

La

大人が楽しむ新発見の旅へ

Busport

2014/ Mar.

バスポート
3月号

vol.66



「瀬戸内しまのわ2014」
はじまる 新しいしま博「島へようこそ！」
観光鯛網漁にバラ祭り
春の福山は、こころが躍る
日田、ひな祭りと温泉特集

無料
配布

広島バスセンター発 都市間高速バス
路線図・運賃表・時刻表付



海と山に抱かれ 何もしない 贅沢
ベラビスタでの時間は ただゆっくりと流れます



リゾートホテル ベラビスタ境ガ浜

720-0511

広島県尾道市浦崎町大平木 1344-2

Tel:084-987-1122

Fax:084-987-2148

E-mail:bellavista@tsuneishi.com

Hp:www.bella-vista.jp

 **Bella Vista**
Sakaigahama

旅立ちの春、出会いや 発見の待つエアポートへ



春は新たに
羽ばたこうと
する人生の節
目を迎える人
の多い時。夢や希望も乗
せて羽ばたくあなたに出
会えるかなと、広島空港
へ小さなバス旅。
昨年3月から運行され
ている広島空港リムジン
「平和大通り線」に乗る。
広島市街の平和大通り小町
停留所からの乗車。約一時
間で広島空港へ到着。思い
の外空港は様々なイベント



が開催されて賑わってい
る。グルメフェアなど目
白押し。しかし何と言っ
てもジェットが大空へ飛
び立つ瞬間は見ているだけ
でも爽快感がある。たまに
は大空を眺めるのもいいも
のだ。

広島ならではのメ
ニューを味わうこと
ができるお店、おみやげ
店も充実。



◆表紙のことは



広島と松山を結ぶ高速船、スー
パージェットの案内係、浅岡瞳さ
ん(瀬戸内海汽船)。まもなく入
社1年。「天候の影響などで体調
を崩されるお客さまがいなか
い、いつも気をつけています。」と
いう頼れる存在に。「楽しい思い
出を作ってもらえるよう、笑顔で
お答えします。」初々しくさわや
かな笑顔!

C O N T E N T S

- 01 小さなバス旅
- 02 瀬戸内しまのわ2014
- 15 福山と鞆の浦 鯛網漁
- 23 日田 ひな祭りと温泉特集
- 30 今月のスゴイ
- 32 オバレボ炎のレシピ
- 33 グルメスポット
- 34 てくてくMAP
- 36 都市間高速バス路線図・運賃表
- 38 都市間高速バス時刻表
- 40 広島空港発着便時刻表
- 41 リムジンバス時刻表
- 42 イベント
- 43 読者の交差点
- 44 プレゼント&編集後記
- 表3 BUSPORT通販

愛媛県産

桐葉菓
第二十四回 全菓実業会総裁賞受賞

とうようか



桐葉菓
10個入り
1,260円



やまだ屋

本社/廿日市市宮島町835-1 (0120) 44-0010
URL <http://www.momiji-yamada.co.jp/>

島の輪がつながる。 人の和でつながる。



瀬戸内
しまのわ
2014

期間中200以上の
イベントを実施します。

瀬戸内海国立公園指定
80周年を迎える今年、世界
に誇れる瀬戸内海の魅力を
日本中の人人々、世界中の
人々に知ってもらうため
そして豊かな自然を未来へ
と引き継いでいくために、
一つの輪になって…。さあ
「瀬戸内しまのわ2014」
のはじまり、はじまり!!



開催期間

2014年3月21日(金・祝) ~ 10月26日(日)

しまのわ

検索



広島県観光/県キャラクター ひろしま清盛



愛媛県イメージアップキャラクター みきやん



ヒロシマを訪れる人々に、地域の豊かさと平和を改めて感じてもらえる年に。

古くから海運による物流の集散地として繁栄した歴史と文化が残る瀬戸の港町「尾道」。



オープニングイベントが行われるのは、世界遺産の島、宮島。



同じく潮待ちの港として繁栄した萩の浦。海の可能性を見つめた坂本龍馬ゆかりの地。



瀬戸内海を挟んだ隣県愛媛県との交流も一層深めたい。写真は松山城。



松山市が誇る名湯、道後温泉にも、イベント参加がてら訪れたい。



しまなみ海道の四国の玄関口、今治市は造船とバリエーションの街。



瀬戸内海を縦断する「しまなみ海道」では自転車のイベントも。



大崎上島・歴史が見える丘公園からの風景

宮島
厳島神社

オープニング記念
コンサート

※雨天中止(前日雨天の時も中止の場合あり)

"FIT"Future Alive

瀬戸内しまのわ2014」の開幕を
高らかに告げる祭典。

日本を代表する3名のアーティ
ストがオープニングを華やかに
彩ります。

様々なシーンで活躍する3名のアー
ティストが、オープニングに集結！
1400年の歴史を誇る世界遺産・厳島神
社を舞台に、古澤巖氏、石井竜也氏、
東儀秀樹氏の強烈な個性が融合し、瀬
戸内に"FIT"する、三つ巴のコラボレ
ーションパフォーマンスを展開。



オープニング記念コンサートチケット販売中！



日時/2014年3月21日(金・祝)
午後6時30分開場、午後7時開演
午後8時45分終了予定
会場/ 厳島神社高舞台
出演者/ 石井竜也(歌手)、東儀秀樹(雅楽師)、
古澤巖(バイオリニスト)
チケット料金/A席5,000円

<発売方法>

- ◆販売方法 ローソンチケットで販売(お1人様、4枚まで 先着順)
店頭: ローソン・ミニストップ P.C: <http://l-tike.com/>
電話: 0570-084-006(24時間、Lコード必要)
- ◆販売コード Lコード 69089
- ◆お問い合わせ先
ハローダイヤル 050-5542-8600(午前8時から午後10時)



瀬戸内しまのわ 2014

瀬戸内しまのわ2014
はじまる新しいしま博
「島へようこそ！」



しまなみ歌舞伎

大三島
大山祇神社
おみやげ

市川海老蔵 しまなみ歌舞伎

日時/2014年6月7日(土)8日(日)
午後5時30分開場、午後6時開演
会場/ 大山祇神社特設会場
チケット料金/55席15,000円、5席11,000円
A席8,500円

<お問合せ・チケット予約>

- チケット発売開始3月2日(日)
SAP TEL(03)5226-8537
<http://www.sap-co.jp/>
愛媛新聞社 TEL(089)935-2355
イープラス <http://eplus.jp/>
チケットぴあ TEL(0570)02-9999
(Pコード:435-171)
ローソンチケット TEL(0570)084-006
(Lコード:61403)

<公演に関するお問合せ>

SAP TEL(03)5226-8537 (平日10:00~18:00)

※雨天決行荒天中止

かつて多くの船が島々を行き交う、交通の要衝であった瀬戸内。どこまでも続く「海の道」が、人々の心をつないでいた。

そんな歴史的景観や多島美を有する海の道は、日本の「瀬戸内」から、世界の「瀬戸内」へ。豊かな地域資源を見つめ直し、発信する取り組みが始まる。

それは「瀬戸内しまのわ2014」。今年の春から秋にかけて、多彩なイベントを瀬戸内海各地を舞台に展開。瀬戸内に暮らす人々が自ら楽しみ、瀬戸内を訪れる人々が一緒に楽しめるイベントを通じて、人々の「和」で島々の「輪」をつなぐことをめざしていく。

3月21日春分の日、宮島で行われる記念式典を皮切りに、イベントが盛りだくさん。興味のあるものをチェックして出かけ、地域に住む私たちが瀬戸内の魅力を再認識しよう。そして、今度は私たち一人ひとりがPR大使となつて、瀬戸内に育まれる自然や文化の魅力を発信しよう。

春のメインイベント一覧

3月21日(金・祝)・22日(土)	オープニングイベント	P4	宮島(廿日市市)
3月21日(金・祝) ～5月11日(日)	しまあかり～宮島～ ～幻想 巖島物語～	P6	宮島(廿日市市)
3月22日(土)・23日(日)	第2回広島みなとフェスタ ～みなとでつながる海と島と人～	P6	広島港周辺・似島(広島市) にのしま
3月29日(土) ～5月11日(日)	音戸の瀬戸 花まつり ～海峡を花でつなぐ～	P7	音戸の瀬戸・倉橋(呉市)
3月30日(日)	チャーター船de"里島(りとう)めぐり "サイクリングin中島・興居島	P10	中島・興居島(松山市) ごこしま
4月5日(土)	いわぎ桜まつり ～しまのわカラオケグランプリ～	P10	岩城島(上島町) いわぎしま
4月19日(土)・20日(日)	しまのわ"まるごと"しまフェスタ in三津浜・道後	P11	三津浜・道後(松山市)
4月19日(土) ～8月31日(日)	散歩散走 in 尾道 ～サイクリング&ウォーキングパラダイス おもいおもいの島めぐり～	P9	尾道市広域・今治市
4月27日(日)	チャーター船で行く！ レッツ三海道 賛沢サイクリング	P8	広域(呉市・尾道市・ 今治市・上島町)
4月29日(火・祝)及び 5月3日(土)・4日(日)	竜宮マーケットin内海町 ～うつみ大漁まつり&竜宮イカまつり～	P8	内海町(福山市)
5月9日(金)～11日(日) 16日(金)～18日(日)	鞆の津 町並み 花めぐり ～華道流派の競演！～	P9	鞆の浦(福山市)
5月25日(日)	バラ祭りようみ ～恋愛指数UP！島で端トレ～	P11	大島(今治市)
5月31日(土)・6月1日(日)	江田島SEA TO SUMMIT 2014 ～瀬戸内海から砲台山頂上へ～	P7	江田島広域(江田島市)

世界遺産の宮島から 高らかにスタート

「瀬戸内しまのわ2014」は、世界遺産の島、宮島からスタート。

記念式典に先

駆け、宮島の玄関口、棧橋前広場に「ウエルカムステージ」を設置。ご当地アイドルによるステージライブや、「安芸ひろしま武将隊」の演出で盛り上げます。

14時からの記念式典には、イベント関係者が集結。愛媛県からは、知事をはじめとするイベント関係者が1隻の「船」で参集する様子も見どころ。

そして夜には、厳島神社高舞台で「オーブニング記念奉納コンサート」が。三者三様の才能が織りなす一夜限りのコラボレーションは必見。またとないこの機会をお見逃しなく。



(イメージ)

廿日市・宮島

しまあかり～宮島～

～幻想 厳島物語～

日時／3月21日(金・祝)～
5月11日(日)

18:00頃～22:00頃

会場／宮島棧橋前～厳島神社周辺

宮島の風景・文化・風景などの切り絵を施した行灯が、宮島棧橋前から厳島神社周辺までをライトアップ。カフェや飲食・土産店ではナイトメニューが登場し、夜の散策を盛り上げる。

【大聖院スペシャルライトアップ】

●3/22(土)、5/10(土)18:00～22:00 ●滝小路～大聖院
約3000個の灯籠による幻想的な光の道が大聖院へいざなう。

【しまあかりナイトガイド】

●3/29(土)～5/10(土)毎週土曜日19:00～ ●無料
しまあかりおすすめスポットを宮島の歴史とともにガイドがご案内。

広島港周辺・似島

第2回 広島みなとフェスタ

～みなとでつながる海と島と人～

日時／3月22日(土)・23日(日) 10:00～16:00

会場／広島みなと公園

「広島みなとフェスタ」を2日間に拡大し、より魅力ある広島港を発信。多彩なステージイベントや世界のグルメ屋台、広島湾ミニクルーズなどのイベントも盛りだくさん。似島では、地域の方が主体となり、季節の花づくり活動を展開。3月23日はタレントの高木美保さんによる講演と園芸・植物の専門家によるシンポジウムを実施します。

<花のシンポジウム> 日時／3月23日(日)

