

アステンより\ありがとう!/のFINAL

## ASTEN



ASTEN PEOPLE [ 鳥谷ひとみ ]

アステン5つ星 special [ 特別な日に、特別な人といひものを ]  
しずおかキッチン [ 桃とブラータチーズのアールグレイマリネ ]

ASTEN FINAL特集 [ 「女性に響け」思い込めた18年 ]

ODEKAKE GOURMET  
KODAWARI SELECTION

## 200号ファイナル。

2005年にスタートしたアステン、いよいよ最終号です。

読者の皆さま、広告主の皆さま、長くお付き合いいただきありがとうございました。

創刊当初、

アステンの広告は商品の広告ではなく、会社やお店の思いを届ける広告です、とお伝えしていました。

「アステンに広告を載せるのがうちの誇りだから」というクライアントの声は

制作チームをハッとさせる効果バツグン、みんなでがんばってきました。

すぐに答えを見つけたい、デジタルで結構、紙は面倒、という一方、

ページをめくる楽しみ、写真をゆっくり眺める時間、

答えを出すのはちょっと保留にしておこうという余裕も、なくしたくない私たち。

やっぱり何度でも「大人の白は覚悟の白」(アステンVol.5)、

またワクワクしながら歩きはじめます。

18年間ありがとうございました。

**ムッシュの技が完全集中！ 長年ファンを魅了し続ける逸品**

6時間かけて下処理した後、煮込むこと4時間。熟練の技と手間を惜しみなく注いだホホ肉は、箸で切れるほど柔らかいのに肉感もしっかり。その秘密は肉質、脂身、ゼラチンの絶妙なバランスにあると言う。その美味しさに何度食べても打ちめされてしまう。

**和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI (モイズミ)**

静岡県葵区池ヶ谷7-5 ☎054-247-1338  
11:00~14:00 17:00~21:00(土日ランチあり)  
P6台+提携あり 水曜定休



**数量限定！ 完熟いちじくを丸ごと使ったフレンチトースト**

生産者の小澤さん(静岡市)に、食べごろまで樹で育ててもらった完熟いちじくを1個丸ごと使ったぜいたくフレンチトースト。濃厚ホイップと自家製チーズムース、メイプルシロップを絡めて召し上がり。コーヒーはセットで半額。深めのグアテマラがおすすめ。

●「完熟いちじくのフレンチトースト」1,000円

**けのひ堂 焼津店**  
焼津市西小川1-11-9 ☎054-626-8886  
8:00~21:30(L021:00)  
P20台 無休 けのひ堂

●テイクアウト限定「タンドリーチキンサンド」。単品600円。セット(サラダ、フライドポテト、オニオンリング、ドリンク)1,000円




**静岡市街地を一望できる素敵な空間で**

月替わりのメインメニューから1品選ぶと菜園ビュッフェデザートビュッフェ+ソフトドリンクバーが食べ飲み放題。春・夏はしらすの盛り放題スパゲッティ、秋・冬は山盛りいぐらのクリームソーススパゲッティ。毎月変わる豪華メニューをお楽しみに。

●地元農家のお野菜を使ったビュッフェスタイル

**Cafe&Restaurant Temboo**  
〒422-8033 静岡市駿河区登呂3-1-1  
静岡新聞放送会館 17F

●夜は夜景




**お盆の法要はさわの二段重高級お弁当で食事しながら故人を偲ぶ**

暑い夏の法要に、故人を偲びながら、さわの二段重高級お弁当を味わってみては。夏の食材をそろえ、おもてなしのところでお届け。5個以上で藤枝から静岡、清水の指定場所、時間に配達。電話予約2個より。価格3,240円~6,480円、応相談。

●写真は 4,320円の慶弔用お弁当  
●店内では急な払いの席や法要料理もOK

**天空の和 dining さわ**  
静岡市葵区昭和町 6-2 アイワンビル 10F  
ご予約・ご注文専用ダイヤル ☎0120-301-450 ☎054-254-1450  
不定休 ①11:30~14:00(L.013:30) ②17:00~24:00(L.023:30)

7階 会場イメージ




**成婚実績多数！静岡で婚活するならエンマレッジへ**

7日に1組の成婚率を誇り、静岡で結婚したい人におすすめのエンマレッジ。客観的な視点での確かなアドバイスをしてくれるので、アプリでうまくいかなかった、本気で相手探しをしたい人、一人での婚活に限界を感じている人はぜひ相談を。全国規模のネットワークに複数加盟しているため、海外・国内への転勤や引越しがあっても継続して活動できるので大丈夫。WEBサイト記載の400件以上の成婚エピソードを読めば、その実力がわかるはず。

●2022年上・下期IBJアワード受賞  
●BIU成婚実績最優秀賞(プラチナ)受賞 ●婚活トライアル2カ月11000円

**静岡の結婚相談所エンマレッジ**  
静岡市駿河区南町19-10-302(JR静岡駅から徒歩3分) ☎054-289-2826  
11:00~20:00(予約制) 沼津・三島サロン、浜松サロンあり エンマレッジ



**ロレックスなら壊れても12万円以上で買取保証！**

ガラスが割れている、ベルトが切れているなど、ロレックスならどんな状態でも必ず12万円以上で買取中！

●出張買取も無料。自宅に来てくれるので気軽に電話で相談を。

**買取大吉 イトヨーカドー静岡店**  
静岡市駿河区曲金3-1-5 イトヨーカドー静岡店1F ☎0120-30-5670 10:00~20:00  
年中無休 https://daikichi-kaitori.jp/ 古物商許可番号 第449115A000019号




