに咲いたように美しく盛りつけられた猪肉は、風味豊かで大変やわらかな逸品。コクのある白味噌仕立ての特製出汁で猪肉を煮て、京野菜とともにいただく。猪肉の脂はあっさりとして上質、臭みも一切ないから味わい深い美味しさが存分に堪能できる。ポン酢ともみじおろしでさっぱりと食べれば、いくらでも箸が進んでしまいそう。出汁を吸った野菜の美味しさも言うに及ばず。最後にいただく汁かけごはんもまた絶品。

スッキリと優しい甘みが猪肉はもちろん、ゴボウやセリなど野菜との相性も申し分なし。囲炉裏を囲んだお部屋でいただく京都ならではの至高の味わい。

◎ぼたん鍋（突出し・ご飯・吸物付）
1人前／10,557円（税サ込）

DATA
上京区上御霊前通烏丸西入内構町430／☎075-441-0610／昼12時～21時半 最終入店19時／定休日：月

隠 KA/KU/RE

祇園の隠れ家としてお使いください。2人個室で落ち着いて鍋料理を楽しんでいただけます。

祇園甲部歌舞練場の東側、京町家が連なり、大人の雰囲気に包まれた一画にある和食処「隠KA/KU/RE」。大正時代の粋な旦那衆が、実際に隠れ家として使っていた家だという。まさに〝祇園の隠れ家〟をコンセプトに、店内は全室個室として使え、丁寧に丹精込めた料理と、選りすぐりの酒を楽しめる。特に鍋料理は評判で、昆布出汁で炊く京赤地鶏の水炊きは、かしわ好きで知られる京都人も認める美味しさ。固すぎず柔らかすぎずの食感と、丁寧に下処理されているから鶏皮も食べやすく上品に炊き上がる。自家製のポン酢でさっぱりと、〆は雑炊か、それともうどんか悩ましい。2人個室もあるので落ち着いて鍋をつつくことができるのも嬉しい限りだ。

京赤地鶏の水炊きの他にも、鍋は全部で6種類。鍋コースもおすすめ！

◎京赤地鶏の水炊き
2人前／5,400円（税サ込）

DATA
東山区祇園町南側570-8／
☎075-532-3033／夜17時～24時
定休日：月

TOGIYA

旬菜ダイニング 十祇家

この鍋は、女性のリピート率がものすごく高いんです。貸し切り個室で、賑やかに女子鍋やっちゃってください。

木屋町通りを御池から北へ、古都の風情ただよう上木屋町にある「十祇家」。野菜ソムリエの店主が腕をふるうだけあって、新鮮な地野菜へのこだわりは相当なもの。サラダはもちろん、野菜が持つ本当の美味しさに驚かされるのが、3種類のソースでいただく「旬野菜のセイロ蒸し」。この季節は、女性からの支持が圧倒的に高い「白味噌の豆乳もつ鍋」も是非試してほしい逸品。丁寧に下処理された牛モツと、こだわり野菜がたっぷり。クリーミーな豆乳に、鶏ガラや豚骨、カツオ出汁、西京味噌をブレンドし、仕上げにゆずの果汁を搾り入れる。あらゆる旨味成分が渾然一体となって、この上なく幸せな味わいだ。4月までは、貸し切りでお手洗いつきの個室(10〜18名)も利用可能。

豆乳と白味噌の柔らかい甘みと、地野菜の旨味、モツ肉のコクが絶妙の組み合わせ。店主のご実家が育てた柚子の果汁がさっぱりと全体を包みこむ。モツに代えて豚肉でもOK。

◎白味噌の豆乳もつ鍋

1人前／2,680円(税サ込)

DATA

中京区上憔木町496 アイル竹嶋ビル1階西／☎075-241-2788／昼12時〜14時半L.O(お昼の営業はご予約のみ)夜17時〜23時半L.O／無休／www.togiya-dinning.com

ICHISYUN

自然酒菜 一瞬

牡蠣と冬野菜の相性が最高、可愛い雪だるまのお鍋は女子会にも最適です。

鍋の〆はうどんか雑炊が選べ、付出しとデザートがついて1人前2700円(2人前より)。月〜木は、4320円で3時間飲み放題付き!

