

元・気・に・な・る・情・報・誌
よみて

4

Vol.208
APRIL 2019

月刊

Yomi

NARA + YAMASHIRO + IGA

クーポン
増量中!

お・と・く!!
オ・ト・ク!!

グルメやショップ、
温泉クーポンで
得々!!

花と団子と温泉と.....

お花見さんぽ 2019

お花見

歓迎会

新生活

春グルメ*2019





「古都奈良春情」

撮影場所／東大寺二月堂（奈良市）

📷 撮影者：澤 戡三さん

「修二会」の際に練行衆が行を勤める場となる「東大寺二月堂」を背景に、裏参道に咲き誇る花々は、春の到来を告げるとともに、十一面観音さんへの献花のようにも思え、土塀・石畳が助長してくれるひそやかな美を感じる1枚です。

目次フォト 大募集！

yomiっこ「巻頭ページ」にあなたの写真を掲載！！
奈良の風景や伝統行事、イベントなど、あなたのお気に入りの写真を毎月募集します。

6月を感じられる1枚を募集 締め切り：4月15日

①住所 ②氏名 ③電話番号 ④写真のタイトル ⑤説明文 ⑥撮影地を明記の上、画像をメール (info@ynl.co.jp) に送付ください。

*応募作品の中から編集部での審査の上、掲載を決定します

毎月25日デジタルパンフレット配信！



2019.4月号 vol.208

04 yomiっこクーポン付き 春グルメ2019

08 桜さんぽ

13 いこま駅クリニックモール この季節に 病気と予防法

16 西の京病院 メディカル最前線！

45 感謝を込めて増量中 yomiっこクーポン！



SHOP

14... SHOP☆SHOP

MAN

02... 自然と暮らす

彩雲ひろば／新井博子さん

18... Boze数珠つなぎ

高野山真言宗 生駒山 龍眼寺／佐野行信 師

40... かわいいな

REGULARS 連載記事

17... トドの毒舌

20... 新日本妖怪紀行

22... タウンニュース

24... スポーツ大好き

「奈良チャレンジャーズ」武河道場」

26... 読者のお便利FREE TALK&ちさとの星占い

27... 2018年サービスポイントラリー当選者発表

28... クロスワードパズル&まめちしき

29... インフォメーション

「MUSEUM」 「ART」 「PLAY」 「EVENT」

34... 2019円の旅 - 古代万葉ロマンに出会う旅 -

36... 伊賀もん 名張動物園／神林志帆さん

38... となりのお昼ごはん チャイルドスクール

43... プレゼント

44... こちら編集部

ならきちグッズ

大好評
発売中
絵図屋にて



<https://ynl.co.jp> 奈良っこ <https://narakko love>

永代供養塔・送骨 5/4(土) 262回 開山忌法要
※生前予約可・宗旨・宗派不問
※檀家制度はとっていません

0742-45-2410 光明山 阿弥陀寺
〒631-0027 奈良市学園赤松町2826-1



ボールペン、マスコットetc

表紙写真／安倍文殊院、ふりぼんめ、味のかけ橋、香月、ぱっぷHOUSE K、心ろ家
本誌で掲載している価格表示は、原則的に税込みです（特に明示あるものを除く）

●日本料理 御料理 吉座傳右衛門 奈良市/TEL.0742-24-4700

12種類のおばんざいランチで奈良の旬をたっぷり味わって♪

「今一番おいしいものを、お得にたっぷり楽しんで戴きたい」と、長きにわたり和食に携わってきた料理人が作る昼御膳は、見た目内容もすべてが新しい。旬の大和野菜を使う12種類のおばんざいに、炊きたての筍ご飯で、春の味覚を味わい尽くそう。

●お昼のおばんざい御膳 1,500円
おばんざい12品(8寸盛)、茶わん蒸し、季節ご飯、赤だし、香の物、甘味
●郷ポーク入りのおばんざい御膳 3,500円
●大和牛入りのおばんざい御膳 4,000円
●懐石 4,000円～ ※価格は税別

★1日40組限定、完全予約制 1部11:30～、2部12:30～の2部制

★完全予約制
奈良市本守町5-1
① 11:30～14:00(LO13:30)
② 17:30～22:00(LO21:00)
水曜 あり
吉座 検索

●日本料理 おばな 奈良市/TEL.0742-22-2108

古都奈良で春を味わう特別会席

風趣な京会席がグルメに定評。京料理のプロが伝統と格式に現代の感性も加味し、季節感たっぷりに供される。その上品な味わいと雅な趣向で春をいただく! 大切な人のもとに、花見や女子会、歓迎会ほか慶弔の宴にもおすすめ。

★仕出し・持ち帰り弁当も好評承り中!

春の特別会席
●昼限定『季節の点心』.....3,000円
●昼限定 小会席『おばな』.....4,500円
●あかね会席.....6,000円
※昼夜共、予約がベター ※価格は税別 期間 ~2019.05

奈良市高畑町1110 ホテルサンルート奈良B1F
① 11:30～13:30(LO)
② 17:30～19:30(LO)
不定休
あり(ホテルと共用)
予約がベター
おばな 検索

Spring 2019

お得な春グルメ
クーポン付き!

春グルメ

P46のクーポン券で
賢くお得に
楽しんじゃおう!

ポカポカ陽気に、心踊る♪ 春ぐるめ2019
いよいよ行楽シーズン到来! お花見やハイキング、
家族や友人とのお出かけにおいしいごはんを、更に気分を盛り上げよう!
歓送迎会にもおすすめの厳選22店をご紹介します。

●レストラン・アンテナショップ 奈良のうまいものプラザ レストラン 「古都華」/ここが 奈良市/TEL.0742-26-0088

奈良のうまいものが大集結! 昼は新鮮野菜バイキング付き「かご農膳」

「奈良のうまいもの会」が運営する奈良県アンテナショップ内のレストラン。朝昼晩と奈良産の新鮮野菜を使ったメニューを提供する。昼は農園直送野菜バイキング付きの『古都華かご農膳』が人気。駅ビルなので、ちょい飲みや奈良土産選びにも重宝しきり。

【朝】新鮮卵かけご飯 or 洋の朝ごはん 各400円
【昼】ヤマトポークの古都華カレー 880円 ※野菜バイキング1回付
【夜】大和牛の森のハンバーグ(ソースは和or洋)1,000円ほか
●生ビール・日本酒・ワイン等あり ※価格は税別

奈良市三条本町1-1 JR奈良駅1F
7:00～21:00
古都華 7:00～11:00
11:00～15:00
17:00～21:00 (各LO30分前)
無休 近隣に有料Pあり
奈良のうまいもの 検索

●和洋折衷料理 折衷旬彩 香月/かげつ 奈良市/TEL.0742-22-1018

旬の折衷美味を大和の秘蔵酒とあるいはワインで春うらら♪

仏和伊の技あり店主が腕を振るう美酒佳肴の店。豪快かつ繊細な旬の折衷美味が食通の舌をはやしたてる。有機・減農薬野菜にこだわり、天然旬魚や奥吉野直送のジビエを熟成の旨みで、大和の秘蔵酒や厳選ワインとコラボで、料理と酒が相乗の味。

【昼】●松花堂風 1,380円・1,880円
●コース 3,280円～
【夜】●アラカルト 600円～
●折衷おまかせコース 4,180円～ ※コースは昼夜とも予約制

●6～10人の宴に最適 貸切20～25人、奥の間は8人～

奈良市下御門町28-1
① 11:30～14:00(LO)
② 土日祝～15:00(LO)
③ 17:30～23:00(LO)
不定休
近隣に有料Pあり

●炭火イタリアン・ワインバル 元町NEWS/もとまちニュース 奈良市/TEL.0742-93-8599

イタリアンの枠を超える 選べるランチコースが始動!

