

元・気・に・な・る・情・報・誌

よみて

月刊

Yomi

NARA + YAMASHIRO + IGA



グルメやショップ、
温泉クーポンで
得々!!

yomiっこ
クーポン付
41店

11

Vol.299
NOVEMBER 2026



スマホでQRコードを
読み込んでね!

Yomi WEB 地域密着奈良情報 /

第78回 正倉院展

令和8年10月24日(土) ~ 11月9日(月)



主な出陳物の紹介・ミュージアムグッズ
周辺おすすめSHOP&奈良SELECT



あの宝物が刺繍ブローチに!



本年も魅力がいっぱい!
ミュージアムグッズも充実



Contents

- 01.伊賀もん
ひなたぼっこ / 久原 章 & 栄子さん
+ 言葉あそび575
- 02.第78回 正倉院展
- 07.SHOP*SHOP
- 08.メディカル最前線!
西の京病院【歯科】
- 09.フリートーク & 街ネタ
+ ちさとの星占い
- 10.2026円の旅
記紀・万葉の地「忍阪」を巡る
低山ハイキングと歴史探訪の旅
- 12.終活シリーズ
元気なうちに家族で取り組む
実家どうする? 問題!
- 16.ならふしぎ+BOOK
+ 編集長のメッセージ
- 17.プレゼント
+ クロスワードパズル
- 18.クーポン
- 20.山寺おしょうのお悩み相談
- 21.編集後記

終活シリーズ 第34弾

元気なうちに家族で取り組む

実家どうする? 問題!





「ひなたぼっこ」

久原 章さん 栄子さん

都会を離れてのんびり島ヶ原ライフ
カフェでゆっくりして
いってな〜♪



●カフェの窓から見える島ヶ原の景色



● 鶴宮神社 (うのみやじんじや) は
夫妻お気に入りの場所

奈良時代から東大寺と深いつながりを持ち、江戸時代には大和街道の宿場町として栄えた伊賀市島ヶ原。JR島ヶ原駅から車で2分の県道沿いにカフェ「ひなたぼっこ」がある。昨年4月にオープンした同店は久原章さん・栄子さん夫妻が切り盛りしている。

久原さん夫妻は大阪の出身。長年介護・福祉の業界に携わり、島ヶ原へは2019年に移住した。「年齢を重ねて体力的にも疲れてきていたので、田舎でのんびり過ごしたいなと思い、移住先を探していたところ島ヶ原にたどり着きました」と栄子さん。

夫妻と5匹の犬と共に暮らす島ヶ原ライフ。章さんは「大阪では高速道路の近くに住んでいたこともあり、外も騒がしく空気もいいとは言えませんでした。一方で島ヶ原は空気がおいしいですし、静かなところで、また近所の人も親切で世話好きな方が多くていつもよくしてもらっています」と話す。

カフェは栄子さんの夢だった。「前職の先輩が広島で高齢者に向けた地域交流カフェのようなものを開いていて、私も年齢に関係なくいろんな人が交流できる場所を作ってみたいなと憧れていたんです」

コロナ禍で開業までに少し時間はかかってしまったが、その間、地域のレストランに有償ボランティアとして手

伝いに入ったり、和食店や洋食店で料理や店舗運営の勉強をしたりと知識と経験を蓄えた。

ひなたぼっこでは、モーニングとランチ、軽食、ドリンクなど多彩なメニューを提供している。食材には自然農法を用いた自家栽培の野菜や、近隣のレジャー施設「やぶつちや」の直売所などで仕入れた伊賀産のものを多く取り入れる。本年はお米も島ヶ原産になった。

オープンから一年半、常連客もついた。毎朝のルーティンに、昼下りの飲談に、中にはツーリングの目的地に京都から訪れる人も。皆ここでは、ゆっくりとした時間を過ごして帰ってゆく。

「何時間でもゆっくり過ごしてもらって、時々私たちが会話に混ざって。そんな時間を過ごせる場であれば、それくらいいいんです」と栄子さん。

ゆっくりぼちぼち、島ヶ原でスローな時間を過ごすのも悪くない。



● さばのみそ煮ランチ 1,100円

◆ひなたぼっこ

☎・080-4216-3733

住・伊賀市島ヶ原
12553-5

営・9:00~16:00

休・月・火曜

※月に1度不定休あり

P・あり



MAP

佳作

もういいよ
隠れてないで
秋よ来い

大関 [148p]
川西町
悦子さん

浮かんた句
忘れてしまひ
べ切日

小結 [96p]
吉野町
直子さん

鏡さん
この老婆だれ
私かも

小結 [91p]
奈良市
絹代さん

酷暑にも
処暑は過ぎたと
教えたい

十両 [43p]
奈良市
匠さん

風鈴の
音にさそれ
虫がなき

三段目 [15p]
天理市
PN手風琴さん

作品集

5・7・5という形であればOK。お一人様何句でも。掲載された方には記念品を差し上げます。応募の中から、特選1作、入選4作、佳作として5作の計10作を選出し、それぞれにポイントが加算されます。ポイントを貯めて番付を上げ、目指せ、ユーモア川柳界の「横綱」!

【応募先】〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 **必ずYC名を** 【FAX】0742-27-7413 【Mail】info@ynl.co.jp 【応募〆切】毎月20日

人選

ナビ無しの
台風迷走
逆走し

横綱 [203p]
天理市
章男さん

昔より
老いて5センチ
影も減る

小結 [92p]
広陵町
賢治さん

AIも
面接受ける
時代かな

前頭 [61p]
大和郡山市
香織さん

物価高
誰が決めるの
教えてよ

幕下 [28p]
橿原市
進さん

言葉あそび

11月・霜月

575

特選
我が家には
一人暮らしが
4人いる

大関 [144p]
斑鳩町
孝友さん

【選評】
「一人暮らしが4人いる」の言い回しがお見事! 同じ屋根の下に住んでいても、暮らしのリズムは無理に合わせないのが我が家も含め常識になってきましたね。

【ポイント】特選 5p 入選 2p 佳作 1p
親方 300p 横綱 150p 大関 120p 関脇 100p 小結 80p 前頭 60p
十両 40p 幕下 20p 三段目 10p 序二段 5p 序の口 2p

続きは電子書籍で見てね



Rakuten ブックス