

ああ色めく

意外に安のす、観光スポットグルメ

庭園グルメ

心本亭
ゆどろふ
真丹

真丹

心本亭
ゆどろふ
真丹

心本亭
ゆどろふ
真丹



知ってはりましたか？

意外に安のす

観光スポットグルメ

ほんに空気も

料理もおいしおす

龍安寺

つい声が小さくなる
静かな雰囲気



西源院の名物は七草湯とうふを主菜とする精進料理です。七草とは秋や春のそれではなく、四季折々の具の意。キメの細かくのどろしのよい木綿豆腐を、40年ほどかかじ、任職が情熱を傾けて造り上げた春の桜、夏の新緑、秋のモミジ、冬の雪景色といつても風情のある庭とその左手に見える隠れする鏡容池(きよううい)を眺め味わう。すると周囲の静けさと機械的な要素の少ない席の様子とがあいまって心が落ち着き、つい話す声が小さくなるから不思議です。



【右下】「まもてんやいも」と謳われたれん
○は無敵の景観、田舎の静けさ

■京都市右京区龍安寺御陵下町13
☎075-462-4742
●10:00~17:00 無休
➡アクセス●
市バス「立命館大学前」下車徒歩7分
市バス「龍安寺前」下車徒歩2分
京福電鉄「龍安寺道」下車徒歩15分



ココを見よう

龍安寺の方角の北東に「五劫足(ごしやくあし)のつくばい」と呼ばれるつくばい(手洗いの鉢)があります。水の入る四角い部分を囲んで意味不明な文字が彫ってあるのですが、その四角を口と考えると「吾唯足を知る(わがみぞをしる)と読めなければいけません。

見ておくれやす

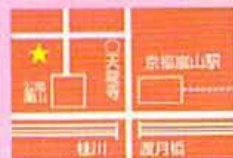


ココも見よう

大河内山荘

おおこうちさんそう
俳優・大河内伝次郎の残した別荘

11月になると真赤に色づく小倉山の南面にある大河内山荘は、俳優・大河内伝次郎氏の別荘でした。氏はかつて、丹下左衛門などに粉飾一世を風靡した往年の大俳優です。松や桜、楓を配した広大なこの庭園は昭和6年からなんと30年もの歳月をかけて創造したという傑作。見どころは何といつても力強い松の緑と秋が深まるころに色づく嵐山と比叡山のコントラスト。大乗閣がおすすめのポイントです。

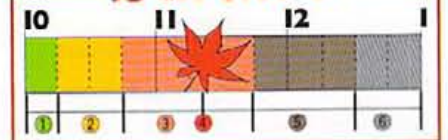


■京都市右京区嵯峨小倉山田淵山町
☎075-872-2233
●庭園公開時間/9:00~17:00
入場900円(お茶菓子付)/無休
➡アクセス
●電車/京福嵐山駅より西へ徒歩8分

四季のハッキリした私たちの京都に感謝。見どころいっぱい、紅葉色めく庭園グルメは、友だち同士でも、デートコースにもぴったり。この季節、空は高く、キンモクセイがほのかに香りま。身近すぎて防れるのもついなおざりになってしま。うけれど、京都には本当に観光客だけのものじゃない、秋を彩る名所がたくさんあります。心地よい秋の風に誘われてウズウズしたなら、モミジやかえでを愛でながら、ちよっと背筋を伸ばして塔頭なんかでお昼ごはん。思っていたよりずっと身近で手頃な景色とお料理をいただきます。各スポットの紅葉見ごろの完全チャート付。

紅葉チャートの見方

見ておくれやす



- ① まだまだ葉は緑です
- ② 緑から赤へと色づく時期
- ③ 真っ赤な色が目に染みる見ごろの時期
- ④ ここが必見
- ⑤ 葉がちりゆく時期
- ⑥ 落葉風情がある時期

取材・文/杉野 真 大塚祐希 田中尾弘子 はるのいづみ
写真/中川アキラ 小笠原圭彦 山岸清一

高台寺

高台寺最古の塔頭で
「精進弁当」

4,000円

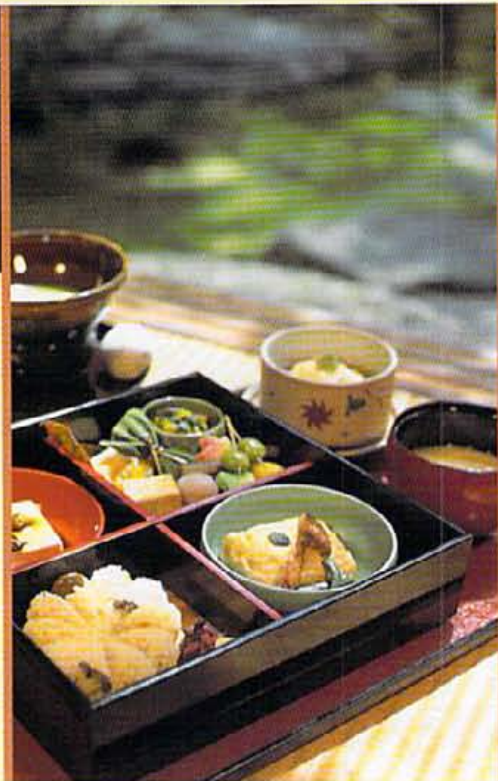
味は塩をベースとし、しょうゆで香ばしく香り付けする事を基本に、旬の素材と生麩や湯葉、揚げ豆腐などお豆腐を使ったお料理を盛り込むのが禅宗精進料理です。寒天のよしんじろりとした口当たりが意外な定番の胡麻豆腐は苦みがなく、胡麻の香ばしい後味が口の中に広がる絶品。庭には樹齢100年を越すモミジの木があり、散りモミシの赤と苔の緑のコントラストが美しい。お抹茶を頂きながらおもしろ住職さんとおしゃべりするのを楽しみます。