人気店「かくれんぼ」のシェフが富雄駅前にオープン。イタリアンの枠を超えたおいしくリーズナブルなランチは、旬の食感・味・彩りが楽しめる前菜盛り、パスタ・ピッツァ・ご飯ものは25種から、デザートは4種から選べる。ワインも安くて種類豊富♪

★25人～貸切OK(3日前までに予約)

●ランチコース 1,600円・2,000円・2,600円
●ドルチェセット 600円
●肉・魚・野菜のタパス 350円～
●グラスワイン 450円～ ※価格は税別

ランチコース 2,000円
前菜盛合せ(旬の新子の玉子豆腐・ワカサギの甘酢漬けエスカベッシュ・パイ貝のブルゴーニュ風・ローストビーフのバル寿司・フロッコリーのバーニャカウデー・メキシカントルティヤ)

奈良市富雄元町2-3-12
① 11:30～15:00(14:30LO)
② 17:30～23:00(22:30LO)
火曜 近隣に有料Pあり

●フレンチ Bistrot Le CLAIR ビストロ ル・クレール 奈良市/TEL.0742-27-6060

遊び心いっぱいのシェフが本気で創る大人のフレンチ

遊び心もプラスした正統派フレンチで人気! 地階の南仏空間で、精彩を放つ春味満載コースはいかが♪ アスリートを愉しみ水匠も楽しむシェフ吉崎氏、今年も元気なお茶目ぶり。春の宵、花見帰りにワインバーでグラス傾け余韻を味わうも◎

●ランチ 4,320円～
●ディナー 6,480円～ ※サービス料10%

利尻産ウニのムース コンソメ仕立て

ワインバー カフェ・ド・ムスタッシュ Cave de Moustache
① 18:00～翌2:00 無休
奈良市高天町48 森田ビルB1F
① 12:00～14:00(LO)
② 17:00～22:00(LO)
③ 木曜 近隣に有料Pあり

●カフェ カフェ メリメロ 生駒市/TEL.0743-77-0805

春色のスクレットランチ登場 鶏と野菜のサルサソース煮込み

女性に大人気、スクレットランチの春の新作は「彩り野菜と鶏肉のサルサソース煮込み」。肉と野菜がとっともやわらかくて、ピリッとほんのり甘いサルサソースとよく合う。『バンド・ポルテ』の白パン、『喫茶イレブン』のコーヒー付きで大満足!

★鉄板ナポリタン、カフェ丼シリーズも人気!

お好みでタバスコをかけて大人の辛さに♪ スクレットランチ

スクレットランチ 1,080円(ランチ)
白パンサンドスクレット 1,280円(ランチ)
パニーニモーニングセット 580円(朝食)

生駒市小瀬町27-1-102
① 9:00～17:00(LO16:30)
日曜、祝日 あり

●沖縄料理 がじゅまるの木 奈良市/TEL.0742-27-7655

盛り上がり過ぎに要注意! 沖縄料理と銘柄酒盛・絶品古酒・オリオン生

島直送の食材や無添加・手づくりこだわった素材の沖縄家庭料理と居心地の良さで人気。昼はボリュームいっぱい定食、夜はひと味工夫の沖縄メニューがそろう。宴ならコースがお得。オリオン生ビール、銘柄酒盛や古酒で「カリヤサビラ(乾杯)」!

【コース料理】
●前菜からタコライスまで7品 2,000円
●前菜からデザートまで10品 3,000円
※プラス2,000円で飲み放題(2時間/種類は限定)
【ランチ】●定食800円ほか各種

海ぶどう 680円、ジーマーミー豆腐 580円、島つきよ 600円、ゴーヤチャンプルー 780円、野菜の天ぷら 650円、軟骨ソーキのやわらか煮 720円ほか

奈良市中筋町16-2 北羅マンション1F (近鉄奈良駅から徒歩5分)
① 11:30～14:00
② 17:00～23:00(LO22:30)
③ 日曜(夜の団体予約は応相談)
④ 近く有料Pあり

●フレンチ 欧風料理 ふりぽんぬ 奈良市/TEL.0742-27-8622

沖縄食材をフレンチ仕立て 奈良町で島時間を満喫♪

レトロな時間が流れる奈良町で、沖縄の食材を使ったフレンチ一筋20年。シェフの実家・南大東島直送の野菜やフルーツなどが料理のアクセントや隠し味に。沖縄のエッセンスが品よく溶け込んだ美味の数々をワインあるいは馳仕込みの泡盛と。

●ランチ 1,500円・2,800円・5,000円
●ディナー 3,000円・5,000円・7,000円 ※5,000円以上のコースは要予約
●グラスワイン 500円～ ※価格は税別

前菜(海ぶどうサラダやゴーヤとパイアのピクルスなど沖縄の幸をとり混ぜて)、自家製パン、奥はぶどうジュース 700円

奈良市中新屋町18
① 12:00～14:00(LO)
② 18:00～22:00(LO)
③ 月曜 近隣に有料Pあり

●野菜スイーツカフェ 尾崎珈琲/おざきコーヒー 奈良市/TEL.0742-93-8863

野菜を知り尽くした主の2号店はベジスイーツ&軽食ありの珈琲店

野菜が主役の料理店「ならまち旬彩ひより」の姉妹店。店主自ら収穫する野菜の個性を生かしたスイーツは、どれも優しい甘み。風味豊かな特製パンのホットサンドやフレンチトーストなど軽食も◎ モダンシックな空間で厳選豆珈琲の一服もお薦め。

●フレンチトースト 700円～
●尾崎珈琲ブレンド 430円
*和風パフェ、野菜ランチやカレー等も準備中◎ ※価格は税別

人參のムース、かぼちゃのレアチーズケーキ、さつまいものティラミス 各460円

奈良市西寺林町28-6
① 11:00～18:00
② 火曜 近隣に有料Pあり
旬彩 ひより 検索

レストラン・カフェ
れすとらん **甘羅** /かむら
宇陀市 / TEL.0745-83-3715

**宇陀の農産物・奈良の特産品使用
足湯付き道の駅内レストラン**

米や野菜から調味料まで地産にこだわり、柿の葉寿司、三輪そうめんなど奈良の特産品を使った多彩なメニューが好評だ。花冷えの日は、優しい味の具材や旨ダシで人気の「にゅうめん」がおすすめ。隣接の天然温泉足湯で温もり2倍。スイーツも豊富

- 地元野菜たっぷり野菜カレー 980円
- 宴会コースあり ※飲み放題 +2,000円～ ※価格は税込



足湯もあるよ！道の駅「宇陀路 大宇陀」



優しい甘みのすっきりダシで人気の『元祖にゅうめん定食』(柿の葉すし付) 1,080円

宇陀市大宇陀 拾生714-1 道の駅「宇陀路大宇陀」内
11:00～21:00
水曜 あり
席 / テ40

焼肉
アジヨシ 奈良本店
葛城市 / TEL.0745-69-7778

**奈良で歓送迎会なら
宴会のアジヨシで大満足！**

2人の個室から48人の大部屋まで備える宴会にもってこいの同店。春の歓送迎会用に開発したのが、ド迫力の熟成ツボ漬けハラミ300gをはじめ全8品のコースメニュー。肉を好きな大きさにカットしてシェアできるから人数が多いほど楽しめる。

