



asterikten

2月
Feb. 2017

オキーフ ファニチャーの、置くだけでも美しい
カッティングボードやプレート。
エレガントなラインは、
家具作りをヨーロッパに学んだ父親の
影響かもしれないという。
私たち、食べる時間をもっと豊かにできるはず。
家族とであれ、友人とであれ、
一緒に食べ、飲み、語り、
時には面白い話を交わしたり。
使ううちに生まれる木肌の変化は
そういう美しい時間の記録。
明日は誰とイタダキマスをしようか。

撮影協力/O'KEEFFE FURNITURE(オキーフ ファニチャー)
TEL.054-639-8154

今月のキラリ



asten people
大前光市



アステン5つ皿
肉料理

特集 チョコレートの魅力

私流、発見 THE STYLE OF astenIST
キッチンツールは機能的かつ美しく

淑女検定
羊毛フェルトのスイーツ

しずおかキッチン
牛テール肉のチョコレート赤ワイン煮込み

アステン ウーマン 5PIECES | asten life 1 | こだわりSELECTION

LOOK JTB
JTB ハネムーン 検索

恋人とは違う、
二人の旅。

ルックJTB
Only
Honeymoon

ルックJTBで叶う、
ふたりの夢。

2017年11月まで好評発売中!お申し込みはお早めに!!

成田⇄ミラノ間:並び席 往復直行便利用!!

イタリア満喫

■旅行代金(おとな おひとり様)2名1室利用
お2人だけの
319,900円~489,900円

国内空港施設使用料等および海外空港諸税が必要になります。

世界遺産水の都ベネチアを満喫!
ベネチア本島の中心、サンマルコ広場近くのホテルにご宿泊!

ベネチア本島 (マストル地区)
サンマルコ広場

ベネチア本島 (マストル地区)
多くのコースは本島(マストル地区)に宿泊

必見の観光スポットにもご案内

青の洞窟
パチカン美術館・システーナ礼拝堂 (1階後の審判を所蔵)

2日目
お2人だけの浪漫チックディナー!
運河を望むレストランでエレガントな雰囲気のディナータイムをご用意! 船レストランはお客様ご自身の舟おかけいただき、運河を、優雅に堪能いただけます。

5日目夕食
お2人だけのロマンチックディナー!
運河を望むレストランでエレガントな雰囲気のディナータイムをご用意! 船レストランはお客様ご自身の舟おかけいただき、運河を、優雅に堪能いただけます。

5日目夕食
お2人だけのロマンチックディナー!
運河を望むレストランでエレガントな雰囲気のディナータイムをご用意! 船レストランはお客様ご自身の舟おかけいただき、運河を、優雅に堪能いただけます。

コースNo. GS2E8

2日	5/12日	7/14日	9/16日	11/18日	1/20日	3/22日	5/24日	7/26日	9/28日	11/30日
319,900円	329,900円	339,900円	349,900円	359,900円	369,900円	379,900円	389,900円	399,900円	419,900円	429,900円

全出発日2名様より出発保証

9:00~20:30 (年中無休) 全国一律1分10円(消費税別)

お申し込み・お問い合わせは
右記店舗または **LOOK JTB** 取扱店へ

JTB旅の予約センター **0570(070)489**

旅行の予約センターへのお申し込み後、ご希望によりお近くのJTB各店をご紹介します!

営業時間 9:00~20:30 (年中無休) 全国一律1分10円(消費税別)

JTB中部 JTB東海 JTB関西

ボンド保証会員 旅行業公正取引協議会会員

JTB東海
静岡バルシェ店 ☎1054-252-4511
マウツズ静岡店 ☎1054-263-3775
イオン焼津店 ☎1054-656-1110
藤枝店 ☎1054-644-1281
島田アピタ店 ☎1054-734-3050

JTB静岡
静岡バルシェ店 ☎1054-252-4511
マウツズ静岡店 ☎1054-263-3775
イオン焼津店 ☎1054-656-1110
藤枝店 ☎1054-644-1281
島田アピタ店 ☎1054-734-3050

JTB静岡
静岡バルシェ店 ☎1054-252-4511
マウツズ静岡店 ☎1054-263-3775
イオン焼津店 ☎1054-656-1110
藤枝店 ☎1054-644-1281
島田アピタ店 ☎1054-734-3050

チョコレートの魔力

口に入れた途端、
夢のように溶けてしまう
チョコレートだから、
その一瞬が
とても貴重になる
一粒の魔法、
アステンがかけて差し上げます。
どうぞゆっくり味わって。



神秘の食べ物

もしも地球に宇宙人がやってきて、友好的に何か食べ物を贈るとしたら、チョコレートではないだろうか？ 中南米で生まれアフリカで育ち、ヨーロッパで花開き、アジアの私たちが日常口にするチョコレートは、いわばスイーツの地球代表だ。

「原料のカカオに抗酸化物質が豊富なことから、最近特にその効能が注目されていますが、そもそもは紀元前の時代から、カカオには特別な力があると信じられていたようです」と話すのは、食生活に詳しい東海大学短期大学部の末永雪教授だ。カカオの原産地は中南米の熱帯雨林。アメリカ大陸最古の文明、オルメカ文明で既にカカオが栽培されていたという。「以来、カカオは薬のように扱われ、神に捧げたり貨幣として使われたり、娯薬(びやく)や強壮剤のように利用されたりしていま

た。もっとも最初はカカオの種をすりつぶして飲むような単純なもの。決してとても飲みにくかったでしょうね」

その後カカオはヨーロッパに渡り、製法も進化して限られた貴族だけに珍重されていたのだが、産業革命の時代に砂糖やミルクを加えて味を調え、安く大量生産したものが出回るようになる。それが長時間労働の手軽なエネルギー源として広まっていった。「そういう流れでできたチョコレートだから、過剰栄養の時代になると高カロリー過ぎて健康に良くないといわれるようになった



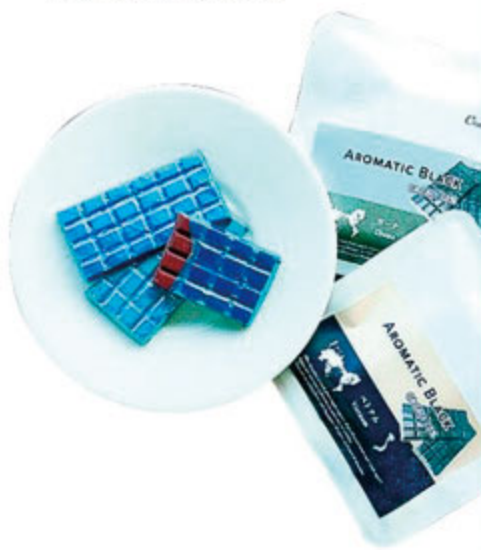
んです」と末永さん。「近年ようやくチョコレート本来の食品としての価値が科学的に裏付けられて、その機能を引き出す商品が出回るようになりましたが、それでも栄養的には一日にほんのひとかけらが適量とされています。チョコレートの機能性だけに注目するのではなく、自分へのご褒美や心を休めるお菓子として、楽しんで味わうのがチョコレートの魅力だと思いますから」

ダイエットが気になるなら、体が脂肪をためにくい午後3時から4時頃に食べるのがベターと言われてるので、参考に。

工房の魔法

チョコレートはもともと農産物。それが実感できるのが静岡市内のチョコレート専門店「コンチェ」だ。店内の小さな工房で、世界各地から輸入したよりすぐりのカカオ豆がオーブンでローストされ、細かく砕いてとろりと滑らかに練り上げられた褐色の液体が板チョコに姿を変えていく。作り方そのものは意外とシンプルなのだ。

「チョコレートがカカオという農産物からできていて、自分の手で作れるものなんだと気付いたのが、興味を持ったきっかけでした」と、オーナーの田中克典さんは話す。もともと体に良い食べ物への関心が高い田中さんだが、それまでチョコレートに意識を向けたことはなかった。「調べてみると、よく市販品に入っている乳化剤や香料って、なくてもチョコレートはできるんです。それならなぜ使うんだろうという疑問から、自分で無添加のものを作ってみようと思い立ちました」



薬に味を仕上げる添加物を使わない代わりに、田中さんはカカオ本来の風味を生かす工夫を凝らしている。「焙煎はできる限り浅くして豆の産地ごとの特徴を生かし、本来のフルーティーな香りを引き出しています。そうすると焦げから来る苦味

も抑えられるんです」。使う砂糖は天然のミネラルを含んだキズ砂糖、ミルクチョコレートに加えるミルクも全粉乳。畑とつながった食べ物という信頼感からだろう、子育て中で食の安全安心への意識が高い女性たちもよくお店に来るのだとか。

豆の産地ごとに違う風味を食べ比べるのも楽しい。「カカオの原産国は多くが発展途上国で、現地の人には自分たちで食べるためではなく売るためにカカオを栽培しているんです。味ではなく重さで価格が決まるので、収穫しやすい丈夫な品種を育てようとする。だから味が良くても育てにくい品種は淘汰(とうた)されてしまいます。それで最近は種の保存に取り組む活動も出てきました。より質の良いカカオを使ったチョコレートを作ることが途上国の発展にもつながれば良いと思います」



一粒の夢

「チョコレートを食すると気分が上がるか頭がさえるというのは、糖分が補給されるというだけでなく、香りが良いからでもありますよ」とコンチェの田中さんは言う。口溶けを楽しみながらゆっくり味わうと、香りの余韻が残る気がする。「チョコがフルーティーならワインと合わせるとか、飲み物と合わせて選ぶのもいいですよ」

そう、チョコレートは他の食材と



の「マリージュ」やアレンジが楽しめるのも魅力。東海大の末永さんのおすすめはチーズとの取り合わせだ。ブルーチーズと合わせたり、フルーツビザのソースにしたり。さらに「レンジでちょっと溶かせば簡単にアレンジできるのもチョコの良さ。例えば、刻んだレーズンやナッツを混ぜ込んだチョコソースで、カリカリにいった田作りをコーティングすると、小魚が苦手な子どもも喜ぶ栄養豊富なおやつになります。他の食材をおいしくしてくれるサブ材料としても魅力的ですよ」

日本に世界のチョコレート専門店が続々登場しているのも、それだけ



チョコレートが多様な世界を持っているからだろう。「一年を通じてその時だけの限定フレーバーを楽しめるのが、90年続いた人気の秘密だと思います」と話すのは、老舗の「ゴディバ」静岡バルコ店の白澤由貴店

長。もともとはヘーゼルナッツを使ったブラリネと呼ばれるチョコレートで定評のあるゴディバも、季節イベントなどをテーマにさまざまな趣向を凝らし、年10回ほど限定品が登場するのだとか。特に昨年は90周年を機に、創業間もない1946年から2016年までの歴代のトリュフ

が一箱に収まった伝説のコレクションが登場。昔のシンプルでピュアな味わいが、時代の移り変わりとともにどんどん華やかで豊かになっていくのを楽しみながら味わえる。それぞれのチョコレートに込められた物語を感じながら、ゆっくりとろける夢の時間を楽しみたい。

自分を上げるチョコ、誰かにあげるチョコ

街にチョコがあふれるバレンタインデーの季節は、プレミアムな一粒を自分のために買うにもいい時期。ゴディバ静岡バルコ店の白澤さんによれば、「自分用には後で使えるかわいいパッケージのチョコレートが人気」とか、ゴディバの限定パッケージにはその年の年号が刻印されているものもあり、男女問わずコレクション心をくすぐる。もちろん中身もバレンタインデーならではの特別仕様。「今年はケーキョップフェのようなワクワク感を楽しんでいただけだと思います」。今年のバレンタインデーは平日とあって、手頃な義理チョコサイズも多数。ちょっとずついろいろ、試してみてください。



THE STYLE OF astenIST ☆ キッチンツールは機能的かつ美しく

家はライフスタイルを物語るもの。
中でもキッチンが暮らしの中心。
料理をするのは健康を保つため。空腹を満たすため。
でもそれだけじゃない。
食材は家族をうならせる一品に変身する。
料理がエンターテインメントと思えたら
毎日はきっともっと楽しくなるはず。
機能を最大限生かすために
無駄をそぎ落とした美しいデザイン。
一日に何度も使うものだからこそ
優秀かつクールなキッチンツールで華麗にライブ!