- ・基調講演 13:30～15:00
- ・パネルディスカッション 15:00～16:30

会場／似島公民館ホール

参加無料、要事前申込 TEL 082-228-0132



広島市最大の「島」である「似島」では、今年島を「花の島」にするプロジェクトがスタート。来島者を「花」でおもてなしするため、島民が主体となって春、夏、秋の季節を通じて、花づくり活動に取り組み、そのスタートを記念して、タレントの高木美保さんを招いて「花のシンポジウム」を開くほか、参加無料のワークショップを開催。港に100以上のプランターを設置し、花で出迎えてくれるという似島までは、フェリーで20分。大人380円。150円で自転車も持ち込みできるので、春の海の遊覧やサイクリングがてら、この機会に一番身近な島へ訪れてみるのも良い。

また瀬戸内有数の花の名所と言えば「音戸の瀬戸」。2300本の桜、8300本のツツジが満開を迎える季節に、花をテーマにした様々なイベントを開催。お花見しながら楽しもう。



呉・音戸の瀬戸

音戸の瀬戸 花まつり

～海峡を花でつなぐ～
日時／3月29日(土)
～5月11日(日)

花と緑が最も美しいこの季節は音戸の瀬戸が一番輝く季節。桜やつつじなど、お花見を楽しみながら参加できる様々なイベントを展開



人気ヴィオラ奏者・沖田孝司氏を招いてしまのわコンサートを開催。

江田島広域

江田島 SEA TO SUMMIT 2014

日時／5月31日(土)・6月1日(日)
会場／江田島市
「環境・アウトドアスポーツ」をテーマに、自然について考えるアウトドア総合ブランド「モンベル」が実施している「SEA TO SUMMIT」を誘致し、江田島市の豊かな自然を体感。

<環境シンポジウム>

5月31日(土)13:00～15:00(予定)
沖美ふれあいセンター(予定)

<本大会>

6月1日(日)7:00～16:30(予定)
サンビーチおきみ



- <花まつりスタンプラリー>期間／3月29日(土)～5月11日(日)
場所／音戸・倉橋・警固屋8カ所
- <警固屋さくら祭>日時／2014年4月6日(日)10:00～14:00
場所／警固屋公民館駐車場
- <花まつりコンサート>日時／4月19日(土)13:30～15:00
場所／音戸公民館 多目的ホール
- <音戸渡船まつり>日時／4月27日(日) 8:30～15:15
場所／音戸大橋パーキング観光ハウス前広場
- <花まつり和太鼓演奏会>
日時／4月27日(日)10:30～11:30、13:30～14:45
場所／音戸大橋パーキング観光ハウス前広場
- <島の蔵「華場」蔵開き>
日時／4月29日(祝)～5月5日(月・祝) 10:30～18:00
場所／榎造



とびしま海道を経て 尾道、福山エリアへ

自転車道を

設置した唯一
の本州・四国
ルート「しまな
み海道」は、日
本で初めての
海峡を横断する自転車道でも
ある。これにより、日本は
もちろん海外からも多くの
自転車愛好家が訪れる人気
のツーリングスポットとな
り、近隣の「とびしま海道」や
「ゆめしま海道」でもサイク
リングロードの整備が進
行。気候も穏やかになり、瀬
戸内海から吹く風も心地良
く、海と島々の新緑のコン
トラストも美しくなるこれ
からの季節はサイクリング
にも最適。「瀬戸内しまのわ
2014」では、様々なサイ
クリングイベントが行われ
るので、初心者からベテラ
ンまで体力と興味に合うも
のを見つけて参加を。



福山・内海町

竜宮マーケット in 内海町

うつみ大漁まつり & 竜宮イカまつり

日時／4月29日(火・祝)

・5月3日(土)・5月4日(日)

タイとヒラメが舞い踊る竜宮島の内海町。
漁業が盛んな町ならではの海の恵みが堪能できる。

<竜宮イカまつり>

日時／4月29日(火・祝)

会場／浜沖ふれあいパーク、福山市うつみ市民交流センター

<うつみ大漁まつり>

日時／5月3日(土)・4日(日) 9:00～15:00

会場／箱崎漁港

漁業が盛んな福山市内海町。4月29日の竜宮イカまつりでは、竜宮イカ鍋や焼きイカバーベキュー、5月3日、4日のうつみ大漁まつりでは、獲れたて魚の販売やステージショーなどの楽しいイベントが盛りだくさん。



とびしま海道 しまなみ海道 ゆめしま海道

チャーター船で行く！レッツ三海道 横沢サイクリング

日時／4月27日(日)

会場／とびしま海道 しまなみ海道 ゆめしま海道

瀬戸内の美味しいとこだけを走破する
“贅沢なサイクリング”

フェリーをチャーターして、瀬戸内しまなみ海道、安芸灘とびしま海道、上島ゆめしま海道を縦横無尽に駆け巡る。1日で瀬戸内の島々の美味しいとこだけを走破できる贅沢なサイクリング。



地元在住プロ
ライダー門田
基志氏がコースを設定。

しまのわ

検索

また、豊かな内海に育まれた自慢の美味を味わえるイベントも盛りだくさん。ゴールデンウィークに福山で行う「竜宮マーケット in 内海町」もその一つだ。島の形が、タイとヒラメがキスしているように見えることから、「パワースポット」ともいわれる竜宮島、内海町。ヒラメの形をした「横島」で行われる「竜宮イカまつり」では、焼きイカ、バーベキューや竜宮イカ鍋などで舌鼓。隣の「田島」と結ばれる「睦橋」は、恋愛成就の聖地として知られる橋で、その真ん中で「愛を叫ぶ」企画もあるとか。

福山・鞆の浦

鞆の津 町並み 花めぐり

華道流派の競演!

日時/5月9日(金)~5月11日(日)
5月16日(金)~18日(日)

鞆の町並みに「生花」を飾っておもてなし。景観、芸術、ライブ、特産市を楽しみながら町めぐりを。

鞆の情緒ある町並みを、春の季節にふさわしい「花」で彩ります。重要文化財「能舞台」を誇る沼名前神社で、TAKAYAMAの花結いなどのイベントを開催。

また、常夜灯付近をペットボトルキャンドルの灯りによりライトアップするなど、昼から夜まで芸術に彩られるこの時期に鞆を訪れて思い出を深めよう。



<常夜灯前にて、羅木・クラシックライブ>
5月18日(日)

<沼名前神社 能舞台イベント等>
5月18日(日)

<とも・潮待ち軽トラ市>
5月17日(土)・18日(日)

<町並みライトアップ>
5月10日(土)・17日(土)



文学と映画の港町、尾道。近年はしまなみ海道入り口としてサイクリストにも人気。



尾道市広域・今治市

散歩散歩 in 尾道

サイクリング&ウォーキングパラダイス
おもいおもいの島めぐり

日時/4月19日(土)~8月31日(日)
会場/尾道市広域・今治市

春から夏の尾道は「サイクリング&ウォーキングパラダイスゾーン」! スタンブラリーなどイベント満載

サイクリングイベントが多数開催される春から夏休みまでの尾道を「サイクリング&ウォーキングパラダイスゾーン」とし、誰でも参加でき、おもいおもいに島をめぐる散歩散歩バスポートを使用したスタンブラリーイベントなどを実施。



船旅を楽しんで 一路、松山へ

瀬戸内海を
挟んで広島と
お隣の愛媛県
にも多くの「し
まのわ」が広が
る。



松山沖に浮かぶ島、中島、
興居島の2島をチャーター
船で結び、1日で両島を周回
するサイクリングイベント
も、「しまのわ」ならではの
企画。また、今治市・大三島
（上浦町）の甘崎城跡は、大潮
の干潮時のみ海が割れ、歩いて
渡ることができる。そこで
海上ウォーキングイベント
の実施も。

松山や道後に行くことは
あっても、松山の離島までは
なかなか訪れる機会がない
という人にも、新しい出会い
と体験のチャンス。「瀬戸内
しまのわ2014」を活用して、
海と島の風景、食、そして
人々と、触れ合おう。

松山市・中島・興居島

チャーター船で “里島(りじま)めぐり”サイクリング in 中島・興居島

日時／3月30日(日)8:30～
会場／松山市・中島・興居島

中島、興居島の2島をチャーター
船で結び、1日で両島を周回する
サイクリングイベント

イベントプロデュースは愛媛のサイクリ
ングブームの仕掛け人、プロライダー
門田基志氏。「島の風景を楽しむ」、
「島の味を楽しむ」、「島の人情に触れ
る」が3本柱。しまめし弁当を用意！両
島の魅力も体感できる。

■中島地区

～参加者全員が島内一周にチャレンジ

■興居島地区

チャレンジサイクリング(約16km)
スポーツサイクリング(約10km)
ファミリーサイクリング(カラマンドリン
収穫)

参加料金／大人5,000円～

申込締め切り／3月16日(日)

お問合わせ・お申込み

TEL 089-951-0128 石崎汽船(株)



松山市・三津浜・道後

しまのわ“まるごと” しまフェスタ in 三津浜・道後

日時／4月19日(土)～4月20日(日)
会場／松山市 三津浜港周辺ほか、道後地区

「三津浜」「道後」を舞台に、「しまのわ」オリジナルのイベントを開催。
各イベントを地元テレビ局の番組で中継し、旬な情報をお届け！

「三津浜」では島しょ部の海産物などを集めたグルメ市場などを
開催。大型帆船「日本丸」や自衛隊艦艇も寄港。「道後」では旅
館・ホテルが瀬戸内の食材を使った「しまのわ・道後朝食」を発
表、提供。

〈しまのわ“まるごと”しまフェスタ(三津浜)〉

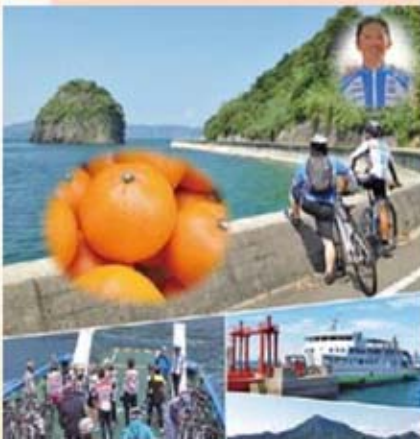
港付近に海産物などの「物産市」、「しま屋台」等のグルメ市場を
設置。商店街など地区全体を盛り上げる。

〈しまのわ・道後飯〉

道後温泉の旅館・ホテルが瀬戸内の食材を使った「しまの
わ・道後朝食」を提供。

〈大型帆船「日本丸」の寄港〉

松山港外港第1ふ頭に大型帆船「日本丸」が寄港。セイルドリル
や船内見学等のイベントを実施。



しまなみ海道の個性豊かな島々へ

「しまなみ海道」には、長い歴史と文化を育んできた個性豊かな島々がある。

例えば、しまなみ海道最南端の「大島」は、村上水軍が本拠を置いた島。その由縁は、島の周辺の海流が早く、他の船を寄せ付けなかったことにある。村上水軍博物館のある宮窪や、来島海峡の渦潮を間近に見る「急潮体験」は迫力満点で瀬戸内海の新たな一面を知ることができる。

自転車道のある「しまなみ海道」は、脚力に自信があれば自転車走破も良いが、各島にレンタサイクルもあるので、お気に入りの島でプチサイクリングもお勧め。島のグルメなども楽しみながら、心地良い休日。

今治市・大島

バラ祭りようみ

恋愛指数UP！島de婚トレ

日時／5月25日(日)

会場／ようみバラ公園



新たな恋愛、結婚の聖地になるかも!?