ココを見よう

■京都市東山区下河原町529
市バス「東山安井」より徒歩5分
☎075・533・4064
◎9:00～18:00で住職さんがいらっしやる時（お弁当は12:00～13:00）要予約/不定休

北政所が息を引き取ったという「岡林院」の北庭は桃山城から移築された安庭。紅葉シーズンはモミジが美しい。院内の三頭大黒犬に床几を並べる「文の助茶屋」の甘酒410円、わら分餅390円はあまりにも有名。



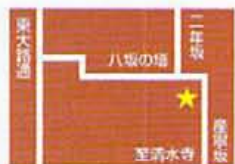
見ておくれやす



高台寺のハギの花、円山公園の池に点在するモミジなど、知恩院までのコースはこの時期、散歩にうってつけ。



入口からのスロープを降りたところの遊り廊下。一歩ずつ外界の喧騒から離れていきます。



■京都市東山区清水3丁目340
☎075・525・2051
◎10:30～18:00/木休（要予約）
◆アクセス●市バス「清水道」下車徒歩7分

おくたん
奥丹・清水店
庭も食べ物も、
自然の姿そのままに

3,000円

ココを見よう

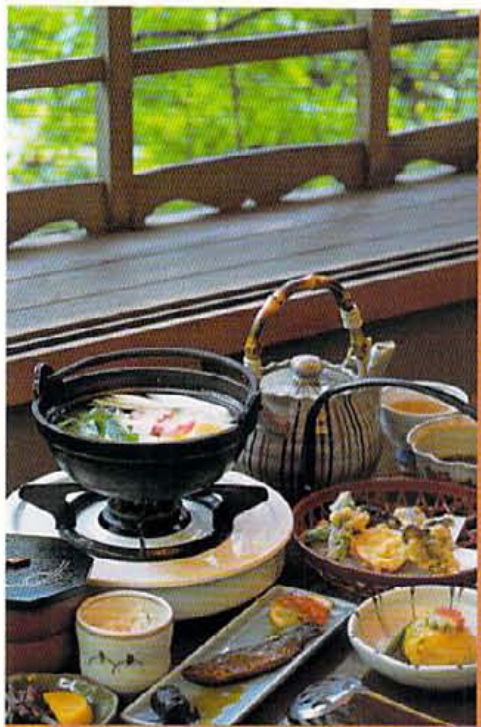
水は比良の湧き水、大豆も北野町からその湧き水で栽培されたため、にがりは天然の元塩を煮にぐるみ岩の地下でつくる自家製です。店內で作る奥丹の甘じゆんは固めの風味あるもの。こちらのゆず湯は400円でいただけます。

清水山の中腹、二年坂から産寧坂へ移るところに奥丹はあります。庭園は七百坪の広大な敷地の自然の姿をそのまま生かしたもので、よもぎやめじろなど、野鳥も多くやってくる春は桜、秋は紅葉の名所です。白味噌に木の芽を練りこんだ木の芽田楽、胡麻どうぶつ、静かな雰囲気似合い、落ち着いていただけず、わけても陽が傾き出す午後2時～4時ごろには庭が夕日を正面に受け、絶景となります。

見ておくれやす



清水寺付近は紅葉でも有名な場所です。店の前は散策が山由です。真つ朝に燃えるモミジを食事待て、食後に楽しみましょう。



清滝川の水の音が聞こえる指月亭。新緑の季節と紅葉の季節には多くの人で賑わいます。



2500円~

高雄 指月亭

しげつてい

莊嚴な断崖に紅葉、百花繚乱

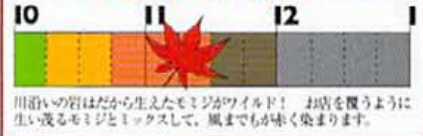
■京都市右京区梅ヶ畑殿畑町10
 ☎075・861・1801
 ●9:00~17:00/不定休
 ♣アクセス
 ●バス/JR京都駅からJRバス「積ノ尾」下車徒歩3分
 ●車/京都市街から約30分。周山街道または嵐山高越パークウェイ経由で高雄へ、11月の土・日、祝は府道神護寺街道は、車両通行止になる為、市営駐車場より徒歩10分