京都駅前ヨドバシカメラの南隣りのビル2階。「自然酒菜 一瞬」は、京都駅すぐの好立地で料金もお手頃、職人が手間隙かけた旬の味がいただける、何かと使い勝手の良い居酒屋さん。特に八幡の契約農家から直送される減農薬野菜の美味しさは秀逸である。今の時期、お店自慢の冬野菜の美味しさを存分に味わってほしいと、新たに登場したのが、話題のトレンド鍋「生牡蠣のおろし鍋」。たっぷりの広島産生牡蠣と、おぼろ豆腐の上には、冬大根おろしの雪だるま。崩すのをためらってしまうぐらいにかわいく、楽しそうな雪遊びの歓声が聞こえてきそう。プリプリ食感の牡蠣とともに味わう、新鮮な冬野菜だからこその健康的な甘みがたまらない。2月末までの期間限定なので、新年会や女子会にぴったりの鍋で大いに盛り上がってほしい。

◎生牡蠣のおろし鍋

1人前／2,700円(税サ込)※2人前より

DATA

京都市下京区烏丸通七条下ル東塩小路町720 駿河屋ビル 2F／☎075-352-7005／昼11時半〜14時 夜17時〜23時(L.O)／不定休

落ち着いた雰囲気の店内で。心なしか大人な感じ！？

ANBAN

Original from Kyoto

すっぴんトーク

～いつも自然で美しく、京おんなのビューティートーク～

日常のお手入れにもこだわりを持つ京おんな
ナチュラルな美しさを求める
彼女たちの日々のお手入れや本音に
すっぴん姉妹が迫ります

紫明通の落ち葉が美しい晩秋、烏丸鞍馬口にあるカジュアルレストラン陽にお邪魔しました。ジャズライブも催される素敵なレストラン。ご近所でも評判の陽の美人オーナー、林佐代子さんとANBAN姉に共通の趣味が！お肌のことをはじめ、趣味や音楽まで話題は広がります。

ジャズボーカルの魅力。

亜　好きなボーカリストが出演されているので、前から一度来てみたかったんです！

林　ジャズお好きなんですか？

亜　実はジャズボーカルを少し習ってまして…。

林　素敵ですね！実は私もなんですよ。恥ずかしながら先日ステージに立ちまして、あまりの下手くそさに嫌になりました。でも亜希子さん、雰囲気がとても素敵なのできっと向いていられると思いますよ！真剣にやってみてはどう？

倫　エキゾチックですからね。見た目のインパクト強いです。（笑）

林　ジャズボーカルは上手ければいいというわけではないですからね。見た目も中身も個性が必要。年齢もあまり関係ないですね。むしろある程度年を重ねたほうが、魅力的なんじゃないかなと思いますね。

亜　林さんのような素敵な方にそう言っていただけると、ちょっと本気になりそうです！

ライトアップもできる珍しい年代物のピアノだが、ライブの時には現役で大活躍。音色も素晴らしい！

カジュアルレストラン　陽 -よう-
京都市北区小山下総町28-11
075-414-0056
9時～ 18時（土曜はライブ営業のみ18時半～ 23時）
定休日：日祝

洗顔石けん
植物とオイルの恵みたっぷり。枠練り石けんならではの手作り感とあたたかみを実感でき、洗顔としてだけでなく全身にも使えるすぐれものです。
販売価格：2,000 円 (税抜)