春のバラが咲き乱れるバラ公園を舞台に、恋愛カウンセラーによる恋愛向上トーク、心理テストで結婚力を磨きます。

各種団体による出展、ダンス体験などで賑わうバラ祭り。今年、バラに囲まれた会場で、恋愛カウンセラーの恋愛向上トークなどで恋愛指数upかも。参加者だけでなく一般の方も楽しめるコーナーも。



上島町・岩城島

いわぎ桜まつり

しまのわカラオケグランプリ

日時／4月5日(土)

会場／岩城開発総合センター

岩城積善山の桜の名所で「島・春・花」をテーマとしたカラオケグランプリを開催



歌のテーマは「島・春・花」。ゲストに「さくらまや」、「川野夏美」を迎え、DAMの最先端カラオケ精密採点システムでのカラオケグランプリ。桜まつり期間中の日曜日には、岩城桜公園・北広場にて各種バザーや太鼓演奏等のステージイベントも開催。

参加者募集中

観覧無料

TEL 089-915-8889

しまのわ

検索



瀬戸内
しまのわ
2014

お得な乗船券で島へ行こう!

【お問い合わせ】瀬戸内海クルーズ 082-545-5501

御手洗 宝しまクルーズ

御手洗はかつて風待ち・潮待ちの港として栄えた港町。江戸時代の面影を残す町並みを地元のボランティアガイドと散策します。

《松山・大三島・宮島・広島・呉発》

- 設定期間/2014年4月19日～6月15日の土・日
- ※GW期間中の4/26～5/2は運行、5/3～5/6は運休
- 使用船舶/高速船 運行回数/21日
- 販売価格/片道運賃表(大人)※小人は半額

	宮島	広島	呉	御手洗	大三島
広島 プリンス前	1,800	広島 プリンス前			
呉	2,300	1,800	呉		
御手洗	3,500	3,000	2,500	御手洗	単位:円
大三島	4,500	4,000	3,500	1,600	大三島

◎往復利用の場合は
復路運賃は20%割引

●松山発セット料金:

大人8,000円/小人4,000円

※呉港までの片道スーパージェットと
呉～御手洗往復利用となります。

■募集人員:60名■最少催行人数:1名

	宮島港	広島港	伊予大島	呉港	大崎下島	大三島
大三島 方面	8:10	8:40	8:45	9:10	10:10	10:40着
				13:15	14:15	14:45着
					15:15	15:45着
広島・呉 方面	11:30	12:10	13:10	13:15	14:15	14:45着
	14:45	15:15着				
	15:45	16:15	17:15	17:40	17:45	18:15着

※終着地以外は出発時間です。

事前予約制 満席でご乗船出来ない
場合がございます。



写真提供:瀬戸内海汽船



広島湾 周遊コース



広島湾宝しまフリー乗船2日券

- 宮島・広島・呉・江田島・似島を結ぶ定期便が2日間乗り放題になるお得なきっぷです。
- 広島湾の周遊観光におすすめです。
- 設定日/2014年4月1日～10月26日 毎日
- ※(5/2～5/6、8/9～8/11除外日)
- 旅行代金/大人3,500円 こども1,750円
- 最少催行人員/1名



- 1 広島港～プリンス前～宮島港 高速船(瀬戸内シーライン)
- 2 広島港～プリンス前～江田島・小用港 高速船(瀬戸内シーライン)
- 3 呉港～江田島・小用港 フェリー・高速船(瀬戸内シーライン)
- 4 広島港～似島港 フェリー(似島汽船)
- 5 広島港～呉港 フェリー(瀬戸内海汽船・石崎汽船)

※プリンス前…グランドプリンスホテル広島前桟橋





Shimano cafe

「瀬戸内しまのわ2014」
開催エリア内の64店舗で、
瀬戸内産の食材を使用した
特別メニューを提供する

「しまのわカフェ」もオープンします。
(サービス期間 3/21~10/26)



「れもんのスムージー」

とびしま柑橘工房.cafe

広島県呉市川尻町西5丁目1-5

TEL:0823-87-6111

火曜日定休/10:00~18:00



「旦那水軍カレー(アツパ入り)」

喫茶ヒロ

愛媛県松山市中島大浦3075番地

TEL:089-997-2008

不定休/11:00~17:00



「しまのわスイーツセット」

まるせきカフェ

愛媛県今治市関前町岡村728-6

TEL:050-3705-5577

営業/金~月曜日/11:00~18:00

御茶処 沖みつ

広島県廿日市市宮島町319-4

TEL:0829-44-0720

火曜日定休(繁盛期は無休)

10:00~16:30

「和風パフェ」



瀬戸田PA上り線

ハイウェイショップ

広島県尾道市瀬戸田町萩5503-42

TEL:0845-26-3300

8:00~19:00

無休/(GW・お盆の混雑期は拡大営業)



「瀬戸田レモンラーメン」

心ときめく
宮島へ。

平安からの雅な伝統と、
太古より変わらぬ自然。
千年の時を越え、
今なお息づく宮島の浪漫が、
10分間の快適な船旅の先に。

宮島口⇄宮島
10分~15分
間隔で運航

PASPY・ICOCA・一日乗車乗船券がご利用になれます。

宮島松大汽船

広島県廿日市市宮島町853番地
TEL:0829-44-2171

宮島 松大

検索



瀬戸内しまなみ 2014 春の大聖院ごあんない

弥山に願いを みせんみちプロジェクト



弥山 獅子岩

願い事を書いた空きペットボトルを
持参し、宮島の砂を入れて、登山道の
原状回復活動を楽しみながら弥山登山。

日時/2014年3月21日(金・祝)

9:30 ~ 15:00 小雨決行

出発地/大聖院

参加費:無料

主催者:宮島弥山を守る会 ※毎月21日に弥山清掃登山を行っています。

しまあかり 宮島



宮島の風景・歴史・文化などの切り
絵を施した行灯が、宮島棧橋前から
厳島神社周辺までをライトアップ。
夜の散策を盛り上げる。

日時/2014年3月21日(金・祝) ~

5月11日(日) 18:00頃~22:00頃

会場/宮島棧橋前~厳島神社

【大聖院スペシャルライトアップ】

●3月22日(土)、5月10日(土) 18:00~22:00 ●薄小路~大聖院
約3000個の灯籠による幻想的な光の道が大聖院へいざなう。



宮島弥山 大聖院

〒739-0592 広島県廿日市市宮島町210

TEL0829-44-0111(本坊)

TEL0829-44-2071(弥山)

<http://www.galilei.ne.jp/daisyoin/>

2014 In spring
福山で遊ぶ



観光鯛網漁にバラ祭り 春の福山は、こころが躍る

広島県の東端に位置する福山市。広島県内第2の規模を持つ中核市であり、備後都市圏の中心都市である。そんな福山の春は、見どころ満載のシーズン。広島バスセンターから、約30分間隔で出発する高速バス「ローズライナー」に乗って、春薫る福山探索へ出かけませんか。

広島バスセンターから福山駅まで高速バスで約1時間45分。名勝、鞆の浦までは福山駅からバスで30分。



鞆の浦を含む瀬戸内海は、わが国初の国立公園。



約380年前の伝統漁法を伝える 勇壮で華麗な一大海上絵巻

古くは『万葉集』にも詠まれ、江戸時代には朝鮮通信使に「朝鮮より東の世界で一番風光明媚な場所」と賞賛された「瀬の浦」。

この風光明媚な港町が一年で最も賑わうのが5月。「鯛網」の季節だ。桜の咲く頃に、産卵のために生まれ故郷の穏やかな瀬戸内海に帰ってくるマダイ。その魚群を待ち構えて一網打尽に捕まえる鯛縛り網漁は、約380年前からこの地に伝わる伝統漁法である。



乙姫の大漁祈願の舞(左上)の後、漕ぎ出した船団は、昔ながらの漁法で息を合わせて網を絞っていく。5月の空にはためく大漁旗、勇壮なかけ声。その迫力を海の上から間近に感じられる観覧船は例年人気。



瀬の浦には、「鯛めし」を提供する飲食店も多数。店ごとに趣向も異なるので、訪れる度に食べ比べも楽しい。



外洋で冬を過ごし、初夏に豊後水道・紀伊水道を抜けて、産卵のため波穏やかな瀬戸内海中央部の瀬の浦沖へ帰ってくる鯛は、瀬の浦の風物詩。



平安の時代から「七浦七胡(えびす)」ありと称された景勝地・仙酔島。手前を走るのは鞆の浦と仙酔島を結ぶ市営渡船「平成いろは丸」。坂本龍馬の「いろは丸」は鞆の浦沖で沈んだ。



江戸時代から鞆の浦で作られてきた万能酒「保命酒(ほうめいしゅ)」。関連商品も合わせ、鞆の浦土産として今も人気。老舗の酒蔵も、ひな祭りの季節には華やかに彩られる。



3月16日(日)までは、鞆の町を春色に染める「鞆・町並ひな祭」を開催。100か所の町家、商家、そして寺院に、大小様々なお雛様が飾られる。



古くから潮待ちの港として栄えた鞆の浦には、住民の高い防災意識によって保存されてきた、記念碑的な町並みや史跡が数多く残る。春を感じながらの散策も心地よい。



で海上はひととき賑わう。
起の良いい魚を買いたい求める人
観覧船が固定されると、緑
早変わり。鯛を乗せた船に
その後、親船は直売所に
「たいりょー大漁お！」。
のつとつと絞っていくと、
1500mもの網を古式に
船団は左右に分かれ、
た観覧船が追う。沖に出た
船出の時。「イエーホー、
イエーホー」と大漁旗を掲
げながら船団が漕ぎ出す
と、その後を観光客を乗せ
た観覧船が追う。沖に出た

観光鯛網観覧料

▶前売り券

大人(高校生以上)	2,500 円
小・中学生	1,250 円

※個人券・団体券・家族観覧券など各種あり、
お得な満載プレゼントもあり。

▶実施期間

5月3日(土)～5月18日(日)

●平日10:30～●日・祝10:30～、13:30～

※雨天決行(雨天中止あり)

▶お問い合わせ

公益社団法人 福山観光コンベンション協会
TEL 084-926-2649

URL <http://www.fukuyama-kanko.com>



福山ばらまつり 2014

▶ 開催期間

5月17日(土)・18日(日)

▶ お問い合わせ福山祭委員会

TEL 084-944-5515

URL <http://fukuyama-matsuri.jp>

福山のもう一つの春の見どころと言えば、5月に行われる「福山ばら祭り」。「ばらのまち」をキャッチフレーズにする福山市最大のイベントだ。

福山市花園町のばら公園、緑町の緑町公園、中心部の商店街を中心にステージやパレードなど多彩なイベントを開催。市民だけでなく、市外・県外や海外から、例年約80万人もの来場者で賑わう。



100万本のばらのまちをめざす 福山がばらの香りに包まれる



江戸時代初期、近世城郭で最も新しい城であった福山城。福山空襲による焼失を経て、戦後復興。福山駅のすぐ北側にあり、福山市のシンボリック存在となっている。



再開発が進む福山駅前。地上にバス、タクシー乗り場、一般車のロータリーは地下に整備され、すっきり機能的に。再開発中に発掘された福山城の遺構も一部活かされた。



ばらが咲く前の主役は桜。福山城は市内随一の桜の名所としても市民に親しまれる。500本ものソメイヨシノ・サトザクラ・ヤマザクラが、天守閣と日本らしい風景を醸し出す。



クラシックカーと時計をテーマにした「乗って、見て、触れて、写真も撮れる、体験博物館」。所蔵の自動車の多くは自走可能で、多くの映画などにも出演。

福山自動車時計博物館
9:00～18:00、無休、大人900円
<http://www.facm.net/s>



市民に親しまれるアットホームな動物園
福山市立動物園 9:00～16:30
火曜休園、15歳以上500円・以下無料

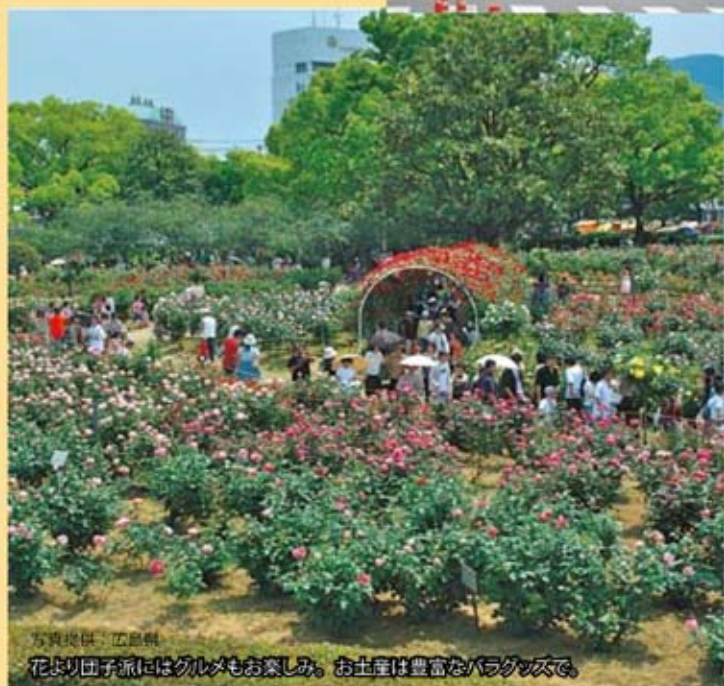


最終日のメインイベントは華やかなパレード。ダンス、ミュージック、Yosakoi など、大人から子どもまで様々なグループが盛り上げる。パレード最優秀賞はどのチームに?!

