

れじおん



編集・発行 / 株式会社ICHI HACHI
〒631-0044 奈良市藤ノ木台3丁目3-26
TEL 0742-94-5208 FAX 0742-94-5209

れじおん

Follow me!



カナックイングリッシュスクール

●英検準会場指定●
当教室で児童英検や一般の英検が受験できます。子供～大人まで英検対策もしっかり行っています。

お子様に安心
安全送迎バスシステム
○冷暖房完備・保険加入済
○ならやま周辺・木津 精華学園前
生駒方面など、80%の生徒が利用

0742-71-3247

奈良市朱雀1丁目10-9-2

開業37年。信頼と実績のある子ども英会話教室。ネイティブの先生と日本人講師が担当し「聞く、話す、読む、書く」の4技能を指導。英検対策や、留学など英語を勉強したい子供たちへのサポート体制も充実!

Coupon ※電話もしくはHPからご予約ください
子ども無料体験レッスン
9月21日(日)、9月28日(日)
10月5日(日)

Link-cafe リンクカフェ

【マロンフェア】
○マロンブレンドトースト 880円
○モンブランパンケーキ 1,320円
○マロンとりんごのカスタードピザ ……1,430円
○マロンシェイク ……660円
他にも秋限定メニュー多数あり

毎年人気!秋の主演栗を使用した、モンブランパンケーキが登場。この時期だけの秋のごちそうを、お見逃しなく!開放的なおしゃれな店内は女子会にぴったり♪気兼ねなく楽しめるペット同伴可の個室も好評!

れじおん持参で
ご飲食代金より **100円引き**

0742-41-5887

奈良市中山町1742-1
11:00~22:00
休 火曜日
第1、第3水曜日
有 (10台程度)

木津SORCIERE トータルビューティサロン

美顔専門サロンの **本格** シミ取りが **4,980円** (税込)

シミ撃退マシン × シミ抑制マシン

シミ取り専門店監修機器がこの価格で受けられるチャンス!
シミ取り集中エステ 60分 **4,980円** (税込)

1 クレンジング洗顔 2 筋膜ほくし 3 インサートバルス導入 4 シミケア(20分) 5 美白パック 6 お仕上げ

まずは無料カウンセリング
090-3672-0308
木津川市梅美台 ※詳しい住所はご予約時にお伝え致します。
※ 10:00~19:00(完全予約制) 休 不定休 注 無料P有

信頼の45年 化粧工房カインド

取り扱い商品/アルピオン エレガンス・ヒノキ肌化粧品

0120-42-2140

奈良市大宮町2-3-4-104 (東急ドエルパークビレッジ1F)
月~土 10:00~18:00
※祝日も営業中
休 日曜 有 (5台)

カインドは創業45周年
美しさは積み重ねた時間の中に...化粧品販売だけでなく気軽に通えるメンテナンスメニューも充実しているお店。「ちょっと疲れたな...」「定期的に自分磨きをしたい」そんな時に温かく寄り添いキレイと元気をしっかりサポートしてくれます。長引く暑さで、お肌も体もケアが必要な今、まずはクーポンを使って体験エステに行ってみませんか。

毎月通えるエステははじめませんか?
フェイシャルエステ
45分初回 **2,200円**

おかげさまで30周年 美容室 Moving ムービング

9/1で30周年を迎えました。ありがとうございます。これからもお客様に愛されるお店を目指します。

—MENU— すべて税込み
●カットブロー……………4,000円~
●香草カラー(シャンプー込)…初回6,000円~
●ヘアカラー(シャンプー込)…初回5,500円~
●パーマ(シャンプーカット込)…9,350円~

★お手入れがしやすく
★ヘアスタイルが長持ちすると好評
★エレベーター付きで2Fでも安心

30周年記念特別クーポン
れじおん限定 ご新規様 全メニュー対象 **15%OFF**
45日以内の再来店の方は **10%OFF**

ベビーフェイス押熊店 家族の食べたいが見つかる、豊富なメニューラインナップ!

NEW グランドメニュー 9月2日スタート!

