熱々！「卵カレーうどん」で身も心もホッコリ

ランチタイムガイド

日野町の307号沿いにある「手打ちうどん芭蕉（ばしょう）」。開店以来、地元に親しまれ、35年になろうとしている。
今回紹介するのは、自慢の人気メニュー

【卵カレーうどん定食】（840円）

毎朝、丁寧に打つうどんはツルツルしていて、のどごしが良い。とろみがあるカレー味のつゆも、昆布とカツオダシがよく効いていて最後まで飲み干してしまった。

溶き卵とネギが入ったこのメニューは子どもにも人気があるという。
「卵カレーうどんは、よその店には無いはずです。合わせみそで仕上げた芭蕉うどん（680円）も自慢のメニューです」と店主の明井延喜（あけいのぶよし）さん。
明るくて朗らかな店主夫妻の人柄と、熱々の卵カレーうどんで、身も心も温かくなった。（取材・藤井）

店主の明井延喜さん（右）と奥さんの初美さん

手打ちうどん 芭蕉

●蒲生郡日野町別所967-21
●TEL：0748-52-1637
●定休日：水曜日 ●駐車場：20台
●時間：11:00～21:00（L.O.20:30）

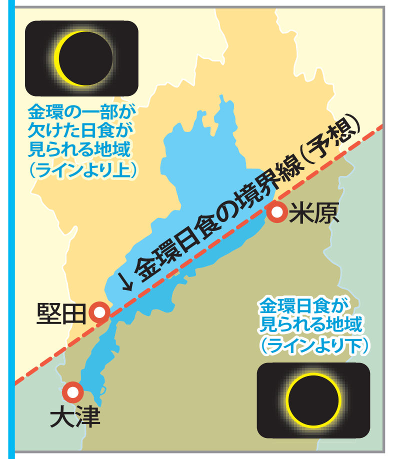
読者プレゼント
Oh!Me持参で食事された方
ウーロン茶（500ミリリットル一本）サービス
Oh!Me1枚つき1本
有効期限 2012/6/9まで

詳しくは▶www.gaido.jp/lunch　※価格は税込みです

金環日食を観察しよう！

一生に一度のチャンス？

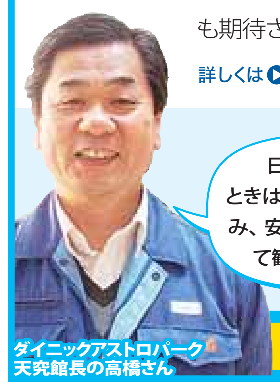
5月21日午前7時半ごろ、待望の「金環日食（きんかんにっしょく）」が全国各地で見られ、滋賀県でも大津市堅田から米原市を結ぶ線より南東側で見られる。そこで今回、多賀町にあるダイニックアストロパーク天究館長の高橋進さんにお話を伺った。



日食は、太陽、月、地球が一直線に重なって起こるものだが、今回のように太陽が地球の影で細いリング状に見える場合を金環日食といい、太陽が完全に見えなくなる皆既（かいき）日食とは区別されている。これは月の軌道が少し楕円（だえん）になっているためだという。
日本では25年前に沖縄で観測されたが、滋賀県で見られるのは数百年ぶりとのこと。
今回は、午前6時18分ごろから日食が始まり、最も大きく欠けるのは7時半ごろ。この時に金環食帯の地域では、1～2分間ほどリング状の太陽が見えるので、見逃さないようにしたい。観測する場合は、絶対に太陽を肉眼で見ないで、必ず日食メガネを使用すること。**「日食メガネが無い場合は、厚紙に1ミリ程度の穴をあけ、太陽の光を当てると影がリング状に見えます」**と教えていただいた。
今回の日食では、太陽の直径を正確に求めるための観測も行われる。新しい天文学の発見も期待されている。（取材・前川）

詳しくは▶www.gaido.jp/4153

高橋さんが撮影した金環日食（1987年、沖縄）


ダイニックアストロパーク天究館長の高橋さん

日食を観測するときは、注意事項をよく読み、安全な場所で止まって観測してください

⚠観測するときの注意
○ 必ず日食メガネを使用すること
× 絶対に太陽を肉眼で見ない
× 歩きながら、運転しながら見ない

問い合わせ ダイニックアストロパーク天究館 0749-48-1820

日野ダリア園の「牡丹・芍薬苑」が開園

日野ダリア園内にある「牡丹・芍薬苑（ぼたん しゃくやくえん）」が開園した（5月下旬まで）。現在、牡丹が見ごろを迎えている。芍薬やバラ、クレマチス、藤棚の藤も、順次見ごろを迎える。