**小中学校必須授業 プログラミング教室開催**

静岡県産業経済会館(指定管理者:静岡ビル保養株式会社)は、小中学生向けのプログラミング教室を開催する。はじめてのプログラミングに最適なScratchを学び、検定試験に合格できる能力取得を目指す。

●期間・回数:2023年9月~2024年3月(計20回)  
●受講料:月謝制 8,000円(税込)  
●申し込み先:静岡県産業経済会館 管理室(☎054-273-4330)  
●応募期限:8月20日(日)

詳細は、静岡県産業経済会館ホームページより

**静岡県産業経済会館**  
(指定管理者:静岡ビル保養株式会社)  
【会場】静岡県産業経済会館3階 第3会議室(利用状況により変更あり)  
静岡市葵区追手町44-1 ☎054-273-4330




**チャッキー先生の漢方講座**

第29回 漢方の知識は日常に採り入れると毎日が少しラクになるアイテム?!

夏の暑さが体に堪える、やる気がない、体にパワーが足りない、お腹が冷えて下痢になった、代謝を良くして発汗を促したい、食べ過ぎ・飲み過ぎでつらい、心臓が疲れている気がする、肩こり・頭痛・動悸がひどい、体がぎざぎざする……。これらは夏に増えてくる相談内容です。中医学では悩みの原因がどこにあるかを考え、それに合わせて生活改善を提案したり、積極的に摂取した方がいい食べ物についてもお伝えしたりしています。ハードルが高いように思われる漢方薬局ですが、実は知っておくと日々の生活がラクになる情報が満載なのです。一度ぜひご相談に来てみませんか。思いもよらないことが原因で、実は症状を悪化させているかもしれませんよ。

**漢方の熊猫堂薬局**  
静岡市葵区瀬名中央4-2-4(スーパー富士屋瀬名店前)  
☎054-262-2345 10:00~18:00  
日曜・月曜定休 Pあり http://www.kumanekodo.com



空気にも食べ物にも  
**意外と身近な「放射線」**

SBSラジオ「IPPO」で7月、暮らしの中の身近な放射線について知識を深める番組が3週にわたって放送されました。これを受けて、番組で講師を務めた東京都市大学理工学部原子力研究所 客員教授の岡田 佳子さんを招き、アステンサポーターとの座談会を開催。コーディネーターはフリーアナウンサーの長谷川 玲子さんが務めました。

**放射線セミナー 講師・プロフィール**  
岡田 佳子さん

東京都市大学理工学部原子力研究所客員教授、原子力委員会委員(非常勤)、日本大学農獣医学部水産学科学士、千葉大学博士(理学) 修得、高純度材料や考古学資料の微量元素の分析や福島支援(20 km圏内の放射性物質測定、放射線教育など)、赤城大沼水の放射性物質の測定にも力を注いでいる。





**私たちの身の回りに存在する**

この世界のあらゆる物質を構成する「元素」。地球上にある約90種類の元素には、安定なものや不安定なものがあります。そして、現在も10種類以上が不安定な元素として地球上に存在していて、その元素が安定になろうとして出すのが「放射線」です。私たちは毎日の暮らしの中で、空気、大地、宇宙、食べ物から放射線を受けています。

**長谷川** 放射線という言葉はよく知られていますが、私たちの身近なところから日常的に受けていることはあまり知られていないですね。

**岡田** そうですね。空気や食べ物のように体内で放射線を受けるものもあれば、大地や宇宙からと、外から受けるものもあります。

**山本** レントゲンのイメージから放射線は人工的につくられているものかと思っていたので、自然界に当たり前にあることが意外でした。

**小泉** 放射線と放射能はどう違うんですか?

**岡田** 放射性物質から放出される粒子や電磁波のことを放射線、放射能を出す能力を放射能といいます。熱いお湯を不安定な元素に例えると、熱いお湯が湯気を出して冷めていくように、放射線を出して元素が安定していくのです。

**フリーアナウンサー 長谷川玲子さん**

でも活用されています。たくさんの水分を吸収する紙おむつの材料や、高品質な自動車のタイヤを作る際にも放射線の力を利用しています。

**岡田** 最近ではくっつきやすく、剥がれやすい、皮膚を再生するばんそうこの製品開発にも利用されています。

**長谷川** 肌に直接触れるものにも放射線の力が使われているんですね?

**岡田** 放射線を産業で活用する際は、材料や製品を作る時に放射線の力を利用するだけで、出来上がった製品から放射線が出るわけではありません。安心して使ってください。

**長谷川** 比較的新しい治療法として、核医学治療があるラジオ番組で岡田先生がおっしゃっていましたね。

**岡田** 薬の中に放射線を出す元素を入れ、がん細胞の近くから放射線治療を行うものです。

**山本** 直接体内に放射性物質を入れて治療するというのは初めて知りました。驚きです。

や友達に伝えたいです。

**岡田** 大事なものは正しく恐れること。放射線量が増えれば危険ですので専門家や技術者には適正利用を求めつつ、自分自身も正しい知識を身に付けて判断してほしいですね。

※Sv(シーベルト)は、人が放射線を受けた時、人体にどのくらいの影響が出るのかを表す単位。1Sv=1,000mSv。

**アステンサポーター 山本実幸さん**




**正しい知識を身に付け、判断することが大切**

日本では自然界から1年間に平均2.1mSv(ミリシーベルト)の放射線を受けています。これは健康への影響を心配する必要のないレベルです。実は自然界からの放射線の中では、食べ物から受ける放射線量が最も多く、1年間の平均で0.99mSvとされています。

