

おでかけしたくなるライフエンジョイ情報誌

comxcom

コムコムマガジン

COMMUNITY×COMMUNICATION

特集

城山を歩く

選りすぐりの地元情報が満載!

イベント情報やお店のご紹介!
おでかけの参考に!

4

NO.25
2015 APR



春のお肉&惣菜フェア

花見シーズンには「オードブル」もご予算に合わせてお作りします!



入学、卒業、進学、就職
 お祝い事・晴れの日は
 ステーキで!!

〔精肉〕 Beef & Pork & Chicken



「一頭買い」だから味わえる
 希少部位もオススメです!!

- 鳥取和牛オレイン55 各種
- とっとりブランド豚「とットン」
- 大山ハーブチキン など

各種 ホルモンも取り揃えています!



※品切れの際はご容赦ください。
 写真はイメージです。

〔惣菜〕 Souzai



限定の日替わり商品も続々登場!!

- 牛めし(鳥取県産黒毛和牛)
- フライドチキン(大山ハーブ鶏)
- トンカツ(鳥取豚 とットン)
- ポテトコロッケ、メンチカツ
- 肉厚ハンバーグ など



※品切れの際はご容赦ください。写真はイメージです。

いままでにない! 鳥取県産の牛・豚・鶏肉 を中心に扱う お肉の宝庫!!

ミート&デリ いまがわの使い方

お肉と惣菜のお店

完全セルフサービス!! 片付けもセルフで!

③ 焼いて食べる

① 選ぶ



「一頭買い」のお肉だから希少部位もたくさん! 量り売りでお好きな量だけ!

② 買う



ご注文頂いたお肉のご精算は、ひとまずレジにてお願いします。



入り口玄関横
 イートインスペース

セルフサービスで、購入後のお肉を食べられます!
 ビール、ごはん、ソフトクリームなども購入可能!



店舗マップ	カーブス	★ ミート&デリいまがわ
至 米子	スーパーいしかわ ●●●	●●● イエローハット
● おかじまや	● バチンコ	● ローソン
● HOK	● クレイジーチャンス	
● ジュンテンドー		

新発売!

