

奈良まほろば館

発行所／奈良まほろば館 〒105-0004 東京都港区新橋1-8-4 SMBC新橋ビル 1階・2階

nara mahoroba

2023年(令和5年) 1月

ショップ情報

白みそ仕立てで中に入っている丸餅をきな粉につけて食べる一風変わった奈良のお雑煮を、1月3日～5日の3日間、Cafe&Barにてご提供!また、毎年大人気の奈良まほろば館福袋も販売します!

さらに、1月3日～31日まで奈良市在住である桃蹊氏の書画展「桃蹊墨物語 ご恩送りより」も実施します!



ショップ内で一定金額以上お買い上げの方に「奈良の美味しいもの」が当たる福引き抽選会を1月7日に開催!
豪華賞品が当たるこの機会をお見逃しなく!



レストラン情報

新しい気持ちで迎える1年。日本には季節の節目となる日に行われる行事、『節句』があります。もともと奈良時代頃に中国から伝えられた『陰陽五行説』が由来とされており、その中でも1月7日は五節句のひとつで、1年で最初の『人日の節句』です。

当日には、一年の無病息災を願って七草の粥を頂く行事食があります。

1月のメニューでは七草粥にちなみ、様々なハーブを使って仕上げる米の煮込み『アロスフレモッ』としてアレンジ。また、寒さを受けて野菜たちが甘みとコクを増す季節。年が明けますます美味しくなる『千筋みずな』は奈良の冬の伝統野菜。パルエリアではシーザーサラダとしてお召し上がりいただけます。人気の苺『古都華』も登場。デザートやフレッシュジュースとしてご用意しています。

年の始まりを感じる料理やデザート、奈良の新酒をパルエリアでは単品で、ダイニングではコースでお楽しみいただけます。



物販イベント

●まほろばチャレンジリーグ 第2部

第1回 12月19日(月)～1月11日(水)

第2回 1月12日(木)～2月2日(木)

首都圏のお客様にご紹介したい奈良の隠れた逸品や新商品を販売するまほろばチャレンジリーグ第2部が開催中です!

約3週間の販売期間の中で、お客様からご支持いただけた売り上げ好調な商品は、リーグ終了後3ヶ月間、奈良まほろば館の定番商品として販売が継続されます。

食品や雑貨等バラエティに富んだ商品が店頭になび予定です。また第1回、第2回で、それぞれ商品のラインナップが変わります。いずれも、作り手の気持ちのこもった個性豊かな商品です。

この機会にぜひ奈良まほろば館にお立ちいただき、お気に入り商品を見つけてください!



●大和寒熟ほうれん草 ～冬の美味しい贈り物～

1月21日(土)～1月22日(日) 17:00

寒さ深まる奈良県の大和高原で寒締め栽培により糖度10度を超えたものだけが「大和寒熟ほうれん草」として出荷されています。近年の研究で大和寒熟ほうれん草には一般的な栽培方法のほうれん草よりルテイン*が1.6倍も多く含まれることがわかりました。

イベントでは大和寒熟ほうれん草の試食・直売と、最大産地曽爾村のオンラインストア「そにのわマルシェ」の「大和寒熟ほうれん草と大和肉鶏の特別鍋セット」の受注販売を行います。

※ルテイン:ブルーライトなどの光刺激から目を保護するとされる網膜(黄斑部)の色素



体験イベント

“まんなか・なら”の旅

～宇陀・桜井・橿原・明日香・高取を巡る!～

1月15日(日) 13:00～16:30

奈良県の真ん中に位置する宇陀・桜井・橿原・明日香・高取エリア。神話ゆかりの地や古代の都、1000年以上続く社寺など、多くの歴史スポットが点在しています。

今回はそんな“まんなか・なら”の「今」をご紹介します!各地の歴史を紐解きつつも、オシャレな授与品、参道のカフェ、インスタ僧侶?!など、今すぐ旅したくなる情報を奈良在住のホトケ女子がお届けします。イベント後半はデザイナーでもあるホトケ女子による「手描き“奈良仏アイコン”づくり教室」も開催。

講師:ホトケ女子 安達えみ氏(合同会社樫 代表)

定員:30名(応募多数の場合は抽選)

参加費:無料

問い合わせ先:奈良県町村会(TEL:0744-29-8253)

※申込期限は2023年1月10日(火)まで



奈良県伝統文化を親子で体験しよう!