**山本** お茶や魚など、食べ物には放射性物質のカリウム40が含まれていると聞きましたが、毎日摂取しても大丈夫なんでしょうか?

**岡田** カリウムは人間にとって必要不可欠な栄養素で、ほぼ一定の割合で体の中に保たれます。体に必要な栄養素をしっかり摂るためにも、さまざまな食材をバランスよく食べることが大切です。

**小泉** ちゃんとした知識があれば、むやみに怖がらなくていいんですね。今日学んだことを家族

**医療・産業で活用 近年は「核医学治療」も**

放射線は医療現場で利用されているほか、産業

**アステンサポーター 小泉尚美さん**

**読者プレゼント!**

この記事を読んで、もっと知りたいことや役立つことなど、感想を寄せてくださった方の中から抽選で5名様に「静岡県産お米 きむむすめ 2kg」を差し上げます。

**応募方法**

氏名、郵便番号・住所、電話番号、年齢、ご意見をGoogle Formsにてお送りください。2023年8月18日(金)締め切り。

※発送をもって当選の発表とさせていただきます。




それぞれのライターが企画から練り上げた巻頭特集。「らしさ」を貫いた尖った記事は、読むのも書くのも好きでした。涼を求め、山や川で体当たり取材した2018年夏。今より5歳若かった私は、早朝ランニングで起きてから取材に臨みました。しずくに覆われた岩間やマイナスイオンたっぷりの滝、水流を体で感じたカヤック。静岡の豊かさをぎゅっと詰め込んだ特集でした。好奇心の塊だったアステン。本当にありがとうございました。



コピーライター  
大楽真衣子

2018年7月号/特集「この夏、わたしは「涼感ハンター」」

アステンの記事を見て、デート場所を決めたことがあります。

読者アンケート  
もーちん

読者アンケート  
海ブドウ

毎号、届く頃になると首を長くして、待ち焦がれていました。ずっと楽しみにしていて、有難うございました。

数々のユニークな方々との出会いがありました。美術館特集で出会った学芸員さんたちは、企画展にかける知識量も思い入れもぎゅっと濃密で、記事そのものが学芸員さんとのコラボ作品みたいになって、ワクワクしながらことばを練り上げたことを覚えています。デザイナーさんがひとひねり効かせた写真撮影も面白かったな。アステンに関わったすべての皆さまに、感謝。

コピーライター  
中津川由佳



2016年11月号/特集「美術館のエピソード0」

「お出かけグルメ」を担当して9余年。この間、時代に合わせた色々な変化し、挑戦を続けるご店主の皆さんの勇姿に、いつも刺激をいただいていた。想いを届けるための手法は時代によって変われど、大切なのはつくり手の心構えだと気持ちを新たにしています。アステンを通じたたくさんの出会いに感謝!

コピーライター  
川端葉子

「女性向けの新雑誌」という指示の下、自分以外はすべて女性だけの社内外混成チームを結成し、コンセプトから話し合せて産み出したのが、「アスタリスク10」。30代女性をターゲットに、子供や旦那や家庭のことは一切話題にせず、ひとりの女性としての生活を提案するデザイン性の高い情報紙にするために、侃々諤々の日々でした。ここまで継続できたのも、読者・クライアントの皆さんに支えられたお陰です。ありがとうございます。

アステン立ち上げメンバー  
知久昌樹

私の誕生日祝い「Temboo」で食事した事が、きっかけでした。とにかく夜景がきれいで、本当に感動しました。そのお礼を投書した番子がアステンでした。その時、日清食品の品物を頂いた記憶があります。それから新しいお店の開拓、アステンへのアンケートや感想のメール...いつからか日課になっていました。まだ知らないお店がたくさんあります。そして、お気に入りのお店を見つけたんです。今まで、本当にありがとうございました。また会える日まで...

読者アンケート  
クロママ

アステンは私にとっていつも素敵な出会いの場だった。お店と人からたくさんのメッセージをいただき、ライターとしてそれを読者のみなさまにお届けしてきた。誰かの出会いと発見、そして希望につながっていら嬉しい。

コピーライター  
河田良子

読者アンケート  
capulus

平成22年3月6日号から特に気に入りだし、孫が産まれてからあの子に1つ贈り物で、ミニピアノP-32を購入させてもらったりしました。後は風呂敷を購入したいと思いつつ3年経ってしまいましたが次の購入予定リストにあがっています。ファイナルと聞いたので送らせて頂きました。ありがとうございます。

## 200号 FINAL 「女性に響け」思い込めた18年

18年間支え続けてくれた「仲間」たちからアステンへの思いを寄せてもらいました。

2008~11年、18~20年に、企画営業メンバー  
加島奈保子  
スローフードという言葉がまだ新しかったあの頃、表紙の撮影で使った農薬不使用の大根を持ち帰り、葉っぱから根っここの先までしっかり美味しくいただいて...18年間、アステンで知ったヒト・コト・モノ(そして大根)は今の私を作ってくれました。このファストな時代に、少し立ち止まって考える、そんなスローをアステンがくれていたんだなと思います。