★秘伝ダレの壺に漬け込み3日以上熟成させたハラミ300gが付くコース

●春の宴会熟成ハラミコース(全8品) 3,800円 ※税別
熟成ツボ漬け300gのハラミ、塩タン、カルビ、ナムル、キムチ盛り、しそご飯orピビンバ、スープ(卵orワカメ)、選べるデザート(3種から)

葛城市西室145-1
17:00～23:30(LO23:00)
※土日祝11:30～
年中無休 あり
yakinku-nanami.com / ajiyoshi/
席 / テ45 掘55 座8



天理市東井戸堂町176-1-2
17:00～22:30(LO)
月曜(祝日の場合は営業)
あり
席 / カ6 掘28

焼肉
ぱっぷHOUSE K
天理市 / TEL.0743-62-8235

**肉を知り尽くす精肉店直営
高コスバ黒毛和牛専門店！**

精肉店直営の黒毛和牛焼肉店。各地から仕入れる厳選の肉塊から部位ごとに自社でカット。ミスジ・イチボなど希少部位も直営店ならではの価値打ち価格で楽しめる。『春の焼肉宴会』に品数&ボリュームも大満足の2コースで盛り上がりよう！

- 宴会コース(4人以上、要予約) ※飲み放題は宴会コースのみ
- ぱっぷKコース 4,000円 注文のみ
塩タン・バラ・ハラミ・赤身・豚バラ・ミノ・てっちゃん・ウインナー・キムチ盛り合わせ・サラダ・アイスor杏仁豆腐・白ご飯orガーリックライスorカレーライス
- ぱっぷK Wコース 5,000円
塩タン・上ロース・上バラ・ハラミ・赤身・ミノ・てっちゃん・ウインナー・キムチ盛り合わせ・サラダ・アイスor杏仁豆腐・白ご飯orガーリックライスorカレーライス
- 飲み放題 120分(LO90分) 平日1,500円、土日祝1,800円 ※すべて税別価格

天理市東井戸堂町176-1-2
17:00～22:30(LO)
月曜(祝日の場合は営業)
あり
席 / カ6 掘28



天理市東井戸堂町176-1-2
17:00～22:30(LO)
月曜(祝日の場合は営業)
あり
席 / カ6 掘28

焼肉
とみや
奈良市

**カップル！ファミリー！
歓送迎会！安くおいしい
学園前の実力店**

安くおいしいと口コミで広がり、再訪率が高い『とみや』。学園前本店は、駅から近くおひとり様も通いやすい。昨年OPENした登美ヶ丘店は、カップルから8人までのボックス席や掘りごたつ座敷席があり、最大60人の歓送迎会もできる。専用駐車場も9台完備。

登美ヶ丘店 \0742-44-2909
奈良市西登美ヶ丘1-4-15
17:00～23:00(LO22:30)
火曜 あり(満時は有料P一部負担)
席 / カ6 テ30 座(掘)20
学園前本店 \0742-51-0209
奈良市学園北2-5-9
17:00～23:30(LO23:00)
火曜 あり(満時は有料Pあり(一部負担))
席 / カ6 テ18



登美ヶ丘店 \0742-44-2909
奈良市西登美ヶ丘1-4-15
17:00～23:00(LO22:30)
火曜 あり(満時は有料P一部負担)
席 / カ6 テ30 座(掘)20
学園前本店 \0742-51-0209
奈良市学園北2-5-9
17:00～23:30(LO23:00)
火曜 あり(満時は有料Pあり(一部負担))
席 / カ6 テ18

郷土料理
はしもと商店 **味のかけ橋**
葛城市 / TEL.0745-48-8410

**下関の郷土の味を伝えて8周年
熱々の『瓦そば』を味わって！**

下関の郷土料理を伝えて8年、他府県にもファンが多い同店。名物は、熱々の焼き瓦に茶そばを載せた『瓦そば』。食べるうちに下から火が通りバリバリの食感がクセになる逸品だ。同地直送、揚げたての『ねり天』&『ねり天バーガー』もおすすめ。

- 瓦そばセットミニ丼付き 1,566円
- ねり天バーガーセット 702円
- 天ぷらテイクアウト 216円～

瓦そばセット(揚げたてねり天3種付) 1,080円
葛城市富麻350-1
10:00～20:00(LO)
月曜(祝日の場合は翌日)
あり
味のかけ橋 検索
席 / カ9 テ27



瓦そばセット(揚げたてねり天3種付) 1,080円
葛城市富麻350-1
10:00～20:00(LO)
月曜(祝日の場合は翌日)
あり
味のかけ橋 検索
席 / カ9 テ27

Indian Restaurant & Bar
Milan 西の京
奈良市 / TEL.0742-51-5572

**スパイスを効かせた
本場の味を、窯出し
焼きたてもちもちナンと**

本場シェフが作るオリジナルブレンドのスパイスカレーと、大きな窯で焼くもちもちのナンが自慢の本場のインド料理店。豊富なメニューの中から好みのカレーと辛さが選べる。落ち着いた飲食できる開放的な店内で、忘・新年会や家族での食事にもぴったり♪

- ミランコース 1,280円
カレー6種から2種、サラダ、スープ、ナンorライス、タンドリーチキン、ドリンク
- Aランチ 800円 ●Bランチ 900円

奈良市石木町475-1
11:00～15:00
17:00～22:00
土日祝11:00～22:00
年末年始 あり
あり
席 / テ60



奈良市石木町475-1
11:00～15:00
17:00～22:00
土日祝11:00～22:00
年末年始 あり
あり
席 / テ60

創作居酒屋
ザカナ 心ろ家 王寺駅前店
王寺町 / TEL.0745-72-7771

**春の歓送迎会に、サプライズ！
心ろ家のおトクな宴会コース**

王寺駅徒歩2分、魚介と日本酒にこだわってお店。「春のプレミアムコース」は、名物「ザカナ盛り」に、女性に人気タンしゃぶしゃぶなど7品と、通常90分→2時間飲み放題付きで1人5,000円。オプションで「寿」の大皿盛り盛りでサプライズ演出もできるよ。

- 120分飲み放題付き
- 『春のプレミアムコース』 5,000円(税込)
- ザカナ盛り(造り5種と前菜2種) ●牛タンしゃぶしゃぶ鍋
- しらすたっぷりサラダ ●おすすめ料理 ●唐揚げ柚子こししょう
- ラーメン ●デザート ●飲み放題(生ビール、焼酎、酎ハイ、梅酒、冷酒、ソフトドリンク)

北葛城郡王寺町王寺2-4-13
パークサイド北野1F
17:00～24:00(LO23:00)
不定休 近隣に有料Pあり 大阪 香芝1
席 / カ10 座(掘)46



北葛城郡王寺町王寺2-4-13
パークサイド北野1F
17:00～24:00(LO23:00)
不定休 近隣に有料Pあり 大阪 香芝1
席 / カ10 座(掘)46

焼肉
民芸焼肉・韓国料理 **迎賓館**
田原本町・天理市・奈良市

**家族や女子会、歓送迎会もOK！
焼肉宴会コースで希少部位も満喫**

自社牧場で飼育した最高級黒毛和牛「大和牛」。処女牛のみを厳選し、肉匠がオーダー後に手切り、品質と鮮度を追求した品々を堪能できる。希少部位を含む、セット&盛り合わせが充実。ファミリーや女子会、歓送迎会に焼肉宴会を満喫しよう。
★10人以上でお昼の宴会OK!!