5月下旬まで

●日野ダリア園 牡丹・芍薬苑（蒲生郡日野町鎌掛2198-1）
●TEL：0748-52-5651
●時間：10:00～16:00 ●休園日：開園中は無休
●入場料（維持協力金として）大人（中学生以上）500円 子ども（小学生）200円

上映案内 ▶www.gaido.jp/0010

新種のヴァンパイア、始動
ダーク・シャドウ DARK SHADOWS
2012.5.19（sat）ロードショー

■彦根ビバシティシネマ ■ワーナー・マイカル・シネマズ近江八幡 ■ワーナー・マイカル・シネマズ草津 ■水口アレックスシネマ ■大津アレックスシネマ ■ユナイテッド・シネマ大津

釈由美子さんも使ってる！楽やせダイエット!!
夜寝る前に飲むだけで ー?キロ（マイナス）
累計販売30万個突破！
女優・釈由美子の変わらない美しさの秘密はコレだった!!
目指せ！釈ボディ！
朝バナナダイエットに続く話題の「夜トマトダイエット」

「私の自分磨きには、食事や運動もしていますが、欠かさず、トマ美ちゃんを愛用してます。いつまでも自分のこと、好きでいられるように頑張るための、必須アイテムです♪これからのオシャレしたい季節にオススメです!!是非皆さんも試してみて下さい!!」
大きなリバウンドもせずスタイルをキープできていると思います。（2011年11月14日釈由美子オフィシャルブログ「本日も余裕しゃくしゃく」より記事抜粋）
1日6粒、夜に飲むだけ♪
リコピンパワーでキレイやせ
自身のブログでも紹介!!

トマト3個分のリコピンが凝縮のトマ美ちゃんで、ムダのないスタイルを実現！
手に負えないほど肥大したお腹ほど醜いものはない！そんなお腹も夜トマトダイエットにおまかせ！ポイントは何と言っても"夜"。肌や髪などが生まれ変わる夜に、トマトのリコピンが基礎代謝を上げ、言わば痩せやすい体質へ。ただ、「毎日夕食にトマト3個を食べる」、「最低3ヶ月は続けなければならない」など全部やり続けるのは超大変だし、毎日トマトはさすがに…。
そこで「夜スリムトマ美ちゃん」が誕生！1日に必要なトマト約3個分のリコピンをギュギュッと凝縮してるから、1日1回飲むだけ！超カンタン。その上、リコピンの働きをサポートするカプサイシン、カリウム、高純度植物油も配合しているので身体中の流れが良くなり、中から燃える実感を得られるんです。しかも、美肌にも良いリコピン。スッキリしながらお肌までイキイキ♪
※当社モニター写真です。

満足度なんと97% 愛用者の方々から喜びの声が!!
パンパンに張ったお腹が毎朝スッキリ♪
ポッコリしたお腹のせいで着る洋服も迷ってしまい、嫌な思いをしていましたが、代謝がよくなったせいか、気になってたお腹まわりもペッタンコ。それもそのはず！何を飲んでもダメだったお通じが一日一回飲むだけで力まずビックリする量が…!!今後が楽しみです。
56歳 松丸悦子さん
サボリ癖のある私が10年前のスカートが履けるまでに！
40才台になると下へ下へお肉は流れ、ブヨブヨたるみまで（泣）。なのに、食事制限に運動…何をやっても続かない。そんな私がただ寝る前に一回飲むだけで、腰骨が分かるくらいまでスッキリ！無理なく続けられるのが一番ですね。
40歳 西宮知佳さん
※使用感には個人差があります。

「夜トマトダイエット」執筆監修の飯野耀子さん
自信を持ってオススメします！
「痩せるためにカロリーを減らす」と考えがちですが、長続きはせず、結局リバウンド…という方も多いはず。ダイエットに重要なのは基礎代謝。そこで注目されたのが夜トマトダイエット！細胞が活性する夜に基礎代謝を上げるトマトを摂取することで簡単、かつ効果的なダイエットが期待できます。それを気軽に続けられるように開発したのが、これこそ正真正銘の夜トマトダイエットサプリ【夜スリムトマ美ちゃん】。キレイもスリムも全部叶えたい方は是非お試しください。
だからホンモノ！ 一緒に作りました！
美容食スペシャリスト&食育指導士 飯野耀子さん

