

asteriskten

asten

7月
July 2017



ピアスや磁やクリップ入れにいい、カラフルな小物ケース。神秘的なストーリーに包まれた古代マヤ文明をルーツに持つ、中米グアテマラのテキスタイル。独特の鮮やかな色使いからグアテマラ・レインボーと呼ばれる。SABASABA代表の青石知之さんは、今でもグアテマラの村々は見ることのない織やデザインの宝庫だと言う。地球は広くて誰に満ちていて、美しい手仕事は誰に在る。

撮影協力 / office SABASABA
<https://office-sabasaba.jmdo.com>

今月のキラリ



asten people
反田恭平



アステン5つ星
夏野菜料理

私流、発見 THE STYLE OF astenIST
野へ、街へ、フェスへ!

小さな旅 産業館西通り | 淑女検定 ラップ

アステン ウーマン 5PIECES

しずおかキッチン 折戸茄子の鶏味噌焼き

asten life 1 | こまもりVSELECTION

特集

世界を色眼鏡で見よう



静岡県
清水工場製蒸留酒 使用

静岡限定ラベル

ビッグマン

焼酎甲類

焼酎ビッグマンの
西永社長



ビッグマンの
“静岡割り”
これがうまい!

小川ももこさん

オエノグループ 合同酒精株式会社 <http://www.oenon.jp>

商品に関するお問合せ先: オエノグループお客様センター TEL: 03-3575-2787 (受付時間 9:00~17:00 土・日・祝日を除く)
 いい酒ほどよく。お酒は20歳になってから。飲酒運転は法律で禁止されています。のんだあとはリサイクル。妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に悪影響を与えるおそれがあります。

世界を色眼鏡で

瞳はおしゃべり、そして無防備。
ノーガードの無邪気さもかわいけれど、
サングラスで隠す、守るのが大人のスキル。
太陽を味方に付けて、今年の夏、何色に染める？

日差しのダメージはNGだから、
夏景色はサングラス越しが美しい

サンダル、日よけのストール、籠バッグ。夏休みの予定を立て、いろいろと準備するのは楽しいもの。そんな夏のアイテムリストの中に、サングラスは入っているだろうか。似合わない、何となく気恥ずかしいと敬遠している人がいたら、それは少し残念かもしれない。日差しのダメージから瞳を守るサングラスは、小さいけれど頼もしい、夏のボディガードなのだ。

目の健康とサングラスの最新事情を聞くために、静岡市葵区の呉服町タワー1階にあるAJOC正野へ。

白を基調にしたシンプルで清潔感あふれる店内で迎えてくれたのは、代表取締役社長の正野幹男さんと奥さまの陽子さん。

「当店では、商品として出来上がったサングラスは、そんなに多く置いていないんです。お客さまの目の状態、どんな状況でお使いいただくかを知った上で、フレーム、レンズを組み合わせ、一つ一つオリジナルのサングラスをお作りしています」(正野社長)

医療、福祉分野で求められるロービジョンケアも、この店の得意分野だ。

陽子さんが、ユーモアを交え、にこ



旅に出る時、散歩の時、行き先や目的別にレンズを選ぶ

たとえば昼のドライブなら、ブレーキランプや信号を鮮明に。夜のドライブは、ヘッドライトのまぶしさを抑えつつ、一定の明るさを確保。スポーツなら、テニスは黄色のボール、ゴルフは緑の芝目、釣りには反射する水面、と日常の場面によってしっかりと見たいものも、違う。進化したレンズは、それぞれのニーズに、さまざまな「色」で応えてくれる。

ユニークなものでは、光の波長と心身の健康について研究する女性チームが開発し、臨床実験でイライラの解消などの鎮静効果が認められたピンク系のレンズを使ったサングラ



スもある。

「ウォーキングや旅行には、花や木々などの風景が自然な状態で見える無彩色のカラーがおすすです」(陽子さん)