- 欲張りプラン 5,000円
- 特選ブランド焼肉プラン 3,500円
- 極上希少部位焼肉プラン 5,000円
- 幻のVIPプラン 7,000円
- 飲み放題(90分) 1,500円～

田原本本店 \0744-33-8778
葛城郡田原本町八尾584-2
テ23席、掘55席
天理店 \0743-63-0029
天理市勾田町115-1
掘120席
奈良店 \0742-24-5529
奈良市南村塚町220-1
テ44 座26



田原本本店 \0744-33-8778
葛城郡田原本町八尾584-2
テ23席、掘55席
天理店 \0743-63-0029
天理市勾田町115-1
掘120席
奈良店 \0742-24-5529
奈良市南村塚町220-1
テ44 座26

和食・鍋・精進会席
奥高野・野迫川温泉 **ホテルのせ川**
野迫川村 / TEL.0747-38-0011

**高野山観光と世界遺産の道
春萌えの秘境で、温泉とジビエ鍋**

奥高野の大自然に抱かれたリゾートホテル。芽吹き4月から桜の5月は、高野山観光、小辺路ウォークや伯母子岳登山などに絶好の基地。眼下に清流を望む天然温泉付きの宿で、鴨・猪・雉のジビエ3種盛り『かしき鍋』ほか、山川の幸に舌鼓を！

- 1泊2食付(税込)
- 鍋コース
※先付・前菜・天女魚の塩焼き・雑炊orご飯・デザート付
- 名物『かしき鍋』10,800円～
- 鴨鍋 9,720円～ ●ボタン鍋 15,120円～
- 陽春会席・精進料理 各11,880円～

名物『かしき鍋』
野迫川温泉 & 伯母子亭
11:00～20:00(冬期19:00)
※南海高野山駅まで無料送迎(宿泊客/要予約/駅発15:20)
その他は応相談
吉野郡野迫川村北今西426
無休 あり
ホテルのせ川 検索



名物『かしき鍋』
野迫川温泉 & 伯母子亭
11:00～20:00(冬期19:00)
※南海高野山駅まで無料送迎(宿泊客/要予約/駅発15:20)
その他は応相談
吉野郡野迫川村北今西426
無休 あり
ホテルのせ川 検索

ラーメン
プレハブラーメン店 **麺吉本舗**
御所市・葛城市

**県内産素材をふんだんに使い、
おいしいを追求した一杯のラーメン**

「奈良桜よしの天然水」で、時間をかけて抽出した鶏ガラベースの豚骨のこく。「麺吉ラーメン」は旨みしょうゆの芳醇なスープの味が決め手だ。器を覆うチャーシューはインパクト絶大。国産白きくらげを使った、美と健康にうれしい塩ラーメンもオススメ。
★ボリューム満点チャーシュー丼も◎

- 明日香きくらげ潤いラーメン 900円
- 麺吉セット 1,300円

御所本店 \0745-66-2333
御所市五百家213-5
FC葛城市 \070-1822-2121
葛城市柿本1-1
(ココカラファイン敷地内)
共通
11:00～15:00
水曜(祝日の場合は営業)
あり
席 / カ12 テ8



御所本店 \0745-66-2333
御所市五百家213-5
FC葛城市 \070-1822-2121
葛城市柿本1-1
(ココカラファイン敷地内)
共通
11:00～15:00
水曜(祝日の場合は営業)
あり
席 / カ12 テ8

和牛焼肉・ホルモン・かすうどん
梵天丸 /ぼんてんまる
広陵町 / TEL.0745-54-0101

**週替りのアニバーサリー
特典で特選黒毛和牛を
お得に満喫！**

長年の経験と知識を活かした厳選黒毛和牛が好評の同店が4月4日で7周年。3月末からのアニバーサリー期間はお得な週替り特典が満載だ。歓送迎会が希少部位を含む焼肉&鍋がセットの『団体コース』が一押し。話題の『タンしゃぶ』も新登場！
★4/10 お肉の景品が当たる「7周年ゴルフコンペ」開催！
※応募締め切り4/3

- 7周年アニバーサリー特典
- 3/20～26 日替わりデザートサービス!(※食事の1人1品限り)
- 3/28～4/2 赤身3種盛りが4種盛り金グレードアップ!
- 4/4～7 10,000円以上の会計で1,000円金券プレゼント

北葛城郡広陵町馬見北9-9-25
18:00～翌3:00(火曜～0:00)
水曜 あり
※席数が限られるため予約がベター
『ぼんてん丸 広陵町』検索
オンライン予約はコチラ
席 / カ4 テ18 半個3



北葛城郡広陵町馬見北9-9-25
18:00～翌3:00(火曜～0:00)
水曜 あり
※席数が限られるため予約がベター
『ぼんてん丸 広陵町』検索
オンライン予約はコチラ
席 / カ4 テ18 半個3

肉料理
名代 **笠庄** /かさしょう
本津川市 / TEL.0774-72-0012

**極上黒毛和牛の感動をこの価格で！
明治30年創業、老舗のランチ**

一口食べれば、とろける肉のうまさに感動。本津川で創業100余年、和牛専門店のおすすりランチは、鹿児島県産の極上黒毛和牛のすき焼き・しゃぶしゃぶ・ステーキから選べる。この味と価格に惚れる遠方のファンも多い。上品な和室でゆっくり食事を楽しんで。
★最大40人までの宴会可能

- お昼の特撰御膳(すき焼き、しゃぶしゃぶ、ランプステーキ)各3,000円
- 特選黒毛和牛角切りステーキ膳 2,500円
- 特選黒毛和牛極上ロースステーキ膳 5,000円
- 特選黒毛和牛極上ヒレステーキ膳 5,000円

本津川市本津清水50
11:30～14:00(LO13:30)
17:00～22:00(LO21:30)
※昼夜とも前日までに要予約
※1F精肉販売は9:00～18:50
水曜 あり
笠庄 検索
席 / 座24 個室5(3～6人)



本津川市本津清水50
11:30～14:00(LO13:30)
17:00～22:00(LO21:30)
※昼夜とも前日までに要予約
※1F精肉販売は9:00～18:50
水曜 あり
笠庄 検索
席 / 座24 個室5(3～6人)

木女さんぽ 2019

見頃は気象状況により変わります
 ♿ 車椅子の乗り入れ可 ♿ 多目的トイレあり

展望台からは一目千本の眺望が圧巻!

HPの空撮ムービーで「天空の花園」が体感できるよ!

