

日本一短いアーケード

御旅市場 第80回

御峰山 商店街

フリーマーケット

開催日 平成27年 12月5日(土) 時間 午前9時30分～午後1時30分
場 御旅市場アーケード内 次回は、3月5日(土)開催予定

出店者のみなさん

お楽しみ企画「満腹100円市」もやっています！

京丹後で収穫された海の幸・山の幸と、京丹後市内で製造された製品を集めました。

地元生産者の直売だから安心・安全！
選んで会話して、楽しいお買物を。

★出店者さん随時募集中！

京丹後市内の各種業者個人の方、度出店してみませんか？
☎6210771までご連絡ください。

- 網野町 小石原農園 TEL 720001
- 丹後町 佐七商店 TEL 720004
- 網野町 NPO法人 エコネット丹後 TEL 721167
- 峰山町 羽衣ステーション TEL 620000
- 大宮町 赫三郎茶房 TEL 620000
- 峰山町 黒田てんぶら店 TEL 620000
- 大宮町 (株)いとめ TEL 640000
- 峰山町 モツベン×カンティーナ TEL 620000
- 久美野町 大道グルメ園芸研究所 TEL 800000
- 丹後町 亀井商店 TEL 750000
- 大宮町 パティスリードゥー TEL 620000
- 弥栄町 野間亭 TEL 660000
- 丹後町 丹後町朝市の会 山本桂輔 TEL 720000
- 峰山町 陽き亭 TEL 720000
- 網野町 ひものやよびさん TEL 720000
- 峰山町 ベーカリー パオサド TEL 620000
- 弥栄町 山孝農園 TEL 620000
- 峰山町 ミート新井 TEL 620000
- 網野町 (有)京丹後ふるさと農園 TEL 620000

★お知らせ ◎皆様のご要望により時間を30分早め、開催時間を午前9時30分～午後1時30分としました。◎フリーマーケット開催当日の駐車場には「千歳特設駐車場」をご利用ください。

御旅市場カフェ

京都縦貫道全線開通記念 限定500本

祝開通 多岐川カサネまつり

★一等丹後産コシヒカリ米
★二等地元産干魚等詰め合わせ

会場内でのお買上げ500円につき抽選補助券1枚を進呈
抽選ができません
時間 午前9時30分～ 場所 おたのしみカフェ前
予定数に達した時点で終了となります。ご了承ください。

長生さあむすじ

【製造】御丹後産にらちんナムメ(天竺野苣) 午前9時30分
【販賣】御旅市場内 から限定販売

- ★(有)京丹後ふるさと農園
つるりんめんは京丹後市産の農とコシヒカリ米を使った乾麺です。つるりんめんと食べられるので食が進みます。試食販売しますので、味と食感をぜひお試しください。
- ★NPO法人エコネット丹後
身体にやさしいオーガニック人参、大根、さつまいも、ごぼうを販売します。おいしい野菜をたくさん食べて、健康的な身体にリフレッシュしましょう。
- ★佐七商店
とれたてのカニを使ったカニ飯とカニ汁を販売します。旬の味を楽しんでください！

長生きの知恵

【コラム】VOL.28
「頭痛の話」その2 他の病気を原因としない頭痛を一次性頭痛と言います。筋緊張性頭痛、群発頭痛、片頭痛が挙げられます。筋緊張性頭痛はストレスや運動不足が原因で、肩凝りや眼精疲労に伴って頭全体が締め付けられる様に痛み、ストレス解消と共に抗不安薬や筋弛緩薬で治療します。群発頭痛は20～30代男性に多く、季節の変わり目の就寝後など決まった時間帯に片目の奥が激しく痛む頭痛です。

20～40代女性の20%近くが思わぬ頭痛は、月に数回脈打つように強く痛み、吐き気やめまいを伴い寝込んでしまうこともあります。「トリプタン」という薬が発病治療薬として有効で、予防薬も数種類あります。女性ホルモンとの関連が強く生理前や排卵前に起き易く、チーズや赤ワイン、中華料理などの食べ物で誘発されることもあります。また片頭痛は子供時代には「周期性嘔吐症」という胃腸症状、晩年には頭の中で弾が鳴く様な雑音が聞こえる「頭鳴(めいめい)」という別の症状で現れることもあり、頭痛は鎮痛薬の乱用で更に悪化しやすいため、適切な診断と治療が必要です。
【執筆】丹後中央病院消化器内科 浜田晴彦
食道・胃・大腸・胆道・膵臓内視鏡の検査治療が専門



おたのしみ 模擬店

御旅市場名物

- 大判焼
- ソーズ香ばしい
- やまもそば
- ほっとあったか
- コーヒー

座席を用意しています。ゆっくりお寛ぎください。

主催：峰山御旅商店会 後援：京丹後市・京丹後市商工会



- やまぞえ花店 ☎6200510
- ほろいーみ店 ☎6200468
- 赤岩織物店 ☎6200363
- 中川印刷 ☎6210771
- 株二ムポート ☎6203253
- 西垣陶器店 ☎6200597
- 眞田中商店 ☎6200165
- 三木食品店 ☎6200164
- 今西洋服店 ☎620105
- 陽き亭 ☎620000
- ファイテン ☎6200355
- PG PLANE ☎6201601