ばらと音楽があふれるフェスティバル&グルメのエリアとなる「緑町公園」(右)。ばらとガーデニングのエリアとなる「ばら公園」(下)。同園は、2006年の世界バラ会議にて日本国内2例目の優秀ガーデン賞に選定された。



写真提供: 広島県



写真提供: 広島県

花より団子派にはグルメもお楽しみ。お土産は豊富なバラグッズで。

一番の見どころは、ばら祭りの前後2週間頃に、見ごろを迎えるばらだろ。メイン会場のばら公園、緑町公園には、それぞれ約300種、5000本超のばらが咲き乱れる。それらは、「花は美しい。それを愛し育む人の心はなお美しい」という、ばらのまじくくりの理念に支えられ、今年も開花を待っている。

ばら祭りの起源は、1945年8月8日の福山大空襲の惨禍を悼み、荒廃する街を憂いた市民有志が、1956年に現在の花園町の空き地にバラの苗約1000本を植え、バラ展示会を開催したこと。以後、「ばら」は福山市の花に制定され、ばら祭りは市民と行政が一体となって運営が続けられ、今日の規模に。現在も「ローズボランティア」と呼ばれる個人ボランティアが多く参加し、市民に支えられた祭りとなっている。

続々発売中!!

日本旅行で



3月出発の
商品も
好評発売中!!
人気の日帰り
バスツアー!
伝統芸能、
神楽を堪能!



山陽・山陰エリア発の国内・海外旅行情報が満載!!

コイコイ旅ネット

<http://www.nta.co.jp/chugoku/>



●携帯電話の方は

<http://mobile.nta.co.jp/>

※左端・右端のQRコードは端末等による読み取りできない場合があります。その場合は上記専用アドレスを直接入力してご覧ください。

●スマートフォンの方は

<http://www.nta.co.jp/sp/>



twitter 
@akafu_hiroshima

広島企画センター
オフィシャルブログ

f [Facebookでいいねしてね]
コイコイ旅ネット公式ページ

赤風広島 ブログ 検索

赤い風船に関する様々な情報、商品をインターネットでもご紹介しています。

人気商品が 春の旅行も



詳しくはパンフレットをご覧ください。

旅行企画・実施 株式会社 日本旅行
赤い風船 西日本事業部 広島企画センター
〒732-0057 広島市東区二葉の丘3丁目8番21号 JR西日本広島支社北館3階
観光庁長官登録旅行業第2号 一般社団法人日本旅行業協会正会員

旅行業公正取引協議会会員 JTB保証会員

※旅行代金に本誌掲載サービス料が含まれております。

お問い合わせ先

株式会社日本旅行広島予約センター

総合旅行業務取扱資格者 山本 真理子
【営業時間】10:00~18:00 年中無休

☎ 0570-200-250

※詳しい旅行条件を説明した書面(専用パンフレット)をお渡します。事前にご覧の上、お申込みください。

旅行代金は
通帳・サ
ービス料等が
含まれます

また来るね、
広島。

ヘラで食べるとまた格別。
広島の旅の醍醐味だ。
地元の人に見えるくらい、
通いたいね。



「毎月10日はお好み焼の日」
お好ムニケーション。

そこには、お好み焼がある。



お土産に広島の味。～家でも作ろうお好み焼～

**広島限定
お好みソース**

瀬戸内産塩蔵＆
広島産牡蠣エキス使用。

県内でしか手に入らない、広島
お好み焼に合う
ソース。

362円
(税込/希望小売価格)



1,365円(税込/希望小売価格)
※野菜、肉、卵はご用意ください。

**お土産用広島お好み焼
材料セット4人前**

セット内容 ホットプレートで作れる
レシピ入り!



わかり
やすい

①ホットプレートを使っておうちでも作れる「広島お好み焼」。
詳しい作り方はオタフクWEBで!!

オタフク

検索



江戸幕府の郡代役所が置かれ、九州随一の繁栄を極めた“天領”日田。往時の面影を残す町が一年で最も華やくなが、春を告げるひな祭りの季節。天領の歴史に彩られた“節句”は、ぜひ一度は体感しておきたい。

春が来た。 日田に 春が来た。



天領日田おひなまつり
3月31日（月）まで
日田市観光協会
☎ 0973-22-2036
<http://www.oidehita.com/>

草野本家

すべてのお雛まつりは
ここから始まった





草野本家の10畳2間続きの座敷の雛壇に並ぶ雛形の数々

日田の 雛人形

風光り、水ぬるむ頃
水郷に春を告げる
天領日田おひなまつり

古くより九州の文化・経済を結ぶ要衝であり、幕府直轄地「天領」として栄華を誇った日田。江戸幕府という大きな後ろ盾を失ってからは、次第に時代に取り残された古い町になりかかっていった日田に、再び活気を呼び込んだのが「ひなまつり」だ。

数多くの商家が軒を連ねる日田町の中でも、ひととき大きな屋敷を構えた「草野本家」が、所蔵の雛人形を公開したのが昭和59年。以後、一帯の調査復元が本格的に進み、平成16年には重要伝統的建造物群保存地区に選定。古い町並みや雛人形を活かした「町おこし」は、全国から注目されるモデルとなった。



歴史ある雛人形3,000体以上を公開。広い敷地内で複数の部屋に飾られた雛人形はまさに圧巻。
天領ひな御殿
9:00~17:00、無休
大人300円



草野本家の一般公開は、ひなまつりの時期など年4回のみ。古くは古代筑後国の領主であり、江戸後期には郡代(幕府直轄地の代官)御用達の掛屋などを務めた同家の建物にも注目。
草野本家 3/23(日)までの10:00~16:30公開。



江戸から現代に至る様々な人形を展示。

元禄、享保、天保時代の雛人形が並ぶ。羅道具の数々にも、昔の職人の技が感じられる。



廣瀬資料館
☎0973-22-6171
9:00~17:00
期間中は無休
大人450円



格子模様のなまこ壁が象徴的な「草野本家」は写真やスケッチスゴットとしても人気。

3月末まで行われる「天領日田おひなまつり」の見どころは、豆田町や隈町の旧家や資料館で一斉に公開される、豪商たちが収集した豪華な雛人形や雛道具の数々。中でも九州のひなまつり発祥の地とされる草野本家の雛人形は必見。8代将軍吉宗公の時代の享保雛をはじめ、178体の人形が、10畳2間続きの座敷に据えられた雛壇いっばいに並ぶ。特に42体で1セットの「御殿雛」は「庄巻」の一言で、その精緻さのために息が出る。

また幕末の儒学者、廣瀬淡窓の生家で、掛屋（今の銀行）を務めた廣瀬家の旧宅「廣瀬資料館」も人気。ここには、元禄、享保、天保時代の人形などが並ぶ。期間中は、さまざまな関連イベントが行われたり、旅館や食事処では「ひな御膳」が提供されたりと、町を上げて盛り上がる。歴史ある町の春を謳歌しよう。



春・秋のみ公開の老舗茶屋でも、所蔵のひな人形を公開。
日本丸館 5月末まで、10:00～16:00 (3月末までは～17:00)、大人350円



豆田の天守閣と呼ばれる建物も見応えあり。

ゆるキャラ「たんそうさん」。



廣瀬淡窓が開塾した私塾「咸宜園（かんぎえん）」跡の隣接地に教育研究センターを開設。



ひなまつりの中心である豆田町には、歴史ある建物を活かした土産店やカフェなども多数。ひな巡りしながら散策も楽しめる。



天領日田資料館
9:00～17:00、期間中は無休
大人310円





「子相伝で伝えられるため、開窯以来の伝統的な技法が残ったと言われる。」

日田の逸品

土、水、森林：
自然の風土と人々の
努力が形に

日田を代表する伝統工芸品として、まず挙げられるものに「小鹿田焼（おんたやき）」がある。その技法が国の重要無形文化財に指定されている陶芸だ。そのルーツは、遠く朝鮮の役の時に朝鮮から来日した陶工が福岡で開窯したこと起因すると言われる。江戸時代中期に、その流れを汲む陶工が、今の「小鹿田焼の里」の地に登り窯を築造。日田地域の生活雑器の需要を賄うためであった。以後300年もの間、10軒の窯元が家族で窯を守り続けている。

昭和になると、民芸運動を提唱した柳宗悦氏がこの地を訪れ、「日田の皿山」



機械を使わず、手仕事のみで行われるため、ろくろの上に乗せられるまでに約2ヶ月かかるという。陶郷「小鹿田焼の里」で。



もう一つの伝統的特産品、日田下駄。天保年間に代官が下駄づくりを奨励したことから盛んになった。



昔から杉の産地として知られ、木材関連産業が発展した。



小鹿田焼の歴史を知ることができる資料館。特に古いものをよりすぐり展示している。

小鹿田古陶館

10:00~17:00、大人350円



飛び鉦（かなな）、刷毛（はけ）目、櫛（くし）描きなど、道具を用いて刻まれた幾何学的紋様が特徴。素朴であたたかみがあり、生活になじむ。



JR日田駅から徒歩8分ほど。



日田自慢の産物の一つ、どんこしいだけ。肉厚で歯ごたえが良く、うまみがぎゅっと詰まっている。

と題した一文を発表。さらに、世界的陶窯の大家バーナード・リーチ氏が陶芸研究・作陶のため約1カ月間も滞在。これらにより、山あいの小さな集落から生み出される焼物は、日本はもとより海外にまで広く知られるようになった。

小鹿田焼の希有なところは、家族単位で技術を相伝しながら、集落単位でその伝統を守り続けたところだろう。今でも、山の土を川の力を借りて唐臼（からうす）で砕く土づくりから、全工程を手仕事で行うため、静かな里のあちこちから唐臼の音が響く。

自然と「共存」しながらゆつくりと歩む「小鹿田焼の里」は、優れた陶芸のみならず、本来の日本人の暮らし方を忘れないためにも、いつまでも在り続けて欲しい場所のように思う。