本堂舞台から桜の海に各塔頭が浮かぶ景色を

【平群町】しぎさんちようごそんしじ 信貴山朝護孫子寺

●本数…約500本
 ●見頃…3月下旬～4月上旬

本堂舞台から境内一円の桜と堂宇が織り成す景観にため息! 日没には2千基の石灯籠に灯がともり、幽玄な夜桜も楽しめる。

① 生駒郡平群町信貴山2280-1
 境内自由
 ② JR・近鉄王寺駅からバス「信貴大橋」下車、徒歩5分
 ③ あり (500円)
 ④ 0745-72-2277 (本坊) **信貴山** 検索

EVENT 期間中桜まつり開催
 4/8(土) 斎仏会 (お釈迦様誕生花祭り)

立ち寄りスポット
信貴山観光iセンター
 信貴山の雄岳・雌岳が雲海に浮かぶ様を表現したスパイシーマイルドなホワイトカレー。



信貴山カレー 720円

① 生駒郡平群町信貴山2280-1
 ② 10:00～17:00
 ③ 無休 Pあり (500円)
 ④ 0745-44-9855

桜は咲き始めてから散るまで約2週間…今年も気候も安定していないせいか桜の見頃も予測しにくいそう。花と団子と温泉と…いくつ制覇できるかな! 立ち寄りスポットも参考に奈良桜さんぽへ。

立ち寄りスポット
たかすみ温泉

高見山の麓、清流沿いの天然温泉。木の香漂う内風呂や岩の露天風呂に浸れば、大自然に抱かれた心地のリラックス感。

① 吉野郡東吉野村平野835
 ② 11:00～21:00
 ③ 休木曜(祝→翌日)
 ④ ¥12歳以上500円、6～11歳200円
 ⑤ 0746-44-0777



【東吉野村】たかみのさと 天空の庭 高見の郷

●本数…約1,000本
 ●開園…4/1(月)～4/30(火・祝)

名峰・高見山の近く、標高650m、広さ2万坪の丘で、1,000本を超えるシダレザクラが開花する。青い峰々に囲まれた濃淡のピンクの海は、まさに「天空の花園」。ユキヤナギの白、レンギョウの黄が誘う散策道の先の展望台から一目千本の眺望もぜひ。

① 吉野郡東吉野村杉谷298-1 ★ナビは住所入力で
 ② 9:00～17:00(受付16:30)
 ③ 大人1,000円、小人500円、小学生未満無料 ※園内送迎可(無料)
 ④ 4/13(土)～21(日)は近鉄橋原駅から直通バス運行(往9:15、11:00 復12:30、14:20/片道1,100円)
 車:名阪国道計IC～大宇陀経由R166東進、杉谷大橋から500m
 Pあり
 ⑤ 090-5136-9844 (高見の郷事務局)
 ★開花状況はHPで「高見の郷」検索
 ★軽食「天空レストラン」あり



【宇陀市】 佛隆寺千年桜

●本数…一本桜
 ●見頃…4月中旬～下旬



物に続いて、桜も楽しめる!

【奈良市】 月ヶ瀬湖畔

観梅に続いて桜が楽しめる。湖畔約4kmにわたる桜並木は壮観。お花見の後は月ヶ瀬温泉でくつろぎ、地元特産品直売所への寄り道も!

① 奈良市月ヶ瀬
 ② JR・近鉄奈良駅からバス約90分
 奈良市からR369経由で約50分
 or名阪国道小倉ICから約15分
 Pあり
 ④ 0743-92-0300 (月ヶ瀬観光協会)

●本数…約2,000本
 ●見頃…4月上旬

EVENT 4/7(日) 桜まつり(八幡橋周辺)
 間:湖畔の里つぎせ (TEL0743-92-0066)

おみやげに♪
梅チョコ (梅の実入りちよこれ～)
 チョコの中には甘酸っぱいカリカリ梅。ホワイト、抹茶、ほうじ茶味がある。
 ●月ヶ瀬梅の資料館ほかで購入可



8個入り550円・15個入り900円

立ち寄りスポット
梅の郷月ヶ瀬温泉

眺望のよい高台にあり、さらりとした湯が好評。隣接のふれあい市場は、新鮮農産物とその加工品満載で人気。

① 奈良市月ヶ瀬尾山2681
 ② 10:30～20:30(受付20:00)
 ③ 休第1・3火曜(祝→翌日) Pあり
 ④ 中学生以上600円
 ⑤ 0743-92-0388



【吉野町】 吉野山

●本数…約30,000本
 ●見頃…4月上旬～下旬

EVENT 3/23(土)～4/21(日) 桜まつり

シロヤマザクラを中心に山桜が、約3週間かけて麓から山上へと開花。約200種3万本が咲き、「一目千本」と言い表される桜の名所。

① 吉野郡吉野町吉野山
 ② 近鉄吉野近鉄吉野駅から臨時バス如意輪寺経由、「中千本公園」下車
 ③ 0746-32-1007 (吉野山観光協会)
 交通規制に注意 期間:3/30(土)～5/6(振休)
 ※パークアンドバスライド(駐車場～吉野山) 実施:4/6(土)、7(日)、13(土)、14(日)を予定(開花状況や混雑状況により中止する場合あり)
 ※ロープウェイは今春運行再開予定



下千本から中・上・奥千本まで見頃の变化は3週間!

立ち寄りスポット
林とうふ店 豆腐茶屋 林(中店)

できたて豆腐を味わえるお店。国産大豆100%で手造りされた豆腐に感激。お土産も充実しているよ。

① 吉野郡吉野町吉野山551
 ② 9:00～17:00
 ③ 休火・水曜(4・11月は無休)
 ④ 0746-32-5681



湯豆腐 1,000円

【宇陀市】 又兵衛桜(本郷の瀧桜)

●本数…1本桜
 ●見頃…4月上旬～中旬

幹周3m、高さ13mの大樹。大きく広がる枝振りの見事さが人々を魅了する。

① 宇陀市大宇陀本郷
 ② 維持管理協力金100円
 ③ 近鉄橋原駅からバス終点「大宇陀」下車、徒歩25分
 車:名阪国道計ICからR369・370で南下
 P 近隣に有料駐車場あり
 ④ 0745-82-2457 (宇陀市観光協会)



立ち寄りスポット
大宇陀温泉 あきののゆ

又兵衛桜の南東、総合福祉公園にある温泉。温水プール付き、家族皆で楽しめるよ。

① 宇陀市大宇陀拾生250-2
 ② 10:00～21:00(受付20:30)
 ③ 休木曜(祝→翌日)
 ④ 大人平日700円、土日祝・指定日800円
 ※バーデゾーン込み
 Pあり ⑤ 0745-83-4126

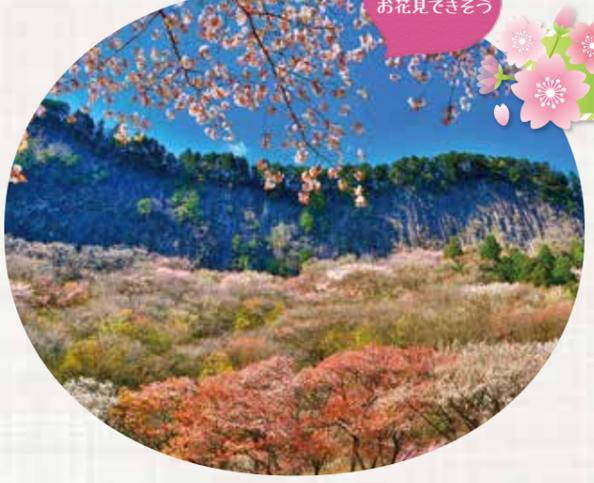


【曾爾村】 屏風岩公苑

●本数…約300本
 ●見頃…4月中旬～5月初旬

高さ200m、幅2kmにわたって続く屏風を立てたような柱状節理の奇岩と、その麓を飾る山桜の帯が織り成す景観が雄大。

① 宇陀郡曾爾村長野
 ② 公苑管理協力金200円/1人
 ③ 近鉄橋原駅または、名張駅からバス「長野」下車、徒歩60分
 車:名阪国道計ICからR369で南下
 Pあり ④ 0745-94-2106 (曾爾村観光協会)