お得な3種のランチメニュー (平日11時~15時まで)

チョコランマオムライス ¥1,390 税込1,529
イタリア産トマトのニンニク唐辛子 ¥1,190 税込1,309
豚肉のピリ辛レタスチャーハン ¥1,290 税込1,419
無限ペピから(塩コショウ) ¥690 税込759
バターミルクアメリカンワッフル ベリーキャラメルカスタード ¥890 税込979

ご予約はコチラ
0742-71-7585
〒631-0804 奈良県奈良市神功5-1-2
11:00~23:30(ラストオーダー23:00)
休 定休日無し *年末年始を除く

カフェのみの利用も大歓迎!
カスタマイズが楽しい
スープ&ドリンクバー

店内・テイクアウトのお会計から **10%OFF**
有効期限: 2025年10月31日迄

道路拡張につき、斜め向かいに移転しました! 移転OPEN!

他店と比べてください! 合成ダイヤに押されています!! 小粒・メレ石・大粒 しっかり鑑定しご説明もさせていただきます!!

現在世界的な社会情勢を受け **爆上がり中** 今です!!

LOUIS VUITTON 新品販売 店頭ない商品も最短で取り寄せ **10%~25%OFF!**
LOUIS VUITTON 新品買取 税別定価の **~90%!**

どこよりも高く買い取りします!
老舗だから 安心・信頼・正直な高額査定!
宝石も 確かな鑑定! 高額査定!
金・プラチナ 1点でも喜んで高額査定!

出張買取 宅配買取
すべての手数料など無料!
お気軽に問い合わせください! ※当社を離れた電話や訪問にはご注意!

これだけでも **¥351,359** で買い取り!
※銀(シルバー)製品も高価買取! 他店一例 約¥150,000

ご質問大歓迎です! おもてなしの心で正直で安心な高額査定! まずはお気軽にスタッフにご相談下さい!

大阪で培った長年の実績と信頼のネットワークを駆使して、高価買取・激安販売に絶対の自信があります!

CHANEL・HERMES・LOUIS VUITTON etc... その他ブランド大歓迎!!
店内にも豊富な種類の商品をそろえております! ぜひお立ち寄りください!

TRINITY トリニティ 奈良店

tel.0742-93-8880

新住所 奈良市西大寺東町2丁目1-49
三井住友信託銀行の隣
旧店舗の斜め向かいに移転

営業時間 10時~19時
※日によっては19時以降も営業しております
お気軽にご相談ください
定休日 火曜日

専門スタッフがしっかりと査定させていただきます! お気軽にご利用ください。

れじおん読者限定 **キャンペーン開催中!**
買取額 **20%UP!**
1万円以上
3%UP
令和7年9月29日(月)まで有効

NEW&NEW
街の気になる情報発信!

Presents このマークのプレゼントの応募方法
郵便ハガキ・FAX・LINEにご希望のプレゼント名、氏名、年齢、ご自宅の住所(郵便番号も明記)、電話番号、「気になる行ってみたいお店」「ここはオススメ!是非行ってほしいお店」店名とその理由を書いて下記へご応募下さい。

【ハガキ】〒631-0044
奈良市藤ノ木台3丁目3-26
(株)ICHIHACHI[9月13日号プレゼント係]
【FAX】0742-94-5209
2025年9月23日到着分まで有効。
当選者の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。

LINE
プレゼント応募専用LINEができました! @938hqxf

9/25 NEW OPEN!

WHITE ESSENCE

歯科医院の医療ホワイトニング
通常価格 19,900円(税込) ~ 前歯上下12本の範囲 自由診療

医療法人 修仁会
西大寺吉野歯科 矯正歯科クリニック
☎0120-82-7766

近鉄福原線 大和西大寺駅 北口 徒歩4分
ご予約お問い合わせはこちら!

奈良市西大寺栄町3-20 ポポロビル202号

心庵~kokoroan~
ペットスイーツワークショップ開催

まだまだ暑い夏!!バテる夏こそ安心安全なおやつをプレゼントしませんか。心庵~kokoroan~では獣医師監修レシピで美味しいを届けます。おひとり様でも、親子でも、ご友人など。少人数制なので安心です。

開催日時
9月14日(日) 9月17日(水) 9月20日(土)
9月21日(日) 9月22日(月) 9月28日(日)
●午前 10:00~12:00 ●午後 14:00~16:00

参加費3,600円 ~ ●場所/京都府木津川市(最寄り駅近鉄「高の原」駅)
※持ち帰り用カップケーキの ※詳細の場所はお申込みいただいた方
数によって変動します。 ※お知らせさせていただきます。

★詳しくはインスタDMもしくはラインよりお問合せ下さいませ★

◇ドッグカフェ様へ
出張ワークショップも受付けております。
お気軽にご相談ください。

和なはアートフード協会認定講師
早川友子 ☎090-6985-3191

パーソナルカラー資格無料説明会
40代・50代からの新しい挑戦チャレンジ。

☑好きなことで人に喜ばれたい
☑副業や自分らしい働き方を探している
☑人生の後半、やりたいことをしたい

この秋、新しい自分への一歩を踏み出してみませんか?