とはいえ種類が多彩であるほど、普段、掛け慣れていない人にとって、サングラス選びはハードルが高い。

「フレームは顔の形に合わせて、丸顔の方は丸いタイプ、四角い方はスク



見てみよう



エア型が似合うと言われてます。でも気にせず好きなものを選ぶのも個人的ですてきですよ」(陽子さん)

「レンズに関しては、お気軽にご相談ください。ご自分に合った機能のレンズを使えば、掛けない時よりずっと快適に過ごせます」(正野社長)

今年の夏は、日焼け止めクリームを塗るように、自然にサングラスを使ってみよう。



偏光レンズの向こうに見えるのは、輝く海と、確かな明日

牧之原市の静波海岸で、サーフショップ Seab(シーブ)を元同僚と共同経営する増田真奈美さんはボディボーダー。店は海岸から徒歩30秒。生まれ育った市内の実家も海の近く。365日、潮の香りの中で暮らす真奈美さんの日々には、サングラスが欠かせない。

今のお気に入り、自分の店でも取り扱っているアメリカ、アイダホ州のブランドproofのサングラス。自然環境に配慮した素材を使用しているのが特長で、真奈美さんのサングラスも、フレームに木が用いられた、日本ではあまり見かけないアイウエアだ。

「木製なので、とにかく軽いのがいいですね。偏光レンズが使われているのでサーフィンの大会を見に行く時など、長時間、サングラスを掛けていても全然、目が疲れません」



売り上げの一部を、インドの盲目の人々のために寄付している、というブランドのポリシーにも共感している。

「海でも街でも、どこにでも似合うし、デザインが人とかぶらないの気に入っています」

時間があれば、朝、仕事の前にボードを抱えて海岸に向かう。

「おばあちゃんになっても、楽しく、笑ってボディボードを続けていけるのが理想です」



カリフォルニアで過ごした太陽と自由とサングラスのある日常

静岡市で英語教室を営むアステン・サポーター志田ユミさんは、20代から30代にかけての10年間、アメリカ、カリフォルニア州で留学生活を過ごした。暮らしていたのは、海辺の街、サンタバーバラ。

「海にも山にも近く、都会でも田舎でもない、ちょうど静岡のような街でした。大学もビーチ沿いにあり、気候も過ごしやすかったですよ」

欧米人のブルーアイは紫外線に弱いこともあって、この街に住む人々はサングラスが必需品。

「車のダッシュボードにいつもボンと気軽に置いてある感じです。サングラスを忘れて外出すると、慌ててドラッグストアに買いに走ることも」

デパートやモール、小さな露店、街のどんな場所にもサングラスは必ず売

られていた。

実はユミさん自身、日本にいた時からサングラスは日常的に使っていた。

「留学前、テーマパークでダンサーの仕事をしていましたが、舞台用の濃いメイクをしたまま帰宅する時に、電車の中では、いつも大きなサングラスで隠していました」

日本とは違う文化の中で生活してみたい。そんな動機で旅立ったアメリカでユミさんが実感したのは、女性たちの、妻、娘、母など役割に縛られない自由な生き方。

ファッションも、おしゃれをするというより、そこにある好きなものを自由に着ている感じで、その肩肘張らないカジュアルさが新鮮で心地よかったです。

「アメリカ人の友だちが、フェミニン

海という大自然に体全体で立ち向かうボディボードは、自身の体力の限界を否が応でも知らされるスポーツ。真奈美さんは年齢を重ねてもずっと続けていくために、体幹トレーニングや体のメンテナンスを欠かさない。もちろんジムへ向かう車の運転にサングラスは手放せない。

店名のseabは、英語のsibling(兄弟・姉妹)とsea(海)を組み合わせた造語。海を中心に据えた真奈美さんの速いのない生き方に、相棒の木製のサングラスはとてよく似合っている。



なワンピース姿で、ビーチバレーの選手のようなワイルドで大きなスポーツタイプのサングラスを堂々と掛けていて。それが不思議と様になっていて、日本人のようにミスマッチだとか全然気にしないんだと感心したのを覚えています」