デザイナー  
岡島康子



2006年1月号/特集「あけて、スローフード」

次の特集は色をテーマにしよう、それも「白」がいい、と言いつつは誰だったか。タイトルは「大人の白は覚悟の白」。友人と、人はなぜお洒落をするのか、なんて話しているときの彼女の言葉からいただいた。白は確かに、汚れが目立たなくて便利という軟弱な色じゃない。あえて選ぶところに、何か人の見事さがある。白革の手袋を置いた表紙は、グレイに黄色文字。デザイナーさんの、これも覚悟の配色だったと思う。

編集&コピーライター  
トナカイ



2006年2月号/特集「大人の白は覚悟の白」

育児休暇からの復帰初日。入社と同時に当時の部長に呼ばれ、アステンの初編集会議に加わるようになったあの日のことのように思い起こされます。新聞でありながら、新聞らしくない情報紙を。スタイリッシュな写真や美しいデザイン、心に寄り添うようなコピーを紡ぎ出すスタッフたちとアステンを創り続けた時間は、私にとって、大切な宝物でした。これまで読んでくださったみなさま、本当にありがとうございました。

アステン立ち上げメンバー  
金原朋子

うちの長男が今年で18歳になりました。生まれて数ヶ月で焼津に引っ越してきてとてもとても不安で寂しかった頃。九州生まれの私には馴染みのない土地でしたが、アステンのキラキラした表紙と前向きな記事にとても元気をもらいました。その数年後に引っ越した藤枝でもアステンを愛読できたので昔からの友達みたいなかけがえのない存在です。お店情報に疎かった私は切り抜いたり写真にして夫と共有したり。本当にありがとうございました! 静岡の「キラリ」をたくさん教えてくれて感謝の気持ちでいっぱいです。

読者アンケート  
ことごとり

## ASTEN FINAL プレゼント!

応募方法

ご希望の商品/お名前/年齢  
郵便番号/住所/電話番号/アンケート  
Google Formsにてお送りください



アステンからこれまでの感謝を込めて...アンケートに答えてくださった方の中から抽選でご希望の商品をプレゼントします。応募締切: 8月18日(金)まで

01  
5名様



木のお皿(ウッドプレート) [全額]

02  
10名様



完全メシ カレーメシ 炊飯カレー  
6個セット  
[日清食品]

03  
10名様



手軽に飲める ぐらしかる流  
水出しコーヒー(50g×3個入)  
[ぐらしかる]

04  
6名様



午後の紅茶 3品 (ストレートティー  
ミルクティー/レモンティー)  
各4本 計12本セット  
[キリンビバレッジ]

05  
10名様



CookDo 3品  
(回鍋肉/麻婆茄子/四川式麻婆豆腐)  
[味の素]

06  
10名様



果汁グミ2品(ぶどう/梨) [明治]

07  
5名様



夏季限定 本造り(200g)&  
ティークッキー(50g) [高柳製茶]

\*ご記入いただいた個人情報は静岡新聞社で管理し、商品の発送および、よりよい紙面を作るための資料とさせていただきます。以外に使用することはございません。これを免状のため以外に外部に提供することはありません。

## KODAWARI SELECTION

もしも電気代が下がったら...  
太陽光・蓄電池の専門家

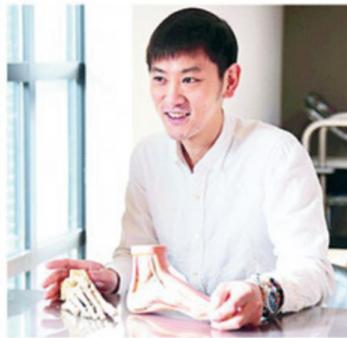


電気代の上昇は家計に大きな負担。太陽光・蓄電池の導入で電気代が大幅に安くなることも。導入費用を含めてコスト計算してもらい、電気代を見直してみませんか? まずはメール・電話で気軽に相談を!

- 創業26年。委託なしの自社施工の販売店
- メンテナンスも自社で行うので将来も安心

スリーエフサービス(SBSリフォームプラザ内)  
静岡市駿河区桃園町1-1 SBSマイホームセンター  
静岡展示場内 ☎0120-74-3050  
(電話受付時間9:00~18:00、土日祝を除く)  
ホームページの問い合わせフォームのほか、  
shizuoka@tf-service.co.jpからメール相談も可能  
スリーエフサービス

その痛みや不調、足元が原因かも? 足の状態を精密測定するインソール専門店  
アステン限定でカウンセリングが無料!