カラーで新しいキャリアや強みやマルシェ出展などの夢も叶います。説明会では、3分で似合う色がわかる「Qlet®ボード」を使った新しいカラー診断の体験と、実際に活躍している事例をお伝えします。

講師:林由恵 A+STYLE代表

9月・10月開催 参加費:無料
詳しくはHPをご覧ください▶

奈良で学べる!開校22年
カラー総合スクール **A+STYLE** エーススタイル
☎0742-93-3500
奈良市油阪町1-61 奥田ビル4F

美容・健康をメインにした大規模イベント

れじおん! 美まつり
BIMATSURI
キレイを応援するイベント

開催日時
2025 **11月8日** 土
10:00 ▶ 16:00

京都府精華町 **けいはんなプラザ** **出店者最終募集!**

募集業種
美容関係、エステサロン、美容室、整体
マッサージ、クラフト(物販・体験)
ワークショップ、健康、物販、新商品の発表など

ブース数、残りわずかです!

屋内 1階 イベントホール
長机/1台 ⊕ 椅子/1脚 付いて
1ブース 約2.5m×約2.5m **10,000円(税込)**
出店料金
長机や椅子などの備品の追加レンタルも承ります。
※別途料金
成功報酬はいただきません!
奈良全域・京都南部で宣伝します!

まずは資料をご請求ください
申込締切 2025年 9月20日まで

LINE@ @123ygviv
QRコードからも登録可能▶

ビューティー **Beauty**

健康的な美容メソッドで、理想のカラダへ

アスリートやモデルのボディメンテナンスとして行われてきた筋膜ケアを、美容の分野に応用したdefiの「筋膜(きんまく)リリース」。絡まった筋膜をほぐして各部位の可動性を高めながら代謝を上げ、すっきりと引き締まったボディラインと、メリハリのある美しいシルエットへと導いてくれます。筋肉も脂肪も凝り固まってなかなか痩せられないとお悩みの方や、健康美を目指したい方は、ぜひ体験してみてください。WEBまたはお電話でご予約を!

筋膜(きんまく)リリース 全身通常26,400円が 初回 2,990円!

○筋膜(きんまく)リリース(半身コース)通常20,900円 ▶ 初回体験1回 1,990円
○タラソテラピートリートメント(全身コース)通常15,400円 ▶ 初回体験1回 2,990円
○お悩み肌別フェイシャル(脂性肌・敏感肌・乾燥肌)通常各9,900円 ▶ 初回体験各 1,990円
※他にも豊富に技術体験コースをご用意◎

トータルエステ **defi(デフィー)西大寺店**
☎0120-33-9801 ※24時間ネット予約も受付中!!
奈良市西大寺栄町3-20 ポポロビル3F TEL: 0742-33-9801
近鉄奈良線「大和西大寺」駅すぐ、「ならファミリー」正面
☎10:00~19:00[完全予約制] 休 9月21日

筋膜リリース全身コース
まずは効果を実感!!
おひとり様1回限り **2,990円**

※新規の女性限定1回限り ※体験コースは通常より短くなります
※20歳未満不可、ボディコースは71歳以上不可、他券併用不可
※効果に個人差あり ※有効期間 2025年9月30日

次号発行予定は **れじおん 2025 9/27 [sat]**

お問い合わせは 株式会社イチハチ tel.0742-94-5208 (9時~18時)