カラフルな、まるはら原次郎左衛門の虹色ラムネ。



「水郷」と呼ばれ、良質な水が豊富な日田は酒どころでもある。いちち日田蒸留所の試飲ショップは品揃えも充実。



サッポロビール九州日田工場は3月中旬に見学コースリニューアルオープン。
☎ 0973-25-1100



和菓子文化も発展した日田。日田温泉街の中村家のカステラは絶品。



日田の人気B級グルメは日田やきそば。鉄板上で一部が焦げるほど硬めに焼く麺が特徴。



昔ながらの製法で作られる羊羹も、日田を代表する銘菓。日が経つと表面が糖化し白くなる。



梅が満開の季節を迎えている大山町。ANA 機内にも採用される梅酒は格別。ひびきの郷 おおやま夢工房



夕暮れ時になると各宿から繰り出した屋形船の灯りが川面に幻想的に浮かぶ。

日田の 温泉

水の恵み
湯の恵みに
ほっこり癒されて

豊かな水をたたえる三隈川（みくまがわ）が流れる日田は、清らかな水に恵まれた町。美しい水は、眺める、口にする、物を運ぶ以外に「温泉」という形で恩恵をもたらす。

なかでも、三隈川の岸辺に湧く「日田温泉」では、「水郷」の風情を心ゆくまで堪能できる。眼前には、時に鏡を張ったように穏やかな三隈川が広がり、昼から夕方、そして朝にかけて空の色を映し出す様子を、部屋や風呂から眺めることができる。いずれの宿も、屋形船での夕食に対応。水ぬるむ春の川は、やがて5月下旬からの伝統の鵜飼いのシーズンを迎え、一層風情を増していく。



川を眺めながら入る温泉は、癒し効果もより高く感じられる。写真はみくまホテルの、九州一の高さの総ひのき屋上露天風呂「天空の湯」。



みくまホテル
☎ 0973-23-3000
<http://mikuma.jp/>

豊かな水をたたえる「水郷」のシンボル、三隈川。夏は鵜飼、秋は観月会と観光の舞台としても活躍する。



天源の自然の中に静かに佇む宿。温泉の種類も豊富。写真は、家族風呂の一つ「かま湯」。
山荘天水
☎ 0973-57-2424
<http://www.sensui.net/>



日田駅の隣に建つ土蔵造り、なまこ壁の観光案内所。レンタサイクルもあり。



天ヶ瀬温泉「山田 天ヶ」の露天風呂「滝観庵」は外来でも利用可。10:00～17:00、大人500円。

三隈川は、九州地方最大の河川である「筑後川」の上流の呼び名の一つ。日田温泉から三隈川をさらに遡ると、玖珠川（くすがわ）と大山川の合流点に至る。一方の玖珠川のほとりに湧くのが「天ヶ瀬温泉」。豊後風土記にも登場し、天領日田の奥座敷としても知られた名湯だ。この名物は川岸にある5つの露天風呂。誰でも気軽に100円で利用できる。川のせせらぎを間近に感じながらの入浴は開放感抜群。が、抜群過ぎて露天初心者や特に女性にはちよつと勇気が必要かも。もちろん宿泊や立ち寄りに対応した温泉宿もたくさんあるので安心を。

もう一方の大山川を遡ると、「梅」の栽培による一村一品運動の原点としても知られる大山地区に至る。春は梅の香りに包まれるこの町にも、とても素敵な温泉と隠れ家的な宿があるのでチェックしたい。



人気の露天、益次郎温泉。夏場は囲いがなくなる！



まずは気軽に足湯から利用も良し。



共同露天風呂は利用時間も異なる。マナーを守って入浴を。
<http://www.amagase-k.com/>



玖珠川の岸に露天風呂と温泉宿が立ち並ぶ天ヶ瀬温泉。静かな自然に囲まれたロケーションも魅力。



静かでこぢんまりとした素敵な宿。宿泊者専用の貸切風呂もある。

響溪谷を一望する露天風呂や活盤浴のある日帰り温泉。



豊後・大山ひびきの郷
梅の香温泉 なごりの湯
10:00～22:00
大人 600円

豊後・大山ひびきの郷
お宿あさもや
☎ 0973-52-3000
<http://www.hibikinosato.co.jp>



生命の貯蓄体操普及会

http://mibyoe.or.jp/
無料通話 0800-200-0019
[受付時間] 10:00~17:00

理事長の矢野順子さん。穏やかな語り口で、かつ行動はきびきびとした素敵な女性。もちろん美肌&スリムでとても健康的。



輝く「美力」を手に入れよう

病氣にかかりにくい体質へ 改善する「生命の貯蓄体操」

毎日毎日の生命を将来に向かって貯蓄していく体操

「生命の貯蓄体操」とは、東

洋医学に基づいた運動法と

食養法を通して「健康な身

体」へと体質を変えていく健

康法。昭和43年に松山市で、

矢野順一さんによって考案

された。共済の仕事に関わっ

ていた順一さんは、腰痛や肩

こりを訴える高齢者の役に

立てば、と自ら改善方法を

研究。誰でも手軽にできる

「体操」という形にまとめた。

順一さんの死後、理事長を

継いだ娘の順子さんは、携

わっていた「鍼灸」の視点から

も、体質改善の理にかなって

いることに感心したと語る。

健康維持、生活習慣病予

島輪がつながる。人の輪でつなげる。

瀬戸内しまのわ 2014応援フェスティバル

日時 平成26年 **3月6日(木)・7日(金)** 11:00~17:00

会場 広島県立総合体育館 地下1階「サンクンガーデン」特設会場

広島・愛媛「瀬戸内しまのわ2014」の全てがわかります。

NPO法人生命の貯蓄体操普及会の「第11回全国大会」開催を記念して、「瀬戸内しまのわ2014応援フェスティバル」を開催いたします。

広島・愛媛のクルメやお土産が大集合！
買っなら、食べたら、うでいよう！

名前で宗教と誤解されることもあるが、純粋な健康づくりのための教室。安心して体験を。



13年間続く竹屋集会所の教室。最高齢メンバーは82歳！今は女性ばかりだが、男性やご夫婦の参加也大歓迎。男性会員には「ゴルフのスコアが良くなった」という人も多いとか。

今月の スゴイ!



要の操法(5動作)

腰から下半身を中心に、身体を伸ばし、日常の疲労回復と老化予防をはかる体操。

組み操法(10動作)

2人が組んで行う体操。準備運動として、気血の流れをよくし、全身の緊張やコリをほぐす。



五導術(31動作)

全身運動の体操。呼吸法とともに腹から大きな号令をかけ、ストレス解消効果も。



健康維持や体質改善に興味があるけれど、教室をいきなり尋ねるのは気後れする、という人にぴったりのイベントが近々ある。実際に体操を体験したり、肩こり、膝の痛みなど悩み別に、相談したり、体験者から話が聞けることができる。「しまのわ応援フェスティバル」が同時開催で、瀬戸内の美味しいものも集合。自分はもちろん、配偶者にも将来「寝たきり」になってもらつては困る、という人は、ぜひご夫婦で動きやすい服装で出かけてみよう。

「健康笑顔フェスティバル」で、まずは気軽に体験を



広島県 生命の野営体操普及会

【講演会】

大往生したけりや
医療とかかわるな

～自然死のすめ～

出演 中村一氏

広島県立総合体育館 2階大会場

19時30分開演 入場無料

当日は、先生の言葉も聴いていただきます。

ぜひご参加ください。

からだが変わる 心も変わる

からだところの
カウンセリングと
体験をどうぞ

「からだ」を、自分の体、自分の心、自分の生活などでお悩みの方、お気軽にご相談ください。

健康笑顔 フェスティバル

健康づくり、始めてみませんか。

生命の野営体操は、自然治癒力を高める運動と食療法を通して、「健康な身体」へと体質を変えていく健康法です。運動は「組み操法」「要の操法」「五導術」の3つの体操がセットになっています。この機会にぜひ一度体験してみませんか。

日時 平成26年 **3月6日** 木

13:00～17:00

場所 **広島県立総合体育館
地下1階「武道場」**

入場無料です!

主催 広島県立総合体育館 生命の野営体操普及会
NPO法人 生命の野営体操普及会 広島県支部
他広島県各支部

広島県 生命の野営体操普及会

第11回全国大会2014

平成26年 **3月7日** 土 10:00～15:30

広島県立総合体育館

「**広島グリーンアリーナ**」

中立ち見席のみとなりますが、一般の方もご入場いただけます(無料)

当日は健康なゲストの方々をお招きしております。

●お笑い・花道・祝賀

●グループ・リズム体操「日本の旗」

●シンセサイザー・実音・作業者 西村直記さん

●結構ちゃん劇場

●マルチン・ラング・フッキー池田さん(健康芸術家)



主催 広島県 生命の野営体操普及会

「第11回全国大会実行委員会」

ちはる先生の **オバレボ炎でレシピ**

○ サークレーションスープ



ワンポイント アドバイス

トマトを入れたらぐつぐつ煮込まず、ひと煮立ちで仕上げることに。ピリっとしたしょうがパワーで体の中から温まりましょう。

作り方

<材料・分量>

- 玉ネギ…1個 ●トマト缶…1缶
- ゆでた豆(いんげん豆、大豆など)…1カップ
- 水…2カップ ●ショウガ…30g
- ④ ●塩・コショウ、クミン、チリペッパー…適量
- オリーブオイル…適量

①玉ネギを千切りにしてオリーブオイルで炒める。しんなりしたら水を加え、柔らかくなるまで火にかける。フードプロセッサーにかけ、滑らかにする。

②トマト缶をフードプロセッサーにかける。

③鍋に①と②を入れ、ひと煮立ちしたら④で味を調える。

④ゆでた豆、すりおろしたショウガを加え、ひと煮立ちして出来上がり。

子ども用にはチリペッパーを控えて。冬は大根やニンジンなどの根菜を加えて、しょうがで味を調べてもOK!



■ ちはるの“炎”のお話し ■



先日の料理教室では、ガスオープンを使う料理を2品作りました。一つは塩釜パンで焼いたローストビーフ、もう一つはデザートの大きなサブレードです。

参加者たちがオープンに火を点ける「ポッ」という音がする度に、「わぁっ」と反応し、オープンを開くと立ち上る香りに集まってくる。その後の会話も弾み、囲む人の心をつなぐ炎の力を再認識したひとときでした。

黒田千晴(くろだちはる)

アグリ、ボットラックオーナー兼シェフ、
食育プロデューサー、料理研究家
AGRI <http://agri-obanzai.com/agri/agri.html>
広島市中区中町4-18
TEL.082-246-7721

広島ガスの
各ショールームでは、
さまざまな
料理教室を開催中!



3か月コースをはじめ、
単発の教室もあります。
ぜひ、一度ご参加ください!

教室の詳細、お申し込みは、
広島ガスホームページをご覧ください。
<http://www.hiroshima-gas.co.jp/gas/topia/index.htm>



広島ガス

〒734-8555 広島市南区皆実町2-7-1

<http://www.hiroshima-gas.co.jp>

ありがとうも、楽しかったねも、
これからも、よろしくも…

いろんな節目を迎える春。

一緒に思い出を作った人たちと、

おいしいお料理を囲みながら、

さらに思い出を重ねるひととき。

「ありがとう」は涙じゃなくて、

やっぱり笑顔の方がいい。

わらうかどには「福」が来るから、

みんなの未来にHAPPYを。

さあこれからも、改めてよろしく。

- 親しい仲間たちとの
打ち上げや送別会に
ご利用ください

Lunch 1,130円～
(ドリンク・ケーキ付)

Dinner 2,000円～

<収容人数／～25名様>

※ご予約はお早めに。空き状況はお問い合わせください。

※変更・キャンセルは2日前までをお願いします。



先月号のモニター募集にたくさんのご応募ありがとうございました。



Cafe & Dining わらうかど荘

広島市佐伯区八幡東3-25-21
TEL082-929-5368

- 営業時間 / 11:00 ~ 22:00
- 定休日 / 第1・3 日曜日
- 駐車場 / 3 台

お電話ください

ディナー、ランチのご
予約などお気軽に。
メニュー、ご予算な
ども電話にてご相談
に応じます!