オーダーインソール専門店 FIT.LAB.(フィットラボ)

【静岡店】静岡市葵区本通3-23-1 チサンマンション本通101 ☎054-252-2800  
【清水店】静岡市清水区天神1-2-1 ☎054-363-0008  
【両店共通】10:00~19:00 水曜・木曜定休 http://www.fit-lab.com

オーナーの榊原さんは怪我が原因で歩行困難になり、病院、整体、鍼灸、指圧、カイロプラクティックとさまざまな方法を試したそう。結果、フランスでインソールを学んだことで、不調が改善。自らが痛みと辛い経験をしたことで、同じ悩みを持つ人の力になれればと、15年前にフィットラボを開業した。今では全国からお客さまが来店するお店に。「その場しのぎの対処療法では原因解決は難しい。不調の原因が何かを探る必要がある。『痛みの借金』をなくしてあげたい」と榊原さんは話す。フィットラボのカウンセリングではベッドに横になった状態で足の長さを計測し、足の向きの角度を測るなど、時間をかけて精密測定を実施。その充実したカウンセリング内容に驚く人も多いそう。「何をやっても改善しない、予防方法がわからない。そんな方に正しい知識を身につけてインソールを使ってほしい」。歩くこと立つことなどの不調相談に応じられるフィットラボを訪れてみては。作製の流れや利用者の声、インソールの大切さがわかる情報満載のホームページは要チェック。

- 電話か来店でカウンセリング予約
- オーダーインソールは20,000円前後 ●室内履きも作成可能
- アステンを見たで、各店先着3名様まで初回カウンセリングが無料に(通常は11,000円)



## RENEWAL LUNCH MENU ゆっくりランチしませんか?



LUNCH SET ¥1,430 [税込]

バリエーション豊富な料理とドリンク & ミニサラダのお得なランチセット



SET DRINK

セットドリンクも種類が豊富  
・アメリカノ  
・カフェラテ  
・ティーラテ  
・シトラスピーチティー  
・レモネード  
・ジンジャーエール  
・オレンジジュース  
etc.

LUNCH SWEETS

追加料金でスイーツ付きにも  
・ガトーショコラ  
・チーズケーキ  
・パニナアイス  
・チョコバナナワッフル  
・キャラメルワッフル  
etc.

SHOP INFO

ゆったり広々空間で

ランチを楽しめる

This Is Cafe 4店舗

This Is Cafe 静岡店

静岡市駿河区高松 3093-27

TEL: 054-266-5500

This Is Cafe 清水店

静岡市清水区 入船町13-15

TEL: 054-625-5822

This Is Cafe 袋井店

袋井市久能 1912-1

TEL: 0538-31-5870

This Is Cafe 藤枝店

藤枝市菜地 546-1

TEL: 054-639-9695

This Is Cafe 2023.12.31まで

ランチ限定割引クーポン

¥200OFF

※他割引サービスとの併用はできません。ランチセットのみご利用可能です。



ご褒美ジュエリーに  
自分への

特別な日に、特別な人と  
いいものを

誕生日や記念日など特別な日には、いつもより  
ちょっと背伸びして、おしゃれして  
素敵なお出合いを。

【タカラ堂静岡本店】  
LINEA(リニア)ネックレス  
Sサイズ ¥93,500〜 Mサイズ ¥121,000〜  
Lサイズ ¥198,000〜

一列に敷き詰められたダイヤモンドやカラー  
サファイアが繊細な輝きを放つ、ポンテヴェキ  
オの新作ネックレス。トップは縦と横の2way  
で付け替えが可能。サイズ・カラー違いの重ね  
付け、お揃いのピアスとのコーディネートもで  
き、シーンや洋服に合わせて自由に楽しめる。  
S・M・Lの3サイズ、各4色。

静岡市葵区東照町2-4-4  
tel./054-254-0141  
営業/10:30~19:00  
休/水曜(営業日あり)  
P/東照町本店街駐車場  
(サービス券あり)

夏だけの特別な味わい

【pâtisserie irisé  
(パティスリー イリゼ)】  
宮古島マンゴースペシャルタルト ¥850

2022年11月オープン。旬のフルーツを使った  
ケーキを得意とする、カフェ併設のパティス  
リー。この夏は甘みの強い宮古島産マンゴ  
をたっぷり使ったタルトが新登場。サクサク  
したタルト生地にカスタードクリームとマン  
ゴーを乗せ、ココナッツ風味のクッキーが南  
国ムードを添える。8月までの期間限定。

静岡市葵区人宿町2-4-20  
tel./054-270-8880  
営業/10:00~17:00 宗全・土曜~18:00  
休/水曜 P/なし

【牧之原本店】  
牧之原市勝田2310-4  
tel./0548-27-2325  
営業/9:00~17:00  
休/無休 P/15台

牧之原産深蒸しかぶせ茶葉をふんだんに使用し、1日にわず  
からリットルしか生産できない特殊な製法でつくられたプレ  
ミアムなボトリングティー。淹れ方に左右されずに、深蒸しか  
ぶせ茶ならではの濃厚な香りとうま味を堪能できる。1902  
(明治35)年創業の高柳製茶の仕上げ技術とノウハウが惜し  
みなく注がれた逸品。特別な贈り物やおもてなしに。

【高柳製茶】  
牧之原の華茶「金印」(720ml・個購入) ¥21,600

ハレの日に乾杯したい高級緑茶飲料

【旬輝(しゅんき)】  
おまかせコース 写真見一冊  
昼 ¥6,800〜、夜 ¥8,800〜

静岡市葵区大岩1-6-48  
tel./054-297-3897  
営業/11:30~14:30、  
18:00~22:00(要予約)  
休/火曜、毎月最終月曜  
P/3台

本気の「髪質改善」に挑戦!