「コ」を見よう

せくぶりにある西明寺は三尾地区(南ノ尾・高尾・野ノ尾の三ノ尾)の紅葉の名所。ロマンチックな雰囲気の中で流る水の上からはパワーマナツクを紅葉を、境内に続く石段でしっかりと上体の紅葉を愛しむことができます。

西明寺の指月橋脇にある休み処、指月亭は清滝川の断崖に沿うように建てられています。座敷からは溪流の音がさわやかに響き、食欲も倍増。こぼれ湯「湯豆腐定食」(2500円)をオーダーしてみましよう。主役の豆腐はツルリとした食感と大豆の風味が印象的な「とよかけ屋山本」の「ソフト豆腐」。これにマスの甘露煮や月見とろろ、天ぷら、小鉢がついてきます。京情緒いっぱいのお湯豆腐と野趣(やしゆ)あふれる山里料理をゆっくりに楽しみましょう。

見ておくれやす



入口のすぐ脇にある茶室。茶室は全部で3カ所あり、貸室を希望の方は予約が必要です。



3,000円

KKR 東山荘

とうざんそう

神宮道

琴の音とともに 侘び寂びを味わう

東山荘で供される点心膳。点心とは口切(くちぎり)、開火(かひ)などの茶事の際に軽く食べる物ですが、東山荘では昼食用にその量を増やし、膳に仕上げたものです。昼食時には琴の音が流れ、風雅な雰囲気でお食事を楽しまることが出来ます。庭を楽しむためには縁側近くまで出ず、ひとつ中央よりの真ん中の席に、昼食営業が終わる直前の2時前あたりにつけば日差し具合もほどよく、庭全体を見渡すことができます。裏庭には紅白萩や薄(すすき)の秋の草花も楽しめます。

見ておくれやす



■京都市東山区粟田口三条坊町21
 ☎075・561・2594
 ●11:00~21:00 (昼食営業11:00~14:00)
 月・12月29日~31日休
 ♣アクセス●
 市バス「神宮道」下車徒歩7分
 市バス「知恩院」下車徒歩10分

昭和4年に当時の建築技術の粋を集めて建てられた東山荘は、国内有数の数寄屋造り(茶席・勝手・水屋などが一棟作られたもの)。建てられて70年になつたのに四方正日の柱も大井に寸分の狂いも出していないことに驚嘆。



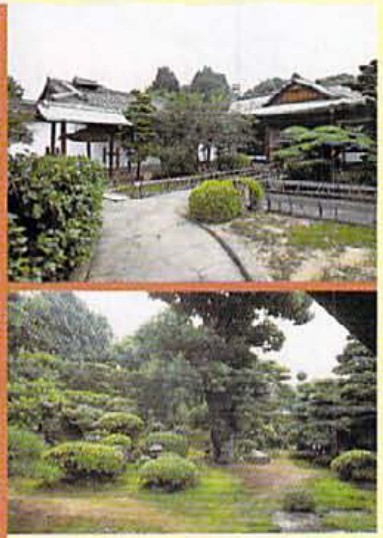
かいほうじ
海宝寺

桃山

中国風精進料理の
心に触れてみる



海宝寺は中国黄
檗宗（おうぼくしゅう）
の流れをくむお寺。で
すから、日本流の精
進料理ではなく、4人
で大皿から取り分け
て楽しむ普茶料理が
あります。普茶といっ
のは「飲食は平等」
ということを記した
「普茶一請（ふちやい
つせい）」の略。献立
は八宝菜の原形のよ
うな雲片（うんぺん）
など、和風とはひと味
違った味覚と出会う
ことができます。中々
も紀州南部村の梅干
しの塩分と酸味を丹
念に抜いたあと、甘く炊
きあげた梅干しの日の
出揚げはお寺ならでは
の新しい味です。



■京都市伏見区桃山町正宗20
☎075・611・1672
◎11:00～15:00/木休
普茶料理5500円～※4名以上で要予約
➡アクセス
●電車/近鉄・京阪丹波橋駅より東へ、JR線踏切に
北へ10分
●車/国道24号線桃山中学北側交差点を東へ突き当たり

ココを見よう

もともと伊達正宗の伏見の屋敷
だったお寺。本堂にはなんと伊
達正宗の位牌もあります。



黄檗宗のお寺には魚板がよく
見受けられます。これはあらゆる
ものを飲み込むという伝説の魚
「鰻（うなぎ）」をモチーフにしている
といわれ、昔はこれを鳴らせば時
を知らせると言います。

見ておくれやす



モミシがアクセントとして映える庭が印象的。でも、主役は伊達正宗
が植えたと伝えられる「天下無二の木斛」という名の萩の名木。

せいざんそうどう
西山艸堂

嵯峨野の湯豆腐は
天竜寺塔頭が元祖



■京都市右京区嵯峨天竜寺
芒ノ馬場町63
☎075・861・1609
◎11:30～17:00/水休
➡アクセス
●電車/京福嵐山駅から北へ
すぐ。天竜寺山門の少し手前
に入り口あり