読者の声
読者の方からいただいた「気になるお店」「行ってみたいお店」の情報ををご紹介します

Balle Balle
おすすめはピリヤニです!食べ切れないほどの量で、少し辛めですが、副菜もついていて美味しく、満足度が高い。

ココロココ
TikTokで流れてきて桃パフェがとても美味しそうで行ってみたいお店。

ももふく
丁寧に作られたメインの揚げ物や出汁の効いたお味噌汁は身体に染み渡る優しいお味です。店内は小さいながらも緑も上手に取り入れてナチュラルな雰囲気です。

みっちゃんかふえ
店主がとても気さくて、小さいお店ですがとても入店しやすいです。特にモーニングがお手頃価格。

野狐庵
行く時によって違うメニューのランチを食べます。野菜も摂れるし、優しい味付けでとても美味しいです。店主の方の雰囲気も良くてほっこりします。

ステーキハウス壱番
目の前で鉄板でステーキを焼いてくれます。屋間のハンバーグランチもおすすめ♡

珈琲工場
こだわりの豆を生で置いてあるお店です。多くを語らないクールな店主と気さくな奥様のギャップが面白くて、珈琲豆はいつもこちらにお世話になっています。

Mr.Sun Tarterie
最近出来たタルト専門店で、フルーティ盛りだくさんで美味しいです。

Deli&Buffet Olive
野菜をたっぷり使ったお惣菜がとても美味しいし、食べ放題のフォカッチャも食事系~スイーツ系まで揃っていて満足できます。

ごはんカフェ花音
ワンプレートランチで落ち着いた雰囲気。お花のリースがいっぱい飾ってあって教室も開いています。

お便りありがとうございます

秋の調べとともに奏でる音楽のひととき

ムジカセゾン コンサート開催情報

各コンサート【要予約】 ■午後2時より ■定員:各15名 ■参加費:2,500円

9月20日(土) **二胡&マルチ演奏家 デュオコンサート**
一人で数種類の楽器をジャズ、クラシックで演奏

10月11日(土) **光雲寺(奈良佐保台)本堂での オペラ・コンサート**
PIANO 宋 和映
OPERA 宮下咲恵
【光雲寺住所】
奈良市佐保台2-1563-3

10月12日(日) **モンゴル民俗楽器ヤトガコンサート**
ヤトガ(モンゴル箏)奏者 中西 史子

10月26日(日) **アンティークSTEINWAYグランドピアノコンサート**
世界でも珍しい150年前のsteinwayコンサート

11月1日(土) **華麗なる3台のグランドハーブコンサート**

12月7日(日) **日中韓トリオ 異色アンサンブル**
Vn. 佐々木真美 ヴァイオリン 東京芸大卒
Fl. 田屋嬢(てん でいん) 中国瀋陽音楽院卒
Pt. 宋和映(そん ふあやん) ハリ国立地方音楽院留学

コンサートペアチケット 5組10名様にプレゼント
※参加希望日時を必ずご記入ください
※応募方法は2ページ左上をご覧ください

【お申込み・お問合せ】
☎0742-48-0660
奈良市登美ヶ丘5-5-25
ムジカセゾン 検索

Gourmet

グルメ

高原

お手軽価格で楽しめる本格インド料理



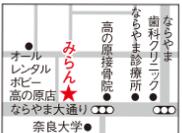
○Cランチ(写真)……1,080円
カレー(チキン、キーマ、日替りから1種類)/タンドリーチキン(小2P)/ナン又はライス/サラダ/ドリンク/デザート

○お子様ランチ ……550円
カレー(チキン、キーマ、野菜から1種類)/ナン又はライス/サラダ/ドリンク/デザート

○ディナー 単品カレー
ナン・サラダ付き! 990円~

ならやま大通り、奈良大学近くにある本格インド料理店。カレーのスパイスで免疫UP!!お子様連れやママ会に!平日のランチ・ディナーは8~12人の座敷貸切りOK★お持ち帰りOK!電話でのご予約可。

Indian Restaurant & Bar **みらん**
☎0742-71-5523 奈良市右京3丁目2-11
平日/11:00~15:00 休 12/31~1/2
17:00~22:00 有 (28台)
土日祝/11:00~22:00



1回のお会計に付き(850円以上)
ランチ **50円OFF** ディナー **10%OFF**
※他の割引券との併用不可 ※本券1枚で1グループ有効
※有効期間 / 2025年10月末日

南京終町

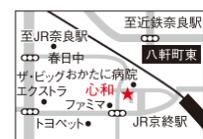
かに屋が作る定食がリニューアル!