最後にユミさんに、サングラスをカリフォルニア流に意識しないでナチュラルに掛けるコツがあるかと聞いてみた。そんな答えが返ってきた。「心の底から「まぶしい!」って思えば、大丈夫、自然に見えますよ(笑)」

「サングラスの似合う人は、「掛けていない時間」の大切さを知っている。世界に一つだけの自分の人生と、それを見届ける瞳のために、レンズ越しの夏を楽しもう。」

THE STYLE OF astenIST ☆ 野へ、街へ、フェスへ!

木々の緑や海の色が濃くなって、
日差しもキラキラしてきたら夏が来た合図。
野山でキャンプ、フェスやイベント、
楽しい予定でいっぱいの人、計画中の人も
こんなグッズがあれば
一気に気持ち外へ向かうはず。
カジュアルにアウトドアが楽しめるウェアやグッズは
タブだけど洗練されていて、
タウンユースにも積極的に取り入れたいアイテム多し。
さあ、外へ!

SHOP INFORMATION
NEST焼津店
焼津市東小川6-6-4 営/10:00~20:00 休/不定休
tel:054-626-7100



ストラップ付きでそのまま持ち歩いても
様になるフォルム。もちろん保冷・
保温性もバッチリ。

ステンレスマグ/小 ¥3,900、大 ¥3,900
(Hydro Flask)



手作りのお弁当はカラフルなバッグ
でおいしさをキープ。大容量の保冷
バッグには飲み物も詰め込んで。

保冷バッグ付きファミリー用3段/¥3,900
クーラーバッグ/¥4,200
(ガーデンパーティー)



アメリカ発のアウトドアブランド
「CHUMS」のキャラクター・プービー
はキッズにとっても最高のモチーフ!

キッズプービーティシャツ/¥7,900
キッズTシャツ/¥2,900 (CHUMS)



多少の雨は気にせず楽しみたい、そ
んな日のコーデに。

プービーフェイスポンチョ/¥14,000
デニムスカート/¥6,900
オーダーポケットTシャツ/¥4,900
ボックスエルダーショルダーバッグ/¥5,900
(CHUMS)



青空や芝生などナチュラルモチーフ
のシートは、広げればすぐにピクニック
気分。

ピクニックシート/
Sサイズ ¥2,700、Lサイズ ¥4,900
(Through the wood)



キャンプやフェスで大活躍のチェア
は軽くて丈夫、リビングでも使いた
いデザイン。

タフテキルチェア/¥17,800
(MorroXHelinox)



日差しを遮りながら上手にコーデの
アクセントに。その日の目的や気分
に合わせて選んで。

フェスハット/¥5,400
プービーフェイスメッシュキャップ/¥3,900
ラフィアピンズハット/¥5,900 (CHUMS)



軽やかで持ちやすいマグはアウトド
アの定番。色違いでたくさんそろえたい。

ビッグラウンドキャンパーマグ/¥1,500
キャンパーマグカップ/¥900 (CHUMS)

※すべて税別

インテリアバイヤーの
最旬インテリアリポート

vol.16

「19年のロングセラー」を語る売り場がリニューアルオープン!

今や人気のウッド天板×スチール脚のテーブル。その元祖が、マスターウオル社の「WILDWOOD」です。1999年、白を基調としたイタリアンモダンや民芸調の無垢テーブルが主流だった時代に革新的なフォルムで誕生した「WILDWOOD」は、発売から19年で累計販売台数1万5000台以上。驚きの数字を積み重ねています。上質なウオルナットも、ブラックのステール脚が引き締める異素材バランスは今見ても斬新な「普遍的モダン」。合わせるテーブルによって表情を変え、使い込むほどに風合いが増し、経年変化を楽しむ。100年後のアンティーク家具になり得るテーブルです。そんな「WILDWOOD」を含むマスター