GW近くまでお花見できそう

立ち寄りスポット
曾爾高原温泉 お亀の湯

西に鎧岳・兜岳、東に曾爾高原と、壮大な自然が広がる地にある泉質自慢の天然温泉。

① 宇陀郡曾爾村太良路830
 ② 11:00～21:00
 (12月～3月は～20:30)
 ③ 休水曜(祝→翌日)
 ④ 大人平日650円、土日祝・指定日750円
 Pあり ⑤ 0745-98-2615



立ち寄りスポット
曾爾高原 お米の館

村で取れたお米で作ったもちりしっとりパン。パン作り教室も開催。

① 10:30～売り切れ(休水曜(祝→翌日))
 Pあり ④ 0745-96-2888



1.5斤450円、菓子パン130円～



【桜井市】 長谷寺

●本数…約1,000本
●見頃…4月上旬～下旬

「花の御寺」で親しまれ、吉野と並び千年来の桜の名所。ソメイヨシノやヤマザクラなど1,000本が広い境内を彩り、本堂の舞台からの眺めは絶景。

住 桜井市初瀬731-1
時 4月～9月 8:30～17:00
10・11・3月 9:00～17:00
12月～2月 9:00～16:30
料 大人500円、小学生250円
交 近鉄長谷寺駅から徒歩約15分
P あり (500円) ☎0744-47-7001

EVENT 3/1(金)～6/30(日)
本尊大観音尊像春季特別拝観(有料)
※3月号で紹介の抹茶席は4/1～5/31、6月の土日祝のみ営業となりました

立ち寄りスポット

大和國の里 やまとびとのこころ店

江戸時代に地域の名産と親しまれた「女夫饅頭」を現代風アレンジで復刻。セレクトショップも併設!

住 桜井市初瀬830 (長谷寺参道途中)
時 10:00～17:00
休 火・水曜 (祝日・18日→営業)
P あり (詳細は問い合わせを)
☎ 0744-55-2221

酒の香りがほんのり広がる

女夫饅頭とお漬 940円



【葛城市】 葛城山麓公園

●本数…約300本
●見頃…3月下旬～4月上旬

葛城山の麓に広がる緑地公園。山麓沿いに美しい桜が咲き誇る。多くの見物客で賑わう人気スポットだ。

住 葛城市寺口1563
交 近鉄御所線忍海駅から徒歩約45分
P あり
☎ 0745-69-7501 (葛城山麓公園管理事務所)

立ち寄りスポット

味のかけ橋 →P07をチェック

下関直送の老舗の手作り「ねり天」を揚げたてで提供。看板メニューの『味付けごぼう』はお土産にも◎

住 葛城市當麻350-1
時 10:00～20:00 (LO)
休 月曜 (祝日→翌日)
P あり
☎ 0745-48-8410

天ぷら各種 227円～



【奈良市】 旧柳生藩陣屋跡

ソメイヨシノが旧柳生藩陣屋跡と、芳徳禅寺周辺をピンク色に染める。「柳生さくら祭」では轟音が響きわたる火縄銃の実演や柳生新陰流の演武がある。

住 奈良市柳生337
交 JR・近鉄奈良駅からバス「柳生」下車、徒歩約10分
☎ 0742-94-0002 (柳生観光協会)

●本数…約300本
●見頃…4月上旬～中旬

EVENT 4/6(土)、7(日)
柳生さくら祭

大阪城鎮守隊による火縄銃発砲!(7日のみ)



ジャンボ干支花絵の親子イノシシも見頃だよ!



【精華町】 けいはんな記念公園

桜や春の花が楽しめる憩いの公園。散歩やピクニックにおすすめ。

●本数…約380本
●見頃…3月下旬～4月上旬

住 相楽郡精華町精華台6-1
交 JR祝園駅・近鉄新祝園駅から徒歩「けいはんな記念公園」下車すぐ
☎ 0774-93-1200 (けいはんな公園管理事務所)

【桜井市】 安倍文殊院

●本数…約500本
●見頃…3月下旬～4月上旬

境内いっばいにソメイヨシノが開く。文殊池の金閣浮御堂は、さながら桜の海に浮かぶ楼閣だ。本堂前の「仲麻呂郷じだれ桜」も必見。

住 桜井市阿部645
料 本堂拝観700円(抹茶・菓子付)
交 JR・近鉄桜井駅から徒歩「安倍文殊院前」下車
☎ 0744-43-0002 安倍文殊院 検索

立ち寄りスポット

マルツベーカリー 本店

丁度いい甘さの、なめらかなこしあんがたっぷりのロングセラー。独特な食感も幅広い年代の方から支持されている理由。

住 桜井市桜井196 (桜井駅南口前)
時 7:00～19:00
休 日曜 ☎0744-42-3447

アンフライ(2枚入) 260円

立ち寄りスポット

花仙堂 精華店

道明寺粉を用いた無添加の桜餅と、国産米粉100%の3色団子。ほんのり甘くてやさしい味で楽しいお花見を♪

住 相楽郡精華町精華台1-25-2
時 9:30～18:30
休 火曜日(祝日の場合は営業)
☎ 0774-93-4377

桜餅120円、花見団子1本90円



【生駒市】 生駒山麓公園

●本数…約300本
●見頃…4月上旬～中旬

大型遊具・フィールドアスレチック(有料)、キャンプやBBQ(要予約)が楽しめる野外活動センターがあり、子どもも大満足。「桜の広場」は絶好のお花見スポット!

住 生駒市徳口町2088
時 6:00～22:00
休 10月～5月の火曜(祝→開園)
交 近鉄生駒駅から徒歩「生駒山麓公園ふれあいセンター」下車
☎ 0743-73-8880

立ち寄りスポット

ナイヤビンギ

全席個室のぜいたくな空間。無農薬の野菜を使った菜食。おいしい上にボリュームも満足と評判。

住 生駒市門前町12-9
時 12:00～21:00
休 火曜
☎ 0743-73-0805

ランチ 1,950円
※これに前菜2品とごはん、スープ、ドリンク、デザート付き

【笠置町】 笠置キャンプ場

●本数…100本以上
●見頃…3月下旬～4月上旬

JR笠置駅から木津川河川敷一帯に桜並木が広がり、キャンプ場ではお花見BBQが楽しめる。日本さくら名所100選でもあり写真スポットとしても有名。

住 相楽郡笠置町笠置
交 JR笠置駅から徒歩約5分
☎ 0743-95-2301(笠置町企画観光課)

ライトアップ 桜の見頃期間中 18:00～21:00

立ち寄りスポット

笠置寺

巨岩に刻まれた磨崖仏が有名。頂上からは絶景が望める。山岳修行の地として古くから知られており、巨石など見所も多い。

住 相楽郡笠置町笠置山29
料 高校生以上300円
※障害者手帳提示で無料
P あり
☎ 0743-95-2848



【伊賀市】 上野公園

●見頃:3月下旬～4月上旬

日本有数の高さを誇る石垣を持ち、別名「白鳳城」とも称される伊賀上野城。本丸広場の桜が咲くと、城に霞がかかったような美しい光景が見られる。

住 伊賀市上野丸之内
交 伊賀鉄道市野駅から徒歩約5分
P あり (500円)
☎ 0595-22-9670 (伊賀市観光戦略課)

EVENT 4/27(土)～5/6(月)
伊賀上野NINJAフェスタ2019

立ち寄りスポット

田楽座 わかや

伊賀の名物として約200年続く豆腐田楽の老舗。3年寝かせた味噌の芳ばしい香りと優しい甘みが食欲をそそる。

住 伊賀市上野西大手町3591
時 11:00～14:00
17:00～20:00
休 月曜(祝日→営業)
P あり
☎ 0595-21-4068 わかや 検索

Aセット 1,550円

3/8(金) OPEN!