毎週水曜・木曜・金曜だけの定食! (土日はご予約のみ)



定番の「かにランチ」
花だより
(お昼の蟹釜飯セット)
○かに造り ○小鉢
○かに茶碗蒸
○かにグラタン
○かに釜飯
…2,700円

心和 Koyori (かに料理)
☎0742-55-8279 奈良市南京終町1丁目183-3
営業 12:00~14:30 (LO,13:45) 休 火曜
17:00~21:00 (LO,20:15) ※月曜は予約のみ
※予約がなければ18:30で閉店 ※2台(予約先着順)



TikTok 「いいね」と「フォロー」でウーロン茶1杯サービス!

現役消防士の便利屋が始動

秋のお困りごとをスッキリ解決!

「安心」「誠実」「迅速」をモットーに、お客様のご要望に丁寧に対応いたします
“人手が欲しい”、“手伝って欲しい” どんなに小さなことでも何かお困りのことがあれば遠慮なくお問い合わせください。

サービス内容

- 草刈り、庭木剪定 ●台風前の雨樋清掃
- 蜂の巣駆除 ●お彼岸の墓清掃

※その他、不用品回収、家具移動なども承ります!

基本料金 1時間 **3,000円~**
【お見積もり無料】

れじおん見た!で **500円OFF**
※他券併用不可 ※2025年9末日

一般社団法人 ハンディーサービス
Handy Service
☎080-1484-8749 (井ノ上)

あなたの街のパン屋さん

はるとつき

パン好き必見! わくわくするパン屋さん
マーガリン・ショートニング不使用! 素材にこだわり、バターときび砂糖を使用した身体に優しいパン屋さん。ハード系パンから食パン、菓子パンまで幅広いメニューを取り揃えており、お好みやその日の気分に合わせてお選びいただけるようなラインアップ是非訪れてみて!

人気のパンBEST3

- ▶ はるとつき食パン
- ▶ 塩パン
- ▶ Wチョコリュスティック

☎050-8883-6330
奈良県香芝市真美ヶ丘1丁目14-11
営業 平日 10:00~17:00 土曜 9:00~17:00 ※無くなり次第終了
休 水・日 (臨時休業有) ※ 完備

ホームページ Instagram

Coupon
1000円以上のお買い上げで **購入金額より100円引き**
※本券1枚1グループ ※他券併用不可 ※有効期間 / 2025年12月末日まで

秋のどこいく? おでかけ情報

プレゼント応募方法 詳しくは2ページをご覧ください

京都 京都鉄道博物館

ソドー島から再び「扇形車庫にきかんしゃトーマスがやってくる」

日本の鉄道の歴史や技術などを学ぶことができる京都鉄道博物館。実物の蒸気機関車や新幹線の車両を間近で見学できるほか、運転シミュレーターもあって、まるで本物の運転士になった気分になります。また、2026年1月12日(月・祝)まで、原作出版80周年を迎えたきかんしゃトーマスがソドー島から再びやって来ています。家族や友達と一緒に、鉄道の世界を満喫してみてください。

●住所/京都市下京区観音寺町
●開館時間/10:00~17:00 ※入館は16:30まで
●休館日/毎週水曜日
年末年始(12/30~1/1)ほか
※祝日、学休期間などは開館
※展示スケジュールについては毎月26日頃に京都鉄道博物館公式Webサイトでお知らせします。

Present
【入館券】
ペアチケット
3組6名様にプレゼント
※有効期限2026年1月12日(月・祝)まで

奈良 奈良いきものミュージアム

いきものと同じ目線でふれる・感じる・体験するミュージアム

NARA IKIMONO MUSEUMはレプタイル(爬虫類)を中心に、魚類・両生類などの様々ないきもの達と0距離で目線を合わせられるミュージアムです。360°目に入る全てが異次元のように美しいアート空間を体感するだけでなく、主役であるいきもの達の「色彩」や「性格」など、多様な個性を色んな角度から発見する価値ある体験を提供します。かわいさ、だけでは言い表せない多様ないきもの達と目が合う癒しの時間をお楽しみください。