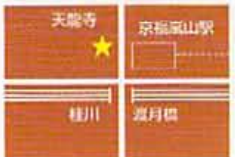
京福嵐山駅のすぐそばにある
天竜寺の塔頭のひとつ、妙知
院の中にある西山艸堂は嵯峨
野でもっとも最初に湯豆腐を始
めたといわれているところです。
嵯峨野豆腐の代表格・森嘉の
豆腐やひろつすも使った湯豆腐
コースは3,000円。先付の
ひとつ、港揚げのお寿司は西山
艸堂だけの優しい口当たりで
す。他にも湯葉揚げや精進揚
げ、胡麻豆腐など滋味（じみ）
あふれるお料理を頂けば、体
の内からキレイになれそうなの
分になります。

ココを見よう

天竜寺法堂の天井には「雲龍図」
が実に活々とした描かれています。跡本松年の
筆によるこの絵画がこの秋から復元保存される
ことになりました。パズルのように「ココ」ずつ
椅子状に解体する作業が話題を呼んでいます。



嵯峨野らしいたずまいは「幽玄」という言葉が
本当に良く合います。



見ておくれやす



すこし早い夜月燈籠の紅葉は全体的な紅葉の名所。また、天竜寺の庭
園は庭園の精と伝えられる名庭で、神味あふれる紅葉が楽しめます。

「スケジュールがデパートで埋まってしまふ、夢のような日々を過ごしています。」



石橋さんは一重まぶたの「暗くて冷たい」イメージから何とか脱出するために、二重の手術を受けることになりました。神奈川県美容外科クリニックを選んだのは、雑誌広告で見た体験者の二重が理想の形にピッタリだったからです。

神奈川県美容外科クリニックでは、納得のいくラインが決まるまで、いろいろな幅や形の二重を実際にくらべて見せてくれます。例えば、幅広い二重にした場合はどうい

瞳がキレイだとそれだけで顔が華やぐのを知っていますか？

BEAUTY CLINIC
神奈川美容外科クリニックの
二重手術

あなたのキレイは眠っていませんか？ 瞳がキレイだとそれだけで顔が華やぐこと、もうお分かりですね。

手術方法が適しているのか、患者さんひとり一人の目の形に合わせて、こういう二重の方がよりステキに見えるなどのアドバイスも行っています。
メスを使わずに二重になれる埋没法手術。カウンセリングでは、実際にまぶたの上に、いろいろな幅や形の二重をシミュレーションし、最終的に石橋さんは「埋没法」による手術を受けることになりました。



「もうだれも「冷たい目だね」なんていいません(笑)」。二重にして一番驚いたのが、人に与える印象がこんなに違うのか、ということでした。

「埋没法」は、まぶたの裏側から医療用の糸で二重のクセをつけるだけの簡単な手術です。メスは使いませんから、跡が残ることはありません。手術時間たった10分で通院の必要はまったく



神奈川美容外科クリニック
診療部長 伊藤 浩二 先生
埋没法は10分間でキレイな二重に仕上がります。ひとりで悩まずに、身体の内面も、専門家である私たち医師に相談して下さい。

モニターを募集しています。
神奈川美容外科クリニックではあらゆる美容外科手術の体験モニターを募集しています。二重、隆鼻、豊胸、脂肪吸引、ワキガ、レーザー治療などの手術が無料で受けられます。
(24時間受付電話番号)
03-5321-8540



涼しげな目元で、活発で、明るい印象になった香川麗子さん(21歳・学生)。



まぶたの脂肪が厚く、腫れぼったい印象の香川さんは、「切開法」の手術を選びました。切開法は埋没法に比べて、クッキリとした、より印象的な二重まぶたがつけられます。文字通り、皮膚を切開して二重を形成する手術で



具体的には、上まぶたのラインにそってカットし、余分な脂肪を取り除いてから糸で縫い合わせます。個人差はありますが、だいたい1~2週間を経るころには、自然な感じにおさまります。最終的には、目を閉じても二重のラインが傷跡が区別がつかなくなり、二重の手術をしたくなるのでは？
「二重のラインがはずれてしまうのでは？」という心配がないのも切開法の大きな特徴です。

おもな手術とその費用

二重術	10万円	バスト	70万円
目頭切開	18万円	尾錠乳癌(両方)	30万円
腫瘍術	28万円	顔	30万円
お肌整える	30万円	二の腕	38万円
エラ修正	80万円~	脇	38万円
シワ取り	12万円~	腹筋	35万円~
ワキガ	20万円	お尻	38万円
小切開法	20万円	太もも	38万円~
縮筋療法	35万円	ふくらはぎ	45万円
多汗症	35万円		

フリーダイヤル式無料チャネル
電話情報提供相談システム ☎ 0120-033929
全国共通美容24時間無料相談
フリーダイヤル ☎ 0120-062354

美容外科・形成外科・ヒフ科
神奈川美容外科クリニック
●診療時間/朝9時~夜9時 ●年中無休 ●完全予約制 ●秘密厳守の院内ローン ●学割あり
カウンセリングは無料で行っております。お気軽にご相談ください。
インターネットホームページアドレス <http://www.k-c.co.jp/biyou/>