前田牧場和牛カレー

ギフトにも最適なおみやげの新定番
 伯耆町前田牧場のお肉が入ったカレー



鳥取県西部エリア周辺の主なイベントスケジュール

1 水	井西静馬 つづれ画展 ■～6日(月) ■丸京庵市民ギャラリー ■10:00～17:00 ■お問い合わせ 0859-31-0285	12 日	Piece of heart ダンスプロジェクト ダンス公演2015 ■16:30開場 17:00開演 ■米子市公会堂 ■お問い合わせ 0859-68-4347	20 月	がんばろう東北! 演歌! 夢の競演 ■米子市公会堂 ■13:00開演 ■お問い合わせ 090-3375-9177
3 金	第57回新協展 ■～13日(月) ■米子市美術館 ■10:00～18:00 ■お問い合わせ 0859-34-8813	13 月	童謡をみんなでうたう会 月曜コース ■米子市文化ホール メインホール ■10:30～11:45 ■お問い合わせ 0859-35-4171	22 水	日曜画家60周年記念 小谷悦夫個展 ■～27日(月) ■丸京庵市民ギャラリー ■10:00～18:00 ■お問い合わせ 0859-31-0285
4 土	クレパス誕生90周年企画展 「近代巨匠から現代アーティストのクレパス画展」 ■～5月10日(日) ※毎週月曜日は休館 ■日南町美術館 ■8:30～17:00 ■お問い合わせ 0859-77-1113 後藤ヶ丘中学校 吹奏楽部 第11回定期演奏会 ■米子市文化ホール メインホール ■14:00～16:00 ■お問い合わせ 0859-34-3247(今岡) さなめラララ♪すてーじ 桜奏～ハルカナデ～ ■米子市淀江文化センターロビー ■開場17:00 開演17:30 ■お問い合わせ 0859-39-4050	14 火	4月のランチタイムレコード ♪The Jacques Loussier Trio プレイ・パッハ<第1集> ■米子市淀江文化センターロビー ■12:15～13:00 ■お問い合わせ 0859-39-4050	23 木	日本海新聞 大学・短期大学・専門学校 進学相談会 ■米子コンベンションセンター 多目的ホール ■16:00～18:30 ■お問い合わせ 06-6342-7744 童謡をみんなでうたう会 ■米子市文化ホール イベントホール ■木曜コース 10:30～11:30 チャイルドコース 11:30～12:00 ■お問い合わせ 0859-35-4171
5 日	門脇康一ギター教室発表会 ■米子市文化ホール イベントホール ■13:50～ ■お問い合わせ 0859-53-3571 神成とおるギターコンサート ■米子市文化ホール イベントホール ■17:15～ ■お問い合わせ 0859-53-3571 リトミック発表会 ■米子市文化ホール メインホール ■11:00～ ■お問い合わせ 080-5622-0691(恵比奈) ピアノ発表会 ■米子市文化ホール メインホール ■13:00～ ■お問い合わせ 080-5622-0691(恵比奈)	15 水	第10回記念 中海・白鳥の会写真作品展 ■～20日(月) ■丸京庵市民ギャラリー ■10:00～18:00 ■お問い合わせ 0859-31-0285 大学・短期大学・専門学校 進路・進学ガイダンス ■米子コンベンションセンター 国際会議室 ■15:30～18:00 ■お問い合わせ 075-708-8139	25 土	鳥取県ミュージカル連盟 第1回合同公演 ミュージカル「真名井の水は天の水」 ■米子市文化ホール メインホール ■開演18:30 ■お問い合わせ 090-2000-4729(黒田) 安野光雅の世界展 ～日本の原風景から平家物語まで～ ■～5月31日(日) ■米子市美術館 ■10:00～18:00 ■お問い合わせ 0859-34-8813 佐渡 裕 指揮 兵庫芸術文化センター管弦楽団 創立10周年記念ツアー-米子公演 ■米子コンベンションセンター 多目的ホール ■開場13:15 開演14:00 ■お問い合わせ 0859-34-8813
11 土	春季盆栽展 ■～12日(日) ■米子天満屋 5階てんまやホール ■10:00～17:00 ■お問い合わせ 0859-29-3410	16 木	第48回鳥取県西部医師会 一般公開健康講座 ■米子市文化ホール イベントホール ■14:00～15:30 ■お問い合わせ 0859-34-6251	26 日	鳥取県ミュージカル連盟 第1回合同公演 ミュージカル「真名井の水は天の水」 ■米子市文化ホール メインホール ■開演14:00 ■お問い合わせ 090-2000-4729(黒田) 呑めばわかるさ 純氷魂2015!! ■米子コンベンションセンター 多目的ホール ■12:00～15:30 ■お問い合わせ 0859-37-2366
12 日	第50回中国酒産物ブロック(鳥取)大会 (併 NPO法人 鳥取県酒産物会創立50周年記念大会) ■10:00～15:30 ■鳥取県文化会館 梨花ホール ■お問い合わせ 0859-54-3421 のぞみ歌謡祭 ■米子市文化ホール メインホール ■10:30～ ■お問い合わせ 090-7597-8560(木下)	18 土	Yalla Hafra!!Arabian Night Vo.3 ■米子市公会堂 管理棟1階 ■19:00開演 ■お問い合わせ 090-9503-5607 米子ウィンドオーケストラ 22回目の演奏会 ■米子市文化ホール メインホール ■14:00～16:00 ■お問い合わせ 090-7503-8565(伊藤) 米子シネマクラブ第100回例会【飛べ!ダコタ】 ■米子コンベンションセンター小ホール ■1回目 14:00～ 2回目 19:00～ ■お問い合わせ 090-8248-9810 第3回山陰パレエコンクール ■米子市公会堂 ■お問い合わせ 0852-31-3173 米子フリーマーケット ■米子市文化ホール 多目的広場 ■9:00～12:30 ■お問い合わせ 080-4265-3326 第5回ヒーローズ祭り ～ひろがれ 心の翼～ ■米子コンベンションセンター1F 情報プラザ ■11:00～17:00 ■お問い合わせ 090-7999-8279	29 水	鳥取県吹奏楽連盟 西部地区 合同練習会、発表会 ■米子市文化ホール メインホール ■10:00～16:00 ■お問い合わせ 0859-34-3247(今岡)

CHECK!!NEWOPEN みんな知りたい!最新オープン情報を毎月お届け!
～新着お店情報をチェック～

米子市
米原



ホープタウンに米子初上陸の100円ショップ「Can★Do」がニューオープン!
1万2000点の品揃えとアイデアあふれる商品の数々で楽しい発見が満載です!