ウオル社の売り場がリニューアルオープンしました。ウオルナットに包まれた売り場は、テーブルやソファ、ラックなどを多彩にそろえ、マスターウオルの世界観を楽しむ空間。7/30日までお得なキャンペーンも開催中! 気軽にお立ち寄りください。



「WILDWOOD」THICK41 ダイニングテーブル
サイズはW140~240まで5cmごとに展開(オーダーメイドもOK)

Life Style Shop FUGGICOSI (藤越)
藤枝市志太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/



バルシェ広報担当がガイドする
バルシェのイイコト



私たちがスタッフも待ちに待ったバルシェの大規模リニューアル! 特に変ったのがB1F~2F。駅だからこそ、中途半端に空いてしまう時間ってありますよね。でも街へ行くまでの時間もないし、立って待っているには長過ぎる時。またはちょっとした時間を見つけて待ち合わせしたいなんて時もありますよね。今回のリニューアルで、そんな時に便利なカフェスペースが増えたんです。写真は「Cafe&Bar SIENA(カフェ&バル シエナ)」。ガラス張りの店内からはバスロータリーの様子が見えるので、1人でも友達とでも、ちょっとお茶でも、が気軽にできます。夜22:00までオーダーできるので、お仕事帰りにワイン片手に待ち合わせ。なんていうのもオシャレですね。他にもB1F「タリーズコーヒー」、1F「afternoon Tea LOVE&TABLE」、2F「珈琲館」と、それぞれ魅力的なカフェがあるので、お気に入りのカフェを探してみてくださいね。

「バルシェ ごきげんバーゲン」~7/30(日)
「安倍川花火大会観覧席ご招待キャンペーン」~7/23(日)

静岡駅ビル バルシェ 054-255-1081(代)
本館10:00~20:00/6階バルシェダイニング11:00~22:00
食彩館9:30~21:00
Facebookにてバルシェの日々のお得情報など更新中!

ハレの日のドレスと着物

vol.4
プライベート感が魅力!
話題のナチュラルウェディング



緑豊かなガーデンで挙式したり、思い出の公園で誓いの言葉を交わしたり…。そんなナチュラルな結婚式に憧れる人も多いのでは? ナチュラルウェディングを成功させるポイントの一つが衣裳選び。「おすすめは、シフォンやオーガンジーといった素材感を生かしたタイプや、リラックス感のあるシルエットのドレスです。新郎様の衣裳もお任せください。チェックのジャケットにハーフパンツなど、ナチュラルウェディングにぴったりの衣裳をご用意しています」とコーディネーターの旗持さん。同店が運営するブライダルバンクに式場の手配を依頼すれば、お気に入りの公園や大好きな海での挙式も可能に(相談無料・要予約)!

7/8(土)~16(日)は「新作ドレスフェア」を開催!
種別変更をはじめ、人気ブランドの新作が勢ぞろいする貴重な機会をお見逃しなく。

ブライダルハウス
フィーノ静岡 静岡市駿河区中村町55 TEL:054-280-2525 10:00~19:00
火・水曜定休 http://www.fino.wedding

NOUVELLES DE L'ATELIER



リニューアルオープンをした新しいナチュラルで早速人気なのが、朝8時からテイクアウトできるモーニング。その場で焼き上げてくれる無添加自家製パニーニ、揚げたてのドーナツ、新鮮なフルーツサンド、スコーンが並び、コーヒーも安くなる。これが、ちょっとズルい。「朝だから簡単なものしか出せないけれど」と言いながら、パニーニのパンも具も、フルーツサンドも、人に「一口食べてみて」と言いたくなるレベル。小さいながらイトインコーナーもあるのだから、ふらっと1人で入って食べてもいい。パクッとかぶりつけば朝から、なんて幸せ。おいしすぎる。こんな日は何かいいことが起こりそうだ。

モーニングセットは8:00から、焼ききたてのパンは10:30から、お昼のサンドイッチは11:30から販売。

やさしいばんとひととき
やさしいばんとおやつナチュラル
静岡市駿河区北安東3-22-1 TEL:054-246-7600
8:00~17:00 日曜・月曜定休 休あり http://nature-bread.com



30th NEST
NEST de 夏をはじめよう!
Summer Collection

自分らしく心地よい服。
チャムスと一緒に自然へ出かけよう!