大阪 阪急梅田駅 茶屋町口より徒歩8分

大阪府大阪市北区豊崎3-1-22 豊川6番館2F
06-377-0910

いずせん
泉仙・大慈院店

大徳寺

お坊さんの托鉢の
心をしのぶ料理

3,000円

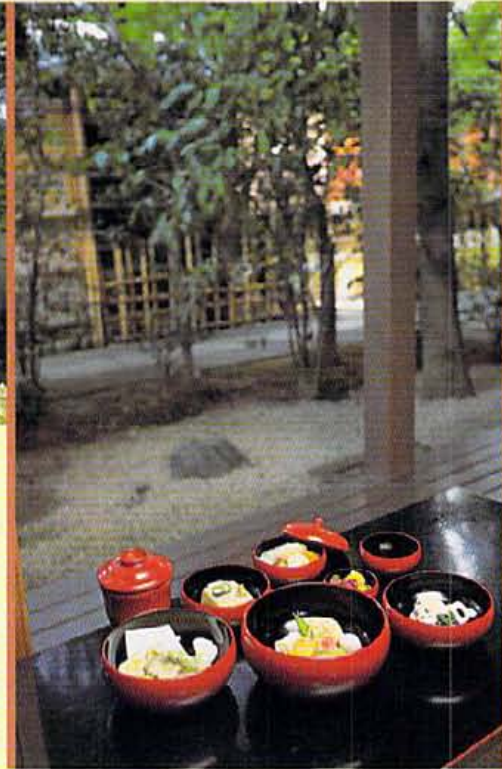
泉仙の精進料理は鉄鉢(てっぱつ)料理といい、僧が托鉢で喜捨(きしゃ)を受ける際に使う鉄製の丸い鉢をかたどった器に盛られています。七品すべての料理を残さず食べれば重ねて一つの器に戻り、残せはうまく重ならぬ。それによって物のありがたみがわかる仕組みになっているわけです。庭の楠の太木から時折さす木もれびの中、かつて僧らが一つ一つ喜捨されたものを大切に修行に励んだ姿に思いを馳せ、感謝の念をもって味わってみればまたひとしおかも。

ココを見よう!



■京都市北区萬野大徳寺町大慈院内
☎075-491-6665
●11:00~16:00オーダーストップ、17:00閉門/木休
(本増が祝、祭日の場合、翌日代休)
●アクセス●市バス「大徳寺前」下車

大徳寺の敷地は塔頭の内、瑞峯院、高徳院、龍潭院、大仙院の四つは年中参拝でき、編集時点では未定ですが11月1日~10日までの間本坊を含む非公開寺院のいくつかが公開されます。問い合わせのうえ参拝するのもしおかも。



見ておくれやす

10 11 12 1

大徳寺・高徳院は一面がモミジ。見元が真っ赤な絨毯となり、モミジをふみわたる感じが。奥山ではおのづから鳴きませんが……



■京都市右京区花園妙心寺山内
☎075-463-1334
●11:00~15:00/無休
●アクセス●京福電鉄「妙心寺」下車徒歩5分(北門)
市バス「妙心寺北門前」下車(北門)
JRバス「妙心寺北門前」下車(北門)
JR山陰本線「花園」下車徒歩10分(南門)
市バス「妙心寺前」下車(南門)
京都バス「妙心寺前」下車(南門)

東林院の表側にはこの時の顔、沙羅双樹の大。無常感漂う花のシーズン4月6月~7月なので見せからず。



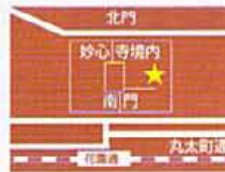
ココを見よう!

●裏庭に面した通路になにやら怪しい竹の筒が二重三重(いっしょくた)は10cmほどを溜めた茶煙の瓶を土中に埋め、水滴を落とすといく大空屈(ういきんくつ)。金網首のような、宇宙空間を思わせるような、なんともいえない不思議な音が響きます。

妙心寺 とうりんいん 東林院

枯山水の庭で初心に戻る
心を味わう

2,500円



沙羅双樹の寺として有名な妙心寺の塔頭(宿坊・東林院)裏側では枯山水の庭園、蓬萊の庭が楽しめます。西京味噌仕立ての甘い吸い物のついた精進料理は、味はもちろんですが器が面白い。ご飯、吸い物以外全ての料理が盛られた器はすりばち、箸入れはすりばちかごとあってあるのです。寺の修行でいわれる「味噌すり3年、小僧3年」がその由来。悩んだとき、迷ったとき、初心に戻るべく閑静な庭を眺めながら精進料理を味わうのもよいかも知れません。

