

日本最古で最大の禅堂で行われる



春

から始める

京都の朝活

朝坐禅

東福寺 日曜坐禅会

とうふくじにちようざぜんかい



日中は参拝客でにぎわう東福寺も、坐禅参加者のみが境内に入れる早朝はしんと静まり返っています。最初に坐禅のやり方について説明があるので、初めてでも安心。ちなみに、坐禅の単位は「炷ちゆう」といい、1炷は線香1本が燃え尽きる時間のことだそうです。



【実施日】毎週日曜
 ※最新情報は公式HPを要確認
 ☎075-561-0087 ④6時30分～7時
 ④無料 ♀京都駅前から市バス208・88または大石橋(地下九条駅)から市バス202・207・208・58・88♀東福寺下車、徒歩約4分

「春眠暁を覚えず」の春こそ、早起きしておでかけしませんか。多くの人でにぎわう桜シーズンも、朝活なら混雑を避けてゆっくり満喫できますよ。



- 清々しい緑の楓が迎えてくれる
- 本堂と開山堂をつなぐ通天橋



地下鉄 + バス で
 スピーディかつスムーズに
 京都観光!

地下鉄・市バスの時刻表・路線図、
 地下鉄・バス1日券HPはこちら▶



【発売場所】市バス・地下鉄案内所、地下鉄駅ほか

大人 1,100円



小川珈琲 本店

おがわコーヒー ほんでん

言わずと知れた、京都のコーヒー文化を担う名店。本店では常時20種以上ものコーヒーが用意されています。京都産小麦のトーストや京都ぼーくのハムなど、地元食材にこだわったモーニングを提供。好きなコーヒーとともに朝のブレイクタイムを。

☎075-313-7334 ⑨7時～21時
(モーニング7時～11時・ランチ11時～14時) ⑨無休 ⑨京都駅前
から⑨バス205⑨西大路花屋町または
⑨太秦天神川駅前から⑨バス特27⑨
西小路花屋町下車、徒歩約5分

モーニングコーヒー



自分好みの
コーヒーが
きっと見つかる



コトチカ京都にある
「OGAWA COFFEE 京都駅店」も
朝7時から営業中!

日替りモーニング

Riversidecafe

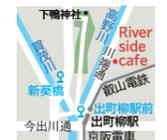
リバーサイドカフェ



下鴨神社近く東へ徒歩4分、1日3交代(朝・昼・夜)でお店が変わるタイムシェアスペース。ここでは訪れるたびに美味しいものとの出会いが。水曜日の朝に営業する「POLI」では、オリジナルスープを中心としたモーニングプレートを提供。ちょっと贅沢な朝食が味わえます。



●店内のモダンな雰囲気は時間が経つのを忘れさせてくれる
●店主自慢のオリジナルスープは週替わり。写真は牡蠣チャウダー



●店舗により異なる
●京都駅前から⑨バス205・4⑨新築橋または⑨バス4・17⑨出町柳駅前下車、徒歩約8分



メインは魚か肉か選べる。写真はお魚御膳940円

朝御膳

錦 平野 本店

にしき ひらの ほんでん

京の美味しいものが軒を連ねる錦市場にある惣菜店。丁寧にとられただしを使って、その場で焼き上げるだし巻きが人気です。そんな名物のだし巻きを含め、自慢の惣菜が堪能できる朝ごはん御膳がいただけます。京の台所で朝から食を満喫!

☎075-221-6318 ⑨朝ごはん8時30分～10時30分・ランチ11時～14時30分(LO14時)、テイクアウト10時～16時 ⑨1月1日、不定休 ⑨地下四条駅から徒歩約5分



店頭で焼かれる
ふわふわの
京だし巻き
1本900円



ライオンの給水口から出る冷水は、打たせ湯感覚で浴びることもできる

朝風呂 & サウナ

白山湯 六条店

はくさんゆ ろくじょうてん

高辻に本店がある人気銭湯の六条店。ありがたいことに週末は7時から営業しており、爽やかな朝風呂が楽しめます。ジャグジー風呂や電気風呂、日替り湯などの多彩な浴槽に加え、サウナも完備。サウナ後は、天然名水の水風呂が最高に気持ちいいんです。

☎075-351-2733 ⑨15時～24時(土・日曜、祝日は7時～) ⑨水曜 ⑨490円 ⑨地下五条駅から徒歩約10分



京都駅から近く
アクセスが便利

法輪寺

ほうりんじ



朝拝観

約1,300年前に行基が創建した古刹で、『今昔物語』や『枕草子』にも登場します。境内にある見晴台は、知る人ぞ知るビュースポット。嵐山のシンボル・渡月橋を眼下に、京都市内を見渡せます。まだ人がまばらな朝に、春めく京都を観に行きませんか。