うんうん！
陽に通って
美しさの
秘密を探る？

姉 亜希子

めっちゃキレイ！
誰でも憧れるよね！

妹 倫子

とにかく
下手な歌でお恥ず
かしいんですが、
目的があるって
いいことだな
と思います

ゲスト 林佐代子さん

カジュアルレストラン「陽」のオーナー。

お手入れはシンプルに。

林　歌は年齢を重ねた方が魅力的になりますが、お肌の方はそうはいかないですよね。肌はもともと強い方なんですが、そろそろ気になるお年頃になってきました。（笑）

倫　元モデルさんとお伺いしましたが…。

亜　えっ、そうなんですか！どうりでお美しい！

林　いえいえ、もう大昔のことですから。ＡＮＢＡＮさんの洗顔石鹸、とても使い心地よかったです。泡立てなくてもＯＫなのがいいですね。クレンジングは目元専用を使わなくても、これだけできれいに落ちました。使った後も、ものすごくしっとりしてますね。

倫　しっかり汚れを落としながら潤いも与えてくれる優れものなんです。和漢成分もたっぷり入ってます。

林　接客業なので、普段はしっかりメイクしますが、オフの時はまったくしないんです。シンプルでリッチなお手入れは理想的ですね。

亜　お肌の調子がいいとテンション上がって、歌の方まで上手くなるような気がしますよね！

林　お互い頑張りましょうね！（笑）

さすが元モデルさんだけあって、カメラに向かう姿が様になる林さん。運がよければ陽のライブで、林さんの歌う姿が見られるかも。そしてＡＮＢＡＮ姉が陽のステージに立つ日は来るのか？

ANBAN
Original from Kyoto
リニューアルの
お知らせ

お客様にもっとゆっくりしていただきたいと、店舗をリニューアル！
ANBAN 姉妹もお待ちしております♪

ちょっとヨーロッパの街角みたいじゃない？ いえいえ、ここは紫明通です。

オムライスとハンバーグはすべて手作りで、ボリュームも味も申し分なし！

ANBAN
Original from Kyoto
〒615-0051 京都府京都市右京区西院安塚町 24 番地　TEL：075-323-6800　URL：http://anban.jp/

BELLOTA column
by Hisakazu Uemoto

concha

新鮮素材だけじゃ語れない。これが京都のマリスコス！

スペインのバスク地方には、「マリスコス」というたくさんの魚介の料理があります。海が近い現地の市場には、日本で馴染みの魚が多く並んでいて、とても親しみやすかったのを覚えています。

本場のマリスコスはとてもダイナミックです。蒸した貝が器にどん！ と、たっぷり盛りつけられたり、大きなステンレスのプレートに新鮮な魚をサッと焼いて出されたり。確かにとても美味しいんです。でも果たして京都の僕の店に、この料理をこのまま持ってきていいのだろうかと考えました。

伝統と文化を重んじる日本が誇る都市、京都で、繊細な京料理を味わう人たちに、美味しいと思ってもらいたい。目で見て楽しめる食器、一工夫の下ごしらえ、そして、調度いいサイズの一品。産地直送の新鮮な魚介を多種多様なレパートリーで、少しずつ、いっぱい食べて欲しい！ そんな思いを込めて、「コンチャ」でお待ちしてます。

イベリコ豚ベジョータを扱う京都のスペインバル
BELLOTA www.bellota.jp

concha 富小路店 …… 京都市下京区富小路四条下ル徳正寺町41-8 ／ 075-351-5829 ／不定休／【ランチ】11時半～15時【ディナー】17時～24時
河原町店 …… 京都市下京区河原町通仏光寺上ル市之町258-1 ／ 075-351-5828 ／不定休／ 17時～翌3時
muamua 烏丸三条店 …… 京都市中京区三条烏丸東入梅忠町20-1-B1 ／ 075-253-0188 ／不定休／ 18時～翌4時
mucho 室町店 …… 京都市下京区仏光寺通り室町西入る糸屋町228 ／ 075-351-5826 ／不定休／ 18時～翌3時

足裏のタコやウオノメ、かかとや爪の肥厚など
トラブルを抱えた足にお奨めしたいのがフットケア。
靴やインソールのご提案と合わせて、トータルで足をサポートします。

VOL.