荒時古墳出土埴輪の実測体験

1月22日(日) 14:00～16:00

日本が誇る奈良ならではの伝統文化体験を通して、今まで知らなかった日本文化のおもしろさに触れてみましょう。

講師:天理大学教授 桑原久男氏/天理市文化財課係長 石田大輔氏/奈良県立大学特任教授 山田修氏

定員:30名(応募多数の場合は抽選)

参加費:無料

問い合わせ先:奈良県伝統文化親子体験キャラバン
実行委員会「体験キャラバン」係
(TEL:0742-32-2115)

※申込期限は2023年1月6日(金)まで



奈良のいちごフェア

奈良県は関西随一のイチゴの生産地。生産者の高い技術力で美味しく育てられた奈良のイチゴは、多くのイチゴファンを魅了しています。今回のフェアでは、奈良のいちごが楽しめるイベントを開催します!

物販 1月27日(金)～1月28日(土)

※人気急上昇中の奈良県オリジナル品種「奈乃華」等の試食販売会を開催!

体験 美しくなる奈良のいちごセミナー

～奈良県産いちごの食べ比べ&いちごでつくる

美力アップ薬膳酒づくり体験～

本来薬膳とは薬食同源の考えのもとで、体調に合わせた食材を活用して未病を防ぐ食養生のこと。ビタミンたっぷりの「いちご」も美を叶えるための立派な薬膳食材です。奈良県で育まれた美力あふれるいちごを食べ比べ、いちごが持つ薬膳的な働きを学び、いちごをつかった薬膳酒作りが体験できます。ご自身で作った薬膳酒はお持ち帰りいただいて、2週間後にお楽しみいただけます。

1月28日(土) 1回目 13:00～14:00

2回目 15:30～16:30

講師:薬膳料理家/漢方カウンセラー
タナカ トウコ 氏

定員:各回30名

参加費:1,000円



イベントに関するお問い合わせは、

奈良まほろば館まで ☎03-5568-7081

※イベントの詳細は、奈良まほろば館のホームページで随時案内いたします。

※新型コロナウイルス感染症に伴い、内容が変更・中止になることがあります。

※各展示の最終日は閉館時間前に終了することがあります。ご了承願います。

裏面も
ご覧ください

2023年1月の講演紹介

月(曜)	時間	講演名	講演内容	講 師	定員 (名)	参加費 (円)	問い合わせ先
1月7日 (土)	14:00～ 15:30	「平忠盛と金峯山寺」 ～重要文化財『三郎鐘』 の銘文を中心に～	当山(金峯山寺)が所蔵する三郎鐘(さぶろうがね)は、保延6年(1140)、平清盛の父忠盛によって寄進され、吉野では奈良太郎・高野二郎と並び称される名鐘です。この鐘の銘文には、鑄造や鑄直(いなお)しの経緯が残され、鐘の鑄直しを勧進した金峯山寺の執行仁春(しぎょうにんしゅん)は金峯山寺の花供懺法会(はなくせんぼうえ)を創始した高僧高算上人の一門です。今回はこの銘文から高算上人とその一門の動向を考え、なぜ平忠盛は三郎鐘を寄進したのかを彼が立身した白河・鳥羽院政期の両法皇による吉野山での堂塔建立を踏まえて探っていきます。	総本山金峯山寺 寺史研究室文化財主事 池田 晶 氏	50	無料	奈良まほろば館
1月12日 (木)	19:00～ 21:00	お写経教室	奈良の法相宗大本山薬師寺から僧侶をお招きしお写経を行います。この教室ではお写経を行うだけでなく、僧侶による法話もごさいます。完成したお写経は、薬師寺の納経蔵に納められ永代供養されます。※お写経は般若心経又は父母恩重経、写仏をお選びいただけます。※道具はお貸しします。	薬師寺 録事 村上 定運 師	18	3,000	
1月14日 (土)	11:00～ 12:30	平城宮跡周辺の陵墓を巡る ～近鉄西大寺駅から佐紀古墳群周辺をご案内～	なぜ平城宮北辺の佐紀丘陵(古くは「奈良山」とよばれてきた)に巨大な前方後円墳がつくられたのか。高低差、佐紀古墳群の特性、ヤマト政権との関係、また巨大な古墳はすべて陵墓に治定されている等を追求しながらご案内します。 コースは、奈良市の「歴史の道」沿いに近鉄西大寺駅から、秋篠寺、神功皇后陵、成務天皇陵、称徳天皇陵、日葉酢媛陵(垂仁天皇皇后)、平城天皇陵、磐之媛陵(仁徳天皇皇后)、コナベ古墳、ウツナベ古墳をいろいろな視点でご紹介します。	奈良まほろばソムリエの会 青木 章二 氏	50	500	
	14:00～ 15:30	ならきたまち周辺の史跡を巡る ～奈良女子大から奈良坂周辺をご案内～	「ならきたまち」の歴史の見所を巡り、奈良時代の東大寺大仏をつくられた聖武天皇・光明皇后の陵を訪ねます。松永久秀築城の多聞城との位置関係を説明します。次に忘れられたような場所にある基親王(聖武と光明の子で1歳に満たず亡くなる)の墓を訪ね、当時の歴史背景を考え、次の平城京遷都の生みの母、元明天皇陵では、元明天皇はなぜ、薄葬(火葬した場所をそのまま墓とせよ)されたのか、又江戸時代後期まで陵の場所がなぜ不明だったのかを説明します。 コースは、近鉄奈良駅、初宮神社、奈良女子大、普光院、聖武天皇陵、光明皇后陵、基親王墓、元明天皇陵、元正天皇陵、奈良豆比古神社、般若寺、旧奈良監獄、北山十八間戸をいろいろな視点でご紹介します。		50	500	
1月21日 (土)	11:00～ 12:30	天武天皇と持統天皇 ～日本国を型づくった2人の天皇～	古代日本最大の危機白村江の戦いでの敗戦によってこの国の根幹は大いに揺らぎます。大国の唐が攻めてくるかもしれないという危機意識の中でより強い統治者と統治機構が求められるようになっていきます。 それらを背景に古代における最大の内乱「壬申の乱」骨肉の争いの壬申の乱を勝ち抜いた天武天皇と皇后の蘇我氏皇女(うののさらのひめみこ・後の持統天皇)の2人の天皇の治世に、どのように日本最初の都城である藤原京が計画・遷都され、また日本の国号と天皇(スメラミコト)が誕生し、古代律令国家が成立していったかをたどります。	奈良まほろばソムリエの会 会員 日本の国のはじまり 奈良(ヤマト)伝道師 岡田 充弘 氏	50	500	
	14:00～ 15:30	藤原不比等 ～日本国の誕生を支えた影の立役者～	現在の明日香村で中臣鎌足(後の藤原鎌足)の次男として生まれた史(ふひと)。 『日本書紀』や『続日本紀』などの史書に、「不比等」-比べる者がいないほど優れている-という名で登場するこの藤原不比等ですが、実は、その名に値するほどの働きをどのようにしたのか、わざと巧妙に隠されていたかのように、まるで霞(かすみ)がかかったように良くわかっていません。 そこで今回、その名に違わぬ働きを発揮し、大宝律令の編纂や平城京の建設などを通していかに古代律令国家の成立に貢献したかを探ります。		50	500	