SHOP INFORMATION
フロートダイドコロ
静岡市駿河区小黒3-9-11 営/11:00~19:00 休/火曜
tel:054-202-7870



エレガンスなバッグ形ポータブルピーカーは北欧生まれ。スマホの中にお気に入りのBGMになり、お料理タイムの気分が上がる!
Vifa HELSINKI (Bluetooth接続) / ¥57,000



ボルトやレンチ、歯車をモチーフにした食器で個性的なテーブルコーディネートはいかが? 男性へのプレゼンにも。
DIESEL LIVING/マグ(3種セット)¥6,800
プレート(3種セット)¥9,800
ナイフ・フォーク各¥2,400



料理の途中で水栓レバーに触りたくない時はよくあるもの。水栓のどこに触れても吐水・止水ができる優れたもの。
DELTA Essa タッチ水栓/¥103,000



ドイツデザインのハンディブレンダーは出しっぱなしでもおしゃれ。充電器に待機させて活躍機会を増やしたい。優れたもの。
BOSCHコードレスハンディブレンダー+ホイッパーセット/¥25,000



使い勝手が味に最も影響するのが包丁。越前打ち刃物の伝統を受け継いだステンレス包丁にはまるで年輪のような波紋が。
風味絶佳ECHIZEN/三徳180GW26,000 ベティ120NW20,000



IHヒーターの火力が強いと感じていた鍋を変えてみては。シリコン縁で気密性が高いふたも時短に威力発揮。
レズレー・サイレンスシリーズ/ローキャセロール20cm¥21,000
ハイキャセロール24cm¥25,000



出番の多いトング。閉じた状態でロックでき、カトラリートレーにすっきり収納。ロックも解除も片手でOK。
レズレー・ロックトングM/¥4,300
レズレー・スライプヒーター/¥3,800



丸1日分の食器、調理器具をまるごと洗える幅60cmの大容量家庭用食器洗い機。食事の後の時間を優雅に過ごさせてくれそう!
BOSCHビルトイン食器洗い機/¥360,000~

※全て税別

最旬インテリア・レポート

ライフスタイルショップ藤越で家具・雑貨の買い付けをする30代女性バイヤーNのトレンド・メモ vol.11

一度座ると、もう立てません!
HUKLA「カストール」

洗練されていて、でも温かみもあって、座り心地の良いソファ。真っ先に思い浮かぶのはHUKLAの「カストール」。L字型ソファはスペースを取ると思われがちですが、「カストール」はローバックとスチール脚を組み合わせた低めの設計で圧迫感を感じさせません。座り心地も、さすがHUKLA。シートに触れた瞬間からゆっくり静かに身を包んでくれる心地良さが、もう立てなくなってしまいます。上質のウレタンフォームとフェザーパッドを使い、へたりにくいのも特長。20年以上長持ちするといわれています。「カストール」を主役に、HUKLAの売り場をリニューアルしたので、この心地良さを体感してみてくださいね!

●シートは100種類以上、フレームは3色から選べます。



Life Style Design Shop FUGGICOSI
藤越市志太5-3-34 フリーダイヤル0120-14-2454 10:00~19:00
年中無休 <http://fuggicosi.co.jp/> フジコン 他店
メンバーズカード会員募集中!

vol.11 いろいろライフ



5F ナイス53
TEL:054-253-0604
店長 田口富美さん

(上)財布20,000円、ペンケース6,800円、ライター1,800円、全てPARLEY
(下)ボディバッグ(小)11,000円、クラッチバッグ18,000円、全てDOUBLESシリーズ
※税別

男心をくすぐる贈り物

お財布やペンケース、バッグ…。そんな贈り物の定番も、よく見るとオリジナリティーあふれる名作が隠れているもの。特に、オーソドックスな名作ほど、男心をつかむ魅力が詰まっている。日本のレザーブランドPARLEYの財布「PARLEY CLASSIC」は、生後3カ月の牛革を使い、製品にしてから職人の手で丹念に磨き上げた逸品。光沢とグラデーションが魅力だ。ペンケースとライターは、ウルトラマンとコラボした「A MAN of ULTRA」シリーズ。あえてキャラクターではなく、ウルトラセブンの「7」のデザインで、ビジネスでもおしゃれに使える。もうすぐバレンタインデー。バルシェの「ナイス53」では名入れができるので、あの人のイニシャルを入れて贈ってみては?

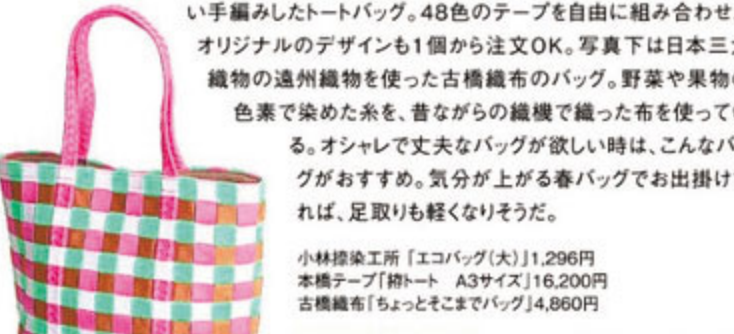
今月のNEWS!!
●「バルシェ」オリジナル「バーゲン第3弾」
～2/9(木)まで 本館
●「ハッピーバレンタイン」
ギフトやチョコが充実!
～2/14(火)まで 全館
●「冬のあったかメニュー」
～2/28(火)まで 6Fバルシェダイニング
※詳細はHP、Facebookをチェック!

静岡駅ビル バルシェ
静岡市葵区黒金町49
TEL:054-255-1081(代)
本館 10:00~20:00
6Fバルシェダイニング /
11:00~22:00(LO21:30)
食彩館 9:30~21:00
静岡駅ビル バルシェ 検索

アンテナショップで編集部が見つけたコレ、知ってる? vol.6

地元の伝統工芸もイマドキは、こんなにオシャレ!

実は、これらのバッグは全て地元の伝統工芸の技術を生かしたものだ。静岡県はあまりにモノが豊かすぎて、多くの職人さんがいるのにその存在が埋もれがち。でも最近の若者たちにとっては、伝統工芸の技は逆に新鮮。実際、使えばその良さが分かるはず。写真上は昭和36年からこのぼりを作り続けてきた小山町の小林探染工場のエコバッグ。くると丸めておいたエコバッグを広げた時のインパクトといったら! 写真中は吉田町の本橋テープが本体から持ち手まで全て細幅テープを使い手編みしたトートバッグ。48色のテープを自由に組み合わせたオリジナルのデザインも1個から注文OK。写真下は日本三大織物の遠州織物を使った古橋織物のバッグ。野菜や果物の色素で染めた糸を、昔ながらの織機で織った布を使っている。オシャレで丈夫なバッグが欲しい時は、こんなバッグがおススメ。気分が上がる春バッグでお出掛けすれば、足取りも軽くなりそうだ。



小林探染工場「エコバッグ(大)」1,296円
本橋テープ「トート A3サイズ」16,200円
古橋織物「ちよっとそまて」14,860円
静岡市葵区黒金町1-10 (真原町通りスクランブル交差点より駅に向かって徒歩1分)
TEL:054-651-1401
10:00~19:00 水曜定休
<http://aremocoremo.jp/>

NOUVELLES DE L'ATELIER ばん工房からのお便り



ナチュラルは季節を感じるパン屋さん。そんなナチュラルがバレンタイン時期に贈るのは、その名も「amour(アムール)」。天然酵母で作ったずっしり重みのあるシュトレンのような生地、チョコを練り込んだハードパン。中には濃厚なイチジクのガナッシュという斬新さ。寒い冬には温かい部屋で、家族と一緒にゆっくり味わいたい。時には恋人と、家族と、もちろん大切な自分自身へのご褒美にも。「アール美術館」とコラボして作ったパッケージなど遊び心もすぐてくれる。どんな絵が使われているのか、完成品は2月になってから店舗でのお楽しみ。アムール800円、ケーキ320円。

2/18(土)~3/20(月・祝)富士市のアルタナカフにて開催される「親子アートユニット アール美術館の贈り物」で「親子アートユニット」でナチュラルのパンも販売。
天然酵母・国産小麦 やさしいぱんとおやつナチュラル
静岡市葵区北安東3-22-1 TEL:054-246-7600
10:30~17:00 日曜・月曜定休 既入 <http://nature-bread.com>

職場チョコ 友チョコ にも♡ PARCOバレンタインスイーツ B1F

本命や上司に GODIVA
友チョコ・自分チョコなら minリアチョコレート 648円
同僚に FUNI VALENTINE!
家族・親戚に 治郎

大人も楽しい 静岡PARCO
静岡市葵区紺屋町6-7 TEL:054-272-8111(大代表) shizuoka.parco.jp
営業時間:AM10:00~PM8:00
※一部店舗で営業時間短縮があります。

3F NEW OPEN vella AVEDA
Beautiful life support company and A inc.
ウェルシアアベダ「ヘアサロン・ネイルサロン・ヘッドスパ」
～自然の力+人の力+技術の力～
私たちが仕事をお客様の日々に彩りを添えること。そして思い思いの髪に、様々な技術、安全な食品を持ってお客様に思いのこもったサービスをお手頃価格でお届けすること。それが私たちの誇りであり、やりがいです。そんなやさしいと優しい思いが込められた美容室 vella AVEDAです。

メニュー	
カット	4,800円～
パーマ	5,940円～
AVEDAカラー	5,940円～
コース料金	カット+カラー+トリートメント 13,600円～
	カット+ヘッドスパ 7,800円～

予約受付 TEL:054-204-2588

静岡市葵区紺屋町1-10 (真原町通りスクランブル交差点より駅に向かって徒歩1分)
TEL:054-651-1401
10:00~19:00 水曜定休
<http://aremocoremo.jp/>

アステンウーマン

5 PIECES

静岡鉄道 谷口麻美さん 30歳 みるがめ A型 Asami Taniguchi

静岡ライフを楽しむ女性に仕事への熱い思いやリフレッシュ法について聞く「アステンウーマン5 PIECES」。今回は静岡グループ29社の今と未来を考える静岡鉄道グループ経営戦略部の谷口麻美さんの経験に迫ります。

先日、上司から職場のメンバーそれぞれに本がプレゼントされました。私には「夢をかなえるゾウ」という本。人生を変えるヒントが小説仕立てで書かれていて、自己啓発本を敬遠していた私でしたが楽しく読みました。思い描くだけでなく具体的に変化を起こすことが必要なんだと気付かされました。

5. 贈

自分の実家にも主人の実家にも猫がいてたまに遊んで癒やされています。猫アレルギーなんですけど(笑)。通勤電車で高架から見ると富士山にも心が洗われています。神々しいですね。大学時代に住んでいたアパートも玄関を開けると正面に富士山が。忘れられません。

4. 癒



1. 輝

10年後、20年後を見据えた仕事なので、すぐに形に現れにくいのですが、地域の皆さんにとってもっと身近で信頼される存在になれるようグループ力を高めていくのが使命。部署を超えた活動にも参加し、昨年1号車を導入した新型車両では、若手を中心としたチームで内装のアイデアも出したんですよ！



2. 守

交通事業からスタートしたグループだからこそ、どの業種でも安全を守ることが第一。鉄道やバスの日々の安全管理によってグループ全体の安心感が培われていると思うんです。私たち社員は、休日にもハンドルを握る時にも交通事業者であるという意識を持ち、安全運転を心掛けています。

3. 快

私は福井県出身で大学進学で静岡市にきました。「冬に雪が降らないのはこんなに快適なものなのか！」と驚きました。移り住んだ私の目から見て、静岡市は中心市街地に役所、病院、映画館、公園など機能が集約されていて、生活する上で本当に便利で魅力的な街です。

asten INFORMATION

産技の新学科「CG技術科」に注目

2018年4月に静岡産業技術専門学校が新学科「CG技術科」を開設する。2次元のCGだけでなく、ゲームやアニメ、広告業界でもますます需要が増えている3DCG技術、アニメーション、ウェブ制作技術も習得。3年間でさまざまな制作ツールを使いこなし、現場で即戦力となれるCG技術者の育成を目指す。資料請求はウェブサイトまたは電話です。

静岡産業技術専門学校
静岡市葵区宮前町110-11 ☎ 0120-618-255
http://www.sangi.ac.jp/

きめ細かく濃厚「しっとりショコラ」

大人のバレンタインにおすすめなのがムッシュMOIZUMIの「しっとりショコラ」。濃厚な半生タイプのスイーツで、一番人気はビターチョコにはのかな甘酸っぱさが利いたフランボワーズ、日本酒、白みそ、新商品のイチジクなど9種類を予約販売。JR静岡駅アスティのランドキヨスクでは人気の4種や詰め合わせ「大人のしっとりショコラ」を販売中！

和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI
静岡市葵区池ヶ谷7-5 ☎ 054-247-1338 MOIZUMI 創業
営業時間/①11:00~14:00 ②17:00~21:30 休/水曜

技術を学んでリラク・セラピストに

リーズナブルに足つばやもみほぐし、アロマリンパなどの施術を受けられることで人気の「もみか」藤枝駅前店・藤枝水上市店・東静岡店がセラピストを募集。技術研修、スキルアップ研修などバックアップ態勢が整っているため、未経験でも大丈夫。空いた時間で働くことができるので、子育て中のママも挑戦してみませんか？

もみか 藤枝駅前店
藤枝市田沼1-2-22 ☎ 054-631-9099
営業時間/9:00~22:00 年中無休

竹内純子の 聞き得!