広島ワシントンホテル

〒730-0034
広島市中区新天地 2-7
TEL 082-553-2222
<http://washington-hotels.hiroshima/>

広島ワシントンホテル 検索

ホテルグランヴィア広島

〒732-0822
広島市南区松原町1-5
Tel. (082) 262-1111
<http://www.hgh.co.jp/>

ホテルグランヴィア広島 検索



ホテルセンチュリー21広島 ★

〒732-0824
広島市南区的場町1-1-25
Tel. (082)263-3111
<http://www.century21.co.jp>



ホテルヴィアイン広島

〒732-0822
広島市南区松原町2-50
Tel.082-264-5489
<http://hiroshima.viainn.com>



アーバイン広島セントラル

〒730-0017
広島県広島市中区鉄砲町5-20
Tel.082-511-5211
<http://www.urban-hotels.com>



アーバイン広島エグゼクティブ☆

平732-0053
広島県広島市東区若草町16-13
Tel.082-567-6600
<http://www.urban-hotels.com>



ホテルニューヒロデン

〒732-0821
広島市南区大須賀町14-9
tel. (082) 263-3456
<http://www.newhiroden.co.jp>



CONVENIENT
REASONABLE
COMFORTABLE

都市間高速バス



2014年3月1日現在

広島バスセンター

検索

都市間高速バス



※往復割引があります。お問い合わせください。

羽田空港空弁
4年連続売上第1位!!

福井県 おみやげは、焼き鯖し

内容量: 8貫入
価格: 2,550円

駅街道起点の街から
焼き鯖し 発祥の味を
お届け致します。

●羽田空港でもお求め頂けます。
福井県小浜市川崎1丁目2-1
0120-853-844 午前9時~午後8時
<http://www.pfd-inc.co.jp>

中国 地方	湯田温泉	2,750円	中国 地方	倉敷	3,000円	九州 地方	大分	5,700円
	益田	3,600円		周防大島(東瀬戸)	1,500円		大阪(大阪駅)	(昼行便) 4,000円~5,000円
	浜田	2,950円		岩国駅/錦帯橋	900円			(夜行便) 4,300円~5,700円
	大田	3,300円	四国 地方	今治	3,600円	近畿 地方	京都(昼行便)	4,300円~5,500円
	出雲	4,000円		高知	6,500円			(夜行便) 4,500円~5,000円
	出雲大社	4,200円		高松	4,000円	中部 地方	神戸	5,000円
	松江	4,000円	九州 地方	徳島	6,000円		名古屋	8,800円
	米子	3,800円		博多	4,000円	関東 地方	東京	11,600円
	鳥取	4,400円		小倉南	3,500円		横浜(ドリームスリーパー号)	14,500円
	岡山	2,800円		別府	5,500円			

広島観光には

断然お得なフリーパス!

東洋特カードリーダーに通すだけ!

お求めは

電車内車掌・広島駅前案内所・宮島口もみじ本陣・
広電観光八丁遊定期券センター(たび館内)・ほか

広島電鉄株式会社

<http://www.hiroden.co.jp/> 電車テレホンセンター ☎082-242-0022

ますます
便利!

一日乗車券
1day Trip card

広島電鉄と松大汽船が乗り放題

電車 + 松大汽船
大人 (ADK) ¥1,000
小児 (CH) ¥420

電車一日乗車券
1day Trip card

広島電鉄乗り放題の広い範囲

電車 + 松大汽船
大人 (ADK) ¥1,000
小児 (CH) ¥300

宮島フリーパス 2日
2days Trip card

広島電鉄乗り放題で宮島観光もフルセット

電車 + 松大汽船 + 宮島
STREETCAR + FERRY BOAT + ROPWAY
大人 (ADK) ¥2,000 小児 (CH) ¥1,000

今ひそかなブーム!?美容と健康に幻のキノコ

たもぎ茸って…いったい何??

無農薬・無添加の「たもぎ茸」は
エルゴチオニンが豊富

幻のキノコ「たもぎ茸」は、老化やガン、
花粉症、またシミなどの原因の活性
酸素から体を守るエルゴチオニン
が他のキノコの16倍!
美白とダイエットと老化防止にぜひ。



60g……315円(送料別)
100g… 525円(送料別)

お問合せは…BUSPORT通信販売部へ

TEL082-295-5777 FAX082-295-9777

たもぎ茸 矢野栽培所 生産者 西森邦子 広島市安芸区矢野東2丁目25-6

幸せの黄色いキノコ
たもぎ茸

食物繊維は他のキノコの41倍、
β-グルガンがアガリタスの3倍
タンパク質、鉄分、カルシウム、
ビタミンB1も豊富



大好評!
みんなの気になる

**Busport キャラクター
「ゆず」ポストカード**

バス・船・飛行機の3パターンが1セットになって新発売!
かわいい「ゆず」のイラスト入りハガキで旅の思い出など
お手紙を出して下さいね。

3枚セット ¥315(送料 ¥90)

【お問合せ】BUSPORT 通信販売部へ TEL/082-295-5777 E-mail/brown@d4.dion.ne.jp



**JR 大阪駅・JR 岩国駅・岩国錦帯橋空港 にも
BUSPORT 設置!!**



岩国錦帯橋空港 ココ!

JR 大阪駅、岩国錦帯橋空港を
ご利用の方から多くのお便
りをいただいております。
今後ともご愛読ください。

JR 大阪駅 ココ!



「BUSPORTはどこにあるの?」という問い合わせが殺到!
新たに JR 可部駅・JR 大町駅・JR 緑井駅・JR 下祇園駅にも設置!



- 関西・中国・山陰・九州(博多、別府)の高速バスの座席ポケット
- バスセンター(広島・福山・山形・岡山)
- JR(福山〜下関)の主だった駅・JR 大阪駅
- 広島空港・岩国錦帯橋空港
- エアポートリムジンバス(広島空港〜広島市内、竹原、福山行)
- スーパーマーケットの座席ポケット(広島・松山)
- 中国・山陰の各観光案内所(例:平和公園、宮島など)
- 高速道路SA(宮島 SA 下り線、下松 SA 下り線)
- ゴルフ場(千代田OGMゴルフ倶楽部・和木ゴルフ倶楽部・金城カントリークラブなど)
- 道の駅(福富町)

- 広島ブランドショップ「TAU」(東京銀座)
- 広島三越
- 広島市内のホテル等宿泊施設、スポーツジム、ヨガ教室、飲食店、美容院、病院、旅行会社、クリーニング取次店、各クライアント
- コンビニ(三篠1丁目、広島紙屋町シャレード店など広島市内セブンイレブン5箇所)
- 広島国際大学、広島修道大学、広島経済大学、広島市立大学
- 郵便局(並木通り、千田町など)
- 大和ミュージアム

週一回広島バスセンターで
サンプリング中(1,000部/回)
“会えるといいネ!”

行 先		広島(BC)⇒目的地			目的地⇒広島(BC)		
益田	⑨ホーム	8:20	10:00	11:35	6:00	7:00	★8:00
		13:35	14:50	16:25	10:00	★12:00	14:20
岡山	①ホーム [サンサンライナー]	17:50	18:45	(所要時間:2時間48分)	15:50	★17:30	(所要時間:2時間45分)
	◆經由地	*赤字⇒戸河内経由(2時間33分)			*赤字⇒戸河内経由(2時間31分)		
倉敷	①ホーム	6:28	7:28	8:28	6:30	7:50	8:50
		9:58	11:28	12:28	9:50	10:50	11:50
岩国	①ホーム [錦帯ブルーライナー]	14:28	15:28	16:28	14:10	15:10	16:10
	◆經由地	17:58	18:58	19:58	17:50	19:00	20:10
湯田温泉	①ホーム	(所要時間:2時間32分)			(所要時間:2時間32分)		
		〈始発/BC〉-不動院-中筋駅-岡山IC-岡山駅西口			〈始発/岡山駅西口〉-岡山IC-中筋駅-不動院-BC		
徳島	①ホーム [あわひろしま号]	運行期間 平成26年3月21日～平成27年3月29日の土日祝および特定日	9:10 ⇒ 11:35		運行期間 平成26年3月21日～平成27年3月29日の土日祝および特定日	16:30 ⇒ 18:55	
	◆經由地	BC-三井アウトレットパーク倉敷			三井アウトレットパーク倉敷-BC		
高知	①ホーム [土佐エクスプレス]	8:45	9:28	10:45	6:40	7:15	7:30
	◆經由地	12:30	13:35	14:35	9:00	9:30	10:00
高松	①ホーム [瀬戸内エクスプレス]	16:10	16:50	17:38	11:00	12:00	13:00
	◆經由地	19:35	21:10	(所要時間:1時間10分)	15:00	15:40	16:00
今治	①ホーム [しまなみライナー]	*赤字は東瀬戸行			*緑字は土日祝運行		
	◆經由地	*灰色字は岩国錦帯橋空港経由			*青字は平日運行		
小倉南・博多	①ホーム [広福ライナー]	7:45	12:35	16:00	6:50	9:35	11:40
	◆經由地	(所要時間:3時間03分)			(所要時間:3時間09分)		
大分・別府	①ホーム [別府ゆけむり号]	8:15	⇒	12:01	8:15	⇒	12:01
	◆經由地	18:10	⇒	21:56	16:25	⇒	20:11
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	8:00	⇒	11:58	8:00	⇒	11:58
	◆經由地	17:20	⇒	21:18	16:40	⇒	20:38
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	8:40	9:45	13:15	6:10	7:25	8:25
	◆經由地	16:15	17:48	19:20	15:35	17:20	18:50
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	(所要時間:3時間34分) *緑字は土日祝運行			(所要時間:3時間30分) *緑字は土日祝運行		
	◆經由地	〈始発/BC〉広島駅新幹線口-福山本郷-坂出インター-BT-高松中央インター-BT-ゆめタウン高松-栗林公園前-泉行通り-高松駅高速BT			〈始発/高松駅高速BT-泉行通り-栗林公園前-ゆめタウン高松-高松中央インター-BT-坂出インター-BT-福山本郷-広島駅新幹線口-BC		
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	8:10	15:10	19:15	8:45	11:45	18:05
	◆經由地	7:50	10:40	12:10	7:20	8:45	11:45
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	15:10	17:33	19:15	14:05	15:40	18:40
	◆經由地	(所要時間:2時間42分)			(所要時間:2時間42分)		
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	7:33	8:33	9:33	7:30	8:20	9:10
	◆經由地	10:33	11:33	15:33	10:20	15:00	16:00
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	17:10	18:23	19:10	17:00	18:00	19:00
	◆經由地	(博多所要時間:3時間55分)			(博多所要時間:3時間55分)		
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	23:35	⇒	7:01	22:35	⇒	6:06
	◆經由地	〈始発/BC〉不動院-中筋駅-小倉南IC-博多バスターミナル			〈始発/博多バスターミナル〉小倉南IC-中筋駅-不動院-BC		
小倉南・博多	①ホーム [別府ゆけむり号]	9:50	⇒	15:54	11:45	⇒	17:57
	◆經由地	〈始発/BC〉-中筋駅-玖珂IC-徳山駅前-徳山港-竹田津港-豊後高田-新町-宇佐駅入口-日出-別府交通センター-別府北浜-新川-荷揚町-竹町			〈始発/新川/荷揚町-トキハフォーラス前-別府北浜-別府交通センター-日出-宇佐駅入口-豊後高田-新町-竹田津港-徳山港-徳山駅前-玖珂IC-中筋駅-BC		