Can★Do

米子市米原2-1-1 ホープタウン 3F
10:00～19:00 年中無休

米子市
米原



ホープタウンにコーヒーショップ「LABAR」プロデュースのベーカリーショップ「ル・ブチコバ」がオープンしました!地域の方に愛されるパン屋を目指して、手づくりパンを作っています!

ル・ブチコバ

米子市米原2-1-1 ホープタウン 1F
10:00～20:00 年中無休

米子市
両三柳



焼き菓子とサイフォン珈琲のお店がオープンしました。店内に入った瞬間、焼き菓子を食べた瞬間、たわいもない会話の瞬間、幸せでつづまれる空間と時間をお客様に。

BAKE CAFÉ すとーく

米子市両三柳168 IMAGE WORKS BLD.1F
TEL 0859-33-4510 11:00～18:00 休:日曜日

伯耆町
吉長



伯耆町の屋台村跡地に登場したバイキングレストラン。地元の野菜や食材をふんだんに使用した料理の数々。キッズルーム完備でお子様連れの方もゆっくりとお食事を。

青空バイキング 伯耆の国

伯耆町吉長22-7 TEL 0859-68-6665
11:00～14:30 18:00～21:00 定休日:水曜日

米子市
東町



米子駅前にある隠れ家的な薬膳料理屋さんです。現役薬剤師の全面監修による安心薬膳で、より美しく、より健康に...

薬膳ダイニング GOGYO

米子市東町282 TEL 0859-21-5362
18:00～22:00 定休日:日曜日

お店&施設 募集中!

こちらの最新お店&施設情報コーナーでは、あたらしくオープン、またはオープン予定の情報を募集しております。掲載をご希望される方は、コムコムマガジン編集部までご連絡下さいませ。
※枠数に限りがあり、掲載ができないこともございます。

コムコムマガジン編集部

株式会社 中海テレビ放送
TEL.0859-29-2854
株式会社 満開
TEL.0859-57-5753

掲載
無料



城山はグロットと一週まわることができ、また3つの入り口から登ることが可能なため、機通りもの楽しみを持って行くことが楽しい。町の中心部にあるので、健康づくりや登山に便利。

現代のマップ



城山の森の中は、シダ植物の宝庫。確認されている47種のシダには、コバノカナワラビ、ヘンシダ、オニヤブソテツの群生やミドリレンドロビ、シロヤマシダ、ハカタシダといった希少種も生育する。春の花では、セリバオウレンやヤブツバキが咲き、タチツボスミレ、オオタチツボスミレ、初夏にはツルカノコソウやムラサキケマンなど、歩くたびにさまざまな花が咲いています。

城山の植物

標高90mの湊山に築かれた米子城は、別名久米城とも呼ばれ、山陰地方で他に先駆けて築かれた本格的な近世初期の城郭。山頂に五重の天守閣と四重の副天守閣(四重櫓)の大小3つ、天守を持つ壮大な城で、周囲には二重の堀が巡らされていた。平成十八年に国史跡に指定され、今もなお市民の憩いの場として親しまれている。

米子城は、応仁から文明年間(1467年から1487年)に山名教之により建てられた。現在「城山」と呼ばれている湊山の本格的な城としては、西伯書の領主となつた吉川家が天正十九年(1591年)に築城を開始し、完成した城を見守ることなく、寛文五年(1700年)の関ヶ原合戦に敗れた吉川氏は若国に国替えとなる。吉川家文書「戸田半太夫書」によると、それまでにほぼ七割、築城されていたことである。