髪や地肌だけでなく、健康や環  
境にまで配慮して「素材美」を  
追求する美容室。今回はアステ  
ン読者のために「デトックス+髪  
おトリートメント+ヘッドスパ」  
のスペシャルプランを用意。一  
人に合わせたヘアケア提案を行  
い、通常18,700円を11,000円で  
提供してくれる。「アステンを見  
た」と予約して。

【TEAR Aveda (ティア アヴェダ)】  
素材美スペシャルプラン ¥11,000

静岡市葵区東照町1-7  
静岡伊勢丹コリドー5-2F  
tel./054-251-8833  
営業/10:00~19:00  
休/伊勢丹に準ずる

記念日を彩るおいしい幸せ

大切な人を連れて行きたくなる、住宅街の中の隠れ家フレンチレストラン。シェ  
フ・有馬さんが生み出すのは、フランス料理の技法をベースにしたつつも既存の  
枠にとらわれないひと皿。季節の素材を活かしたやさしい味わいに、口の中に幸  
せが広がる。風情のあるカウンター席で、シェフとの会話を楽しむのもいい。

【旬輝(しゅんき)】  
おまかせコース 写真見一冊  
昼 ¥6,800〜、夜 ¥8,800〜

静岡市葵区大岩1-6-48  
tel./054-297-3897  
営業/11:30~14:30、  
18:00~22:00(要予約)  
休/火曜、毎月最終月曜  
P/3台

島谷ひとみさん / 歌手

美しく伸びやかな歌声が象徴的な歌手、島谷ひとみさんが静岡にやってくる。  
8月19、20の両日、静岡市葵区の駿府城公園で行われる「駿府城夏まつり」で、  
19日のライブステージに出演する。歌への思いなどをインタビュー!

Q.記憶に残る仕事はありますか。  
どんな内容でしたか。

初めてのライブです。「亜麻色の髪の乙女」を7枚目のシングルでリリースしまし  
た。その後、初めてのライブが決まりました。デビューしてから初ライブが遅かった  
ため、島谷ひとみというアーティストが、初めてファンになってくださった方や応援  
してくださる方前でステージをやるというプレッシャーに押しつぶされそうであ  
った。逃げるなら今。「やるなら本気でこのステージを成功させなければ!」とご心  
が震えたのを覚えています。ライブ終了後は涙が止まりませんでした。ここで本当  
の意味で覚悟ができた気がしています。

Q.コロナ禍での音楽(芸能)活動の振り返りとリアル開催が増えつつある現状の思いをお聞かせください。

コロナ禍により世界中の皆さんが大変な中、やはり私たちエンターテインメントの世界も大変でした。でも、それによってたく  
さん感じることもあり、生まれたアイデアもあり、自分で曲を作る時間もできま

た。私たちの立場で何をすべきかなども考えました。日々当たり前だったことが出来  
なくなりましたからこそ、いろいろなこととあらためて向き合い、日々のありがた  
みや、この仕事に向ける情熱に気づくことができました。今となっては感謝です。エン  
ターテインメントの世界はどんどん形を変えていきますが、必要な! とい  
うことを信じてアップデートしながらやり続けることに意味があると痛感しています。  
だからこそ、各地で復活しているフェスに呼んでいただける今がすごく幸せです。

Q.どんな時に仕事のやりがいや歌う喜びを感じていますか。

人の心を少しでも救えた! と感じられるエピソードを聞いた時です。人の涙や笑顔は正直に伝わります。

Q.静岡を訪れたことはありますか。どんな印象がありますか。

何度かお邪魔したことがあります。観光も食も自然も豊かで、どこかゆっくりと時間

が流れている気持ちになれる場所ですね。杯楽しみながらパフォーマンスさせていた  
だきますので、共に2023年夏の思い出をつくれたらと思います。ぜひ! 会場でお  
会いしましょう!

このたびは駿府城夏まつりに呼んでいただき、とてもうれしく思っています。精一

PROFILE 1980年生まれ、広島県出身。1999年にデビューし、2002年に「亜麻色の髪の乙女」のカバーで大ヒットした。その後ヒットを重ねて歌手活動を精力的に行っているほか、CMモデル、女優、ミュージカル女優など幅広く活動している。

ASTEN INFORMATION

「駿府城夏まつり」で、さあ、夏放題!!

今年も「駿府城夏まつり」開催! 豪華アーティストによるステージや、今と昔を体験できる縁日、フードや遊び、ひんやりゾーン、迫力満点の手筒花火、癒やしの明かり... 世代を超えて楽しめる色とりどりの「夏」で、あなたの心に一生残る日に。

8月19日(土)・20日(日)  
●駿府城公園  
駿府城夏まつり実行委員会

久能山東照宮を照らす 天下泰平の竹あかり

静岡市駿河区の久能山東照宮で9月16日から11月26日まで、夜間特別拝観「天下泰平の竹あかり」が開かれる。参道や国宝の社殿が、竹あかりやライトアップによって幻想的な空間となり、いつもとは違う特別な参拝ができる。加えて、敷地内にある久能山東照宮博物館で9月4日から始まる「徳川歴代将軍名宝展」では、家康公の「金陀美具足(きんだみぐそく)」などの甲冑を特別展示する。夜間特別拝観は期間中の土・日・祝日(11月は金・土・日・祝日)の午後6時~9時まで。

主催:静岡鉄道株式会社、久能山東照宮 共催:静岡新聞社・静岡放送  
問い合わせ先:日本平ロープウェイ [tel.054-334-2026] 天下泰平の竹あかり 検索

フリードの最新車をご成約かつご登録で

Honda純正用品最大15万円分プレゼント!