エネルギーの玉手箱

Vol.22

竹内 純子 (たけうち すみこ) Sumiko Takeuchi

筑波大学客員教授
NPO法人国際環境経済研究所理事・主任研究員
地球温暖化問題や環境・エネルギー政策に詳しく、国連の気候変動枠組条約交渉にも参加し、政府審議会の委員も務める。著書「誤解だらけの電力問題」(ウェッジ出版)は一般の方にわかりやすくエネルギー問題を伝えるものとして高い評価を受け、第35回(2015年)エネルギーフォーラム賞普及啓発賞を受賞した。消費生活アドバイザー、公益事業学会会員。その他の著書に「みんなの自然をみんなで守る20のヒント」(山と溪谷社)など。

諸外国のエネルギー政策

2017年の暮が明け、早くも1カ月がたちました。今年はどうのような1年になるでしょうか。

※ 温暖化阻止の機運 後退の恐れ

世界に目を向ければ、ついにドナルド・トランプ氏が米国大統領に就任しました。トランプ氏は選挙期間中に「温暖化は、米国の製造業の競争力を弱めるために、中国などがでっち上げたもの」と発言し、温暖化そのものを否定する発言を繰り返してきました。国内で産出する化石燃料を最大限活用し、原子力についても推進することで、エネルギー供給において、他国に依存しなくて済むようにし、雇用や安価なエネルギー供給を確保するとしています。閣僚人事案を見ても地球温暖化問題に前向きに取り組むとは考え難いでしょう。

地球温暖化対策の優先度を下げる動きは米国だけではなく、昨年誕生した英国・メイ政権は「歴代で最も地球温暖化に関心の薄い政権」と評されており、EU離脱や格差の問題など山積する足元の課題を優先させる姿勢を明確に示しています。今年には欧州各国で大きな選挙が続きますが、ドイツなどでも英国と同様に、エネルギー価格の高騰を抑制することが大きな課題に

なっています。

世界の温暖化への取り組みにブレーキがかかるのではと懸念されますが、日本はパリ協定後、温暖化対策に積極的に取り組むこととしており、昨年閣議決定した「地球温暖化対策計画」では2050年までに80%の温室効果ガス排出削減を目指すことが明記されました。これはとても前向きなメッセージですが、「日本での削減」にあまりこだわらなくていいでしょう。

※ 技術力で日本の存在感を示す時

温室効果ガスの削減は地球のどこで排出されるものが対象であっても、温暖化対策としての効果は同じです。日本のようなエネルギーの高効率社会でトンのCO2を減らすためには相当のコストがかかりますが、これから発展段階の国では場合によってはコストをかけずに減らすことも可能です。日本の得意とする高効率技術を進化させ、世界に普及させていくことで、世界での削減にどう貢献するかを考えなければなりません。なぜなら、日本の排出する温室効果ガスは世界全体の3%程度。これを8割減らしても温暖化は止められないからです。今年が環境技術立国日本のさらなる発展に向けた1年となりますように。

炭蔵熟成牛&富士山麓直送有機野菜をソムリエ厳選ワインで!

焼肉の名店「京昌園」がプロデュース。肉を知り尽くした職人だからこそ生み出せる極上の「プレミアム熟成牛」をカジュアルなバルスタイルで味わえる。おしゃれなインテリアはデートや女子会にもぴったり!

アステン特典! 会計より10%OFF 来店時に「アステンを見た」と伝えて、有効期限2/28(火)まで。初回限定。コース、他券併用不可。

Niku Bar IL TAVOLO(イлтаヴォロ)
静岡市葵区泉町2-4-6 ☎ 054-266-6529 http://www.il-tavolo.com/ 17:00~翌3:00(L02:00) 日祝 12:00~22:00(L02:00) 年中無休

2017新春特選会席ランチが登場
こだわりの豪華ランチ 2,500円(税別)!

「静岡 花鳥風月」は、2017年の会席ランチ第1弾として「新春特選会席ランチ」を用意(2月末まで)。滋味に富んだ豪華全12品の料理をたっぷり堪能して。個室なので、時間や周りを気にすることなくゆっくりできるのも魅力。友人や家族でちよっぴりぜいたくなひとときを過ごしてみたい。完全予約制。「アステンを見た」の一言を添えて予約を。

静岡 花鳥風月(しずおか かしらうふうげつ)
静岡市葵区相殿町14-1 2F
福森パーキング8号向かい ☎ 054-266-3300
11:00~15:00(L0) 15:00~翌2:00
月曜ランチ休み ライフサイエンス 特記

「毎日肉の日フェア」新鮮ホルモン290円!
家族で食べてもリーズナブル、安心!!

2月9日の「肉の日」にちなみ、ホルモン18種類以上を全品一皿290円で大盛り振る舞い。小笠直送の超新鮮&希少部位のホルモンを通常価格580円の半額で味わえる大チャンス。子どもが食べやすいホルモンもあるから、ファミリーでガッツリ食べに行こう(夜限定2月末まで)。また、リニューアルした平日ランチも注目。「牛焼肉」「厚切り豚タン」「今週のおすすめ」など6種類、オール1,000円。ご飯・キムチ・ナムル・みそ汁などが食べ放題なのでピピンも作れちゃい!

焼肉食堂(新) 静岡肉センター
静岡市駿河区下島121 ☎ 054-266-6644
平日①11:30~14:30 ②18:00~23:00
土曜17:00~23:00 日祝17:00~22:00
※L0は1時間前 不定休 休あり

平日限定ランチに新登場!
1人前サイズのバリエア

無性にバリエアが食べたい。でも一人じゃ食べ切れない…。そんなときはサングリア麻匠店へ。メインを3品から選べる「月替わりランチ」1,750円(税別)に、一人でも楽しめるバリエアが仲間入り。ほかにも、人気の海老のカタランソースのバスチャイカ墨のリゾットも。昼からワインが進んじやう!

女子会の手土産にサングリア名物「スイートポテト」はいかが? テイクアウト専用パック1,000円(3巻入り、税込)。チョコが苦手な女性へのバレンタインにも!

サングリア 麻匠店
静岡市葵区泉町1-7-13 エスビオ麻匠1F
(新静岡セパ(廣正口正面) ☎ 054-251-0700
11:00~24:00(①11:00~15:00) 無休
サングリア 麻匠店 特記

冬季&数量限定! 子どもから大人まで幅広い世代に人気のチョコが8種類も!

発売以来100万個を売り上げた人気のダックワーズ。バレンタインスイーツにはサクふわ食感の抹茶生地にホワイトチョコをサンドした「チョコダックワーズ」がおすすめ。また、子どもにも大好評の「抹茶テラミスチョコ」にイチゴ味とワサビ味が仲間入り。このほか、止まらない美味しさの「マシュマロチョコ」や「チョコ豆」。チョコ好きには見逃せない!

※季節限定! 静岡麻匠「紅はっぺんクリーム」は2,000円・レギュラー300円。2月26日(日)まで本店のみの販売。

高橋製菓
●牧之原本店 牧之原市藤田2310-4 ☎ 0548-27-2325
平日9:00~17:30 土日祝9:00~17:00
●焼津店 焼津市栢立555
●静岡市駿河区センター1F ☎ 054-656-2413 9:00~22:00
http://www.makishocho.com/ 28話と365日営業

春を呼ぶ彩り豊かなフルコースがなんと創業価格の2,800円!

大正ロマンが薫る優美な空間で、季節の庭を見ながら一流シェフの料理を楽しむ「さくら」。その人気店が創業15周年を迎え、ぜいたくなフルコースを創業価格の2,800円(税別)にて提供中。料理は、前菜からメイン(肉or魚)、コーヒーまで全9品。日本料理とフレンチを融合させた、ちよっぴりさまざまな料理を楽しめる内容で、運ばれてくるときに心が弾む。3月末までランチ・ディナーで毎日実施(休業日は除く)。謝恩会、送別会にもおすすめ。

和洋食舗 さくら
静岡市駿河区向敷35-2 ☎ 054-259-3901
①11:30~14:30 ②17:30~21:30 ※予約制
火曜定休 ※祝日の場合は営業 休30分 ※送迎バスあり

海の幸の浜名産青海苔ソース 2,100円(税別)
オードブル6品盛、スープ、ワイン、デザート、コーヒー・ティー付き

青ノリが潮の香りを酒がすが味にコクと深みをプラス!

今月の海の幸のランチは、天然のイリアンタイガーが主役。殻つきの有頭エビを軽くソテーしてあるので、殻の香ばしさも濃厚なミンも、柔らかく甘みのある身も、ぜいたくに楽しめる! 味の決め手となるソースは、青ノリ×酒がすとい、フレンチの枠にとられない茂泉シェフの斬新な発想が光る。一度食べたら忘れられない味!

和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI(モイズム)
静岡市葵区池ヶ谷7-5 水曜定休 ☎ 054-247-1338 休6台+提携あり
11:00~14:00 17:00~22:00(土日ランチあり)
MOIZUMI 創業

大人びたショコラ系がより充実! 自分へのご褒美に大人買いも!

ショコラ系のケーキを得意とするサリュウ。写真の「バウンドショコラ」1,300円はココアとチョコチップのWカカオを使用した濃厚な味わい。お店のイチオシはつややかな光沢の「エクトール」。ビターな中にココアがあり、お酒もほんのり。バレンタインシーズンは「オランジュ」や「生チョコ」など冬季限定商品も。どれも甘さ控えめだから、甘いものが苦手な男性にもおすすめ!

パティisserie Saku.(サリュウ)
静岡市駿河区谷田41-30 ☎ 054-297-3434
10:00~19:00 水曜定休 休3台

あの懐かしの味が待っている!
2/28まで「お国自慢料理フェア」開催

日本各地には名物料理がいっぱい。そんなご当地自慢の味を一度に楽しめる「お国自慢料理フェア」が開催中! たとえば、名古屋の「どて煮」や長野の「おやき」、岡山の「えびめし」など、葡萄の丘 草薨店の「スタッフのお国自慢料理」は多種多彩。もちろん、静岡の「うなぎ寿司」もラインアップ。あなたのソウルフードも登場するかも。2/28(火)までランチ・ディナーともに開催。

やさしい食彩 葡萄の丘 草薨店
静岡市清水区草薨1-28-1 ☎ 054-204-9311
①11:00~16:00(L015:00) ②18:00~22:00(L021:00)
※ディナーオープン 土日・祝日17:30~ 年中無休

編集部オススメ おでかけ GOURMET

あの極上のしっとり食感そのままに! 濃厚&リッチなチョコバウムが誕生!

今年のバレンタインは、治一郎ファンにはたまらないチョコバウムが誕生! 治一郎ならではの極上のしっとりとした食感を残しつつ、チョコレートの濃厚な味わいも十分に楽しめる逸品に仕上がっている。商品開発に半年以上もかけて完成させた自慢作というから、ギフトにももちろん、自分用にもキープなくては!

●期間限定「治一郎のバウムラーヘンカカオ」(高さ4cm×直径14.5cm) 1,400円(税別)。
●期間限定「ダブルチョコプリン」375円(税別)。チョコと白チョコのダブルチョコプリンにビターなチョコレートソーストッピング。

治一郎 中田店
静岡市駿河区中田4-2-6 アピタ静岡向かい ☎ 054-669-4450 10:00~20:00
第3火曜定休 休あり http://www.jichiro.com/

春の門出は「旬輝」で華々しく! 子連れママ歓迎「女子会プラン」新登場!