小天守台石垣

慶長十四年(1609年)に一忠が急死、中村氏が断絶し、翌年に会見汗入六万石の領主となつた加藤貞泰が入城しました。この後、近江聖人・中江藤樹も米子にやつて来た。

元和三年(1617年)、加藤氏は伊予大洲へ国替となり、因伯領主池田光政の一族の池田由之が米子城預かり、三万二千石となる。

寛永九年(1632年)には、池田光仲が因伯領主となり、豪族の荒尾成利が米子城預かり、一万五千石となる。

以後、明治二年(1869年)まで、荒尾氏が代々、米子城主として城を預かり、「自分手致仕」を行なう。

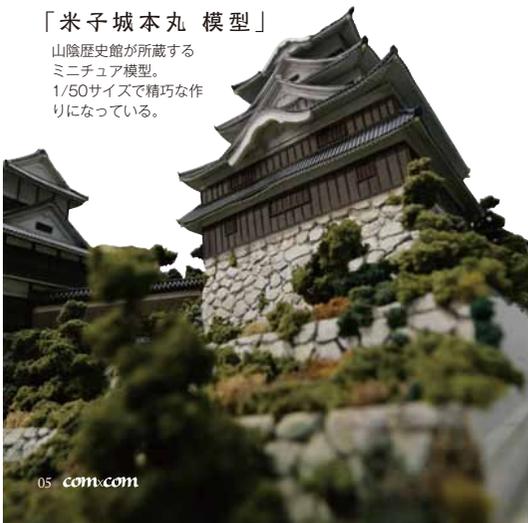
明治二年、米子城は荒尾氏から藩庁へ引き渡され、その後、士族に払い下げられた。

そして、明治六年(1873年)には、米子城の建物の大半は売られて、数年後に取り壊されることになった。

米子城の歴史

「米子城本丸 模型」

山陰歴史館が所蔵するミニチュア模型。1/50サイズで精巧な作りになっている。



昔の地図

「米子領地面全絵図」江戸末期 米子市立山陰歴史館蔵



●…加茂川 ◆…新加茂川

城山を歩く

春にピッタリの「楽しみ方」

米子市のど真ん中にある絶好の行楽スポット。これからの季節にお出かけしたくなる要素がたくさん詰まっている城山。自然散策をかねて、歴史を学んだり、植物の息吹を感じたり。フレッシュな気分ですてきな山登りをしてみませんか？



米子下町観光ガイド 富田 彰さん
米子市観光協会が事務局のボランティアガイド。米子の今昔をよく知るひとたちが丁寧にガイドします。

枅形

昔のかたちをそのままに。積み上げられた石の細部まで楽しめる。



「枅形ますがた」とは、入り口を二重にして門への見通しを防ぐために作られた広場で、城主の行列の供揃いや、武士を寄せ集める時の集合場所に使われた。石垣もまた興味深く、「算木積み」という積み方で、隅石には細長い石を使用して、長辺と短辺を交互に積み上げていく方法で、非常に強固な作りになっている。

登り口

全部で3つある登り口。一番はやく登ることが出来るのは正面コース。



正面入り口

最短距離で登ることの出来るまっすぐな正面入り口。国道九号線側にあります。



内膳丸跡入り口

湊山公園側(城山の池側)からの登り口は広い駐車場もあり、こちらから登るひと多数。



枅形入り口

湊山球場のすぐとなりの枅形の残る登り口。今回はこちらからのルートで登りました。

城山を歩く



眼前に広がる“大パノラマ”はここでしか味わえない贅沢 ■湊山山頂



中海方面の眺望



皆生温泉方面の眺望



米子駅方面の眺望



大天守台石垣、左は小天守台。



頂上の東屋で一息。天守などの基礎石も残る。



石の加工途中も随所に垣間見える。

「米子桜まつり」

4/3(金)～4/12(日) 湊山公園・米子城跡
※桜の開花状況により変更になる場合があります。

ボンボリ点灯 / 18:30～22:30 (期間中毎日)

ソメイ吉野、しだれ桜、大島桜、八重桜など約500本の桜の木

ご来場の皆様へ(お願い)

- 期間中はバーベキューを含む火気使用(ガス・電気コンロ等)を禁止とさせていただきます。
- ブルーシートでの場所取りは可能ですが、悪質なものは撤去いたします。
- 満開時は駐車場が大変込みますので、だんだんバスなどをご利用ください。
- 仮設ゴミ箱は設置していません。ゴミの持ち帰りをお願いいたします。



【お問合せ】 米子市観光協会 TEL 0859-37-2311 <http://www.yonago-navi.jp> 米子市中町20番地 市役所旧庁舎2階

—ガイドと一緒に米子城跡などを散策、歴史をたどってみませんか。— 米子下町観光ガイド (ボランティアガイド)