見ておくれやす

10 11 12 1

妙心寺境内で同時公開されている退蔵院という塔頭でも、300坪の敷地の中心に、境内の隅に点在するモミジや一面のササキが紅葉(てりり)に変わりゆく様は絶景です。

いしきゆつ

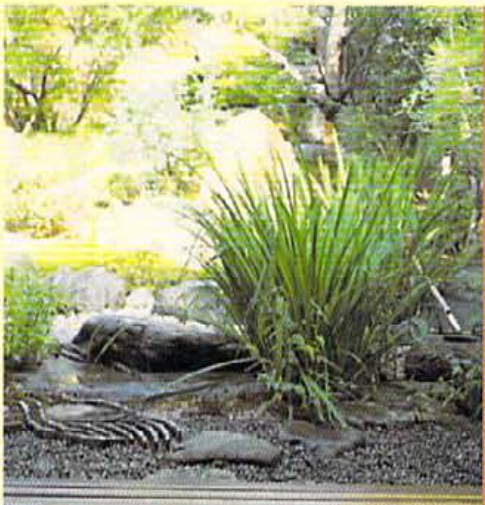
大徳寺

「通」という言葉が
体験できる店

3,500円



東京都北区紫野大徳寺前20
☎075-493-0019
●12:00~18:00 不定休要予約
🚶アクセス●バス「大徳寺前」下車



大徳寺の「通」という言葉が体験できる店

ココを見よう

「通」とは、向付（むかひつけ）に格敷（かぢ）が敷かれたり、大徳寺の「通」という言葉が体験できる店。これは大徳寺の「通」という言葉が体験できる店。これは大徳寺の「通」という言葉が体験できる店。

「通」とは何でしょう。茶道にはその定義があります。目利き見立て、道具持ちです。知性と教養、機知の才、財力ともいえます。四季の全て、何らかの花が咲く庭、草木の一つ一つによいものを選び目利き、庭に傾斜をつけ、角張った大きな岩を頂上部に、小さく丸い石を麓部に置き、水源から平野部を表した見立て、それを実行できる力。つまりこのお店は「通」なのです。通りがくる精進弁当、大徳寺縁高盛りの味は、推して知るべしです。

見ておくれやす



こちらは大徳寺ご用達の店として有名。紅葉見物をなされた方は大徳寺・高松院までぜひどうぞ。素晴らしい秋の色に出会えます。

ちようしょえん 聴松院

南禅寺

こたんな 湯どうぶを味わう

3,000円

湯どうぶで有名な南禅寺の塔頭である聴松院は山門左手にあります。池の周りを散策して楽しめる池泉廻遊式の庭園をもつ聴松院。その本堂の縁側や、鯉や今年になって住み着いた鴨が遊ぶ池の上に設けられた棧敷席で、名物の湯どうぶを楽しましませう。本堂東側の縁側中央部の席なら、さるすべり、萩、松などが美しい庭全体を見渡すことができます。枯れた味わいの禅寺で、精進料理と湯どうぶを味わう「よくぞ日本に生まれけり」です。

見ておくれやす



南禅寺から少し北上するとセミシの名所としてよく知られる水鏡堂があります。週末は混雑するので時間があれば平日がおすすめです。



東京都中央区南禅寺福地町南禅寺山内
☎075-761-2186
●11:00~15:00 (16:00閉店)
水・寺行事日/休
🚶アクセス
●地下鉄東西線「藤上」下車徒歩7分



ココを見よう

豆腐の製造法は遣唐使の僧により日本には伝えられた。始めは寺内連や公家衆をまて、一部の人の物であり、庶民の口に入るようになったのは江戸期。南禅寺では門前番所の番人が旅人に先づいたのが知られたいわれでいます。

もみぢ家別館

高雄

深山にただよう
木の香もあじわい

清濁川を俣津川との合流点から川上へ約4km、和氣清麻呂ゆかりの神護寺のはずれ近くに旅館もみぢ家別館はあります。高雄山中は市内より気温が2度ほど低く、晩秋の候には空気が清々と張りつめてきます。そして燃える紅葉。そんな渓谷を借景とした庭が最も美しい「尾張」の部屋で景色に心を離らせながら、清流にしか棲まない岩魚の塩焼きや炊き合わせからなる秋の北山定食を。金木犀（きんもくせい）の甘い香り、木々の香りも一味加えるスパイスです。

4,500円

「コ」を見よう

清濁川のはりにしつらえられる川床はこれからの紅葉期の業者には人気ですが食事客、なかんづくお弁当注文のお客さんは食べるのが早いそう。高雄の景色にはやはり美しいものがあふれています。

見ておくれやす



■政府登録国際観光旅館 もみぢ家
京都市右京区梅ヶ畑高雄
☎075・871・1005

●昼食営業時間 11:00～15:00/無休

◆アクセス ●JHバス「山城高雄」下車徒歩1分市バス「高雄」下車徒歩1分



もみぢ家別館専用の吊り橋。一歩一歩あるくことの橋の様子が別世界へといざないます。



日常を忘れて祈る
安寧心と
幸福な縁を
求めて



社庁 京都府亀岡市千歳町出雲
電話 (0771) 2417799(代)
FAX (0771) 2513832

丹波国一之宮
名神大社・元出雲・元国幣中社



出雲大神宮

日本一の良縁に恵まれる「風水の力」がみなぎる場所、亀岡。そこに位置し、風水の力の影響を大きく受ける神社「出雲大神宮」。堂々とそびえる御神体山「御蔭山」を仰ぐその麓、宿禰守る出雲大神宮は「元出雲」と呼ばれ、高根原の出雲大社よりも早くから存在すると言われている。その由来も、大國主命が出雲へ移る前に妻の三種津姫命と出会い、この地で