法輪寺の舞台から桜を前景に嵯峨野を望む



☎075-862-0013 ⑨9時～17時 ⑨無休 ⑨無料 ⑨京都駅前から⑨バス28⑨阪急嵐山駅前下車、徒歩約5分

春の十三まいり

十三まいりは、数えて13歳の男女が幸福な人生を送ることができるよう祈願する成人の儀礼。春と秋に行われ、各地から参拝客が訪れる。

⑨3月13日～5月13日 (秋は10月～11月) ⑨御祈祷の受付9時～16時



十三まいりの様子。帰りは渡月橋を渡りきるまで後ろを振り返ってはいけないという言い伝えがある

くわしくはこちら▼

朝観光のススメ

京都観光Naviでは、早朝拝観ができる社寺や朝におすすめのイベント情報を紹介。いつもとは違う京都を楽しめる朝観光で、京都の魅力を再発見しませんか。



NEWS & TOPICS

京都で新生活を始められる皆様! / 市バスフリー定期券が便利です!

せつかく京都で暮らすなら、平日も休日も思う存分京都を満喫しましょう! 通勤・通学はもちろん、京都を代表する観光地にも、住んでみないとわからない穴場スポットにも、ショッピングにも、行先を決めないぐらり旅にもこれ一枚!



こんなに便利!!

- 市バスがほぼ市内全域乗り放題
- 休日のお出かけにも活用可能!

さらに

- ICOCA定期券なら
- 京都バス&西日本JRバスにも乗車可能です!
- 紛失しても再発行ができます!

まだまだあります! 便利やおトク!



便利! 持参式
ご家族・知人など
どなたでも利用できます!

便利! 通学以外の
アルバイトやお買い物にも利用OK!

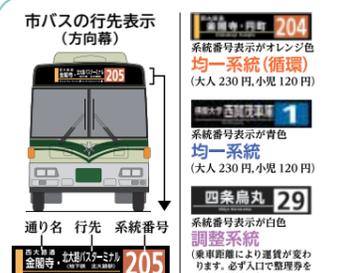
おトク! 土・日・祝日には家族割引も!
お盆・年末年始もOK!
同伴の家族は
大人100円(小児50円) (運賃は現金支払いのみ)

おトク! 学校と自宅間の乗車距離が2km以上
市バスがほぼ市内全域乗り放題!

この機会に、市バスフリー定期券のご利用をぜひご検討ください! 詳細は交通局HPもCHECK!!

市バスの乗り方の基本の“キ”

後ろのドアからお乗りください。運賃は後払いです。降車ドア 乗車ドア
※現金、ICカードのほか、地下鉄・バス1日券などの各種乗車券でもご利用いただけます。



市バス・地下鉄に関する問合せ ナビダイヤル ☎0570-666-846 (7時30分～19時30分)

4月からのお得なポイントサービス?



その名も「もえポっ」
ICOCA・PiTaPa対象
4月から始まる
ポイントサービス

もえポっ3つのサービス*
乗継ポイント
利用額ポイント
バスIC24Hチケット
市バス・地下鉄に乗るほどポイントゲット



京都市立芸術大学漫心創意部(漫画研究部)【ペンネーム】藁

マンガの制作は、京都市立芸術大学にご協力いただきました! 見える化する

Kotochika 通信

GEBACKEN (ゲベッケン) 竹田 稔

京・だし巻食堂は特製だしで焼き上げた、京風のだし巻き玉子とマヨネーズ、紅生姜がソフトなパンの中に入っています。

☎075-641-7069 (本社) ⑨月～金曜 7時～19時30分、土曜・祝日 8時～17時 ⑨日曜

※営業時間に変更となる可能性があります。詳しくは、店舗にお問い合わせください。

京・だし巻食堂 220円

ミュージアム & イベント Guide

市バス・地下鉄沿線の祭りや行事、イベントなどをご紹介します。

開催中
5/21(日)

せんおくはくこかん
泉屋博古館

企画展 光陰礼讃

—近代日本最初の洋画コレクション—

明治維新以降の日本において本格的な洋画収集の先駆けとされる住友洋画コレクションの中から、「光」を追い求めた印象派と「陰影」表現を追究した古典派の作品を中心に、これらの「光陰」に影響を受けた近代洋画の数々を紹介。

☎075-771-6411
🕒10時～17時
(最終入館16時30分)
🎫800円
📅月曜、4月25日(火)