●住所/奈良市二条大路南1-3-1 ミ・ナラ4F
●営業時間/平日・土日祝日10:00~18:00
●定休日/年中無休

※館内は演出上、暗所や強い光・音を使ったエリアが多くなります。上記の事情でお身体や精神などへの影響に心当たりがあるお客様は入場をご遠慮ください。※最終受付は閉館時間30分前までとなります。時期やイベント内容により、臨時休業や営業時間の変更がある場合があります。その際はお知らせにて告知いたしますので来館前にご確認いただきますようお願いいたします。

Present
入場券
ペアチケット
2組4名様にプレゼント

三重 長島温泉 湯あみの島

日本最大級! なんと男女合わせて17のお風呂が楽しめます

約33,000㎡の敷地内に露天風呂や内湯、ジャグジーなどが揃う日本最大級の大自然温泉です。本物を追求したこだわりの露天風呂では四季を通じて美しい花木がご覧いただけます。アルカリ性単硫酸温泉で肌の角質をとる美肌効果があり、お子様からシニアの方まで安心してご入浴いただけます。刺激の少ない体にやさしい成分です。本格中華や季節の料理が満載な種類料理など、レストランもたくさんございます。効能の異なる6種類の岩盤浴がある、国内最大級のスケール「湯あみの岩盤浴」もお楽しみいただけます。熱、風、香りに音楽と映像を連動させた新感覚のロウリュウアトラクションは大人気です。

●住所/三重県桑名市長島町浦安333
●電話番号/0594-45-1111(代)
●営業時間/9:30~21:00(土日祝は~23:00)
●定休日/1月と6月に数日のメンテナンス休業日有
●料金/通常入場:大人2,500円、小学生1,500円、幼児800円(時間による割引あり)
※岩盤浴は別途必要
小学生以上800円(幼児は岩盤浴利用不可)
※小学生は保護者同伴

Present
湯あみの島招待券
ペアチケット
3組6名様にプレゼント

淡路島 ニジゲンノモリ

淡路島で、一狩りいこうぜ!
全身を使って体験する「モンスターハンター」

兵庫県の「県立淡路島公園」内にある「ニジゲンノモリ」は大自然の中に広がるアニメやキャラクターをテーマにしたアトラクションが楽しめるテーマパークです。「モンスターハンター」や「クレヨンしんちゃん」などの人気作品を楽しめるエリアがあります。また、夏でも快適に楽しめるよう園内に13か所!爽快感抜群の「ミストポイント」があります。淡路島産の食材にこだわった燻製料理などを提供する森の隠れ家レストラン「モリノテラス」も人気です。家族やカップル、友人同士で一日中楽しめるスポットです。

●住所/兵庫県淡路市楠本2425番2号
●営業時間/平日 10:00~22:00
土日祝 10:00~22:00

ニジゲンノモリは入園料無料です。各アトラクションごとにチケットのご購入が必要です。チケットは時間帯指定の「前売りチケット」と現地アトラクション受付で購入可能な「当日チケット」がございます。

Present
「モンスターハンター」
チケット
3組6名様にプレゼント

大阪 関西サイクルスポーツセンター

10/11(土)12(日)13(月・祝)
関西サイクルロハス

大阪府河内長野市にある自然に囲まれた自転車テーマパーク。自転車をテーマとしたおもしろアトラクションが満載で、遊びながらたっぷり身体を動かせます!秋はイベント盛り沢山!
10/11(土)、12(日)、13(月・祝)は「オシャレにかわいくエコを実践しよう!」とはじまった「関西サイクルロハス」を開催いたします!
こだわりの手作り雑貨やフードショップなど、あなたのお気に入りのお店と出会ってみませんか?また、世界が推進する「SDGs」を楽しみながら学べる、「子ども向け」ワークショップも登場!ココでしか出会えないモノ・コトがたくさん!

●住所/大阪府河内長野市天野町1304
●電話番号/0721-54-3101
●営業時間・定休日/公式ホームページを要確認

Present
入場招待券
ペアチケット
3組6名様にプレゼント

大阪 関西地区初上陸! ONE PIECE EMOTION

大阪南港ATCホール 大阪市住之江区南港北2-1-10

TVアニメ25周年を振り返りながら、話題の「ワノ国編」「エッグヘッド編」を中心に「ONE PIECE」の世界を体験するイベント。画・音・声など、様々な角度からTVアニメ「ONE PIECE」の魅力に迫るアニメの世界へ没入しよう。