10-30% OFF SUMMER Sale! 実施中! 7/9まで 20-50% OFF

ich_i Lokapala COCO WALK Kanmi KEEN WILD THINGS

全国でNEST焼津のみ販売!!

おトクな情報更新中!!
おトクな情報更新中!!
おトクな情報更新中!!
おトクな情報更新中!!

NEST 焼津店 駐車場50台
焼津市東小川6-6-4 Phone.054-626-7100
朝10時~夜8時まで営業いたします。

アステンウーマン

5 PIECES ☆ Vol.6

静岡警察本部交通機動隊 27歳 2人びん座 B型
岡島 綾子さん Ayako Okajima

今月のアステンウーマンほろりしい白バイ隊員・岡島綾子さん。男性でも愛おむのが難しそうな逆力ある車体。なんと体重130kg、300kgの重さがあるそう！ 数少ない女性隊員の中でも岡島さんは特別訓練選手に選ばれ、10月の全国大会を目指して運転技術特訓の毎日を送っている。

警察官は体力勝負で男性優位と思われがちですが、むしろ働き始めてからの方が女性にしかできない役目があると実感しています。体力は高いレベルで保持しつつ、「岡島に任せたい」と思われる存在でありたい。将来はそんな使命を伝えていけたらと思っています。

警察官を目指したのは、学生時代に交通事故に遭い、日常が一変したのがきっかけ。交通違反は許さない、事故に遭う人を一人でも減らしたい、と思ったんです。実は教員試験と二次試験の日が重なり、前日まで送っていました。警察官は頑張った分だけ経験が積める、と感じ決断しました。

5. 誇

4. 選



1. 挑

念願がなって白バイ隊員になりました。警察署の交通取締係時代には出陣式で緊張すぎてエンストしたこともあります。ここまでこれたのは先輩方のおかげ。今は訓練に専念させていただいているので結果を出さなければ意味がない。目指すは日本一です！

2. 喜

白バイに慣れた子どもたちに手を振ってもらって背筋がピンと伸びます。大人の方には練習中に「大会いつ？」「頑張てね」と声を掛けていただくことも。本当に力になります。私が日本一になればドライバーの皆さんの緊張感が高まって違反が減り、事故も減るはず、と信じています。

3. 活

休日も浜名湖近くのスクールに通って練習をしているので、すてきなオフの話ができず申し訳ないです(笑)。ただ、週に一度は体を休めようとは思っていて、実家に帰って家族と過ごしたり、おいしいものを食べたりします。美術館巡りがリフレッシュになります。



New OPEN

アステンセレクト 新店情報

魔法のケーキ屋さん ぶるみえーらがジェラートカフェ「Premier Regalo」をOPEN!

「出来立てのスイーツのおいしさを楽しんでほしい」という思いを込め、ぶるみえーらが7月上旬、初めてジェラートカフェをオープンさせる。ぶるみえーる自慢のプリンのジェラートや濃厚なミルクベースのジェラートなどケーキ作りのテクニクを生かしたフレーバーに乞うご期待。ジェラートのほかにもケーキセット、イタリアかき米、パンケーキ、ワッフル、ギャレット、パフェなど、レガロだけの限定メニューがずらり。パティシエ歴39年のノウハウが詰まったカフェスイーツをどうぞ。