おすすめアクセス

📍四條烏丸(地下 四條駅)から
市バ32📍宮ノ前町下車すぐ、
または📍京都駅前から市バ5📍
東天王町下車、徒歩約3分



招待券
プレゼント
10組20名様



クロード・モネ(モンソー公園) 泉屋博古館東京蔵



4/1(土)
30(日)

ぎおんこうぶかふれんじょう
祇園甲部歌舞練場

都をどり

京都の春の風物詩「都をどり」が7年ぶりに本拠地の祇園甲部歌舞練場で開催される。大改修で生まれ変わった新歌舞練場で、祇園甲部の芸妓・舞妓による華麗な舞をご覧あれ。

☎075-541-3391 🕒1回目12時～、
2回目14時20分～、3回目16時40分～
🎫4,000円～7,000円

おすすめアクセス

📍京都駅前から市バ206📍祇園
下車、徒歩約8分



4/2(日)

わらてんじんぐう(しきちんじゅ)
わら天神宮(敷地神社)

春季例大祭 北山お弓祭

(大弓奉納)

安産の神様として知られるわら天神宮の春の祭り。無病息災・家内安全・五穀豊穡を祈願し、境内の射場で6名の弓士が矢を放つ神事が執り行われる。

☎075-461-7676 🕒10時30分～ 🎫無料

おすすめアクセス

📍京都駅前から市バ205・50ま
たは📍北大路バスターミナル
《地下 北大路駅》市バ204・205
📍わら天神前下車すぐ



編集室より

プレゼント

地下鉄・バス1日券
地下鉄・市バスで効率よく
市内を巡ろう!...8名様



防災てぬぐい「そなえぬの」

用意しておくべき
防災用品が一目瞭然!
...5名様
※柄はランダム



全5種

〒604-8823
京都市中京区壬生松原町3-12
ひでみ企画内「おふたいむ」編集室宛
☎075-322-3717(土・日曜、祝日休業)
FAX:075-322-3719
e-mail:hidemi@gold.ocn.ne.jp

※当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

京都市交通局公式SNSも要チェック!

Twitter



Instagram



朝早く起きると、一日が長く感じられて充実感がありますよね。私も一時期モーニングにはまっていました!でもやっぱり二度寝が大好きです……。

7月号のテーマ

京の夏の風物詩

祇園祭を楽しみつこう

京都の7月といえば「祇園祭」!あなたなりの祇園祭の楽しみ方や祇園祭とあわせて行くのにおすすめのスポットなど、祇園祭をとことん満喫できる情報をお待ちしています!

※テーマは予告なく変更になる場合があります。予めご了承ください。

ミュージアム・イベント招待券、地下鉄・バス1日券、防災てぬぐい「そなえぬの」プレゼントへのご応募は、右記の宛先まで(1)住所(2)氏名(3)年齢(4)ご希望のプレゼント(5)おふたいむを入手した場所(6)上記テーマへのご意見、おふたいむへの感想を記入して、メールもしくははがきでお送りください。4/13(木)当日消印有効。

市バス・地下鉄のご利用に関するお問合せは、ナビダイヤル ☎0570-666-846

※掲載内容は2023年2月時点の情報です。

めざせ
京都通

京都検定 挑戦!

問1 平安建都1200年を記念して開いたのが始まりで、五花街の芸舞妓による年一度の舞踊公演会を何というか。(3級)

- ア 都の賑い
- イ 都をどり
- ウ 京おどり
- エ 鴨川をどり

問2 花の散る時期に疫病が蔓延することから、4月18日に鎮花祭を行うところはどこか。(2級)

- ア 出雲大神宮
- イ 今宮神社
- ウ 鞍馬寺
- エ 随心院

問3 昭和11年(1936)、大林組の木村得三郎による設計で、和風屋根を重ねた外観が特徴的な、帝国ホテルが開業する予定の祇園甲部歌舞練場内にある建物は何か。(1級)

※本問題は「京都・観光文化検定試験」第19回の問題より抜粋しています。
※「京都・観光文化検定試験」「京都検定」は京都商工会議所の商標です。
▶答えは左下です。



“もしも”にそなえて まず一枚

防災てぬぐい

株式会社ひでみ企画
京都市中京区壬生松原町3-12
☎075-315-3611

※画像はイメージです。実際の商品とは異なる場合がございます。



WEBにて
販売中!!

890mm×350mm
税込 1,000円



そなえぬの for dogs / cats

ZOOM UP!

ZOOM UP!

そなえぬの for men / women