●会期/2025年11月8日(土)~11月30日(日)
●時間/10:00~17:00 ※最終入場16:30まで
●当日券/大人(高校生以上) 3,000円
中学生 1,700円 小学生(3歳~小学生) 1,200円
※各時間の入場人数に上限を設けております。
※ご購入前にすべての注意事項をご確認ください。

Present
入場券
ペアチケット
3組6名様にプレゼント

奈良 第77回 正倉院展

奈良国立博物館 奈良市登大路町50番地

今年の正倉院展でも選りすぐりの宝物が会場を彩り、私たちが天の華やきの世界へ誘います。聖武天皇の身近におかれた「木函紫雲双穴六」(北倉37)、「鳥毛筆書屏風」(北倉44)といった宝物は、高貴な素材と技が駆使された最高級の調度品で、華やかで知的な雰囲気にあふれた宮廷生活を偲ばせます。

●会期/2025年10月25日(土)~11月10日(月)
●時間/8:00~18:00
●全・土・日曜日、祝日は20:00まで
※入館は閉館の60分前まで

Present
入場券
ペアチケット
3組6名様にプレゼント

食べながら糖尿病数値と体重が下がった♪ スピード改善に導く食事中の「ひと工夫」

食事制限や運動を続けても改善が難しい糖尿病ですが、なんと食事を楽しみながら高数値を下げる方法があるそうです。漢方専門医で医学博士の二木昇平医師に詳細を伺いました。

合併症や肥満の原因になる 高数値を放置してはダメ

検査で血糖値やヘモグロビンA1c(エイワンシー)の高数値を指摘されている人は、糖尿病やその予備群である可能性が大。「糖尿病数値」が高い状態が続くと、失明や足の切断、腎機能障害を招く合併症(網膜症、腎症、神経障害)や命に関わる脳梗塞、心筋梗塞を発症するリスクが格段に上昇するほか、肥満の原因にもなるので、放置は禁物です。

こうした健康トラブルを防ぐため、私は速やかに数値を下げるよう説明します。しかし、その対策となる食事制限や運動療法は想像以上に続けることが困難で、挫折してしまう人は少なくありません。そこで一刻も早く数値を低下させる方法として注目したのが、いつもの食事で摂る水分を「8種の薬草発酵茶」に変えるだけの「ひと工夫」。どんな人でも取り組みやすい糖尿病対策です。

「8種の薬草発酵茶」とは、様々な働きで高血糖を安定させる薬草を発酵・ブレンドした糖尿病改善の専門茶。科学的にも有効性が認められています。日本食品分析センターによると、体内のα-グルコシダーゼ(食べた物を糖に変える酵素)の働きを弱め、血糖値を上げて肥満を助長する「食後の糖の増加」を66%も食い止めることが報告されています。

さらに血液や血管の機能維持に役立ったり、糖尿病数値の安定に欠かせないインスリンの働きを助けたりする作用が確認されています(詳しくは下の「8種の薬草の働き」参照)。

おいしい食事を楽しみながら 糖尿病や肥満対策ができる!

一方、国立・鳥取大学は糖尿病を発症したマウスに「8種の薬草発酵茶」を約1カ月間投与する実験を行いました。すると投与しなかったマウスと比較して、「血糖値」「体重」「中性脂肪」「総コレステロール」などの数値低下や上昇抑制作用を確認しています。

これら2つの調査報告を受け、私のクリニックでも糖尿病患者への2週間以上の飲用試験を実施。すると、短期間で12人中11人の患者にスピード改善が見られました(左下の表参照)。

血糖値は平均32.6も低下し、落とすのが難しいA1cも平均0.5も低下したのは驚きました。被験者である50〜80代の男女が揃って改善したので、「8種の薬草発酵茶」は年齢や性別を問わず効果が得られると確証が得られました。

「8種の薬草の働き」

- 特徴1** 糖の吸収を防ぎ血糖値の上昇を抑制
- 特徴2** ダメージを受けた血管を修復し動脈硬化を予防
- 特徴3** 血糖値を下げるホルモン「インスリン」の働きを補助