Premier Regalo (ブルミエール レガロ)
静岡市葵区細路17-2(浮月楼向かい・ラヴィンニウ) 11:00~22:00 17席
大代表 054-258-9565

asten INFORMATION

アステン・サポーター募集

モニターやリポーター、モデルとしてアステンに協力して下さる女性を募集します。座談会や読者レポートなどを想定しており、写真を撮影し掲載することもあります。活動参加の際は規定の謝礼を差し上げます。編集室の基準により選考し採用者に詳細をご連絡します。①氏名②生年月日③職業④住所⑤電話番号⑥メールアドレス⑦趣味・特技を明記し写真を添えて下記へお送りください。

静岡新聞社「アステン編集室」
〒422-8670 静岡新聞社「アステン編集室」 asten@shizushin.com

FANCL SHOP NEWS

クレンジング市場売上 No.1!

ファンケルのマイルドクレンジングオイル

POINT 1 どんなメイクもこすらず、するん。
POINT 2 黒ずみ・角栓もキレイに、するん。
POINT 3 うるおいをしっかり残して、するん。

無添加

マイルドクレンジング オイル 120mL (約60回分)

1本 1,836円
2本 3,456円 **216円お得!**

さらに本クーポンご利用で **516円お得!**

※1. 2016年クレンジング(化粧品)市場売上NO.1(富士経済調べ) ※2. ファンケルの「無添加」は、防腐剤・香料・合成色素・石油系界面活性剤・紫外線吸収剤を一切使っていません。 ※3. 一般的なブルー(シアノアクリレート系)こすらず、毛の抜れに沿って、丁寧になじませてください。 ※価格は税込価格です。

FANCL

ご来店で!!

マイルドクレンジング オイル(2部別)プレゼント!

有効期限:2017年7月31日(月)まで

※2. 本クーポンは1人1枚限りです。 ※3. 本クーポンは、お一人様1枚限り有効です。 ※4. 本クーポンは、お一人様1枚限り有効です。 ※5. 本クーポンは、お一人様1枚限り有効です。 ※6. 本クーポンは、お一人様1枚限り有効です。

4 908049 414771 AP0035

4 908049 414962 AP0034

静岡伊勢丹店 【場所】静岡伊勢丹 1F 【電話番号】054-252-8080 【営業時間】10:00~19:00(不定休)

静岡マルイ店 【場所】静岡マルイ 1F 【電話番号】054-255-3837 【営業時間】10:00~20:00(不定休)

浜松メイワン店 【場所】浜松メイワン 1F 【電話番号】053-457-4076 【営業時間】10:00~20:00(不定休)

イオンモール浜松市野店 【場所】イオンモール浜松市野 1F 【電話番号】053-467-2126 【営業時間】9:00~22:00(不定休)

クーポン持って今すぐお店へ!!

メインが選べるセットメニューがお得! 「本日のおすすめ」にも注目して!

いよいよ夏本番! オーシャンビューの静岡店なら、窓の外に広がる海を眺めながら、ゆったり本格カフェごはんが楽しめる。メニューはこだわりのローストビーフをはじめ、肉料理に力を入れたラインナップでボリューム満点。ランチもデザートも品数豊富なメインから選べるセットメニューがお得だ。プラス350円(税別)で自家製タルト!

This is Cafe 静岡店
静岡市駿河区高松3093-27
☎054-266-5500 無休 ☎40台
11:00~23:00(L022:20)
☎11:00~15:00 ☎17:00~23:00

毎月のおすすめ
シェフおまかせの季節感あふれる「本日のおすすめ」。「ローストビーフ」。「生ハムとトマトのジェノベーゼ」。「ディナー」。「オレンジのショコラタルト/スイーツ」。

高柳製茶からワンランク上のプレミアム感あふれる夏ギフトが新登場!

素材と製法にこだわり抜いた新商品「牧之原の零茶」は高柳製茶の最高峰のかぶせ茶を、溶けた氷のしずくで一滴一滴じっくり丁寧に抽出した、スイーツおだしのような味わいが衝撃的! 「お茶粒ダックワーズ」は牧之原産一番茶の粒入り生地に、静岡県産高級抹茶を使用した抹茶クリームなど、日本茶の風味とおいしさが存分に楽しめる!