卒園や卒業、引っ越しなど、春は出会いと別れの季節。仲良しなママ友との集まりに「旬輝」はいかが? 住宅街にひっそりとたたずむ一軒家レストランは、ゆるやかな時間が流れる特別な空間。一流ホテルで研ぎを重ねた藤村シェフが腕を振るう料理が華を添えてくれる。通常は子連れの来店は不可だが、この時期限定の「女子会プラン」なら、親子一緒に心置きなく楽しめる。振りこたつの個室もあるので、小さな子どもも安心。大人10人以上で貸し切りOK! この機会にぜひ!

●新登場「女子会プラン」3人より受け付けランチ&ディナー前日までに要予約
「女子会プラン」/ディナー ¥5,000円(税別)、「お子さま」 ¥2,500円(税別)
※1グループお食事2人1名プレゼント(※お食)

「女子会プラン」ランチ ¥3,000円(税別) 「お子さまランチ」 ¥1,500円(税別)

●藤村シェフ。ふじのくに食の都づくし仕事人。日本ホテルで修行を重ねた後、ホテルセンチュリー静岡の和食調理師、藤村シェフの和食調理師、職人技「けやき」のシェフを、その後、料理旅館の料理長も歴任した豊富なキャリアを持つ

旬輝 Doki-Dokis
静岡市葵区大井1-6-48 ☎ 054-297-3897 休3台 水曜定休
昼の膳11:30~13:30(L0) カフェタイム14:00~16:30 夜の膳17:30~20:30(L0)



アステン5つ星

エブリデー肉の日!

毎月29日をニクの日、つまりちょっとぜいたくなお肉を楽しむ日にしている人も多いのでは? 2月に29日はないけど肉特集。なぜなら、平成29年=ニクの日だから! 景気良く頑張っていきましょう!

【スカイレストラン ヴォーシエル】の やわらかい国産ポークフィレのソテー

豚肉の中でも脂身の少ない貴重で柔らかいフィレ肉に、刻んだシャンピニオン(マッシュルーム)などをバターと白ワインで煮詰めた香り高いデューセルソースを乗せ、パルミジャーノ・レッジャーチーズをまぶしていったパン粉をまとわせる。ソースはフランスの王道、マダラソース。料理の甘さと奥深さが増す。25階から静岡の街並みを見下ろしつつ口に運ば、優雅なランチタイムになること間違いなし。

静岡市葵区紺屋町17-1 葵タワー25F
tel./054-273-5250(レストラン直通)
営業/ランチタイム 11:30~14:30(13:30LO)、
ディナータイム 14:30~17:30(16:30LO)、
ディナータイム 17:30~21:00(20:00LO)
休/不定休
P/なし
★やわらかい国産ポークフィレのソテー
¥2,700(シェフおすすめランチコース)



【酒楽食楽(しゅらくしょらく)】の A5ランク山形牛 イチボステーキ

赤身と脂身のバランスが良いと人気上昇中の山形牛。こちらでは生産者から直接仕入れることでコストを抑え、希少部位・イチボのステーキを気軽に楽しめるのがうれしい。長野県の大島農園から直送の野菜は、市場に出回っていない珍しいものも登場。「よく飲むく食べて楽しく」をコンセプトに、手間暇かけた料理のファンも多い。カウンター7席のみなので、出向く前に席の空きを確認しよう。

静岡市葵区常盤町2-12-10 マルマンビル1F
tel./054-253-6661
営業/平日17:00~翌2:00、日曜、祝日17:00~24:00
休/第1日曜、第3日曜
P/なし
★A5ランク山形牛イチボステーキ
¥1,550 ※仕入れにより変更になる場合も



【肉bal BISTECCA(ビステッカ)】の リブローズグリル

ほとんどの人がオーダーするというリブローズグリルは、ボリュームかつリーズナブルな価格が魅力。追加は1g5円(税別)とさらにお得なので、足りなさそうなら思い切って増量しよう。ハモンセラー、牛肉の赤ワイン煮込みなど洋風の肉料理のほか、ネギ牛タン鉄板焼、鶏わさといった和風メニューも。ワインはもちろん、地酒、果実酒など、お酒も自由に組み合わせたい。



静岡市清水区真砂町1-32 ニューポートビル1F
tel./054-366-8201
営業/17:00~翌1:00(0:00LO)
休/無休
P/なし
★リブローズグリル 200g
¥1,480(税別)

【お野菜とお肉の炭火焼き comodo(コモド)】の 香り鶏とフルーツトマト、モッツアレラのカプレーゼ風

藤枝で人気のベジ・テーブルダイニングcomodo姉妹店が1日、葵区鷹匠にオープン。弾力とうま味を兼ね備えた板木の銘柄鍋を、強固つけた炭火で焼くことでジュシーに仕上げている。静岡産のフルーツトマトもみずみずしい。炭火ならではのほくほく香ばしさを、ぜひ種類豊富なアルコールと共に味わって。パーティーコースではお肉と野菜をバランスよく食べられるベトナム風しゃぶしゃぶも。



静岡市葵区鷹匠3-10-3
tel./090-2345-4449
営業/11:30~14:30、18:00~23:00
休/不定休
P/なし
★香り鶏とフルーツトマト、
モッツアレラのカプレーゼ風
¥未定

【Niku Bar IL TAVOLO(イルターボロ)】の 熟成牛Tボーン



T字型の骨の両側にあるサーロインとフィレ肉を一度に楽しめる。店イチオシのメニュー。老舗焼肉店・京島園がプロデュースするだけに肉質の良し、独自の熟成方法、焼き方など全てがプレミアム。最初の一口は何も付けずに肉そのもののうま味を味わって。お供には富士宮の朝採れ無農薬野菜のパニーニカウダや、200~300種類あるというワインを、ワインはソムリエに選んでもらうこともできる。



静岡市葵区真砂町2-4-6
tel./054-266-6529
営業/17:00~翌3:00(2:00LO)
※日夜12:00~22:00(21:00LO)
休/無休
P/なし
★熟成牛Tボーン 100g
¥1,700(税別) ※600gから

【ラクレット&肉バル ハイジ】の ラクレット & ローストビーフ



脂身の少ない柔らかい部位を使ったローストビーフに、温めたラクレットチーズをのりのり。スイスの良質なラクレットチーズは濃厚な香りが立ち、ちょっと甘めのステーキソースとの相性はバッチリ。単品でも人気のメニューを掛け合わせたぜいたくな一品だ。夜は満席の場合もあるため予約が確実。比較的空いている昼に行くのもいい。サラダドリンク付きランチの「ローストビーフ丼」(920円)もある。



静岡市葵区紺屋町1-3 岩久本ビル1F
tel./054-251-1055
営業/11:30~14:00(13:30LO)、
17:00~翌1:00(0:00LO)
休/無休 ※ランチは月曜休(月曜が祝日の場合は火曜休)
P/なし
★ラクレット&ローストビーフ
¥1,380(税別)

【グリルキッチン&サラダバー Food Piatto(フード・ピアット)】の ローストビーフ丼



しっとり柔らかな自家製ローストビーフがたっぷり乗った丼は、ダンツの一番人気。まずはしょうゆベースのたれと特製ヨーグルトソースのWソースを絡めていただき、途中でトッピングの生卵を崩して全体を混ぜると、また違った味わいに。100%ビーフのジュシーな「ダイナマイトハンバーグ」は、肉をガッツリ食べたい時にぜひ。通し営業なので遅めのランチや買い物帰りに時間を気にせず立ち寄れる。



静岡市葵区黒金町49 静岡駅前ビル パルシエ6F
tel./054-252-2277
営業/11:00~22:00(21:30LO)
休/無休
P/パルシエ立体駐車場、契約駐車場有り
★ローストビーフ丼
¥1,000(税別) ※スープ付き

【bistro DOKI×DOKI(ビストロドキドキ)】の 富士山幸せの豚のソテー



富士山の麓で育てられたブランド豚「幸せの豚」は、細き細やかな肉質と、あふれる肉汁が特徴だ。柔らかさを損なうことのないよう弱火でゆっくりソテー。しょうゆベースの中薬風ビーフ丼だれでさっぱりいただける。「幸せの豚」は、パテ(680円)や豚しゃぶサラダ(880円)でも堪能することができる。旬の野菜を楽しめる「彩り野菜のパニーニカウダ」(980円)との相性もバッチリ。



藤枝駅前11-21
tel./054-646-5598
営業/11:30~14:30、17:30~23:00
休/月曜
P/なし(市営駐車場のみ割引あり)
★富士山幸せの豚のソテー
¥1,500(ディナーのみ)

Pick up voice!

コチラも!! 読者オススメ肉料理

- 静岡 ●「三笑亭」すき焼きはお店の人が作ってくれてとてもおいしかった(葵区・主婦) ●「Chevy's steak」カウボーイの姉妹店。ランチが安くておいしい!(葵区・主婦) ●「DON幸庵」ローストビーフが美味(駿河区・会社員) ●「レストラン&カフェBON」シチューなどの肉料理もおいしい(葵区・会社員) ●「ムッシュ.MOIZUMI」牛ほほ肉がとろけるほど柔らかい(葵区・パート) ●「ブチレストラン・サオリ」ランチコースのお肉がいつもおいしい(清水区・主婦) ●「ラ ブロック」羊肉のトマト煮込みがすごく柔らかかった(清水区・主婦) 藤枝 ●「大正亭」とんかつは厚いのに柔らかくどきどきがない(藤枝市・主婦) ●「牛カルビ定食が好き」(藤枝市・主婦) ●「フロイデ」煮込み料理がおいしいです(藤枝市・非常勤講師) 焼津 ●「ぶん」ステーキもデザートもおいしい(牧之原市・主婦) ●「春秋」ハイルベルな居酒屋ランチ(藤枝市・会社員) 島田 ●「ロアン・ドゥ・オダギリ」特別な日に(焼津市・パート) ●「昭米」テイクアウトですが、ソーセージやハムが絶品。焼き豚もおススメ(島田市・会社員) ※口コミですので情報に変更がある場合があります。

scro! presents オトナのマネーセミナー体験記

夫婦で老後を豊かに過ごすには3,000万円必要?!

貯金と公的年金だけでは不安だなと思っていましたが、何をどうすればいいかわかりませんでした。今からできることなど具体的なアドバイスがもらえたのでさっそく行動に移しました。

1 まずは今知っておきたいマネー情報の解説
例えば消費税率の引き上げや年金制度改革など、身近な経済問題を分かりやすく説明してくれました。

2 テキストを渡って、自分が知らなかったこと、一言一句切なことをチェック。これからのプランが想像できて楽しくなりました。

3 休憩タイムにはおいしいスイーツとドリンクでリラックスマネーについて質問も真剣に考える機会があったので友達にも勧めたいです。

参加特典
無料個別相談(後日/ご希望の方のみ)
スイーツ&ドリンク(参加者全員)

アステン女性読者先着30名様ご招待!

オトナのマネーセミナー 2/22(水) 10:30~12:30 クラウンティールフットーカイ 4Fプレリウド(静岡市葵区紺屋町17-1)

参加無料

TEL.0120-854-754

株式会社スクロール マネーセミナー事務局

0120-854-754

スクロール事務局 scro!-seminar@scro!-shop.com

オトナのマネーセミナー

※セミナーでは商品の勧誘は一切ありません。●お申し込みはご連絡いただいたとおりです。●パートナーとの参加OKです。

【主催】株式会社スクロール 東証一部上場(証券コード:8005)

Valentine's Dinner

極上のディナーで、最高の思い出を演出

2/1(Wed) 28(Tue)

Menu メニュー
フレンチフルコース & 2時間のフリードリンク
※お土産/特製チョコレートケーキ(祝・サ込込)
2名様 ¥18,000
※各種割引チケット利用不可。(株主優待券は除く)

ホワイトデーディナー 3/2(Thu) 31(Fri)

大切な彼女へのお返しに

フレンチフルコース
フリードリンク(2時間)
パティシエ特製ホールケーキプレゼント

2名様 ¥25,000 (祝・サ込込)
※各種割引チケット利用不可。(株主優待券は除く) ※当日予約可。

25F Sky Restaurant

GRANDAIR Bouquet TOKAI

Beau Ciel

TEL.054-273-5250

編集部オススメ こだわり SELECTION

憧れの海外製IHやオーブンを使った料理教室

ツインメッセ静岡近く、バスルームとキッチンのプロショップ「フロントダイドコロ」で行われているキッチンセミナー「HOMECHIEF(ホームシェフ)」が、いま注目を集めている。IH、オーブン、ブレンダー、食洗機など、人気の高い輸入キッチン機器を使って、料理研究家が考案したおもしろ料理を学ぶことができる。毎月、第1土曜と第3木曜に開催し、現在2/16(木)の参加者を募集中。申し込みは(電054(202)7870)またはHPへ。今後キッチンを購入しようと思っている人はさっそく参考になるはず。夫婦での参加はもちろん、一人での参加も歓迎。

指導経験がなくても大丈夫! くもんの先生になりませんか?