結婚生活を送ったことにある。鳥居をくぐると、広々とした荘厳なる神庭が広がり、重要文化財である本殿の背後に美しくそびえる御蔭山から湧き出す霊水は「真名井の水」と称され、如何なる病があととされても「縁結び」といって、単に男女の縁を結ぶことだけでなく、人間の幸福の「縁を結ぶ」ということを意味する。奥

深い縁を授けてくれる御神である。厳かなる境内、森林の静けさに溶け込む水の湧き出でる音。それらは、現代とかけはなれたゆるやかな時間の流れの中に、あなたも神が降り立つたかのような荘厳さと神々しさを思わせ、日常の忙しさと、雑然さを忘れさせ、忘れかけていた自分の中の暖かな、大切な何かを思い出させてくれるはずだ。

自慢のバストラインで毎日の
外出が楽しみになりました。

春野美佳さん (23才 OL)
豊胸術

▶豊胸術で豊かなバストになっ
た春野さん。「女らしいボディ
ラインになってファッションの
幅も広がりました。」



美しく 洗練された 冬のオシャレを。

美しい顔立ちと女性らしい柔らかな
雰囲気をもつ春野さん。ところが、
そんな印象とは裏腹に、春野さんの
バストは意外なくらいにコンパクト。
「ブラでごまかしていました。や
っぱり本物の、豊かなバストになり
たくて。豊胸術で、ナチュラルな美
しいバストラインになって毎日のオ
シャレにも力が入ります。」豊胸術
には点滴に使われる生理食塩水を用
いる方法と自分の身体の余分な脂肪
を注入する方法があり体型やご希望
によりお選びいただけます。費用は、
豊胸術 (生理食塩水法/脂肪注入法
とも) 60万円。

下半身太りを解消して 流行の服の似合う美しい ボディになった!

水沢葵さん (20才 学生)

お腹と太ももの脂肪吸引



▲全身のバランスが、良くなった水
沢さん。もう、どんなファッショ
ンも着こなせそう

いろいろなダイエットをしたけど、なかなか効果がです。「これは脂
肪吸引しかない。」と、品川美容外科へ。そこでおなかと太ももの
脂肪を吸引。見違えるほどキレイなプロポーションに。脂肪吸引の
費用は、二の腕の脂肪吸引28万円、お腹38万円、お尻38万円、太も
も38万円、太もも全体68万円、ふくらはぎ38万円、その他。

二重のラインが左右不揃いで、バランスの悪かった新
田さん。「たった、それだけのことなのに顔の印象が
全然あかぬけなかったんです。」いつもボンヤリした
表情になってしまい、メイクも濃くなりがち。友人か
ら、「ハッキリしたラインにすればメイクもうまくい
くと思うよ」と言われ、品川美容外科へ。「今は鏡を
見るのがとても楽しい。オシャレにも興味がわくよう
になって、髪型やいろいろなおファッションを楽しめる
ようになりました。」費用は、二重術10万円。

ナチュラルな 二重でオシャレの幅が 広がりました

新田佐和子さん (23才 秘書)
二重術



▲重たい感じの目元がどうしても気に入らな
かった新田さん。はっきりとした二重にして華や
かな印象に。

爽やかな横顔に心も ウキウキしてくるようです。

田中麗子さん (21才 フリーター)

隆鼻術



▲鼻が低いと横顔で損してしまう。
手術後、のっぺり感がなく
なり、キリッと引き締
まった顔に。

「低い鼻のせいで、顔が地味に見られてました。表情
も、のっぺりしていて魅力的じゃないし、華やかな顔
立ちの友達と比べると、引け目ばかり感じてました。」
しかし、悩んでばかりいてもしょうがないと隆鼻術を
受けることに。「彼には、反対されたんですが、これ
は自分の問題だし、自分で決断しました。」手術後、
彼に会ったら「キレイになったね。やっぱり、こっち
のほうがいいよ。」って、素直に喜んでくれました。「
費用は、隆鼻術23万円。」

ただ今キャンペーン期間中
すべての費用が
10%OFF
になります

品川美容外科

●年中無休 ● am 10:00 ~ pm 7:00
●各種クレジットカード・ローンもご利用できます

京都 075-344-3386

京都市下京区七条通烏丸東入 ■24時間美容案内
ネオフィス七条烏丸ビル4F ☎0120-006477

ぶへい

大原野

たなびく竹の音を聴きながら昼食



市内から30分で街の喧騒が随分と遠く、世界にアツい。ぶへいは「花の寺」で有名な勝持寺の竹やぶに囲まれた味処です。風が吹くと竹の葉がサヤサヤと心地良いBGMを奏でくれます。おすすめは造りや大ぶら焼物、煮物などを楽しめる「洛彩弁当」(3,000円)。活けずがあるので海の幸は新鮮そのもの。プリプリの海老や近江牛を堪能したいなら主人自らが焼いた素焼きをまた炭火にかけて「玉楽焼」(4800円)をどうぞ。