ガイド時間 ◆ 午前10時～午後5時
 所要時間 ◆ 約2時間 (各モデルコース有、お問合せください)
 ガイド料 ◆ 無料 (有料コース有、お問合せください)
 申し込み方法 ◆ 希望日の2日前までに、電話・FAX・郵送でお申込みください。
 申し込み内容 ◆ 氏名・住所・電話・FAX・参加人員・希望日時・希望コース
 <入館料、昼食代などは自己負担>

【お問合せ・お申込み】 米子市観光案内所 TEL 0859-22-6317 FAX 0859-34-2981



米子市下町観光ガイドで不定期に開催の石仏めぐりもある。



湊山球場南側の登山口の城山弘法大師、有志により設置されたもので、弘法大師を祀る大師堂を起点に山麓の四国八十八ヶ所を巡るようになっていた。山の中腹を一周するコースに二百余体の石仏八十八ヶ所の礼所が。大正十四年、四国霊場をこの地にといい願いから、灘町の安達弁市氏を中心として市民が浄財を集め奉仕し汗を流して完成させた。椿や桜など季節の花々が咲き誇る清閑な石仏の道は、今も人々の心を和ませている。

城山弘法大師と石仏



遠見櫓(とおみやぐら)跡
 遠見櫓は、天守郭の北下段にあり、海側の見張りを強化する枠割りを果たした。



内膳丸(ないせんまる)跡
 米子城築城の指揮 横田内膳が監督し、本丸の守りを強化する役目をつくった櫓



旧小原家長屋門
 米子市で唯一の武家屋敷の建物である小原家長屋門。小原家の屋敷は西町にあったが、長屋門は昭和二十八年に米子市に寄贈され、米子城跡の現在の地に移築保存された。長屋門とは家屋などを住まわせるため、武家屋敷の前面に長屋を設け、その一部を開けて門とした建物です。(市指定有形文化財)



山陰歴史館
 米子城の1/50サイズで細かいところまで再現された復元模型が展示されている。天守は四層五重(見立目の四階建て、実際は五階建て)一八五二年に大修理された際の鱧瓦(しやちがわ)ら、高さ1m30cm、重量はなんと75kgもあります。米子市指定有形文化財に指定。



常設展示フロアがあり、米子城の関係資料を展示する。米子城物語(など)歴史を学ぶことが出来る。常設展は無料のため、気軽に立ち入ることが出来る。米子城散策の前に学習していけば、様々な情報がつながり、より楽しいものになるはず。



米子の民話「米子城の血屋敷」に登場する御殿井戸も近く。



米子城の発祥となった飯山城があった本丸跡付近には現在では英霊塔が建立されている。人気は少ないものの花見スポットの穴場です。



登り道の途中、左手に草むらに隠れた階段があり、ひっそりと祠がある。

柳生奮戦の地と飯山城跡

国道九号線を挟んだ向いにある飯山。かつては飯山城があり約五百年前に築かれた伯耆・出雲の国境の重要な砦で、中世には山名、毛利など戦國期の攻勢戦が繰り返された。家康、横田内膳村経が、主君中村一忠に暗殺されると、横田方が反旗を翻し、激しい戦いが起こった「米子城騒動」。中村騒動では飯山を立て籠もったとされる。柳生新陰流の剣客、柳生五郎右衛門(但馬守宗祖)の兄が、十文字櫓を扱って中村方を多数討ち取ったという武勇伝は有名な話である。

コーディネーショントレーニングで
たくみなボディーコントロールを。

toGA PROGRAM

運動能力の 基礎をつくる

9歳までの
コーディネーション
トレーニング
それが「トゥーガプログラム」!

友達紹介キャンペーン実施中!

お友達と同時入会で

入会金無料!!