世界49の国と地域に広がる公文式学習法は、創業者がわが子のために作った学習教材が始まり。くもんでは、子どもの「自ら学ぶ力」をサポートする先生を募集している。自宅や会場を借りての開設、引き継ぎ開設など、教室の形もさまざま。特別な資格や指導経験がなくても週に2日、1日5時間程度から始められるので、家事や子育てと両立しながら長く続けられる。「基本から学べる充実した研修と、担当スタッフや先輩の先生のサポートで楽しく教室を続けることができています」との声も。まずは各地で開催されている説明会に足を運んでみて。予約はHPまたはフリーダイヤルへ。

●説明会の内容(2時間) ※面接やテストはなし
①KUMONの説明 ②先生の仕事 ③個別質問受付
●会場 ★会場=子ども連れOK(要事前予約)
【駿河区】2/13(月)、3/3(金)、3/13(月)いずれも10:30~ 公文静岡事務局★
2/21(火) 10:00~ 公文式中田3丁目教室
【葵区】3/6(月) 10:00~ 公文式千代田6丁目教室
2/20(月) 10:00~ ベガサート7階(静岡市産業交流センター)
【清水区】2/17(金) 10:00~ 清水産業・情報プラザ 会議室2
【藤枝市】2/14(火) 10:00~ 藤枝文化センター 第4会議室
【焼津市】2/24(金) 10:00~ サラライフ焼津

公文教育研究会 静岡事務局
静岡市駿河区森下町1-35
静岡MYタワー6F
TEL.0120-834-414 9:00~17:30
土・日曜、祝日定休
http://www.kumon.jp/inst/
くもんの先生 検索

キッチンセミナー「HOMECHIEF」
2/16(木) 11:30~13:30
テーマ:「あたたまる、冬のアペロ」
参加費:2,500円
持ち物:エプロン

Float dyed coelo (フロードダイドコロ)
静岡市駿河区小里3-9-11
TEL.054-202-7870
11:00~19:00 火曜定休
休あり
http://969001.net/
フロードダイドコロ 検索

今年こそ結婚につながる出会いを! 婚活トライアル2ヵ月9,800円

昨年8日に1組の割合で成婚者を出しているエンマレッジ。全国最大規模のネットワークに複数加盟し、静岡県を中心とした出会いから医者・弁護士・経営者など、全国のハイクラスな出会いまで、ニーズに合わせてコースを選び、それぞれ5万人以上の会員からお相手探しができる。お見合いは何度でも無料。定期的な会員限定の座談会などを聞き、会員サポートも充実。初めてで不安な人には、会員体験ができる「婚活トライアルコース」(2ヵ月9,800円)を、悩んでいても始められないから、まずは一歩を踏み出して。

●初期費用50,000円+月会費5,300円。お見合いは何度でも無料!
●仲人・石上さんのブログは経験者の「成婚作文」などを参考になる話がいっぱい!
※価格はすべて税別

静岡市の結婚情報誌 エンマレッジ
静岡市駿河区南町19-10(JR静岡駅から徒歩3分) サウスガーデン南町201
TEL.054-374-3229 不定休 11:00~20:00(予約制)
http://enmarriage.com/ エンマレッジ 検索

あの子に1つ贈り物

懐かしい! という読者もいるに違いないコルク積木。なんと1931年から作られているおもちゃの世界のロングセラー。「人間の土台を創る一貫教育」で知られる自由学園のOGが創設した生活工芸研究所が、今も変わらず世に送り続けている。ポルトガル原産の良質なコルクを使い、カットして面取りも施している。軽いから当たっても痛くないし、木の床でも音を気にしなくていい。ロボットでもタワーでも、思い切り積み上げて思い切り崩そうよ。



コルク積木
6,000円~31,000円
(5シリーズ展開)
自由学園生活工芸研究所
東京都豊島区西池袋 2-31-3
TEL 03-3981-1038
オンラインショップ
http://www.jiyu-craft.com/
※写真は木箱入り(20ピース)31,000円

とっさの1フレーズ

Theme ● 大好き!

女の子: Happy Valentine's Day! I love you.
「バレンタインおめでとう! 大好きだよ」
ディズニースタイル
This is for you.
「これらもってください」

I love youの部分はこんな表現が
使えるとさらにステキ

Please be my Valentine. 「私のバレンタインになって」
Will you be my Valentine? 「恋人になってくれる?」

お返事は...
男の子: I love you too. 「僕も大好きだよ」
女の子: I will be your Valentine. 「僕は君のバレンタインだよ」

それでは、Have fun on Valentine's day!
「バレンタインの日を楽しんでね!」

全日程英語教育のプリスクール NB International Kindergarten
静岡市駿河区中田本町6-3 tel: 054-202-9555

寒い日はホットで「赤米甘酒」

大注目の甘酒。健康ときれいなお肌のためにセレクトショップふくろうのイチオシは国産もち赤米を使用した「赤米甘酒」(775g・905円)。さらっとしていて飲みやすく、砂糖を加えていないのがうれしい。豆乳と割るのもおすすめ。

ふくろう
静岡市葵区北安東4-25-1 (県立総合病院前)
TEL 054-200-2960 月~金9:30~18:20 Pあり

新発売! エキストラバージンオイル

オリーブオイル専門店のクレアテールが契約農園のオリーブを原料にした高品質・高コストパフォーマンスのエキストラバージンオイルを新発売。惜しみなく使える500ml 1,800円(税別)。オイル漬けやアヒージョなど加熱料理に。

クレアテール
静岡市葵区紺屋町11-1 ガーデンスクエアビルF TEL 054-251-2277
11:00~19:00 月曜定休

サブリーな1ポーズ



- 1 後ろで手を組み体から離す。
- 2 肩甲骨を寄せて胸をぐーっと開く。
- 3 顔を上げて首の前を伸ばす。鼻呼吸を忘れずに!

寒さで体が縮んでいる時に
鳥が羽を伸ばす仙人のポーズ

グループルーシーダットンマスタートレーナー 松子先生

新入会者キャンペーン
入会金... 通常5,000円(税別) → 0円
登録手数料... 通常3,000円(税別) → 0円
※上記キャンペーン適用中の入会の場合、適用外あり

グランツ フィットネス・スイミング
静岡市駿河区敷地1-18-28
054-260-7235 (フィットネス・カルチャー)
054-237-1076 (キッズスイミング)
http://glanz-sc.com/

ZOOM & ZOOM

不動産広告はココをチェック!

マイホーム選びセンスアップ大作戦!

そろそろマイホーム? と思ったら(思わなくても)がぜん気になる不動産広告。上手に情報を集めるコツを、家づくりのプロ、明和住宅の菊池昭秀さんに聞いてみた。たくさん見比べて不動産センスを磨きましょう!



南向きにこだわると損!?
実際に物件を見て回ると分かるのですが、西向きだけ日照条件は抜群だとか、南向きでも周辺環境によってイメージと違う物件もたくさんあります。「南向き」という情報にこだわりすぎて選択肢を狭めるより、気になったらぜひ現地に立ち寄って確かめてください。

「仲介」「売主」どう違う?
不動産に詳しくない個人間で不動産を売買すると、何かトラブルが起こった時に大変。そこで売主と買主双方の利益を考え、安全円滑に取引できるようにするのが仲介業者です。一方、広告主が「売主」の場合は、その会社が自社で物件を所有し、整地や土壌の改善などを行って質の高い物件になるようプロの目で管理しているという安心感があります。明和住宅は扱う物件のほとんどを自社で買入れ、売主として責任を持って管理しています。

分譲住宅
駿河区 登呂3丁目
木造2階建て3LDK+S
P2台OK
●スーパー近く・南向き
●土地132.23㎡(40坪)
●建物115.70㎡(30坪)
平成28年2月築
価格 **4,000万円**
[売主] ●住宅(株) TEL.054-000-0000

売土地
葵区 沓谷5丁目
バス停近く、小学校そば
●土地115.70㎡(30坪)
●建築条件付(応談可)
●宅地、準工業地域
●建売率60%、容積率200%
価格 **2,000万円**

「用途地域」から街並みをイメージ
よく見かける「第1種中高層地域」などといった表記、これは土地の「用途地域」と言われるもの。この地域では飲食店が建てられないとか、この地域ならパチンコ店が建てられるなどといった建物の制限が法律で定められています。用途地域によって街並みの雰囲気が違うので、希望する街の環境と照らし合わせてみると面白いですよ。

相場より高い物件、怪しくない?

相場より極端に高い、あるいは安い場合は、何らかの理由があるはず。例えば住宅密集地の中の広い角地など、同じ街でも条件の良い物件は周りより格段に高くてもすぐ売れてしまうことも。売土地は一期一会ですから、その場所が気に入ったのなら財布と相談を。逆に、極端に安いものの中には、過去にそこで事故が起きたなど、「心理的瑕疵(かし)あり」と表記された物件がまれにあります。3割以上安くなっていることも。気にならなければ検討してみてください。

「建築条件付」って不利じゃない?

たまに「建築条件付宅地」と明記されている土地情報があります。これは要するに「この土地を買うなら建物の契約をお願いします」というもの。これは法律で制限されているものではないので、場合によっては条件が解除できることもあります。そこで明和住宅では「応談可」(相談できます)と記しています。その土地が魅力的なら「条件付」に惑わされず一度相談を。

取材協力/明和住宅

エコドライブ、美しい環境とモビリティの楽しさを次世代へ。

今ならフィットに、うれしいキャンペーン実施中!

フィットご成約で
Honda 純正ナビプレゼント!

フィット
1.9%
残クレ

Honda Financial Services

すべての席に、日差し対策。360°スーパーUV・IRカットパッケージ。

360°
UV 約99% CUT
IR 約70-80% CUT

フィット HYBRID 特別仕様車
パッケージ コンフォートエディション
車両本体価格 **1,826,000円***

Honda Cars 静岡
東静岡店 清水町店 聖一色店 電南店
清水吉川店 清水波川店 Hondaオートアラス静岡

私がフィットを選ぶ理由 vol.2

「女性を3倍キレイに見せてくれる」
「ママは、毎日見るから、毎日ハッピーだよ」

「この噴水ショーを見たら、次の日いいことが起こるかもよ」
「ほんとにママもいじこまったわ」

「街と暮らそう。」
「5 常磐町」

常磐公園
静岡の中心街、青葉通りの端にある公園。夜には光と水の織りなすスペシャルショーが時を告げ、街行く人を和ませる。

明和住宅の家は、いい街にあります。

常磐公園
静岡の中心街、青葉通りの端にある公園。夜には光と水の織りなすスペシャルショーが時を告げ、街行く人を和ませる。

Honda Cars 静岡
東静岡店 清水町店 聖一色店 電南店
清水吉川店 清水波川店 Hondaオートアラス静岡

※価格はすべて消費税(8%)込みの価格です。詳細価格には、保険料、税金(消費税除く)、登録等に伴う諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。

街づくりから始める家づくり

明和住宅株式会社

静岡本社 静岡市葵区沓谷5-11-5 TEL 054-263-1144
静岡支店 静岡市下飯田376-1 TEL 054-638-1120

明和住宅 検索

見て驚いて考える！ アステンエネルギー見学会

発電の現場を見て、これからのエネルギーを考える。そんな視点で「アステン エネルギー見学会」が開催された。案内役はSBSラジオパーソナリティの長谷川玲子さん。太陽光発電所と原子力発電所を巡り、4人の女性参加者が長谷川さんとともにエネルギーについて率直に語り合った。