フリードご成約かつご登録で Honda純正用品10万円分プレゼント (※車検代別)

さらに! 楽する・残クレ・バリ保のご成約かつご登録の場合 さらに! 楽する・残クレ・バリ保ご利用で Honda純正用品5万円分プレゼント (※車検代別)

●フリードご成約かつご登録で、楽する(楽するご成約プラン)・残クレ(残クレご成約プラン)・バリ保(バリ保ご成約プラン)の3つを同時にご成約かつご登録いただいた方対象として、Honda純正用品最大15万円分(※車検代別)をプレゼントいたします。楽する(楽するご成約プラン)は、Honda純正用品最大10万円分(※車検代別)をプレゼントいたします。残クレ(残クレご成約プラン)は、Honda純正用品最大5万円分(※車検代別)をプレゼントいたします。バリ保(バリ保ご成約プラン)は、Honda純正用品最大5万円分(※車検代別)をプレゼントいたします。楽する(楽するご成約プラン)・残クレ(残クレご成約プラン)・バリ保(バリ保ご成約プラン)の3つを同時にご成約かつご登録いただいた方対象として、Honda純正用品最大15万円分(※車検代別)をプレゼントいたします。

Honda Cars 静岡 本社:静岡市葵区東照町1-1-14 tel.054-263-5522

東静岡店 清水町店 聖一色店 電南店  
清水吉川店 清水洗川店 U-Select 静岡 HONDA

令和6年度中学制服早期ご予約承り中!

やまだオリジナル学生服の生地は日本毛織 NIKKE の高級生地を使用しています。3年間着てみてわかる違いをぜひ実感してください。

超早期グループご予約で (詳細はお問い合わせください)

新商品 超早期割引価格 + レンタル衣装(上下)無料!

さらに! 大人 通学カバン割引特典 + 快速 通学シューズ割引特典 + 機能 スライド傘割引特典

卒業式用 レンタル衣装7月1日よりご予約受け付けが始まりました。

大好評 豊富な種類の中からお選び下さい。

やまだでは、制服ご予約・お買い上げ頂ける方に、プレザー・スラックス・スカート(豊富な種類の中の一着)をお貸しします。●上の写真のように、シングル、ダブル、またサイズも豊富に揃えておりますが、今年も大好評のためお早めのご予約をお願い申し上げます。(出庫時もお受け取りしております)

制服のごとなら信頼と実績のあるやまだにおまかせ下さい。

資料請求 お問い合わせは下記のホームページ、TEL、FAXまたはQRコードでどうぞ

学生服のやまだ Tel.(054)255-2551 Fax.(054)252-0083 E-mail:info@ex-yamada.co.jp

新静岡セノバ前通り 千420-0839 静岡市葵区鷹匠1-4-10 学生服のやまだ 検索 http://www.ex-yamada.co.jp

気になるほくろ・いぼを除去してみませんか。

「マスクを外す前に、治療したい!」

との相談が増えています。このタイミングでコンプレックスとさよならして、見た目も気分も変えていきましょう。

当クリニックでは、医師(院長)自ら照射を行います。患者様の一人一人の肌状態に合わせて、照射出力をコントロールして治療を行います。お肌や美容についてお悩みの方、お気軽にご相談ください。

女性医師による診察・治療を行います。

SKINCARE CLINIC

医療法人 美静会 スキンケアクリニック 美容皮膚科・形成外科・麻酔科(医師 伊野道子)

月 火 水 木 金 土 日  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休診

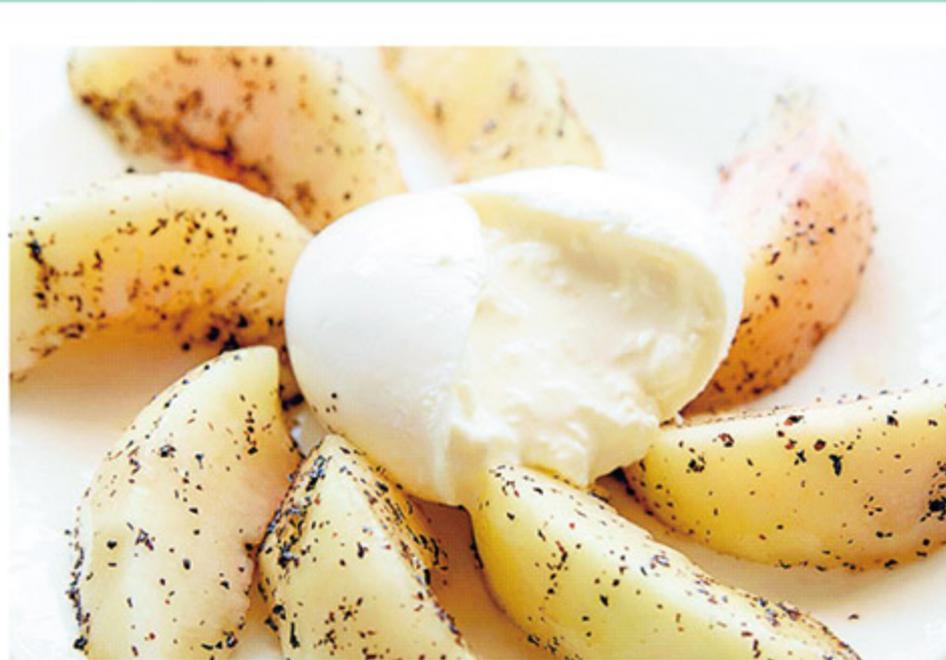
●診療時間 10:00~18:00  
●初診受付 診察・検査のみ 17:00まで / 当日治療希望 16:00まで

皮膚のメカニズムを 解剖し治療する 美容皮膚科

予約制 tel.054-254-5444 インターネットから治療予約できます スキンケアクリニック

静岡駅前北口より徒歩5分 静岡駅前南口より徒歩1分

静岡市葵区御幸町3-21 ベガサートB1F www.sc-clinic.jp



しずおか  
キッチン

桃と  
ブルー  
グレイ  
マリー  
ネ

あっと言う間におしゃれデザート!