「植物インスリン」とも呼ばれる体内のインスリン分泌を活性化させる

「緑の血液」と呼ばれるクロロフィルがコレステロールを吸着し血流改善

活性酸素を除去するタンニンと動脈硬化を予防するフラボノイドで血管強化

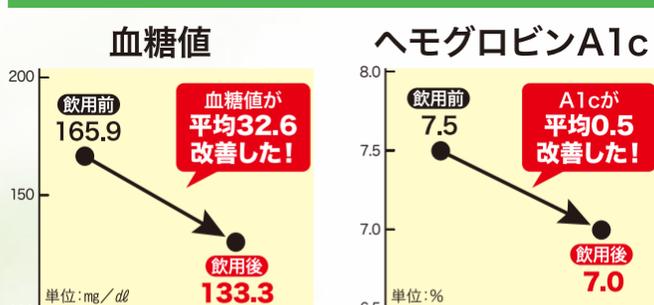
糖やでんぷんを分解する消化酵素の働きを弱める、ポリフェノール含有

糖やでんぷんを分解する消化酵素の働きを弱める、ポリフェノール含有

糖やでんぷんを分解する消化酵素の働きを弱める、ポリフェノール含有



「8種の薬草発酵茶」で糖尿病患者12人の 血糖値とヘモグロビンA1cが改善!



二木医師が糖尿病患者12人に実施した「8種の薬草発酵茶」飲用後の調査結果(本文参照)

れました。また、糖尿病数値が低下すれば肥満の改善も期待できます。「体重や腹囲のサイズまで減少した」という声も多く届いています。

食事制限が続かない人、運動が苦手な人は、おいしい食事と「8種の薬草発酵茶」を楽しみながらの糖尿病・肥満対策に取り組んでみてはいかがでしょうか?

●怖い糖尿病の対策法として注目されている「8種の薬草発酵茶」は、食事時に1杯飲むだけの手軽な健康習慣。これまでウォーキングやスポーツジムなどの運動療法や、カロリーや糖質を控える食事制限に挫折した経験がある人でも、続けやすいのが特徴です。(株)はつらつ堂 0120-788-202(8時〜21時受付無休)から取り寄せが可能。今なら「れじおん」を見たと言え、約半額で購入できるお得なコースもあります。

喜びの声続々!続けたくなる理由、聞いてみました /

甘いものを食べながら数値改善、体重も8kg減!

若い頃はいくら食べても太らず52kgを維持していましたが、三度の出産を経て82kgまで増加。50歳を過ぎるといよいよ糖尿病と告げられ、それからは甘いものを控えました。けれどつい和菓子に手が伸び、始めた運動も三日坊主。体のダルさがひどく、一日中横になっている毎日でした。

食事制限も運動もしなければ、糖尿病はますます悪化するばかり、ヘモグロビンA1cは8を超え、つい入院。合併症の不安がよぎり始めたとき、「8種の薬草発酵茶」と出会いました。

三度の食事と間食のときに必ず飲むようにしたところ、約1年後に目覚ましい変化が起きました。7・8あったA1cが6・5まで下がっていたのです。血糖値も160から120の正常値で安定。さらに嬉しかったのは、体重も8kg減に成功したこと。洋服のサイズは17号から11号になりました。あれほどダルかった体が軽くなり、今では家事やパートの仕事に励んでいます。

1日中、横になっていた当時からすれば、今の元気な姿は想像できませんね。

たおもて きみえこ
田面 貴美江さん
(68歳・茨城県)

薬や運動でも下がらないA1cが大改善した!

両親が糖尿病だったので私も注意してきましたが、40歳を過ぎたころから血糖値が上がり始め、気がついたらA1cが7・7に上昇。結局薬に頼らざるを得ない生活になりました。

日頃の食生活も砂糖を使わず、減塩メニューを心がけました。お酒好きなので晩酌はしますが、量は控えめに。運動も週2回のバレエボールで汗を流しましたが、体重が落ちてA1cは一向に下がりにません。

「8種の薬草発酵茶」はワラにもする思いで飲み始めました。すると翌月には早くも6・8に下がり、3ヵ月にはなんと6・2に。192あった血糖値も74と正常値に降下しました。

こんな短期間で大改善するなんてビックリ! おかげで今は、娘と晩酌でワインを心ゆくまで楽しめています。「8種の薬草発酵茶」には感謝しかありません。

よしだ やすこ
吉田 康子さん
(58歳・東京都)

※個人の感想であり、使用感には個人差があります。※年齢は取材時点