フットケアで痛みを和らげ健康的な足を取り戻す

～足の健康にもファッションにもこだわりたい方へ～

皮膚や爪の状態をチェック

「足は絶対見せないというバレリーナが多いんです。私も子どものころは爪が全部はがれていました」と話すのは、司モダンバレエでレッスン指導をしている増田晶子さん。足の健康や靴には気を使っているという増田さんが、フットケアを体験しました。まずは店内のフットスキャナーで足を計測し、カルテに必要事項を記入。店奥のフットケアルームへ移動し、素足になって足の状態をチェックしてもらいます。オーナーの櫻井寿美さんが、皮膚や爪の状態、タコやウオノメの箇所などをカルテに基づいて観察。「バレエをされている方は、外反母趾やタコがある方が多いのですが、すごくきれいな足をされていますね。爪は指の先端まで伸ばして、スクエアに切るようにしてください。爪の切り過ぎが巻き爪の原因になることもあります」。

「教室の生徒さんにも、巻き爪の方が多いです」。

「女性の場合、妊娠などで1カ月に5～10kgも体重が増えると、足の体積も増えますが、靴のサイズは変えないので足が窮屈になります。それが原因で巻き爪になったり、外反母趾になることもあります」。

直接的な痛みを和らげ、継続的に足を健康に

足のチェック後、タコやウオノメのある皮膚の分厚い部分や、摩擦を受けて変形したり分厚くなった爪を、専用の器械を使ってケアします。「ケアによって足への負担がなくなり、痛みや違和感を和らげます。ただ、原因をなくさないとまた同じ状態になるので、靴やインソールも含めてトータルに見ていくことが大切です」。

外反母趾があると、タコができているなど、足のトラブルは複合して起こることが多く、だからこそ、足の骨格や姿勢を観察した上で、その人の生活状況に合わせたアドバイスが必要。「仕事上ヒールを履かなければいけない方に、ウォーキングシューズの提案はできません。そのような場合には、ヒールであっても、足への負担がなるべく少ないものを選択したり、フットケアを中心にするなど、その人に合った方法を提案しています」。

最後に足をマッサージしてもらった増田さん。水琴窟の音に癒されつつ、静かな部屋で足も気持ちもリフレッシュできたようです。

フットケア 30分 3500円
50分 5000円
リフレクソロジー 30分 3000円
巻爪矯正　爪1本 4000円
※初回のみ登録料1000円＋税が必要

ゆったり幅、柔らかなヌバック革が足をソフトに包み込む。屈曲性に優れたソールが快適な歩行をサポート。ヴァルディローファー28000円(写真左)。しっかりした靴構造が足を支える。さらに、心地よく包み込まれるようなフィット感や安定感。パンプスなのにキレイを装う。フィールフルトゥ31000円（写真右)。すべて税抜き価格。

フットクリエイト

京都市下京区間之町通上珠数屋町下ル打越町318／☎075-365-3748／10時～18時（予約の場合～20時）／定休日：月・祝
www.footcreate.com

RUSH

LIVE AT RAG 2015

1月18日(日)

OPEN 18:00　START 19:00

TICKET : ¥3,000(前) ¥3,500(当日)

岩瀬　章光 (P)　Rory Johnson (Ds)
藤井　美智 (Tp)　中嶋　明彦 (Bass)