プリン・森・カフェ

プリンのおうちにはおいしいかわいさ♡がいっぱい!

住 奈良市奈良阪町1073
時 11:30～17:30
不定休 Pあり
☎ 0742-23-7515 検索

春の行楽や会合に、彩り豊かな旬の味覚弁当

「高円 たかまど」

2,500円+税

和会席のフルコースが詰まった縁起の良い甲形六角三段重
お造り煮物、焼き物、天ぷら、フルーツじゃこ飯、白ごはん
その他1,000円～ご用意

住 奈良市鍋屋町5
時 11時半～17時(土日祝～15時)
☎ 0742-22-4127

お花見のお供にお弁当やスイーツを♪

住 奈良市鍋屋町5
時 10時～17時(土日祝～15時)
☎ 0742-22-4127



なかなか消えない症状の現実-「耳鳴り」-漢方薬の出現で変わる日常

ある日突然やってくる耳鳴り。いつか、治ると思いがちだが…

ジージー、ミーンミーン、ドードー…ある日突然、耳の奥ではじまる耳鳴り。「どうせすぐおさまる…」そう力をくくりがちだが、もう何年もおさまらなかつたり、なかには「めまいまで併発するケースもある」という。家族や友人との会話、そして何よりいつも楽しみにしていた孫の声まで聴きとれずらくなってしまうこと



〈創業71年〉富山の老舗製薬会社が発売した、漢方薬の秘密とは…

耳鳴りに伴うめまいが、毎食前の1包で…!

とも。なんとかしようとこれまでいろいろ試してきたものの、なかなか実感できず、しかし、薬を毎日飲むのは抵抗があるという方も多くいるのでは…。

もとは、産前産後の体に向けた漢方薬。それがなぜ「耳鳴り」に…?

そこで漢方薬『源平のヒヤクサン』のご紹介。もとは産前産後の疲労倦怠や冷え症の改善のための漢方薬。実は「漢方」は体全体に働きかけてくれるとか。なによ

り体にじつくりとなじむので「めまい」や「頭痛」にも効く、知る人ぞ知る「漢方薬」なのだ。しかし、なぜ…?

耳鳴りの原因はいろいろと考えられているが、実は「ホルモンのバランス・血流の停滞」という根本的な体内の問題が、漢方ではこの現象を「瘀血(おけち)」と呼ぶ。血流が悪化し酸素を含んだ血液が全身に巡らなず、体の生理機能が低下。

そこで、漢方薬。体全体の血流を滞りなく循環させる作用で、なんと耳鳴りだけでなく、めまいまで緩和し、体全体の血流に働きかけるので、めまいを体内からやわらげるのだ! だから「ジミ」や「冷え」から「むくみ」にも効く「漢方薬」! これうれし!

さらには、生薬だけを使い、保存料は一切不使用。これなら保存料などを気にする方でも納得して試せる。

さらに、意外と知られていないのが医薬品と健康食品の違い。健康食品は、いわば「健康の維持」を目的としたもの、健康な人が服用するようにならされている。

一方、漢方薬では、症状の原因から改善するのが目的。症状を改善する効果・効能を認可され、それを満たすためには製造工程や品質・販売管理までに厳しい基準が設けられている。「源平のヒヤクサン」はその厳しい基準を満たした医薬品の漢方薬なのだ。

さらには、意外と知られていないのが医薬品と健康食品の違い。健康食品は、いわば「健康の維持」を目的としたもの、健康な人が服用するようにならされている。

一方、漢方薬では、症状の原因から改善するのが目的。症状を改善する効果・効能を認可され、それを満たすためには製造工程や品質・販売管理までに厳しい基準が設けられている。「源平のヒヤクサン」はその厳しい基準を満たした医薬品の漢方薬なのだ。

さらには、意外と知られていないのが医薬品と健康食品の違い。健康食品は、いわば「健康の維持」を目的としたもの、健康な人が服用するようにならされている。

一方、漢方薬では、症状の原因から改善するのが目的。症状を改善する効果・効能を認可され、それを満たすためには製造工程や品質・販売管理までに厳しい基準が設けられている。「源平のヒヤクサン」はその厳しい基準を満たした医薬品の漢方薬なのだ。

さらには、意外と知られていないのが医薬品と健康食品の違い。健康食品は、いわば「健康の維持」を目的としたもの、健康な人が服用するようにならされている。

一方、漢方薬では、症状の原因から改善するのが目的。症状を改善する効果・効能を認可され、それを満たすためには製造工程や品質・販売管理までに厳しい基準が設けられている。「源平のヒヤクサン」はその厳しい基準を満たした医薬品の漢方薬なのだ。

30日間返金保証つき

通常価格1箱あたり **4,900円**

初回限定 **40%OFF!**

送料無料で **2,940円** (税別)

「源平のヒヤクサン」
30日全額返金保証つき

先着100名様限定

生薬のみを配合
保存料・着色料・香料 一切不使用

「耳鳴り、に悩む お母さんも、諦めないでほしいです」

すてきな笑顔を取り戻してほしい!

そのうち治るだろうと我慢したり、医師から「年齢のせい」と告げられて、諦めようとする方が多いのです。そんな悩みの解決をお手伝いすることができたら、開発にとりくみぬ。誰もが笑顔で毎日を過ごしたいものです。誰もわかってくれないのが耳鳴りの悩みを厄介なところ。1人で悩まずに、はやくに相談することが解決の第一歩です。

商品開発部 銅谷奈美

▼お申し込みはお電話かFAX・ハガキで!

通話料無料 **0120-108-067**

受付9:00~21:00 (年中無休) ケータイでもOK

優待番号 **M90319**

FAX **0766-56-6198**

受付時間 24時間受付・年中無休

【医薬品販売にあたっての表示義務の記載】

【お問い合わせ先】
〒939-0311 富山県射水市黒河新2643 源平製薬株式会社

お問い合わせ先
〒939-0311 富山県射水市黒河新2643 源平製薬株式会社

お問い合わせ先
〒939-0311 富山県射水市黒河新2643 源平製薬株式会社

<PRのページ>

「Yomiこ見た」または「Yomiこ持参」で特典が受けられる!
有効期限: 2019年4月30日まで(特に明記あるものを除く)

エアコンクリーニング 壁紙染色 半額

早い! 早い! 早い!

臭い花粉を徹底除去!

家庭用壁掛けタイプ
1台目 **10,000円**
2台目以降 **9,000円**
期間: 4月30日まで

プロの技 エコ洗剤と高圧洗浄機を使って10L以上の水で分解洗浄!