先着100名様限定
30万個突破キャンペーン 初回購入者限定 まずは実感！
夜スリムトマ美ちゃん【約1ヵ月分】
通常価格 10,479円（税込） → 2,980円（税込）
●内容量：27g（300mg×約90粒）
ここからさらに！7,499円もおトク！
※通常送料630円のところ、2個ご購入で送料無料 3個ご購入で送料無料+更に1個おまけ
▼今すぐ「スッキリ」したい方はお電話をお急ぎください！【ダイヤル期限7月10日】
お電話 通話料無料 0120-913-565
広告コード 0016 アナウンスに従い、上記広告コードをプッシュして下さい。
●電話受付時間9:00～21:00 年中無休（年末年始除く） ※一部のお電話からご利用頂けない場合がございます。
【お届け】商品は7日前後に代引き（315円）でお届けします。【返品・交換について】商品到着後欠品、破損があった場合は、送料を当社負担ですぐにお取替えいたします。お客様のご都合による返品は、返送料・返金手数料はお客様のご負担となりますのでご了承下さい。（商品到着後、7日以内にお知らせください。但し、商品未開封に限ります。）【ご返送先】〒272-0127千葉県市川市塩浜2-30 株式会社コーリングフューズ内コマースゲート倉庫【個人情報の取扱い】厳重な管理の元、当社からの商品発送、ご案内等以外には使用致しません。
恋するコスメ 株式会社コマースゲート 〒154-0004東京都世田谷区太子堂2-12-2 7F

きらっとスポーツ 大津市 瀬田漕艇倶楽部

初心者も上級者も仲良く交流

ボートやカヌーを楽しむ「瀬田漕艇（そうてい）倶楽部」。会員の年齢は10～80歳と幅広く、初心者から、全日本級の大会や世界マスターズ優勝経験者まで、各人の技術レベルはさまざまだ。大会を目指して特訓するメンバーもいれば、単に水に浮かんで楽しむメンバーまで日々の活動もさまざま。
5～10月にかけては月2回、「ボート体験教室」（第1・3日曜日、1回2000円）が開かれており、これをきっかけに入会してくるメンバーが増えている。初心者メンバー対象のサポート教室も開かれており、熱心な人だと1年もすれば一人で漕（こ）げるようになるという。この他、ボートの補修、クラブハウスの保守・改良、バーベキューパーティー、「びわこ市民レガッタ」の主催など、活動は盛りだくさんだ。（取材・鋒山）

初心者から選手まで年代を問わず、練習が終わった後にワイワイ雑談するのも楽しみです。気軽に体験教室から始めてください。（代表・京基樹さん）

詳しくは▶www.gaido.jp/spo

瀬田漕艇倶楽部【事務局】大津市大萱6-1
★1977年3月設立。会員数215人。年齢層は10～80歳代。
問い合わせ 077-545-9961
【メール】info@setarc.jp 【HP】http://www.setarc.jp

お知らせ
ボート体験教室
◆5～10月まで月2回（第1・3日曜日）
◆料金：1回 2,000円
◆詳細は要問い合わせ

わが家のペット自慢

ティナちゃん

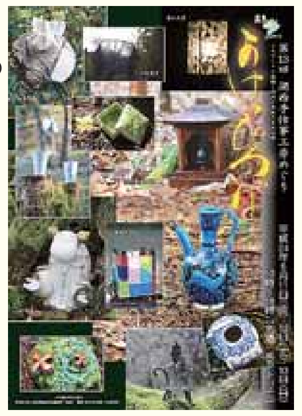
オチャメで表情豊かかな？女の子(^^)
気に入らないことがあると、ブツブツ……と何やらしゃべっています。
飼い主：Machikoさん

ペット募集中
名前、郵便番号・住所、電話番号、オススメのお店・施設、ご意見、ご感想を明記の上、ペットの写真（Lサイズ以上）とペットの名前・プロフィール、アピール文、飼い主名をお送りください。
掲載写真をシールにしてプレゼント！ みーちゃん
〒523-0893
近江八幡市桜宮町294 YP1
株式会社ヤマプラ 滋賀ガイド・Oh!Me編集室
わが家のペット自慢係
インターネットからの投稿は▶www.gaido.jp/pet

今から間に合う！おでかけカレンダー

開催中▼5/20（日）　東近江　成宮けい湖 裂織展
成宮けい湖さんが、時間をかけ丁寧に仕上げた裂織作品を展示
●場所：cafe&gallery Hakmokren（東近江市五個荘川並町743）
●開催日：5/11、12、13、18、19、20（5/20までの毎金土日）
●時間：11:00～17:00 ●料金：入場無料
●問い合わせ：cafe&gallery Hakmokren/0748-26-2429