詳しくはお問い合わせください。

ご入会の方全員に

toGA
PROGRAM

オリジナルTシャツ
プレゼント



無料体験会
実施中

toGA無料体験会の詳しい日程については
ホームページのお知らせ欄でご確認いただくか、
お電話にてお問い合わせください。

毎週金曜日開催中

会場 鳥取県立武道館 米子市・弓ヶ浜公園となり(米子市両三柳3192-14)

時間

キンダークラス(年中～年長)

16:00～17:00

ジュニアクラス(小学1年生～3年生) 17:00～18:00

料金 月額 5,000円(毎週金曜日) ※入会時は入会金(4,200円)+入会月料金(5,000円)合計9,200円が必要です。

Lithe
OUTWORK

toGA(トゥーガ)トレーナー直通電話(生田)

080-4362-0055

E-mail ikuta.spnr@gmail.com

加圧トレーニングスタジオ ライズ

営業時間:AM 10:00～PM 9:00 定休日:毎週月曜日
〒683-0804 鳥取県米子市米原5-4-27
TEL・FAX 0859-30-2434

<http://www.lithe.jp> 加圧 米子 検索

KONAMI SPORTS CLUB

大人から子供まで、この春始めるスリキな運動習慣。

春の入会
BIG
キャンペーン

施設見学随時受付中!ご予約不要!お気軽にどうぞ!!

コナミスポーツクラブ 米子

イオン米子駅前店 駐車場 **5時間無料!**

イオン米子店 木曜日

0859-22-1271

月～金 9:00～23:00
土 10:00～22:00
日祝 10:00～18:00

鳥取県米子市米田町31番地 イオン米子駅前店4階

http://px-yonago.net/

こども職業体験イベント

Kid's wakuWORK

キッズのわくわく

参加企業大募集のお知らせ

地域に密着した食育イベントの一端として。

社会体験や工場見学で、地域の子どもたちを育てたい。

休日に家族で楽しくおでかけ

お店を遊び・学ぶところへ

あなたのお店、企業でお子さまに社会体験をしていただくイベントを小規模に開催してみませんか？
地域に密着した、ここだけのイベントをつくり、自分たちで面白い街にしていきたい。

イベントのお問い合わせは

株式会社 満開

〒689-4121 鳥取県西伯郡伯耆町大殿1108-1
TEL.0859-57-5753
mail/info@kabu-mankai.com
担当/長谷川まで

米子フリーマーケット



4月19日 [毎月第3日曜]
(日)
9:00～12:30

入場料は無料です。
出店料：500円

場所 米子文化ホール前 多目的広場

駐車場 コンベンションセンター向かい駐車場
路上駐車は絶対におやめください。立体駐車場が無料になります。

出品可能な物
衣類(古着、新品)、雑貨、アクセサリ、おもちゃ、電化製品、家具、食器、楽器、本、CD、レコード、食べ物(果物、野菜のみ)などなど
そのほか物販以外にも募集!(応相談)

イベント、出店に関する情報・各種お問い合わせは

米子フリーマーケット

WEB/ yonago-fleamarket.jimdo.com
MAIL/ yonago.fleamarket@gmail.com



米子 蚤の市

よなごのみのいち

入場無料
駐車無料

出店者&来場者どちらも
モナロン駐車場無料





歴史ドラマ
サスペンス
日本のうた

NHKの大型歌謡番組 観るならチャンネル銀河!



CS初

歌謡 チャリティー コンサート

4月11日(土)スタート
毎週土曜 夜6:00~

「BS日本のうた」
毎週月~金 午前10:30~、夜6:00~

©NHK

2000年以降の大河ドラマ
最高・平均視聴率第1位! ※ビデオサーチ調べ



大河ドラマ
篤姫

4月4日(土) スタート
毎週土曜
午前10:00~ ほか

人気のサスペンスシリーズ全12作品



CS初
みちのく祭り殺人行 6日(月)
古都・城下町サスペンス
湯けむりサスペンス
4月6日(月)スタート 毎週月~金 夜7:45~

人々の生活に踏み込んだ日常の食を
コウケンテツが体当たりでレポート!



CS初
アジア食紀行~
コウケンテツが
行く

4月6日(月) スタート
毎週月~金
深夜0:00~

銀河Column

「岳飛伝 THE LAST HERO」日本初放送決定!

中国史上最高のヒーロー“岳飛”! 知られざる生涯を描いた超大作が初上陸!