※BC:広島バスセンターを表示しています。

詳しくは広島バスセンターへお問い合わせ下さい。TEL082-225-3133



行 先		広島(BC)⇒目的地	目的地⇒広島(BC)
東京	①ホーム [ニューブリーズ] ◆経由地	20:20 ⇒ 8:05 (広島-西条駅-新宮駅西口) BC-広島駅新幹線口-東京駅八重洲南口 期間限定(特別便1/31~4/7まで) 22:20 ⇒ 9:25 BC-東京駅日本橋口	20:00 ⇒ 7:50 (新宿駅西口-西条駅-広島) 東京駅八重洲南口-広島駅新幹線口-BC 期間限定(特別便1/31~4/7まで) 20:50 ⇒ 7:35 東京駅八重洲南口-BC
横浜	①ホーム [メイプルハーバー] [ドリームスリパー] ◆経由地	20:08 ⇒ 7:43 20:35 ⇒ 8:10 (始発/広島駅新幹線口)-BC-中筋駅-西条昭和町- 福山駅前-広島-町田BC-横浜駅	19:50 ⇒ 7:25 20:20 ⇒ 7:55 (始発/横浜駅)-町田BC-広島-福山駅前- 西条昭和町-中筋駅-BC-広島駅新幹線口
名古屋	①ホーム [広島ドリーム名古屋] ◆経由地	22:00 ⇒ 6:40 (始発/広島駅新幹線口)-BC-中筋駅-千代田 IC- 三次駅-庄原インター-名古屋駅新幹線口	22:30 ⇒ 7:10 (始発/米)-名古屋駅新幹線口-三次駅- 千代田 IC-中筋駅-BC-広島駅新幹線口
京都	①ホーム [山陽道駅特急広島号] [青春特急広島号] [青春ドリーム広島号] ◆経由地	7:20 ⇒ 13:22 10:50 ⇒ 17:02 22:15 ⇒ 6:17 (始発/広島駅新幹線口)-BC-不動院-中筋駅- 大阪駅JR高速BT-京都駅丸の内 22:15 発のみ [広島中央・大学会館前]	9:10 ⇒ 15:10 16:40 ⇒ 22:40 21:40 ⇒ 6:11 (始発/京都駅丸の内)-大阪駅JR高速BT- 中筋駅-不動院-BC-広島駅新幹線口 21:40 [広島中央・大学会館前] (青春ドリーム号のみ)
大阪	①ホーム [山陽道駅特急広島号] [青春特急広島号] [山陽ドリーム広島号] [青春ドリーム広島号] ◆経由地	7:20 8:55 10:50 14:45 17:00 (所要時間:4時間55分) 22:15 ⇒ 5:00 23:30 ⇒ 6:05 (始発/広島駅新幹線口)-BC-不動院-中筋駅- 大阪駅JR高速BT-京都 (BC8:55USJ 発点)	7:30 10:30 14:30 16:30 18:00 (所要時間:4時間55分) 23:00 ⇒ 6:11 23:30 ⇒ 5:45 (始発/10:30・18:00・23:00 京都駅) -大阪駅JR高速BT-中筋駅-不動院-BC-広島駅 新幹線口 23:00 [西条駅・広島中央・大学会館前]
神戸	①ホーム [神戸エクスプレス] ◆経由地	8:05 9:20 16:55 18:20 *赤字~土・日・祝 (所要時間:4時間2分) (始発/BC)-中筋駅-神姫バス三ノ宮 BT	7:20 9:20 16:45 18:30 *赤字~土・日・祝 (所要時間:4時間2分) (始発/神姫バス三ノ宮 BT)-中筋駅 BC
鳥取	④ホーム [メリーバード]	8:30 14:15 17:10 湯原温泉・倉吉経由(所要時間:5時間30分)	6:20 9:20 16:00 湯原温泉・倉吉経由(所要時間:5時間35分)
米子	④ホーム [メリーバード]	8:35 10:05 13:50 16:40 18:20 尾道松江道経由 *緑字は特急 (所要時間:3時間30分) 特急:3時間18分	7:40 8:30 12:15 15:15 18:15 尾道松江道経由 *緑字は特急 (所要時間:3時間30分) 特急:3時間18分
松江	④ホーム [グランドアロー]	6:30 7:30 8:10 8:50 9:30 10:30 11:30 12:30 13:30 14:30 15:30 16:30 17:30 18:30 19:05 19:30 (所要時間:3時間12分) *赤字~ノンストップ便(2時間57分)	6:30 7:20 7:50 8:25 9:00 10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 19:50 (所要時間:3時間12分) *赤字~ノンストップ便(2時間57分) ※7:50・18:00は松江駅始発 他はしんじ湖温泉始発
出雲	④ホーム [みこと] & [スーパーみこと]	8:00 9:15 11:00 12:40 14:40 15:40 16:55 17:45 19:10 (所要時間:2時間55分) *赤字~ノンストップ便(2時間47分) ※11:00は出雲大社行(始発/広島駅新幹線口)	6:45 8:30 9:30 10:30 13:30 14:30 16:30 18:00 19:00 (所要時間:2時間55分) *赤字~ノンストップ便(2時間47分)
浜田	④ホーム [いさび号]	7:10 8:15 9:35 10:35 11:25 12:25 13:25 14:25 15:15 15:55 16:35 17:25 18:35 19:35 20:25 21:25 (所要時間:1時間53分) *赤字~ノンストップ便(1時間38分) *(始発/広島駅新幹線口)	*6:00 *7:00 7:40 8:20 9:00 9:40 10:25 11:00 11:45 12:45 13:45 14:40 15:45 16:40 17:40 18:55 (所要時間:1時間53分) (★所要時間:1時間48分) *赤字~ノンストップ便(1時間38分)
大田	④ホーム [石見銀山号]	10:15 15:10 (所要時間:2時間46分)	7:30 16:00 (所要時間:2時間46分)

広島・岩国空港発着便時刻表 (2014年3月1日～2014年3月29日)



■広島⇒羽田

	便名	出発	到着
JAL	1600	07:35	08:50
ANA	672	07:35	08:55
JAL	1602	09:00	10:15
ANA	674	09:05	10:25
ANA	676	10:10	11:30
JAL	1604	11:40	12:55
ANA	678	12:45	14:05
JAL	1606	13:45	15:00
JAL	1608	15:05	16:20
ANA	680	15:20	16:40
JAL	1610	16:05	17:20
ANA	682	16:20	17:40
ANA	684	17:20	18:40
JAL	1612	17:50	19:05
JAL	1614	19:40	20:55
ANA	686	19:40	21:00
ANA	688	20:45	22:05

※ JAL は JEX 運航になります。

■広島⇒成田

	便名	出発	到着
ANA	3236	07:55	09:25
ANA	3114	14:20	15:50

※ JEX エアラインズの乗務員・機材で運航するコードシェア便です。

■広島⇒札幌(新千歳)

	便名	出発	到着
ANA	791	08:50	10:40
JAL	3403	10:45	12:40

■広島⇒仙台

	便名	出発	到着
ANA	3138	10:25	11:45
ANA	3140	18:45	20:05

※ JEX エアラインズの乗務員・機材で運航するコードシェア便です。

■広島⇒那覇

	便名	出発	到着
ANA	461	11:35	13:30

■岩国⇒東京

	便名	出発	到着
ANA	632	07:30	09:00
ANA	634	11:20	12:50
ANA	636	16:10	17:40
ANA	638	20:00	21:30

●この時刻表は 2014 年 2 月 12 日現在のものです。●時刻表は期間により変わりますので必ずその期間のものをご使用ください。
●発着時刻および機材は予告なしに変更する場合がございます。

■羽田⇒広島

	便名	出発	到着
JAL	1601	06:50	08:20
ANA	671	06:50	08:20
ANA	673	07:55	09:25
JAL	1603	08:40	10:10
ANA	675	09:25	10:55
JAL	1605	09:30	11:00
ANA	677	10:30	12:00
JAL	1607	11:40	13:10
JAL	1609	13:00	14:30
ANA	679	13:05	14:35
ANA	681	15:05	16:35
JAL	1611	15:40	17:10
ANA	683	17:25	18:55
JAL	1613	17:30	19:00
ANA	685	18:30	20:00
JAL	1615	19:15	20:50
ANA	687	19:25	21:00

■成田⇒広島

	便名	出発	到着
ANA	3111	16:30	18:15
ANA	3237	17:40	19:30

■札幌(新千歳)⇒広島

	便名	出発	到着
JAL	3406	13:05	15:20
ANA	792	18:45	21:00

■仙台⇒広島

	便名	出発	到着
ANA	3137	08:15	09:55
ANA	3139	11:45	13:30

■那覇⇒広島

	便名	出発	到着
ANA	462	13:55	15:35

■東京⇒岩国

	便名	出発	到着
ANA	631	08:55	10:45
ANA	633	13:30	15:20
ANA	635	17:35	19:25
ANA	637	19:45	21:30

マリホから世界遺産の宮島へ

H26年3月20日改訂



平日運航時間		土・日・祝日運航時間	
マリナーホップ発	宮島発	マリナーホップ発	宮島発
①09:40	①10:15	①09:40	①10:15
②10:50	②11:25	②10:20	②10:55
③12:00	③12:45	③10:50	③11:25
④13:20	④13:55	④11:30	④12:40
⑤14:30	⑤15:05	⑤12:25	⑤13:00
⑥15:40	⑥16:15	⑥13:15	⑥13:50
⑦16:50	⑦17:20	⑦13:45	⑦14:20
		⑧14:25	⑧15:05
		⑨14:55	⑨15:30
		⑩15:40	⑩16:15
		⑪16:05	⑪16:40
		⑫16:50	⑫17:30

●片道/大人1200円 小人600円
●往復/大人2000円 小人1000円
大人(中学生以上) 小人(小学生)
マリナーホップ内駐車場無料

※3/19までの時間については直接お問い合わせください。

お問合せ マリナーホップの発券所 ☎(082) 295-2666 株式会社 アクアネットサービス ☎(082) 246-1310

広島

音・肩こり・背中・腰・便秘・高血圧・アレルギーなどの身体の悩みを相談出来る「健康・笑顔フェスティバルin広島」が開催される。当日は中村仁一氏の講演会「大往生したけりや医療とかかわるな」(入場無料)や、病気にかけかりにくい体質へ改善する体操も体験できる。

健康・笑顔フェスティバル in 広島

- 会期/平成26年 3月6日(木) ●開催時間/13:00~17:00
- 場所/広島県立総合体育館 地下1階「武道場」
- お問合せ/生命の貯蓄体操普及会「健康・笑顔フェスティバルin広島」 TEL(089)971-5059

NPO法人生命の貯蓄体操普及会の「第11回全国大会」開催を記念して、「瀬戸内しまのわ2014応援フェスティバル」が開催される。広島・愛媛のグルメやお土産が大集合!

島の輪がつながる。人の輪でつながる。

瀬戸内しまのわ 2014応援フェスティバル

- 会期/平成26年 3月6日(木)・7日(金) ●開催時間/11:00~17:00
- 場所/広島県立総合体育館 地下1階「サンクンガーデン」特設会場
- お問合せ/生命の貯蓄体操普及会「健康・笑顔フェスティバルin広島」 TEL(089)971-5059



愛媛

道後に春を告げると思われる「道後温泉まつり 松山春まつり」が開催される。今年は道後温泉本館改築120周年に当たることから、期間が5日間拡大。「湯祈神祭」から始まり、恒例の「長寿餅つき」「道後温泉おどり」「女みこしかきくらべ」「道後温泉茶市楽座」などが行われるほか、5日間の毎日、餅撒きがある。道後の新キャラクター「ゆだまん」も登場し、例年以上に華々しい「道後温泉まつり2014」を堪能してみよう。

春の始まりを告げる

道後温泉まつり 2014

- 会期/平成26年 3月19日(水)~23日(日)
- 開催時間/日程により異なる
- 場所/道後温泉本館周辺
- お問合せ/道後温泉まつり実行委員会(道後温泉旅館協同組合内) TEL(089)943-8342
- URL/<http://www.dogo.or.jp/>



広島

白島にある中国郵政局(現 日本郵政広島ビル)に勤務し、引退後も「絵を描く」ことで交流を続けている三人の最初で最後のグループ展が開催される。

ゆうせい白島三人展

~山本 敬一・佐藤寛・樋谷邦夫の出会い~

- 会期/平成26年 3月19日(水)~3月25日(火)
- 開催時間/10:00~18:00
- ※初日は12:00~、最終日は16:00まで
- 場所/広島市中区鉄砲町4-5/ギャラリー・ブラック
- お問合せ/ブラック画材 TEL(082)211-3322



広島

ご当地グルメを通じたまちおこしの祭典「B-1グランプリ」の支部大会「2014関西・中国・四国B-1グランプリ」が開催される。一人一票二票の投票権による著の投票によってグランプリが決まる。味についての評価で投票することはもちろん、「まちおこしの応援票」「おもてなしへの感謝票」といった投票が実はグランプリに大きく影響するのだとか。多くの熱い思いを持ったまちおこし団体の皆さんに魅了されること間違いなし!