「ロコ」を見よう



市内からのアクセスはバスを利用。洛西高校の専らに寄りかかった、山の方角を徒歩で買ひまじよう。真っ赤に色づいた山がドーンと目に飛び込んでくるはず。観光バスのお客はここで必ず「オコ」の声を上げよう。



■京都市西京区大原野神社西入花の寺山門横
〒775・331・2248
●11:00~21:30 (「洛彩弁当」は11:00~16:00)
/火休
●アクセス●車/京都市街から約30分。国道9号線桂坂交差点を南へ、洛西高校脇を通過して大原野神社方面の西へ。

見ておくれやす



紅葉は多いです。大原野神社が最高。特に鳥居から続く参道にうっすらと横もった散りモミジが見られる11月中旬以降が究極。

風通しの良い行末、吉野石や檜を配した庭園はすみずみまで手入れが行き届いています。



■京都市東山区清水1-302 (清水寺境内、音羽の滝横)
〒775・561・5117
●10:00~17:00 / 木休
●アクセス●市バス「清水道」「五条坂」下車、各徒歩10分

見ておくれやす



栈敷席は一面紅葉に囲まれて、まるで朱色のカーテンが切かっているよう。風が吹くと、モミジの葉が確に舞い込めます。

少し肌寒い季節だけど、外の席がおすすめ。清流とモミジの葉ずれの音がとてもさわやか。抹茶・おはぎセット500円はいかが？



清水寺 滝の家

紅葉を眺めてほっこり



三つの滝(かけい)から流れ落ちる音羽の滝。そのすぐ横には、現在の主人が5代目という古くから続く茶店「滝の家」があります。涼やかな清流の音が聞こえる店先の席も良いけれど、紅葉の季節は迷わずに栈敷席に座りたい。深い紅葉の森にたなびく音のよさ、ひんやりと心地よい山の風が吹き抜けます。心も体も一服させてあげましょう。ぜんざいや甘酒、熱々の湯豆腐はいかが。冬支度を始めた真っ赤な秋の木々に、白い湯気がゆれて昇ります。

「ロコ」を見よう

ご存じ清水の舞台(本堂)からの眺めが最高。眼下に雲のように広がる紅葉の先には京都市街も一望できます。滝の家の奥の縁から下る細道が錦雲橋。本堂から見下ろした紅葉の雪を、今度は見上げながら歩きましょう。





山川の幸を弁当に
これぞご馳走

花背

京都市街から車で1時間少々。花背の里は京都市の秘境的山里です。そんな花背の山で採れた山菜や川で釣れた魚を料理して出してくれるのが、峰定寺のほど近くにある門前茶屋です。門前茶屋は料理旅館ですが、食事処としても利用OK。おすすりめは山川の幸をふんだんに盛り込んだ「門前弁当」(3000円)。春に採れたフキ、ワケシの佃煮や漬物、目の前を流れる寺谷川で釣れたアユやアマノの天ぷらなどを、せせらぎを眺めながらいただきます。



■京都市左京区花背原地町380
☎075・746・0072
●※食事は予約制なので営業時間・定休日不定
●アクセス
●バス/出町柳駅から京都バス「広河原行」で約1時間40分、「大慈山口」下車、徒歩20分
●車/京都市街から所要時間約1時間。堀川通から京見坂、別所、花背を経て「大慈山口」バス停を乗る。

花背は京都市街よりも気温が少なく、冬は寒いので、紅葉のピークはちろん冬だつて見ても大足も早く訪れます。早い年にはなんと11月の末には初雪が降ることもあり、まさに京都の北海道といった感じですよ。

見ておくれやす



川の向こう岸の岩肌のモミジも見事ですが、門前茶屋創業と同時に花を咲かせるようになったシラサカも10月中旬から色づきます。



大津の名ホテルで朝食に15年間携わった主人がご実家へ帰ることを始めたのが門前茶屋。



阿弥陀像があるお座敷で湯豆腐を頂くというシチュエーションは駅遊堂境内の竹仙だけか。



ちくせん
竹仙

時代劇ロケで
有名な境内で湯豆腐を

■京都市右京区嵯峨駅遊堂清涼寺境内
☎075・882・3074
●10:00~17:00/木休
●アクセス●電車/JR嵯峨駅より清涼道を北へ徒歩約10分清涼寺(駅遊堂)境内に入る

清涼寺境内は「鬼平犯科帳」のロケ現場としてもお馴染み。選がよければバスに出会うことができます。竹仙はそんな境内で名物・湯豆腐料理のお店として20年人気を保ち続けています。



駅遊堂と清涼寺の境内にある湯豆腐処・竹仙で頂けるのは「おきまり」という名の精進風の湯豆腐セット(3500円)。食前酒、八寸、和え物、胡麻豆腐、炊き合わせ、湯豆腐などがセットになっているので、ボリュームには満足です。嵯峨の森裏の豆腐をカツオベースの出汁で頂くところが、精進料理と違うところが、ネギ、ノリ、シヨウウ、そして少々の七味ですが、これはお豆腐を最もおいしく食べる為に出したご主人の結論。

見ておくれやす



お店横の石畳のモミジがレガンス。もっとも華やかな結核寺社物所横のモミジで、撮影スポットとして人気があります。