しっかり伝えたいから参加

エネルギー見学会に参加したのは、田中さん(高校生)、勝又さん(大学生)、石川さん(主婦)、吉村さん(主婦)。4人も県内で暮らしている。

4人と長谷川さんが最初に向かったのは、清水港に隣接する巨大な太陽光発電所「メガソーラーしみず」。東京ドーム3個分という広大な敷地に、縦約1.5m、横約1mの太陽光パネルが31,464枚も並んでいる。ここで発電できる電気は年間約840万kWh。一般家庭約2,300世帯が1年に使う電気を賅うことができる上に、地球温暖化の原因とされるCO₂を発電時に排出しない。まさにクリーンエネルギーの代名詞だ。ただし、天候によって発電量は大きく変化し、夜間は発電できない。また多くの電気を作るには広大な敷地が必要となる。

海拔22mの防波壁に 圧倒される

その後、一行は御前崎市にある浜岡原子力発電所へ移動。浜岡原子力発電所の施設概要や安全性向上対策などを約1時間にわたって学んでから、今回は特別に原子力発電所の構内へ。

最初に見学したのは海拔22~24mの改良盛土と海拔22mの防波壁。最大クラスの巨大津波に対しても敷地内への浸水を防ぐという構造とスケールは見る者を圧倒。参

原子力発電の 印象は変わった？



エネルギーについて語り合う長谷川さんと参加者。この様子はSBSラジオでも放送された

石川さん
子どもにエネルギーの大切さを理解してほしいと願う主婦

吉村さん
次代を担うクリーンエネルギーに関心を持つ主婦

勝又さん
次代を担うクリーンエネルギーに関心を持つ主婦

田中さん
電気と聞けばスマホの充電を想定する高校1年生

加者も一様に「すごい」と感嘆の声を上げていた。

浜岡原子力発電所では万一津波が防波壁を越えた場合や重大事故が発生した場合も想定し対策が練られている。それらを確認するために5人は、原子炉建屋内への浸水を防ぐ厚さ1mもある「強化扉」、海水が取水槽から敷地内にあふれることを防ぐ「溢水(いっすい)防止壁」、海拔25~40mの高台に設けられた「ガスタービン発電機」、「緊急時淡水貯水槽」、非常用の「電源車とポンプ車」などを次々に見学。発電所の安全性を向上させる対策の数々に参加者は目を見張っていた。



1.約14万㎡という敷地面積を誇るメガソーラーしみず 2.ミニサイズの太陽光パネルで発電を実感する参加者。日差しを少しでも遮ると発電量がガクンと下がる 3.実物大原子炉模型の前でスタッフの説明に聞き入る参加者。原子力館は一般の人でも自由に見学できる。入館無料

広大な敷地にびっしりと敷かれた太陽光パネルに圧倒された

案内役の長谷川玲子さんと4人の参加者が、エネルギー見学会の締めくりに意見交換した。

エネルギー見学会は 驚きの連続

長谷川：今日の感想を聞かせてください。
田中：原子力発電所といえば、福島第一原子力発電所の事故を思い出してしましますが、今日の見学で不安が少し軽くなりました。
長谷川：それはなぜ？
田中：浜岡原子力発電所の安全性向上対策が、これほど進んでいるとは思わなかったから。
吉村：私も防波壁の高さと大きさに驚きました。まさに百聞は一見にしかず。これなら大丈夫かもと感じたほどです。
石川：働いている人の多さにもびっくりしました。今、浜岡原子力発電所は止まっているので、もっと少ないと思っていた。
勝又：約4,500人(工事関係者も含む)と言っていましたね。多くの人たちによって安全が守られていることが分かりました。
長谷川：私は浜岡原子力発電所の中を見学したのは今回で3回目ですが、来るたびに新しい対策に取り組んでいます。もう完了だろうと思って、次に来るとまた取り組んでいる。その姿勢にいつも驚いています。

考える前に、見てほしい

長谷川：太陽光発電と原子力発電の両方を見て感じたことは？
石川：地球温暖化やCO₂のことを考えれば、太陽光発電をもっと進めてほしいですね。でも、太陽光発電には弱点もあるので、現実的には火力や原子力も含めて、さまざまな電源をバランス良く組み合わせることが大切だと思います。
勝又：浜岡原子力発電所の5号機は、メガソーラーしみずが1年でつくる電気を7時間発電できると聞くと、両者には一長一短がありますね。
吉村：子どもたちの将来を思えば、多少コストが高くなってもクリーンなエネルギーをもっと使うべきだと思います。原子力発電の「良い・悪い」については、まだ分からないことが多いですね。
田中：私も原子力発電が良いのか、悪いのか分かりません。でも、CO₂を大量に出す火力発電に頼るには限界があると思います。
勝又：原子力発電に悪い印象を持っている人は多いと思います。ただ、私はそういう人にこそ、今回のように自分の目で実際に見てほしいと思いました。

見学会に参加して 変わったこと

長谷川：今日、自分の中で変わったことはありますか？
石川：原子力発電を漠然と恐れることはなくなりました。ただ、やっぱり怖い面もあります。
吉村：これだけの安全性向上対策を見ると、逆に「そんなに原子力って危険なの？」という思いも湧いてきます。
田中：私は不安が減りました。メディアの情報だけでは判断できなかったのが、実際に見て良かったと思います。CO₂の問題を改めて感じたことも私の中で大きな変化です。
勝又：私も見て良かったです。環境に優しいエネルギーでCO₂を減らす努力が必要だと思いました。
石川：これまで考えてこなかったことを考えるきっかけになりました。
長谷川：考えていなかったことを考えるようになった、というのは大きな変化ですね。今回の見学会がエネルギー問題を考える契機になったのなら、私もうれいでしょう。これからもっと、みんなで考えていきたいと思います。

勝又さん
今回の見学で疑問がいくつか解けたと語る大学生

浜岡の現場はコチラから！
中部電力サイトへ



防波壁の大きさに
ビックリ！



アステン流 大人ドリル

淑女検定

羊毛フェルトのスイーツ

もうすぐバレンタイン。スイーツ作りは苦手な...という人におすすめなのがスイーツの形をした羊毛フェルト。ふわふわした「あったか〜い」ハンドメイドの贈り物。もらった人の心に温もりも届けてくれるぞ。

問題1 作品作りに欠かせない針。どんな特徴がある？

- A. 弾力があってしなる
- B. 先端がギザギザ
- C. 注射針のように中が空洞
- D. 鍼灸(しんきゅう)針と同じもの

問題2 針受けとしてはどれがおススメ？

- A. 台所用スポンジ
- B. 台所用せっけん
- C. 高野豆腐
- D. たわし

問題3 おいしいようなスイーツに仕上げるコツとは？正しいものはどれ？

- A. とにかくたくさん刺す
- B. 所々ポンドを使う
- C. 細かい部品は指で作る
- D. イチゴだけは静岡産の本物で

SBS学苑 パルシェ校

羊毛フェルト講師
野中直子 先生
羊毛フェルトの「Sweeties」認定講師。おちかみ(主催)羊毛フェルト教室「Sweeties」認定講師。おちかみ(主催)羊毛フェルト教室「Sweeties」認定講師。おちかみ(主催)羊毛フェルト教室「Sweeties」認定講師。

SBS学苑パルシェ校
羊毛フェルトでつくる
ラブリー小物

受講料 6,480円(3カ月3回)
材料費 4,980円 入会金 1,240円
講師 野中直子(羊毛フェルトA's Sweeties)
認定講師 野中直子(羊毛フェルトA's Sweeties)

見ているだけでは楽しめないように作ります。使える小物を作ります。
[お問い合わせはこちら] TEL.054-253-1221

正解 & 解説

問題1 → 正解 B
カラフルな羊毛を針でチクチク刺して作る羊毛フェルト。専用針「フェルティングニードル」は特殊な構造をしていて、針の抜き差しで羊毛が絡むように先端がギザギザになっている。針は二連、三連、極太、極細などがあり、シーンによって使い分ける。作り始めは太い針、繊細な仕上げは極細針で。針でチクチクと指を刺してしまうこともあるので、ぶきっちゃんさんは指を保護する専用の指サックを使うと安心。

問題2 → 正解 A
刺す針を受け止める道具には、「研磨材のない台所用スポンジが最適」と野中先生。でも慣れてくるとスポンジを使用せずに作れるようになる。羊毛を巻いたり畳んだりしてチクチクチクチク…。始めの巻き方がポイントで、次第に固まりになり立体的な形になっていく。見た目はふわっとしているが、土台がしっかりしているので手に乗せると案外しっかりしている。

問題3 → 正解 C
針を刺し過ぎずに仕上げるのがコツ。羊毛の表面は、人の髪の毛のようにうろこ状のキューティクルがあって、それを絡ませてフェルト化する。針を刺し過ぎるとキューティクルが傷むので、つや感が失われてボサボサになる。フルーツソースやナッツなどの細かい部品は、指先で丸めたり伸ばしたりして作る。その一つ一つの部品は、ポンドは一切使わずに針だけで丁寧に絡ませ、心を込めて仕上げる。

産技の医療事務科で 実務に役立つ技術と知識を身に付けよう！

「女性が一生続けやすい仕事」として人気の医療事務。産技の医療事務科では実務に必要な基本知識のほか、医療や薬の基礎知識から栄養学、実践介護まで学べる幅広いカリキュラムが組まれている。患者さん一人一人に向き合う思いやりの心も育み、病院の受付を再現した実習室で繰返演習も実施。また、コンピューター教育46年の歴史を誇る学校とあって、医事コンピューターの操作技術や電子カルテへの対応はもちろん、WordやExcelなどのオフィスソフトを使いこなすコンピュータースキルも習得できるのがうれしい。診療報酬請求事務をはじめ、2年間で多くの資格を取得できるから、活躍できる職種もぐんと広がるはず。まずはオープンキャンパスに足を運んでみよう。

- 学校説明会:2/5(日)10:00~12:30
 - オープンキャンパス:3/25(土)10:00~15:00(昼食付き)
- [参加費] 申し込みは電話またはHPで。

静岡県産技専門学校 静岡県浜松市東区110-11 ☎052-618-255 <http://www.sangi.ac.jp/> SANGI

オハナ診察室

Q ビルってどのような効果がありますか？
副作用についても教えてください。

A ビルにはエストロゲンとプロゲステロンの二つの女性ホルモンが配合されています。現在は、低用量、超低用量ビルが主流です。正しく服用すれば避妊できる薬です。また、生理周期の安定、月経量の減少、生理痛や月経前症候群の軽減、子宮内腺症や卵巣がんの予防などがあります。副作用については、飲み始めは頭痛、吐き気、不正出血、倦怠(けんたい)感などの症状が出る場合もありますが、服用を続けていくうちに軽減されていきます。血栓症のリスクもありますが、妊娠中の血栓症リスクに比べると数十分の1です。飲み忘れずに続けていくとリスクは減り、効果が高まります。

婦人科・産科・女性泌尿科 母体保護法指定
オハナクリニックの町
ohana-clinic-kinoshitacho.com
TEL.054-347-0300
〒424-0846
静岡県清水区水戸の町44-1



にきび・にきび跡でお悩みの方

炎症の強い赤味や色素沈着、気になってしまう凹凸もすっきり美しい肌へ。

検査 ロボスキンアナライザー

ニキビの原因菌・角質の状態、炎症の状態・色素沈着の範囲・凹凸の深さ等、ニキビやニキビ跡の状態を詳しく検査します。

検査の結果、医師の診察・カウンセリングにて
ニキビ治療セット ¥50,000 (税別)

<h3>ハイドラフェイシャル</h3> <p>約15分 1回ごと各レーザー治療の前</p> <p>水通しで古い角質や毛穴に詰まった皮脂、汚れを除去し、さらに保湿を行う治療機器です。余分な角質、皮脂、汚れを除去して、均一に照射ができるようになります。</p>	<h3>クリアタッチ S</h3> <p>約20分 1回ごと</p> <p>光と熱の相乗効果でにきびの原因となる菌を殺菌していく治療法です。殺菌光をあてることによって、アクネ菌が活動している部分だけに作用し、皮膚の深部にまで達しているアクネ菌を殺菌していきます。</p>	<h3>フォトフェイシャル(IPL)</h3> <p>約20分 平均3~6週間おき5~6回</p> <p>フォトフェイシャルは、しみ、そばかす、肝斑、くすみ、平らなほくろ(多数)、赤ら顔、毛穴の開き、小じわ、にきび、にきび跡(色素沈着・凹凸)など、真なる症状にも同時に効果をもたらすIPLという光治療します。</p>	<h3>エレクトロポレーション</h3> <p>約20分 1回ごと各レーザー治療の前</p> <p>電気刺激で皮膚に見えない穴をあけることで、高濃度の薬剤を注入できる治療法です。フォトフェイシャル(IPL)などの治療の後に併用することで、治療効果を高めます。</p>
<h3>フラクショナルレーザー</h3> <p>約60分(麻酔クリーム20分) 1ヶ月~数年に1回</p> <p>にきび跡の凹凸、毛穴の開きに大変効果の高い治療方法です。一定間隔にレーザーを照射し、肌の入れ替わりを行います。肌表面の質感がアップし、毛穴やにきび跡の凹凸が目立たなくなります。</p>			
<h3>麻酔クリーム</h3>			

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・皮膚科(医師 平野 温子)
www.sc-clinic.jp
tel.054-254-5444 (予約制)
静岡県浜松市東区3-21 ベガサートB1F

院長 平野 温子
1969年2月生まれ。富士市出身。静岡聖隷医療専門学校(現 静岡聖隷医療大学)卒業。平成6年東京女子医科大学医学部卒業。東京聖隷医療大学病院、東京女子医科大学病院、大森白百合病院で皮膚科(医師)研修(認定取得)、形成外科(美容皮膚科)勤務を経て平成12年静岡県浜松市にて「医療法人 美静会スキンケアクリニック」を開設。平成26年12月静岡県浜松市ベガサートB1Fにクリニック移転。

月 火 水 木 金 土 日
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
● 診療時間 10:00~18:00
● 初診受付 診察・検査のみ 17:00まで / 当日夜間希望 16:00まで

ケイタイサイトへアクセス!
医療情報を閲覧できます!