RAG : 075-241-0446　●チケット取扱い : RAGオフィス（075-255-7273）、ローソン、チケットぴあ

ハンケイ500m
vol.23　2015年1月10日発行

staff

企画・編集・営業・制作：
株式会社 union.a

撮影：
モスグリーンスタジオ

表紙絵・ロゴデザイン：
森　華

誌面デザイン・ライティング:
こうめ工房
HON DESIGN
もりはな組
Design Maple
北原靖浩
荒木桃子
呉　玲奈
堂下まみ子

デザイン・データ制作：
A-vik・八木義明

印刷：
株式会社アイ・サポート
大日本印刷株式会社

配布協力：
株式会社実業広告社
カネヨシ商事株式会社
Kiyu工房
京都館

協力：
京都市交通局

編集後記

鍋の季節です。京都には美味しい鍋がいっぱいあります。取材に行くたび、どれもこれも食べたくなって大変です。猪もフグもモツもすっぽんも！！女子会三昧で、しばらく鍋が続きそうですね。あ、そう言えば、どこかでロティサリーチキンの店がオープンしたような…。まずはテイクアウトでかぶりつきます。

ハンケイ500m　編集長　円城新子

晴れた日は「ああ、国際会館近辺に住んでいてよかった！」といつも思うほど、ここいらの景色は素晴らしい。比叡山を目の前に、休みの日のお散歩は宝ヶ池へ。どうです、住んでみたくなりませんか？　街中に比べ猛烈に寒いけど。

制作ディレクター　中山みゆき

久しぶりに奥さんとデートに出かけた。鴨川を歩き、イノダ珈琲でお茶、ちょっとした割烹でお昼をして、洋服を何軒か見て回り、錦市場で子供の靴下を買ってまたお茶をした。京都にいるから逆に新鮮だった。

営業ディレクター　篠本暁人

次号は2015年3月10日発行予定です！

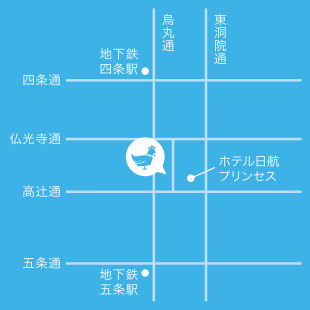
もちろん南へ。

市営地下鉄ラック以外の設置箇所の確認や
バックナンバーはHPからどうぞ！

www.hankei500.com

12.22 mon
OPEN

Roti Chicken & Jackie Tacos
MEXICAN RESTAURANT



Roti Chicken & Jackie Tacos
京都市下京区高辻通烏丸東入る 匂天神町642-3
TEL. 075-352-0585
OPEN. 11:30 - 24:00
ランチ　11:30 - 15:00(ラストオーダー14:30)
ディナー 17:00 - 24:00(ラストオーダー23:00)
CLOSE. 不定休

京おんなクイズ

本物を知る京おんなが本誌の内容から２問を出題します！**答えは必ず、本誌に書かれています。**じっくり読んで、答えて下さいね！

問1　色んな物語を持つ熟成酒を、全国から集めて販売している中畝酒店。実に600年前の製法にこだわる「伝承水酝仕込み濁酒」の酒蔵がある都道府県はどこでしょう？

問2　本誌でもイチオシの女子鍋サミット！京都の選りすぐりの鍋６店舗の中で、白味噌仕立てでいただく京都らしい鍋を提供する名店はどこでしょう？

問題を解くと素敵なプレゼントが当たります！

- **グリルタカラ食事券1000円分** …… 1名様
  ※お釣りは出ません。
- **カウニス・マーラのフィンランド雑貨** …… 1名様

出題2問の答えと、① **年齢性別** ② **ハンケイ５００mの入手場所** ③ **面白くなかった頁** ④ **面白かった頁**、その他感想やご意見などございましたらお書き添えの上、応募先までメールをご送信ください。正解者には抽選でいずれかの商品をプレゼントいたします。当選者には直接メールにてご連絡いたします。※応募の段階で名前や住所などの記入の必要はありません。