奈良まほろば館より 講演を受講される方へのお願い

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から
右記のことについてお願いします。

1. 受付・開場は開始30分前から行います。受付前の講座室周辺での待機等はお控え下さい。
2. 受講の際には、咳エチケットを守り、手洗い・指の消毒、マスクの着用をお願いいたします。
3. 健康状態に不安のある方(発熱、咳、鼻汁、味覚・嗅覚障害等の症状に該当される方)は来館を控えて下さい。
4. 過去2週間以内に感染が引き続き拡大している国・地域への渡航歴がある方は来館を控えて下さい。
5. 感染拡大防止のため、講師のマスク着用や職員による道具の消毒、講座室の換気等を行います。

申込み方法

- ホームページ 奈良まほろば館のホームページ(URL:<https://nara-mahoroba.pref.nara.jp>)にアクセスいただき、「Event」の各講座のページからお申込ください。
※受講券等の発行はいたしません。 ※申込後にキャンセルされる場合は申し込み時に届いたメールに記載のURLよりお手続きください。

奈良まほろば館

〒105-0004 東京都港区新橋1-8-4 SMBC新橋ビル1階・2階

1F Shop/Cafe&Bar TEL:03-6263-9656 [OPEN] 11:00～20:00

2F TOKI(Restaurant&Bar) TEL:03-6228-5665

[OPEN] ●Restaurant / 火曜～土曜 12:00～15:30(L.O.13:00)、18:00～22:00(L.O.19:30)、日曜 12:00～15:30(L.O.13:30)

●Bar / 火曜～土曜 12:00～15:00(L.O.13:30)、17:30～22:30(L.O.food21:00、drink22:00)、日曜 12:00～18:00(L.O.food17:00、drink17:30)

[CLOSED] 月曜日 / 第2・第4日曜日

観覧案内 TEL:03-5568-7081

[OPEN] 平日(月曜～金曜) 12:00～17:30 土日祝:12:00～18:00



奈良まほろば館

■アクセス方法

- JR新橋駅銀座口より徒歩約3分
- 東京メトロ銀座線新橋駅1番出口より徒歩約3分



奈良まほろば館
ホームページ用
2次元コード

