



しょうが、じゃがいもなどの上にもぐさをのせる間接灸は、やんわりとした暖かさを感じる

腰痛に効果的なツボの場所をわかり易く解説。「背骨から指2本」なんて時は必ず自分の指を使ってください



人体模型を使って全身のツボと経絡(内臓、器官とツボを結ぶ道)を教えられる梅安先生と土田先生。自分の体質、体調を知るためにも専門家に相談することがお灸の第一歩だ！とも



国家資格をもつ梅安先生(必殺仕事人?)が与える直接灸は心地よい刺激がクセになりそう



センネン灸は1日1回。(70個入り1,575円)、カヤマニ(120個入り1,890円)



鍼灸院に隣接した漢方薬局では、梅安先生の奥様が200~300種の漢方の生薬を調合している

04 西山鍼灸院・漢方薬西山薬局

あしさんり てんちゅう ようがん
**足三里、天柱、腰眼……
お灸で毎日、元気ハツラツ**

創業110周年を迎える梅安先生こと西條信義さん率いる漢方薬の西山薬局では、定期的に漢方や中医学の講座が開かれている。今回は「女性のためのお灸教室」を体験。身体を巡る「気の流れ」、もぐさの作り方、全身の「ツボ」、そして各症状に効果的なお灸の方法など実地を交えてわかり易く学んできた。

更年期障害、アトピー、自律神経失調症、腰痛など43もの疾患に効くとWHOも認めるお灸は、「熱い」というより「暖か」で施術の跡も残らない。その暖かさがじんわりと全身を巡る感覚は心にやすらぎさえ与えてくれる。

鍼灸院では鍼治療や美容鍼灸を行い、漢方薬局では不妊やダイエットに効果的な漢方相談などに心を砕く。体調管理のためにも、まずは講座に参加してみたいかが。



初診料1,050円 鍼灸(約60分)5,250円/美容鍼灸ショート(顔中心・約60分)7,350円/美容鍼灸全身コース(約90分)9,450円



Data
住/新潟県新潟市中央区本町通4番町221
Tel/025-222-8375
営/平日10:00~19:00
土曜10:00~17:00
休/日曜
http://www.kanpou-nishiyama.com/
*お灸教室参加の方は、動きやすい服装がベターです。
*1回の各講座は1,500円



西山鍼灸院の詳細情報はこちらから→

03

新潟せんべい王国

**焼いて、ぬって、また焼いて
これは面白い!
おせんべいな時間**



横浜からツアーでやって来たお客様。「焼き方は忙しいけど出来立ては格別」と満足顔だ



ばかうけ味付け体験では、レンジでチンした素焼きのばかうけに、柚子こしょう、塩引鮭、かに、甘味噌など10種類以上から好みのパウダーを選んでシャカシャカと振って味付け

【手焼き体験】
●楽しいAセット(1,000円)…手焼き体験6枚入り+ばかうけ味付け体験10枚
●体験一番人気Bセット(1,000円)…大きなせんべい2枚入り・絵付け付+ばかうけ味付け体験10枚
●季節限定Cセット(1,000円)…手焼き体験6枚入り+ベビーせんべいチョコフォンデュ体験

年間31万人が訪れる新潟せんべい王国は今や新潟観光の名所の一つ。人気の秘密は、山やハートの形のおせんべいを自分で焼いたり、絵付けをしたりという珍しい体験ができるから。

新潟産コシヒカリ100%使ったおせんべい生地をあぶり、しょうゆを塗ってまたあぶる。するときつね色に焼き上がり香ばしい匂いが漂ってくる、と、それが食べ頃。焼きたてを口に入れば、パリンという音とともに普段味わえないおいしさがひろがる。その他、素焼きの「ばかうけ」に、お好み焼き、かに、甘味噌など10種類以上のパウダーで味付けする体験も見逃せない。「自分で作るおせんべい」の楽しい!おいしい!にハマってしまいそう。



Data
住/新潟県新潟市北区新崎2661
Tel/025-259-0161
営/9:30~17:00
(手焼き体験受付は16:30まで)
休/無休
(臨時休業の場合あり)
http://senbei-oukoku.jp/



お土産コーナーには、せんべい王国オリジナルのばかうけ塩引鮭風味、田舎カレー味など4種類も販売中。新潟県産のコシヒカリを100%使用し職人が炭火で手焼きした「米兆」はチョッピリ大人の味。「恋に焦がれてあぶり」、「黄金ざくざくしょうゆ」などネーミングがユニーク

敷地内の飲食コーナーでは、ぬれおかきが入ったコロツケ(150円)や米粉の自家製麺を使った、釜揚げ柿の種かき揚げ(700円)などがいただける



職人が炭火で手焼きする様子をしっかり見学できるブースも人気。嘘偽りのない正直な製造工程は安心感を与えてくれる

せんべい王国に来たらまずは「ばかうけ稲荷」にお参りを