5/11（金）5/12（土）5/13（日）　高島　第13回 湖西手仕事工房めぐり あけっぴろげ
ものづくりの現場と作品を、各作家のアトリエで展示
●場所：各アトリエ（高島市 マキノ町、安曇川町、高島 周辺）
【マキノ】梅山克（陶芸）
【安曇川】小田切健一郎（木工）、小田切裕美（木工）
山口耕一郎（灯りとオブジェ）
山口清美（陶芸）
小林斐子（草木染め・染織）
立石善規（陶芸）
立石啓子（草木染め・染色）
【高　島】野口しげじ（陶芸）、野口浩子（陶芸）
若山久男（ガラス）
若山佳代子（キルト・ポジャギ）
●時間：10:00～18:00 ●料金：散策無料
●問い合わせ：あけっぴろげ事務局/0740-33-0856



5/12（土）　野洲　看護の日イベント ～ほほえみでつながる健康フェスタ～
エクササイズ教室や、かたこり腰痛体操、栄養相談、筋量測定、フットケア、体験コーナーなどを通して、自分や家族の健康について考える。健康グッズが当たるスタンプラリーも開催
●場所：野洲文化小劇場（野洲市小篠原2142 野洲文化ホール横） ●時間：13:00～16:00
●料金：入場無料 ●問い合わせ：野洲病院 看護の日イベント実行委員会/077-587-1332

5/12（土）　草津　琵琶湖博物館わくわく探検隊 葉っぱであそぼう！
いろいろな葉っぱを使って、遊ぶものを作製
●場所：琵琶湖博物館 生活実験工房（草津市下物町1091）
●時間：13:30～15:00 当日受付（13:00～13:30 生活実験工房） ●料金：参加無料
●定員：30人 ※小学4年生以下は保護者同伴 ●問い合わせ：琵琶湖博物館/077-568-4811

5/18（金）　守山　まほろば茶論「中山道東門院寄席」
プロの噺家（はなしか）とアマの噺家の競演
【出演】露の眞、桂咲之輔、あっぷる亭オレンジ、笑交亭えくぼ
●場所：東門院 本堂（守山市守山2-2-46） ●時間：14:00～15:30 ●料金：木戸銭1,000円
●定員：50人 ●問い合わせ：ループプランニング（小井）/077-582-3123

5/25（金）　大津　つくるフェスタ@浜大津
作家6人による回遊式ブースで、九つのワークショップを一度に体験
【参加作家】つくりて☆にけ と うさいぬ工房（羊毛フェルトダーナラホース ストラップ）
sunawo na katachi（木のサンキャッチャー）
小牧啓子（タッセル）、植田由美子（ビーズを使ったレース編み）
沢村泉（カルトナージュのカードケース、丸いトレイ）
福田元子（シャドーキルトのミニフレーム、マカロンストラップ）
●場所：旧大津公会堂 多目的ホール（大津市浜大津1-4-1） ●時間：10:00～16:00
●料金：入場無料 【ワークショップ】500～2,000円（材料費込み） ※予約はHPから。当日参加可
●問い合わせ：つくフェス実行委員会/http://tsukufes.shiga-saku.net

■イベント情報は変更される場合があります ■価格は全て税込みです ▶www.gaido.jp/0007

毎日新聞ご愛読の皆様へ

定期購読の方 T-POINTが貯まります！

「毎日Tカード」無料で発行します

Q 毎日新聞を定期購読したら、Tポイントが貯まるんだって？
A 毎日新聞を6カ月以上購読していたら、定期購読の間、契約内容に応じて、毎月39ポイントもしくは30ポイントが貯まります。ポイントをもらうには、申し込みと登録が必要です。

Q すでに持っているTカードじゃダメなの？
A 大丈夫ですが、毎日新聞の購読でポイントを貯めるには、申し込みと登録が必要です。毎日新聞を購読してポイントをもらう申し込みをすると、本社事業やイベントなどの優待特典があるので、さらにお得！です。

Q Tポイントを貯めたり使ったりするには、Tカードがいるんだよね？
A はい、必要です。毎日新聞購読では、Tカードがないと、ポイントは貯まりません。お持ちでないなら、毎日新聞でも無料でTカードを発行します。

なるほどー！

毎日新聞 MAINICHI

詳しくは毎日新聞販売店へお問い合わせください

毎日新聞購読でTポイントを貯めるには！

●Tカードをお持ちの方
毎日新聞を購読中でTカードをすでにお持ちのお客様は、申し込み専用サイト（http://tsite.jp/m）へ。
郵送での手続きをご希望の場合は、申し込み書類をお届けします。

●Tカードをお持ちでない方
お近くの毎日新聞販売店へお申し込みください。
毎日Tカード発行のお手続きをご案内します。