JR静岡駅 北口より徒歩5分
JR静岡駅 南口より徒歩1分



最短16日で卒業可能!
「超スーパー短期」受け付け中

春の運転免許取得シーズン到来。4月からの新生活が始まる前に自動車免許が欲しいと思ったら、効率的に通える「はいなん自動車学校」がおすすめ。もっとも速い「超スーパー短期」なら最短16日で卒業可能。その人に合わせた教育スケジュールを作成してくれたり、オプションで技能教育・修了検定・卒業検定の追加料金がかららない「安心パック」も付けることができたりと、きめ細やかなフォローがうれしい。焼津・藤枝・島田・吉田・牧之原・御前崎エリアは自宅まで送迎してくれる無料バスも用意。各入校日に定員があるため、希望日は早めに予約を! 短期集中コースには少しゆつたりの「22日コース」もあるので都合に合わせて選んで。

「超スーパー短期」スケジュール例
・2/15入校 → 3/2卒業可
・2/21入校 → 3/8卒業可
・2/17入校 → 3/4卒業可(ATのみ)
・2/23入校 → 3/10卒業可

はいなん自動車学校
牧之原市藤江1731
0120-96-0272
8:30~20:30
無休
http://hainan-jiko.co.jp/
はいなん自校 写真

2月末までの限定メニュー。夜カフェの「シェアセット」

午後5時から楽しめる夜カフェがとって充実している葉山珈琲。「シェアセット」はシーザーサラダハーフ、フライドポテトとオニオンリングのミニ盛り合わせ、ハーフサイズピザ、パスタ・ピザの中から2品、目替わりデザート、ドリンクが付いて2名で3,150円。注文が入ってから手延ばしするピザ生地は、モチモチで耳までおいしいナポリ風。ボリュームたっぷりでお得なので、ぜひファミリーやカップルでシェアをして楽しんで。冬季限定の「クリームチーズ珈琲」や「あざき抹茶ラテのほっとタピオカ」などあったか〜ドリンクも人気上昇中!



●写真は夜カフェピザセット
葉山珈琲 curumu 焼津店
焼津市西小川11-19
(ユニコロ南側・焼津信用金庫隣)
054-626-8886
無休 ②あり

バレンタイン限定バージョン! チョコたっぷりのスペシャルバウム登場

「セティボン?」といえばバウムクーヘンが有名。ベーシックなバウムもいけれど、この冬はバレンタイン限定バージョンが2種類登場。写真は「いちごショコラ(NEW)」1,728円。甘酸っぱいいちごのバウムのまわりを、ベリー系に相性抜群のフランス産カカオとチョコレートが生地に練り込まれたショコラバウムで包み、二つの異なる味が楽しめる。もう一つは「ショコラファンデュ」1,944円。チョコバウムに溶かしたチョコレートをたっぷりかけていただく。その他、昨年好評だった「生チョコ」1,296円も、いずれもバレンタイン限定商品のため、2/14までの販売。

セティボン? Shizuoka
静岡市葵区川合2-4-40 054-267-7236
10:00~20:00 不定休
【セティボン?静岡伊勢丹店】
静岡市葵区泉町1-7地階 054-251-2211 10:00~19:00
(定休日は静岡伊勢丹に準ずる)
【マゼン セティボン?】
静岡市駿河区登呂2-14-26 054-654-3060 10:00~20:00
水曜定休 2/11PM, 19, 3/4, 5 アニバーサリーパーティーのため貸し切り

肌本来の美しさを引き出す「毛穴スッキリコース」が特別価格の5,000円!

藤枝駅から歩いてすぐ。国際エステティック連盟(INFA)が認定するINFA国際ライセンスを取得しているアイビーシーVIPは、この道27年のエスティシャン石井さんの長年の経験と確かな技術で人気のサロン。今なら特別お試し価格で「毛穴スッキリコース」が体験できる。クレンジング、洗顔、オリジナルアミノ酸泡パック、スクライパーでのケアまで含めて5,000円! マッサージとパック付きコースなら8,000円に(各税別)。また各店舗体験コースの予約先着15名に、リコピンがたっぷり入った7日間分のクレンジング美容液とソープのセットをプレゼント! カウンセリングは無料。日頃の正しいお肌のケアも教えてもらえるのでエステが初めての人もこの機会にぜひ。

アイビーシーVIP
【藤枝店】藤枝市田沼1-4-30
サザンケイビル2F
054-634-3007
【焼津店】焼津市東小川2-17-1
054-620-7200
【両店共通】10:00~19:00
(夜日は17:30まで)
※完全予約制 日曜定休
http://www.ibc-vip.jp/
アイビーシーVIP 写真

編集部オススメ こだわり SELECTION

運動や体操よりも、まずは日々の「歩くこと」から見直しを

体に痛みが出やすい季節。その原因、実は足元から来ているかも? 外反母趾、X脚、O脚、痛みなど、足の悩みはさまざま。悩みはそれぞれ違っても、足裏が体全体を支える土台なのは皆同じ。家で例えると、その土台がぐらついていたり、斜めになったりしていたら、どんなに建物が頑丈で、構造や耐震にお金をかけても全てが台無し。同じように、体もバランスを支えられる足裏が大事だ。だから踵のすり減り方に左右差がある、なんとなく歩かなくなったり、肩こりや腰痛がひどい、顔が斜めに傾いている…など「体のゆがみ」を感じたら、足の専門家「フィットラボ」へ。

人それぞれの足の悩みに専門家が対応してくれるインソール屋さん

フィットラボでは、まず無料カウンセリングを経て全身のバランスや軸のブレを1時間かけて丁寧に測定。重心のかり方や歩行バランスなどを見た上で、県内に数少ない高性能の足型成形マシンで足型を取る。それをもとに踵、土踏まずなど細かなパーツごとに貼り合わせて削り、完成。元アスリートで片足を粉砕骨折したことがあるオーナー榎原さんは、フランスに渡り、最新のインソール技術を学んだ経験を持つ、柔道整復師の資格を持つ鈴木さん、病院での勤務経験がある理学療法士の資格を持つ平澤さんと、いずれも専門家が足裏のバランスを整えることに行き着いた。歩く機会が少ない冬にこそ、足裏メンテをしておきたい。

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
【本店】静岡市清水区天神1-2-1
054-363-0008
【両店共通】10:00~20:00 ②あり
水曜・第1木曜・第3日曜定休 http://www.fit-lab.com

●インソールは2万円前後で相談は無料

2/4(土)から10日間の決算セール 直輸入ギャッベ、キリム、じゅうたんが通常価格より最大50%OFF!



寒い冬は暖かい敷物の上でゴロンと寝転がって過ごしたい。家暖差の激しい山間地を移動する遊牧民が使う羊毛100%のギャッベは、一年を通して快適に過ごせる天然素材が心地よい。草木で染めた独特の色合いと、愛らしい模様には、家族の愛や願いが込められている。そんなギャッベやキリムなどを扱っている人におすすしたいのが静岡市の「アートライン」。日本全国の家具店などに卸売をしているため、ギャッベからキリム、またトラディショナル柄のトルコ・ペルシャじゅうたんまで他の店ではあまり見掛けないサイズなど幅広い商品がそろそろ。商品数はなんと通常数千枚。トルコ・イランに自社の工房を持ち、手織りにこだわり製作しているから、多くの模様や色、サイズの中から、自分にピッタリな1枚を見つけることができる。2/4(土)から10日間は、特別価格でギャッベ、キリム、じゅうたんが買える決算セールも開催。掘り出し物なら半額になるチャンス。どれも手づくりの1点ものだから、好きな色柄を見つけた人は早めの来店を。本物の手触りを味わえば、その価格に納得できるはずだ。

アートライン
静岡市駿河区東新田2-16-25
054-201-9945
10:30~19:00 火曜定休 ②10台
http://www.artlinekilm.com/
静岡アートライン 写真

asten PEOPLE vol.136

大前光市
ダンサー・演出家

左膝下を失いつつもダンサーとして再起し、飛躍を続けている大前光市さん。2月17、18日に静岡市清水文化会館マリナードで舞台「天人五衰」に出演する。大前さんにとって踊ることとは、公演前に聞いた。

Q.大前さんのダンスは「誰にも負ける」「片足なのに負ける」ではなく、大前さんでなければできない動きだと感じます。

障害を個性にできたということだと思えます。義足を操って踊るというジャンルをつくったというか。事故に遭ってしまえば、「自分は障害者じゃない」「普通のダンサーに戻りたい」という思いが強く、葛藤しました。でもそこには僕の「可能性」はないんです。障害を受け入れられたら面白いことになった。芸術の良ところは、気持ちや思いを表現するものだけということ。人を演じるわけではないので二本足でなくてもいいわけです。イメージをいかに描くかであって、障害の有無は関係ない。僕の場合はトレーニングによって体を使って表現する技術を身に付けましたが、いろいろな手法があっていいと思う。

Q.本報の現代舞踊作家・佐藤典子さんとは演出作品で繋がるなど縁交をお持ちですね。

もう8年ほど交流を持たせていただいています。佐藤先生からはレッスンも受けますが、お茶をしても指導を受けますね。表現をする人は欲望や何かを成し遂げたいという強い思いがないとダメだね、といった話をよくします。「最近の大前君は注目されるようになってきて注意よね」なんて言われたりして。

Q.今更になってみたい、成長したい、と思っ

今まさに取り組んでいることがあって、競技用車いすで踊っています。ヴォーグという動きを絡めるなどして、車いすダンスの表現の幅を広げています。障害があること車いすが格好いいというはやりを起こしたい。

Q.車いすダンスとも共演したリオデジャネイロ・パラリンピック開会式のパフォーマンス。これが大前さんを知った人も多いと思います。

あんなに多くの観客の前でライブで踊るといのは初めてだったので緊張しました。会場に出たら人のプラネタリウムのように、顔

は見えませんが、光と歓声でとてつもなくたくさんの人に見られていることが分かりました。考える暇なんてない、やるしかない、という感じでしたね。準備期間は2カ月ほどしかなく、リハーサルはリオに行っ

てからを含めわずか10回。短い中でみんなよく頑張ったと思います。Q.ソロの振り付けはご自身でされたのですか。そうですね。表現したのは「壁」「葛藤」「希望」。おこがましいけれど、自分は障害者の代表としてここに来ていると思い、「パラリンピアンも自分も障害があるからここまでできないだろう」という思い込みを超えたいと戦っているんだ」と世界中の

所にいるのとお互いに触れることはなく、語り、演奏、踊りとそれぞれ異なる手法を出し合っ一つの世界観をつくるのが見どころです。同時に、世界観にふさわしいものをふさわしいタイミングで表現できるといった割合が難しく、話し合いながらやっています。僕はいわば命がある舞台装置のようなもの。正気を失った少年の、その狂気を表現しなければいけません。白石さんも中井さんもプロフェッショナル。二人に比べると出番が少ないこともあり、自分の出番で強烈な印象を残せるようにエネルギーを出し切りたいですね。