中国で好きな歴史上の人物を訊ねると、「岳飛」「諸葛亮」のふたりの名が挙がるという。ドラマでも主演級のそのふたりとは…。

生きていたら
912歳
日本のみなさん
はじめまして



■岳飛(がくひ)
1103年生まれ
宋代に活躍した最強・無敗の英雄

実は私、中国では諸葛亮さんを凌ぐほどの人気があるのです。宋の時代に攻め来る異民族と闘いまして、全戦全勝を収めましたからね。弓、槍、剣、拳法、なんでもござれです。民衆から支持され皇帝からも「精忠岳飛」の旗を賜り、人生上り調子だったのですが…。

中国2大英雄対談
岳飛 VS 諸葛亮

私は蜀の君主・劉備に仕えた軍師である。共に天下統一を目指したわけだが、一番の思い出は「赤壁の戦い」だな。曹操軍に対抗すべく、呉との同盟成立に奔走し、天候を操り、勝利に大きく貢献したのだよ。

生きていたら
1834歳!
私の方がだいぶ
先輩だな



■諸葛亮(しよかつりょう)
181年生まれ
三国志随一の天才軍師

日本初放送! 「岳飛伝 THE LAST HERO」
【2話先行放送】5月10日(日) 夜9:00~ ※予定

「三国志 Three Kingdoms」
毎週日曜 午前10:00~

「岳飛伝」The Patriot Yue Fei © 2012 China International TV Corporation. All Rights Reserved

「三国志」© 中国伝媒大学電視制作中心、北京東方恒和影視文化有限公司

HD
648ch

日・中・韓の歴史ドラマから本格サスペンス、ヒット歌謡まで、大人世代の番組満載!

チャンネル銀河
カスタマーセンター

0120-945-666

【受付時間 10:00~18:00 年中無休】

※番号はお間違いのないようにお願いいたします。※都合により、番組は変更になる場合がありますのでご了承ください。

チャンネル銀河

検索

日本最大の音楽専門チャンネル

SPACE SHOWER TV



4/2 木

V.I.P. -サザンオールスターズ-

ニューアルバム「葡萄」リリース記念!サザンオールスターズ スペシャル



19:00~23:00 ほか 日本を代表する国民的バンド、サザンオールスターズのミュージックビデオやライブ映像を4時間に渡りお届け!



4/18 土 20:00~20:30 ほか



絢香 SPECIAL

最新インタビューに貴重なライブ映像を交え、絢香の動向に迫るスペシャルプログラムをお届け!



4/7 火 20:00~21:00 ほか



aiko LIVE SELECTION

幅広い層から支持を得るaikoの、熱いライブパフォーマンスが堪能できる60分!



4/4 土 12:00~17:00 ほか



新番組「永久不滅の最強J-POP伝説」 スタート記念! J-POP歴代名曲大辞典

4月から新番組「永久不滅の最強J-POP伝説」がスタート! 放送開始を記念して、歴代J-POPの超名曲群を一挙紹介!



日本最大の音楽専門チャンネル
SPACE SHOWER TV

HD 662ch

SD 262ch

スペシャ

検索

詳細は「スペシャ」で検索!

最新ニュースや
番組情報は
ここからチェック!

Facebook
<http://facebook.com/SPACESHOWER>

Twitter
@spaceshowertv
#スペシャ

Instagram
@spaceshower
#スペシャ

番組に関するお問合せは、
スペースシャワーTVカスタマーセンターへ!