2014 関西・中国・四国B-1グランプリ in 府中

- 会期/平成26年 3月22日(土)・23日(日)
- 開催時間/10:00~16:00
- 場所/府中市中心市街地
- お問合せ/2014関西・中国・四国B-1グランプリin府中 実行委員会 TEL(0847)46-2001
- URL/<http://www.b1fuchu.com/>





▼宮島のカフェリー乗り場で入手しました。「あっぱれ広島日本一」は、広島に嫁いで12年目の私にはまだまだ知らない事もあり、読み応えがありました。最近、広島に転勤で来たお友達にも、バスポートを勧めてみようと思います。子どもがけん玉ブームなので、廿日市のけん玉を手に入れて練習させようと思います！

●広島県東広島市J・N女性(46)

◆廿日市のけん玉は、一つひとつ手作りされていました。広島技術者を子どもさんの手に渡してあげてください。

▼大阪から来た友人を迎えに行ったバスセンターで入手。友人と一緒に見て、行きたい場所を決めてもらいました。宮島、竹原で伝統工芸を見て、竹細工の体験もしました。

●広島市西区T・H女性(39)

◆遠方のお友達に、広島を楽しんでいただくのに役立って、本当にうれしく思います。

▼広島駅ホームにて。宮島の記事が良かったです。生かき、もみじまんじゅうをゲットしに来月また広島に行きたい。レモンも大好きなので、「ハート型」のレモンも探します。

●大阪府寝屋川市T・T女性(39)

◆「ハート型」のレモンは大人気で、昨年実った分は既に品薄状態。今年はもっと増やす予定なので、「ダット」できる機会も増えるかもしれません。

▼仕事などでよく高速バスを使っており、バスに乗った時の楽しみにしています。今回は広島へ今治のバスで見ました。地域情報が詳しく載っているのがいいですね。ほっこりと優しい編集に癒されます。

私は大阪から単身赴任で広島に来ており、この辺りの事を知らないもので、楽しみです。この情報をもとに家族がこちらに來たら連れて行きたいと思っています。

●広島市安佐南区M・N男性(?)

◆ぜひ、ご家族にも広島の楽しい思い出を。今月号の「しまのわ特集」のイベントも参考にしてください。

▼「達人探訪」の記事で、大好きなカーブを支えてくださっている森田さんをはじめ、グラウンドキーパーの方々のご苦労がよくわかりました。開幕戦で初めて見たグラウンドに「わあ〜！」と感激の声を上げたことを思い出し、今年も楽しみに応援に行きます。

●広島市安佐北区G・S女性(59)

◆今年も開幕シーズンが近づいてきました。「今年こそは」と応援にも熱が入りますね。マツダスタジアムに行った時は、美しい芝生にも注目してください。

▼ホテルグランヴィアで。海のない県に住んでいるので、きれいな海の写真に魅かれます。また海を見に行きたい。

●長野県上田市M・N女性(49)

◆今春から始まる「しまのわ」は瀬戸内海の魅力を満喫できます。またお越しください。

Environment Friendly Surface of Metal Processing

環境にやさしい
金属表面処理をめざして...

金属の寿命を縮め、安全性を高める「錆」。耐性の高い防錆塗装で、車の安全耐久性を保持。また、六価クロム化合物を含まない塗料を使用。



私たちは西日本レジコートは「社会と共に歩む経営」を實踐し、「社会から信頼され、顧客に選ばれ続け持続的な成長」を目指しています。



RESICOAT

西日本レジコート株式会社

〈本社工場〉 徳島県鳴門郡鳴門町字下田783-2

TEL 082-856-0771

http://www.resicoat.co.jp/

① 有限会社オフィスシン様より
HP <http://www.officeshin.com>

② 音戸うずしお温泉汐音様より
バイキングお食事券
(お1人1,500円相当)

③ 音戸うずしお温泉汐音様より
無料入浴券



2食セット
10組様



「呉海軍亭 肉じゃがカレー」「宮島牡蠣カレー」

軍港の町、呉市で生まれたコ
ラボ商品。肉じゃがの様な具
材盛と中辛のレトロ風味のカ
レー。こんにゃく入り。

宮島周辺で採取した広島産
牡蠣をココナッツ風味のカ
レーでまろやかに包み
込んだカレー。



ペア
2組様



5名様

④ 瀬戸内海汽船様より
スーパージェット 往復乗船券

ペア
1組様



(広島港・松山観光港)

応募要領

ハガキまたはメールに ●ご希望のプレゼント番号と商品名 ●本誌へのご意見・ご感想・入手場所・
今月号で良かった記事 ●住所・氏名・年齢・職業・電話番号をご記入の上、下記までご応募ください。
※応募者多数の場合は抽選させていただきます。発表は発送をもってかえさせていただきます。

宛先

〒730-0853 広島市中区堺町1-4-7-607 「バスポート編集部」プレゼント係
eメールでも応募できます。メールアドレス brown@d4.dion.ne.jp

※締切/2014年3月20日必着 発表は発送をもってかえさせていただきます。

Special Thanks

瀬戸内しまのわ2014
実行委員会

日田市商工観光部
観光課

福山市観光協会

瀬戸内海汽船
株式会社

音戸うずしお温泉
汐音

ご応募ください

●表紙モデルについて
1人または、ご夫婦・ファミリーでもOK！
です。但し、ロケ撮影の都合でご応募の方
の中から、条件に合う方と打ち合わせの上、
決めさせていただきます。

●エッセイ投稿について
旅の思い出など、旅をテーマに1200文字
前後の原稿を寄稿ください。

本誌では、皆様からの応募をお待ちし
ております。

バスポート編集部

〒730-0853

広島市中区堺町1丁目4-7-607

Tel.082-295-5777 Fax.082-295-9777

今号から新しいコーナー
「ジュエルの話」がスタート。
女性にはちょっとワクワクす
るコーナー。春がやって来た
のでおしやれをして出かけま
しょう。
3月から、広島県と愛媛県
が連携し瀬戸内海に面した地
域が、地元力を結集して参
加する「瀬戸内しまのわ20
14」が始まります。瀬戸内
の魅力を存分にアピールする
イベントです。人の「和」作
り出かけてみましょう。

編集後記

人生と旅路に輝き添えるジュエルの話 1

ファーストジュエリーは真珠で

旅立ちの春。社会人デビューする女性に、女性とし
て持っておきたい7つのジュエリーのうち、一番最
初に買う宝石としてお勧めしたいのが、真珠のピア
ス(イヤリング)です。真珠は目上の方の前で
身につけていても失礼にならず、航空会社のキャ
ビンアテンダントにも唯一許されているジュエリー。
できればふら下がるデザインではなく、耳に直接付け
るスタッド型のものを選ぶと良いでしょう。



世界の真珠・ダイヤモンド

有限会社
イメルダ

福岡サロン

〒810-0004 福岡市中央区

渡辺通 5-6-18-1406

TEL 092-737-9851

イメルダ エレガンスショップ

〒567-0829 大阪府茨木市双葉町 6-10

エレガンス双葉 102 号

TEL 072-634-5510

※

Busport 2014年3月号 ●2014年2月25日発行 ●発行/Busport 編集部

●住所/〒730-0853 広島市中区堺町1-4-7-607 ●電話/082-532-4155 ●メールアドレス brown@d4.dion.ne.jp

● 観光情報誌BUSPORT

検索

観光情報誌BUSPORT 検索 44

★BUSPORTオススメの、
美味しさにこだわった逸品です★

お取り寄せ特集

Busport
お届け通販

瀬戸内のハワイ 奇跡の島のハチミツ



島の秋のはちみつ

1,100円(税込・送料別)

ハギやヌルデなどを蜜源とする
栄養価の高い秋採りの蜂蜜
です。ハチミツの香りが
あり、お菓子やパン、お飲み
物にもお使いください。寒い
時期には一層おいしくお召し
上がり頂けます。



生産者：内田健太郎さん

神奈川県から移住、就農。
島暮らし歴3年目。

瀬戸内タカノスファーム

山口県大島郡周防大島町神浦298

TEL:0820-75-1988



島のはちみつ

1,100円(税込・送料別)

「山のれんげ」とよばれるク
ロガネモチなど、島の山野
に自生する豊かな蜜源から、
初夏に採れる口どけ爽
やかで上品な蜂蜜です。ど
なたにも喜んでいただける
と思います。



島のみかんはちみつ

1,200円(税込・送料別)

みかんの花の開花はわずか
10日間ほど。年々希少と
なっていく柑橘の芳香な香
り、コク、品の良い甘み、絶
妙です。自然の恵みを是非、
召し上がってみてください。

果肉が柔らかく、とってもジューシー！
香りの良さは折り紙つき！



山口・大島産 伊予かん 8.0kg

2,940円(税込・送料別)

《お問合せ・お申込み》

Busport お届け通販

TEL/082-295-5777

送料/発送先により異なります。¥520～

Email/brown@d4.dion.ne.jp



カープもみじ饅頭

こしあん、つぶあん、
抹茶、クリーム、チョコ

詰合せ 10個入り 900円



株式会社広島東洋カープ関連商品



広島 香月

昭和二十三年東島駅前開店

本社 / 広島市東区曙 2-8-30 TEL/082-506-1122

平成26年

3月15日 ダイヤ改正

新幹線はますます快適に!

JR
JR西日本

「のぞみ」の利用がさらにベンリに!

- 昼間時間帯、広島駅での「のぞみ」発車間隔が概ね **20分間隔!**
- 一部「のぞみ」東京ー広島ー博多 所要時間 **約3分縮小!**
- 広島ー新下関間 一部「こだま」速達化による広島駅での「のぞみ」との **乗り換え時間 短縮!**
- 徳山駅「のぞみ」 **停車回数の増加!**

- 広島ー東京間「のぞみ」最速 **3時間47分!**
- 広島ー東京間「のぞみ」1時間あたり最大 **5本運転!**

モバイルコンセント
あります!

普通車は窓側・最前部・最後部席に、
グリーン車では全席に設置 ※

充電できます!

喫煙ルーム
あります!

普通車3・7・15号車、
グリーン車は10号車付近 ※

広島ー東京間

トンネル内でも
ケータイ・スマホ
つながります!

平成26年2月28日新幹線までサービス拡大予定
(通話にはデッキをお願いします。)

※ N700系車両の設置

列車のお時刻について、詳しくは **JRおでかけネット** **検索** をご確認ください。

新幹線をおトク&ベンリに予約するなら!

東海道・山陽新幹線の会員制ネット予約サービス

EX予約

カンタン!

ケータイ・
スマホ・パソコン
から予約

ベンリ!

列車の
変更は何度でも
手数料0円

おトク!

貯まった
ポイントで
グリーン車へ

さらに

EX-ICカードで
スムーズ乗車

年中いつでもネット予約限定のおトくなおねだんで購入できます!!

エクスプレス予約のご利用にはまずJ-WESTカード(エクスプレス)にご入会ください!!



**J-WESTカード
「エクスプレス」**

(年会費が必要です。)

オンライン入会

J-WESTカード
お届けまで

最短1週間!

※ご入会には審査があります。※カードの発行手数料には通常3〜4週間かかります。
(記載の情報は平成26年2月現在のものです。)

※お申し込み時に、現住所と一致するお申込者名義の運転免許証が必要。※宅配事情や祝祭日を含む場合、カードの送達状況等により、1週間以上のお時間をいただく場合があります。※お申し込み可能な国際ブランドは、JCBのみとなります。またビックカメラJ-WESTカードはお申し込みいただけません。

「J-WESTカード」や「エクスプレス予約」「オンライン入会」について、詳しくは **J-WESTカード** **検索** をご確認ください。