★PROFILE

1979年、岐阜県生まれ。大阪芸術大学でクラシックバレエを学ぶ。卒業後、プロダンサーとしてスタートを切った23歳の時に交通事故で左膝下を切断。片足でも踊り続けるためにヨガや武道、身体療法など幅広いジャンルの動きを習得。2008年、アーティスト集団Alphaxに参加。作品に合わせて異質なさまざまな義足を使い分けることで独自のスタイルを築く。



“芸術は、どれだけ思いが強いかが大事。それをいかに描くか。障害の有無は関係ない。”

白石加代子さんの語り、中井智弥さんの二十五弦琴との共演です。同じ

は見えませんが、光と歓声でとてつもなくたくさんの人に見られていることが分かりました。考える暇なんてない、やるしかない、という感じでしたね。準備期間は2カ月ほどしかなく、リハーサルはリオに行っ

てからを含めわずか10回。短い中でみんなよく頑張ったと思います。Q.ソロの振り付けはご自身でされたのですか。そうですね。表現したのは「壁」「葛藤」「希望」。おこがましいけれど、自分は障害者の代表としてここに来ていると思い、「パラリンピアンも自分も障害があるからここまでできないだろう」という思い込みを超えたいと戦っているんだ」と世界中の

所にいるのとお互いに触れることはなく、語り、演奏、踊りとそれぞれ異なる手法を出し合っ一つの世界観をつくるのが見どころです。同時に、世界観にふさわしいものをふさわしいタイミングで表現できるといった割合が難しく、話し合いながらやっています。僕はいわば命がある舞台装置のようなもの。正気を失った少年の、その狂気を表現しなければいけません。白石さんも中井さんもプロフェッショナル。二人に比べると出番が少ないこともあり、自分の出番で強烈な印象を残せるようにエネルギーを出し切りたいですね。

は見えませんが、光と歓声でとてつもなくたくさんの人に見られていることが分かりました。考える暇なんてない、やるしかない、という感じでしたね。準備期間は2カ月ほどしかなく、リハーサルはリオに行っ

てからを含めわずか10回。短い中でみんなよく頑張ったと思います。Q.ソロの振り付けはご自身でされたのですか。そうですね。表現したのは「壁」「葛藤」「希望」。おこがましいけれど、自分は障害者の代表としてここに来ていると思い、「パラリンピアンも自分も障害があるからここまでできないだろう」という思い込みを超えたいと戦っているんだ」と世界中の

所にいるのとお互いに触れることはなく、語り、演奏、踊りとそれぞれ異なる手法を出し合っ一つの世界観をつくるのが見どころです。同時に、世界観にふさわしいものをふさわしいタイミングで表現できるといった割合が難しく、話し合いながらやっています。僕はいわば命がある舞台装置のようなもの。正気を失った少年の、その狂気を表現しなければいけません。白石さんも中井さんもプロフェッショナル。二人に比べると出番が少ないこともあり、自分の出番で強烈な印象を残せるようにエネルギーを出し切りたいですね。

女性のためのマネープラン講座

かしいお金のふやし方

無料セミナー
各回定員20名

「投資」「資産運用」には抵抗や不安がありませんか? そんな初心者の方のためのマネープラン講座です。企業・個人向けのマネーセミナーを数多く手がけるファイナンシャルプランナーが正しい「投資のルール」を理解して、「かしくお金をふやす方法」をわかりやすくお話しします。

日時 2/26日 27日 3/4日 3日間とも(1日2回開講)
①11:00~12:45 ②14:00~15:45

会場 グランシップ 9F
浜東静岡駅前南口より徒歩3分

講師 ファイナンシャルプランナー 田嶋 かおり

セミナー内容
第1部・なぜ今お金がふえない?
第2部・低金利に負けない/お金をふやす正しいルール
第3部・かしいお金のふやし方「金融商品」について

お申し込み方法 はがき FAX メール でお申し込み
●応募締切: 2月20日(月)

株式会社ハママラコンサルティングビューロウ/税理士法人浜村会計事務所
メール/ moneyseminarhcb@gmail.com
Fax.054-251-1855 Tel.054-260-5318 田嶋まで(平日9時~17時)
〒420-0852 静岡県静岡市葵区紺屋町17番地の1 葵タワー14F
※ご応募いただきました個人情報は、本セミナー及び個別相談に関する通知以外には使用いたしません。

カリモク家具 静岡ショールーム

快適 食空間 私らしく、快適な空間づくり

2/4(土) 5日 10:00~18:00

集空間 お気に入りの家具が揃った家。家族も自然に寄り添っていたい。

私空間 THINK SLEEP ぐっすり寝る空間。すべてを包み込むような癒しの空間。

受付で「アステンを見た」とお伝えください。特典満載の2日間!

※写真はイメージです。実際の商品と異なります。

カリモク家具 静岡ショールーム
静岡県静岡市駿河区池田836-1 ☎054-263-8888
カーナビは「静岡市駿河区池田836」と入力してください。

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。

2017.2月号 Vol.136 [2017.2.4発行]
 配布エリア/静岡市、藤枝市、焼津市、島田市、牧之原市、吉田町、川根本町
 ●静岡新聞朝刊に折込

★次回(2017年3月4日発行)は「靴」特集

発行/静岡新聞社
 〒422-8033 静岡市駿河区登呂3-1-1
 紙面・広告掲載に関するお問い合わせ
 ☎054-284-9236 (平日9:00~17:00)
 ✉asten@shizushin.com
 http://www.asten.jp
 静岡新聞購読のお申し込みは
 ☎0120-89-4311

表紙:今月のキラリ
 カuttingボード 5,400円
 ウッドプレート 3,800円~
 問い合わせ:
 O'KEEFFE FURNITURE(オキーフ ファニチャー)
 TEL.054-639-6154
 ●2月の営業日:4日~12日、25日26日
 http://okeeffe-furniture.com

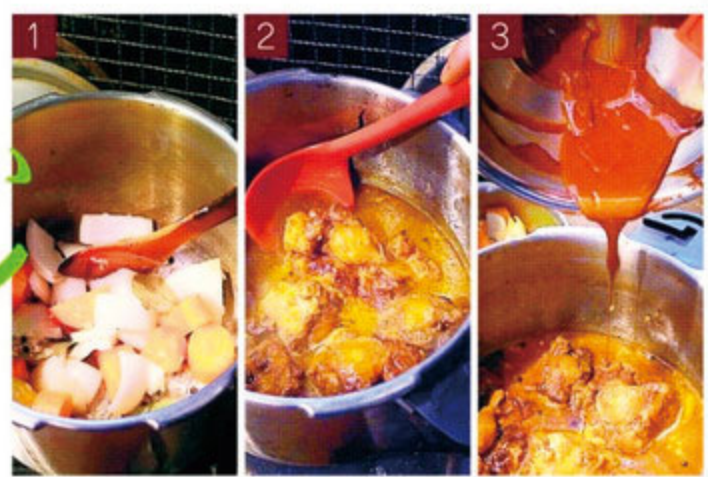
PETIT GÂTEAU AU CHOCOLAT
 プティガトーショコラ
 2017 Valentine限定
 オープンでじっくり焼き上げた
 ガトーショコラを
 豪華なガナッシュクリームで
 包み込み、
 チョコ好きの方へ
 ¥500
 ウェディングスイーツ♡カフェ
 Café deux Valentin chambre d'hôte
 ●●● 県立美術館 並木通り BUS STOP 前 ●●●

2月はふわりカカオの香り
しずおかキッチン

今月のしずおか食材
牛肉



静岡するが牛や静岡そだち、遠州夢咲牛など、県内にも多くのブランド牛がある。上質でキメが細やか、温暖な土地で愛情をたっぷり受け育った牛肉。その魅力を余すところなく味わいたい!



牛テール肉のチョコレート赤ワイン煮込み

材料/5~6人前
 牛テール肉(骨付き):約500g
 赤ワイン:250ml
 ポートワイン:400ml
 スイートクレーベルチュール(ミルクチョコレート):50g
 ●付け合わせの野菜
 ゆでブロッコリー/油通しミニトマト(またはドライトマト):適量

- A ニンジン:1/2本
- タマネギ:1/2個
- セロリ:1/3本
- ローリエ:2枚
- 黒こしょう(ホール):30g
- ニンニク(みじん切り):4~5片分
- 塩:ひとつまみ
- B デミグラスソース:250g
- フォンドボー(顆粒):適量
- 水:適量



- 1 鍋にオリーブ油を入れ、Aをしんなりするまで炒める。ワインを加え、アルコールを飛ばす。Bを入れ、野菜に火が通るまで煮込む。ローリエを除いて、ミキサーにかける。
- 2 牛テール肉に塩こしょう(分量外、適量)を振り、焼き色が付くまで焼く。①に加え、塩(分量外)で味を整える。脂を取りながら3~4時間煮込む。一晩寝かす。
- 3 チョコレートを刻み、湯せんで溶かし、②に加えて弱火で1時間ほど煮る。付け合わせの野菜、黒こしょう(分量外)とともに皿に盛る。

技術より時間と愛情をたっぷりと
 今月の先生 **岡田 貴** Takashi Okada ● Choccola214 tel:054-266-9777
 お店で人気の看板メニューです。チョコレートを加えることで、カカオの香りと苦味が味に深みを与えます。焦げやすいので、弱火でなじませるよう煮込みましょう。牛テール肉は一晩寝かすことで、箸で切れるほど柔らかになります。ソースもまろやかになります。フランスパンを添え、ソースを付けたり肉のをせたりして楽しんでください。

asten enquête
 アンケートにお答えくださった方の中から抽選でご覧の賞品をプレゼントします。
 応募方法
 アンケートの答え・お名前・年齢・職業・住所・電話番号を明記して、はがき・FAX・Eメールのいずれかでお送りください。
 応募先
 〒422-8670 静岡新聞社「アステン編集室」
 FAX/054-284-9129
 Eメール/asten@shizushin.com
 2017年2月17日(金)締切 当日消印有効
 ※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。賞品は2月下旬にお届けします。

- Q1 ご希望の賞品番号・賞品名は?
 Q2 アステン2月号を見てから「実際に行ったお店」と「行った感想」を教えてください。
 Q3 しらすをおいしく食べられるお店を教えてください。
 Q4 アステンへのご意見・ご感想をお聞かせください。

01 5名様
 バレンタイン限定 いちごショコラパウム
 [セティボン?]
 02 5種10名様
 藤枝シネ・プレーゴの映画鑑賞券ペアチケット
 [藤枝シネ・プレーゴ]
 03 3名様
 野菜をMotto!!レンジカップ
 「バターナッツかぼちゃの具入りスープ」3個セット
 [モンマルシェ]
 04 12名様
 日清のどん兵衛 お家で食べるうどん・白清マグヌードル 2種セット
 [日清食品]

CINE PREGO
 藤枝シネ・プレーゴの映画鑑賞券ペアチケット
 [藤枝シネ・プレーゴ]
 日清のどん兵衛 お家で食べるうどん・白清マグヌードル 2種セット
 [日清食品]

NEW OPEN!
 2017.2.7.TUE
This Is Cafe Shimizy

港のテラスでパスタランチを☆
2/7清水ドリームプラザに登場!
 ランチ・ディナー・スイーツ、それに約30種類のオリジナルドリンクなど、こだわりメニューが揃うカフェダイナー・This Is Cafe。この2月、ついに清水に登場です。具材たっぷりの9種のパスタや、季節のケーキ、港町らしいシーフードメニューを、ゆったりとお楽しみください。お天気のいい日はテラス席でのランチがオススメ☆みなさまのご来店をお待ちしています!

ドリンク&ケーキ全品
 テイクアウトOK!
 MENU 税別価格
 ●ランチセット ¥1,100- ●ディナーセット ¥1,500- ●スイーツセット ¥830
 ●テイクアウトケーキ ¥380 ●ギフト出(コーヒー&クッキーセット) ¥2,000-

This Is Cafe 清水店
 〈エスパルスドリームプラザ1F〉
 遅めランチ毎日OK ● ランチタイム 11:00-17:00
 ●Tel 054-625-5822 ●静岡市清水区入船町13-15
 ●OPEN 11:00-23:00(22:20L.O.) ●無休
 f 清水店の最新情報はfacebook ページで更新中!
this-is-cafe.com 食べログ もCHECK!