- 1 桃を皮付きのまま半分にカットし、皮をむいて8等分にする。
- 2 ①にグラニュー糖とアールグレイ茶葉を振り入れる。全体を混ぜたら、約2、3分置く。
- 3 ②を器に盛り付け、ブラータチーズをのせて完成。



8月の先生 | ななみ Nanami  
crepe de fleur オーナー

**Point** ブラータチーズは、食べる直前にカットをする。  
ブラータチーズがない場合は、モッツアレラチーズを。お子様には、バナナアイスに変更するのもおすすめです。好みに蜂蜜をかけて、お召上がりください。アールグレイ茶葉は、ティーバッグをカットし、中身を取り出して計量します。茶葉が大きい場合は、すり潰してご使用ください。

●材料

- 桃：中サイズ1個
- アールグレイ茶葉：小さじ2分の1
- グラニュー糖：小さじ1
- ブラータチーズ：1個

8月のしずおか食材

長田の桃



水分を多く含み、香り高く繊細な味わい。腸内環境を整える食物繊維、カリウム、クエン酸などを豊富に含み、疲労回復に効果的。コンポートやサラダ、冷製パスタなど、様々な料理に活躍。

静岡のキラリをあなたに。アステン  
ASTEN

200

asterisk(アスタリスク：\*)はギリシャ語で「小さな星」。asterisk10(アステン)は10人10色それぞれの暮らしに、キラリと光るニュースな話題をお届けしたいと願って名付けました。

ありがとう  
また、どこかで!



2014年3月号より100号記念アステン新聞バッグ

Let's access!!

18年間のアステンは公式WEBサイトでご覧いただけます



アステン

紙面・広告掲載に関するお問い合わせ  
☎ | 054-284-9236  
✉ | asten@shizushin.com  
<http://www.asten.jp/>

40周年記念イベント

5人のホテルシェフと農業のスペシャリストが織りなす

匠の饗宴 8/26[土]

ホテルアソシア 静岡 × 静岡県中部地域青年農業者会 バッカスゲラ? Bacchus-gela?



日本料理・フランス料理・イタリア料理・中国料理・パティシエの5人のホテルシェフが、静岡県中部地域青年農業者会「バックスゲラ?」の産地を訪れ、食材を吟味。地元食材の素材を生かした、この日限りの特別コース料理を考案しました。お料理とともにこだわりのお酒とのマリアージュもお楽しみください。

イベントでコラボする農産物：  
瀬戸農園(枝豆)・望月農園(有機)・まろみ園(ほうじ茶)・大塚ぶどう園(ぶどう)・川村農園(トマト)・わさび路おさむ(生わさび)・山草園(自然薯)・杉山農園(緑茶)

時間 受付 17:30 / 開宴 18:00  
会場 3F 大宴会場「駿府」  
料金 コース料理 + お飲物 一人様 ¥20,000 (要予約)  
ご予約・お問い合わせ TEL.054-254-6524 (営業グループ/受付時間10:00~18:00)

受講料 無料

女性限定 (親子夫婦可)

「まずは知ること!学ぶこと!」  
知識0から始める 女性のための  
マネーセミナー

いまこそ資産形成!

iDeCo、NISAの仕組みを理解し、自分に合った運用方法やお金を増やす基礎知識が学べる!何かと後回しになっていた将来のお金や資産形成について、経験豊富な人気講師が初心者にも分かりやすく解説。

日時 8/26 土 14:00 ~ 16:00  
8/27 日 10:30 ~ 12:30

会場 ホテルグランヒルズ静岡 3F プラタナス (旧ホテルセンチュリー静岡)  
定員 各回、先着20名 持ち物 筆記用具

セミナー内容

- お金を殖やす仕組みと3つのルール
- 「資産」と「時間」、2つの分数の考え方
- なぜ投資が必要なのか
- NISA&iDeCoのメリット・デメリット
- 新NISA制度変更点について
- 役に立つ生命保険の選び方



セミナー講師: 杉山博紀さん  
K-mixマネーセミナー講師の経験あり。難しい言葉を使わない分かりやすく、親しみやすく相談しやすいがモットー。

こんな方におすすめ

- NISAやiDeCoについて気になるけれどよくわからない
- 初めてお金について学ぶけど初心者でも大丈夫?
- 物価上昇・超低金利時代でもかしく将来のお金を準備したい

スイーツ・コーヒーor紅茶付き

杉山保険事務所

静岡市清水区高橋5-11-26 / 10:00~19:00 / 月休み  
<http://sugiyama-hoken.jp/> / FAX: 054-376-4556

ご予約はこちら TEL: 054-376-4555 or WEB

※いただいた個人情報等は当事務所にて厳重に管理いたします。