応 募 先： answer@hankei500.com
締め切り： 2015年３月１日am0:00
前回の答　●問1 冬どら　●問2 フェーブ

ハンケイ500mのクオリティアップにご協力ください！本気で求めています、生の声を！

クルマともっと仲良く。トヨタカローラ京都のカーグッズ通販

ハピカラ

Happy Car Life

今すぐ登録

ハピカラってこんなに楽しいんです！

- 通販で手軽にゲットできます！
- 使い心地も抜群！の優れものがいっぱい！
- 無機質な車内がカラフルなイロドリの世界に！
- ハピカラオリジナル商品も満載！

今すぐ購入

ご登録方法

URL：hapikara.jp

①ご利用規約と会員情報の取扱いに同意

②会員情報を入力

※この頁下記にある、お近くのトヨタカローラ京都のお店を選択して下さい！

③会員情報を確認

④登録完了

かわいいパッソの試乗もできます！

トヨタカローラ京都なごみスタッフです！

寒～い季節がやって来ました！
お出かけのとき便利なあったかグッズ集めました！

カイロにも湯たんぽにもなるすぐれものです！

寒がりさんはぜひ使ってみてね！

充電式エコ湯たんぽ

意外に寒い後部座席に
これがあれば怖いものなし！
充電式の湯たんぽは
車内に持ち運びラクラク！
とってもラブリーで
どれにしようか迷ってしまいそう♪

なっちゃんのオススメ！

室内用と違って滑り止め素材が付いているので安心！

カールームシューズ

長時間のドライブはらくちんな
車内用シューズで快適性UP!
またヒール靴で出かけるときも、
運転しやすいフラットシューズに
履き替えるのがおすすめです。

ちえちゃんとねっきーオススメ！

車内でのペットやお子さんのナイスショットを送ってください！

募集しまーす！

ハンケイ500mに掲載しま～す！

右京区京北のタンちゃん

お名前、ご住所、ご連絡先を明記の上、
宛先nagomi_project@corollakyoto.co.jpまでお送り下さい！

かずきちゃんとあおいちゃんオススメ！

6色あるので、家族で色違いにしてもいいですね！

ミッキー好きにもおすすめです！

リバーシブルストール

リバーシブルで温かさ抜群。
コートの上にも羽織れて
1枚あると便利な
ストールです。
ボアのミッキー
フェイスが
アクセント♪

トヨタカローラ京都株式会社　www.corolla-kyoto.com/

◉上堀川店 ◉北白川店 ◉山科店 ◉円町店 ◉桂店 ◉乙訓店 ◉吉祥院店（ウェルキャブステーション・AREA86併設） ◉伏見店 ◉醍醐店 ◉宇治店
◉城陽店 ◉福知山店 ◉舞鶴店 ◉峰山店 ◉木津川台店 ◉京田辺店 ◉八幡店 ◉亀岡店 ◉伏見マイカーセンター ◉八幡マイカーセンター

【取扱車種】プリウス・プリウスα・アクア・SAI・カムリ・ノア・エスティマ・エスティマハイブリッド・カローラアクシオ・カローラフィールダー・カローラルミオン・パッソ・ラクティス・シエンタ・スペイド・トヨタ86・ピクシス

うすくち

松野が誇る昔づくり淡口醤油は、
昔からの製法でつくりあげた本格的な淡口醤油。
煮物などには最適で、
色がつかずにおいしい料理ができる、
京都人の御用達です。
材料の持ち味を生かす
京料理にも欠かせない醤油です。

うすくち醤油
180ml 瓶 ……280円
360ml 瓶 ……534円
900ml 瓶 ……783円
1リットルパック……534円
1.8L 瓶 ……950円

創業文化二年
昔づくりの京醤油処 松野醤油
京都市北区鷹峯土天井町21
（市バス土天井町停留所よりすぐ）
☎075-492-2984／9時～18時
店休日:12/30～1/5
www.matsunoshouyu.co.jp

2015年 1月10日発行
企画・編集・営業・制作 株式会社 union.a
問合せ info@hankei500.com