TEL : 03-3585-4666

受付 : 平日11:00~19:00

第5回

ヒーローズ祭り

～ひろがれ 心の翼～

4月19日(日) 11:00～17:00

米子コンベンションセンター1F 情報プラザスペース

入場無料

※料金は各ブースごとにかかります。

 **タイヒーリング セン** 杉本
首肩クイック10分間

 **タイヒーリング セン** ちか
首肩クイック10分間

 **ふるおぶび〜んず** 志穂
英国式リフレクソロジー
(お名前言霊セッション付き)

 **レムリアンマイアエイミー**
レムリアン・ヒーリング(体験版)、
スピリチュアルセッション各15分、守護天使リーディング、
レムリアン数秘術各30分、オルゴナイト販売

 **ナチュラルセラピー** 彩楽sara
女神アフロディーテの美MAXクリーム作り、
天使も応援♡エンジェルレイキ

 **ヒーリングサロン☆ナツ**
チャネリング、ダウジング、カード、
手相アルケミー15分、30分
アロマハンドFAB®20分、
ハッピーメモリーオイルリーディング30分

 **Tarot & Astrology Iris(イーリス)**
タロットカードリーディング、
観音力カード販売&ミニセッション

 **Ahavo ravo**
古代文字ルーンandエンジェルリーディング

 **足のリフレケアサロン** ふっとるーす
足のリフレクソロジー15分、
手のリフレクソロジー15分

 **ヒーリングアトリエ創美館**
オーラソーマ式カラーセラピー、
イヤークヤンドル・チャクラキャンドル、
風水・暦

 **ベビマシップ渡辺久美さん**
ヘッドセラピー15分

 **Mahaloha Lilia(マハロハリリア)**
オーラソーマ、パーソナルカラー

 **ママンせつこ**
手相リーディング、
オラクルカードリーディング、
名前リーディング等

 **(hanabusa) 英Ψ**
易占カード、宿命鑑定 各15分

 **ゆき屋ゆきねえ**
ゆき屋のリーディングセラピー

 **遊木倶楽部**
木工品
(ベンチ、写真立て、ペン立て、花台など)

 **楽健法の里**
全身と下半身のみの2コース、
全身調整(メノウ)

 **美馬整体院**
脊髄矯正30分前後

 **ノームの糸車**
「羊毛フェルトの天使たち」と
「自然栽培オレンジの酵素ジュース」

 **藍 miracle**
藍染め販売

 **中村ゆり**
点描曼荼羅画&
中村ゆりイラストポストカード販売

 **lyoko**
骨盤矯正

 **Blessing Angel Julia**
占星術&タロット

今回は“グルメブース”も出店!

●ゆめ工房21

女川おからかりんとう、メンチカツ、パン等

●グルの店 スパイスマジック

パキスタンカレー、チキンティッカ等

若者たちの挑戦

いきいきとした街には、若者の力が必要です。この地域で企業活動、文化活動、ボランティア活動などに挑戦する若者を紹介します。



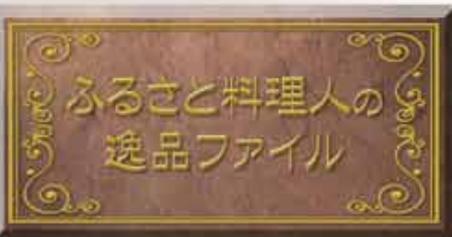
PERSONAL DATE

橋本 龍弘さん 26才 職業：潜水士（海上保安官）

福島県出身の橋本さんは小・中学生時代に水泳、高校・大学では自転車に打ち込み、体力には自信がありました。就職活動中に海上保安部を紹介する番組を見て、この体力を活かした仕事は潜水士だと考え、また東日本大震災が故郷を襲ったことも海上保安官になる想いを後押ししました。去年12月に巡視船おきに臨時乗船、そして3月に正式に潜水士として配属された橋本さん。救助現場での最前線の仕事。厳しく危険な山陰の冬の海。新人潜水士に密着です。



4月5日 回 放送スタート



菜の花とベーコンのサラダ



逸品メニュー ↓ 「菜花」 [3月放送より]

レシピ提供

マカロニ食堂 河村和人さん

食材提供

大山町 湊谷康弘さん

ふるさと料理人の逸品レシピを大公開！

分量

- ・菜花…1束(250g)
- ・水 …4000cc
- ・塩 …80g
- ・ベーコン…100g
- ・トマト …1個(100g)
- ・オリーブオイル…30cc
- ・白ワインビネガー…40cc
- ・塩 …1g(1つまみ)
- ・コショウ…少々
- ・旨味調味料…3g

レシピ

- ① 4000ccのお湯に塩80gを入れた後しっかりと沸騰させ、菜花を10秒程度ボイルし冷水に浸けて冷ます
- ② ①の水気をしっかりと取り、3～4cmの長さに切ってボウルに移す
- ③ トマトを1cmの角切りにして、②に加える
- ④ フライパンにベーコンとオリーブオイルを入れ、弱火でじっくり炒める
- ⑤ 塩・コショウ、旨味調味料を②に加えてしっかりと和える
- ⑥ フライパンが熱い状態の④に白ワインビネガーを加えたら、そのまま②にベーコンごと入れる
- ⑦ しっかりと混ぜて皿に盛りつけて完成



河村和人さん

次回予告

次回は
マンジャーレの長見誠志さん出演！

4月19日 121ch スタート