※お掃除機付き・天井埋込タイプは別途見積り

※各価格は奈良学園限定

丁寧な仕事を徹底しています 担当/山本 修司

張り替えよりもリーズナブル

通常20m以下 **20,000円**
今なら **10,000円**
期間: 3月31日まで

ヤニ、黄ばみも…染め替えて、ピッカピカ!!
※小さな破れ、穴も補修可能

LINE@

ハウスクリーニング全般なら **500円OFF** クーポン配付中

おそうじ本舗 奈良学園店 **0120-73-6617**

大和郡山市 鍼灸・整骨院

楽鍼灸整骨院 ●らく

大和郡山市で発見!
骨盤・姿勢矯正のゴッドハンド

開いた骨盤を閉じ、姿勢を整える「矯正」に特化した治療院。昔のスポング履けるようになった、揉んでも温めても変わらなかった腰痛が治ったとの声が続出している。矯正の腕が良いほど小さな力で骨を動かすため高齢者も安心。JR大和小泉駅から徒歩30秒!

痛みがなくて安心して受けられました。(Mさん)

〒0743-57-6671
大和郡山市小泉町東1-8-6
小泉駅前ビル103
8:30~12:30、15:30~20:00
水・土曜の午後、日曜、祝日

★事実、患者は30代に次いで70代が多い。
※関節に異常がある人、著しく骨密度の低い人は適応しない場合あり

奈良市 ガーデニング・家庭菜園

AISAIKAZOKU 愛菜家族 ならやま店

春の園芸シーズンがやってきた
良質な花苗とサボテンあります

ポカポカ陽気に、心ウキウキの春。園芸を始めるなら、豊富な苗、種、肥料、資材をそろえる同店へ。特に自社農場で育てた花苗・野菜苗は安くて良質。寄せ植えも人気。話題のサボテンやエアープランツなど多肉植物も、今がイチバン種類豊富だ。買い逃しなく。

園芸初心者の方も気軽にお越しください

多肉植物とエアープランツ寄せ植え

LINE@ はじめました!

★クーポンはP47へ

〒0742-81-8741
奈良市佐保台2-3576-1
3~10月 9:30~18:00
11~2月 9:30~17:00
火曜 あり

生駒市 健康靴専門店

Arco ●アルコ

足や歩行の痛み、我慢しないで!
奈良屈指のコンフォート靴専門店

扁平足、外反母趾など歩行時の痛みは、医療現場で32年の臨床経験を持つ靴の専門家に相談してはどうだろう。靴の本場、ヨーロッパ直輸入のスニーカーやパンプスは、見た目はポップでおしゃれ。中身は本格仕様の健康靴。疲れにくく痛みも和らげてくれる。

靴1足につき1,000円 OFF
※セール品対象外 有効期限 2019.4.30まで

〒0743-87-9338
生駒市東松ヶ丘2-8
10:00~19:00
月曜 あり

www.arco-ikoma.com

春の新品入荷!
FinnComfortの可愛いスニーカー(手前)、Dureaのパンプス

★足と靴の無料相談会開催中(要予約)

へいじょうきょうてんげいようせい

平城京天平祭

2019 5/3~5/5 (金祝) (日祝)

10:00~16:30 *雨天時一部中止 *会場内でのイベントは一部有料

会場:平城宮跡 朱雀門ひろば

入場無料

5/3 平城京天平行列 - 平城遷都之詔 -

5/3 平城京大風 夢の大空遷都

5/4 天平綱引き大会 出場者募集中!

5/4 聖武天皇・光明皇后行列

5/5 天平こども行列

5/5 大声コンテスト

新元号を
お祝いしましょう!

300円から気軽に測定! 健康測定会へ行こう! 入場無料

10時~17時(予約不要) ★空いている午後からおすすめ

当日は下記の健康測定器をご用意します。気になる項目を健康チェックしてみてください!

体内糖化度測定 一般: 500円 生活習慣病や肌の老化などの原因になると測られる老化物質「AGES」を測ります 会員: 300円

HQCチェック 一般: 2,160円 午前・午後 各10名様 会員: 1,620円

体成分分析測定 一般: 500円 会員: 300円

血流測定 一般: 500円 会員: 300円

コレステロール測定 一般: 1,000円 午前・午後 各10名様 ※問診結果によっては測定できない場合があります 会員: 600円

筋力測定 一般: 300円 会員: 200円

両腕血圧血流測定 一般: 500円 会員: 300円

末梢血液循環測定 一般: 300円 会員: 200円

HbA1c測定 一般: 1,000円 午前・午後 各10名様 ※問診結果によっては測定できない場合があります 会員: 600円

疲労度測定 一般: 500円 会員: 300円

超音波骨密度測定 一般: 500円 会員: 300円

脳年齢測定 一般: 300円 会員: 200円

子ども薬局体験開催
一部/10:30~11:15 二部/13:00~13:45 【対象年齢:6~10歳】
ご予約は下記電話番号まで TEL.080-2517-5876 申込締切:3月25日(月)

お問い合わせ
認定特定非営利活動法人 健康ラボステーション TEL 06-6948-8015 http://kenlab.net/

測定場所
メディカルハート 奈良 MEDICAL HEART NARA http://medical-heart.org/nara/

えいご皮膚科 JR奈良駅前歯科 甲斐 内科 消化器内科クリニック なんぶ小児科アレルギー科 つくだクリニック カイセイ薬局

奈良市三条本町1-2 JR奈良駅NKビル内3階医療モール

★サービスポイントについてのお問い合わせは編集部まで。

サービスポイントラニー '19 4月号 1頁

スマホ対応

情報誌で確立した情報収集ノウハウと
企画編集力を活かした提案が可能です。



ホームページを制作します!

サイト管理

SEO対策

取材・撮影・コピー制作

ブログ・CMS

ブログ形式でWEBサイトを制作し、スピーディーかつ簡単に最新情報を更新することができます。サイトへのリピート率も上がり、SEO対策にも最適!

制作実績例

(スマホ未対応、移行中のもも含まます)



URL: todaiji.or.jp



URL: kasugataisha.or.jp



URL: matsuedera.com



URL: okuyama.city.nara.jp/iju



URL: takamori-factory.com



URL: shikaso.jp



URL: narano-umaimono.com



URL: daibutsu-purin.com



URL: shidare-sakura.jp



URL: naraduke.co.jp



URL: twf.or.jp



URL: porepore.co.jp



URL: sankousha.co.jp



URL: ururun.narakko.jp



URL: narakko.com

お客様からの
うれしいお便りを
ご紹介♪

高見山近くにシダレ桜千本の園「高見の郷」を開園して10年余。ホームページを作っていたが、時にサポートを受けながら自分で開花情報入力等の管理をしていました。今春、**スマホ対応化しましたが、アクセス数が格段に増えました。**見る側も発信側も**快適な環境**になったということですわ。

高見の郷 代表 島崎照章

“奈良は日本の食のルーツ”。伝統の食文化を生かして、新しい「奈良のうまいもの」を作っている会です。奈良の情報誌出版社という母体ゆえに、**編集/ノウハウを生かしたデザイン**と、使いやすい**くっきりとしたシステム**に加え、**サポート態勢**もいので、スマホ化も依頼しました。100近い会員さんが、**自社・自店の商品登録をしやすいシステム**が気に入っています。

(一社)奈良のうまいもの会 広報事業委員会 下川麻紀



まずは
お見積もりいたします!

お気軽にお問い合わせください

その他、さまざまなジャンルのホームページを制作!

お問い合わせ・お申し込み ▶ (株)読売奈良ライフ

Web、誌面・チラシなど印刷物制作、広告掲載など

TEL. 0742-27-7441 FAX. 0742-27-7413 E-mail: yml@kcn.ne.jp