高柳製茶
●牧之原本店 牧之原市原田2310-4 ☎0548-27-2325 平日9:00~17:30 土日9:00~17:00
●焼津店 焼津市栢宜島555 ☎054-656-2413 9:00~22:00 http://www.makinohara-cha.com/ 2店舗とも365日営業

●「お茶粒ダックワーズ 8個セット」1,280円(税別)。抹茶・薔・蜜柑・小豆、各2個。
●「牧之原の零茶 金印(黒ラベル)」21,000円(税別)。「牧之原の零茶(白ラベル)」9,000円(税別)。720ml、桐箱入り。
●「牧之原茶ペットボトル6本セット」1,500円(税別)。※すべて数量限定。

夏らしくあっさり爽やか!
夏季限定「トロピカル3姉妹」デビュー

濃厚バナナやオレンジなど定番9種のクッキーチーズサンドに加え、夏にぴったりのフレーバーが仲間入り! 昨年好評だった「トコナツ娘」の復活をはじめ、紅茶のクッキーにパッションフルーツのビュレが入った新作「紅茶とパッションフルーツ」、果肉感たっぷりの「チョコバナナ」といったトロピカルな味わい。夏季限定のスムージーと一緒にいかが?

夏季限定「トコナツ娘」420円、「紅茶とパッションフルーツ」380円、「チョコバナナ」360円。ミルクアイスを選べば「グレープフルーツスムージー」【「コーヒースムージー」】各500円。

Cheese Pigo (チーズ ピゴ)
焼津市西小川2-4-9 ☎054-639-5518 月曜定休 ※祝日の場合は営業 10:00~19:00(商品がなくなり次第終了)

7月のアランチ

天然有頭エビのソテー オレンジと青じそのソース 2,100円(税別)
オードブル6品盛、スープ、パン、デザート、コーヒー付き

殻ごと食べれば香ばしさが増してミソのうま味もほんのり!

今月は天然有頭エビのソテーを果肉感たっぷりのオレンジソースでいただく、夏らしい爽やかな一皿。オレンジの甘酸っぱさとフレッシュな香りが食欲を刺激する。ほかに一番人気の「仙台和牛ホホ肉の柔らか煮」や「牛ヒレステーキ」など、スタンプをつけたい人には肉ランチもおすすめ!

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

5品から選べる日替わりランチが人気 友達とシェアすれば楽しさ倍増!

ベルギーで修行を積んだシェフによる本格フレンチをカジュアルに楽しめるお店。人気のランチ(1,300円、税別)は前菜とメイン料理をそれぞれ5品から選べる。どれも丁寧な仕事ぶりが伝わってくるクオリティーの高さでボリュームもしっかり。このほか、デザートの盛り合わせとドリンクが付いた「スペシャルランチ」(2,400円、税別)もあるから、あれこれとつづつ食べたい人はこちら!

●7/12(水)、19(水)「肉馬鹿ヤロー!!ふえるむ」開催。話題のアンガス牛のステーキなど大盛り盛り。18:00~23:00(L022:00)
●7/30(日)「フェルム酒場」開催。12:00~21:00(L020:00) ※どちらもフード&ドリンクがオール500円、予約がおすすめ!

BISTRO FERME (フェルム)
静岡市葵区長原町2-8-9 アクロス辻通ビルB1F
☎054-260-5253 月曜定休 ※日曜はランチのみ営業
☎11:30~14:30(L013:30)
☎17:30~22:00(L021:00)

全国各地の名物スタミナ料理を食べ比べて夏バテ知らず!

春からスタートした「郷土料理フェア」好評開催中。7月・8月は「暑い夏を吹っ飛ばせ!」をテーマに、各地方の名物スタミナ料理を集結。千葉県からは穴子の天ぷらを甘辛タレでいただく「はかりめ井」、岩手県からはトビロウの具材を選べる「盛岡じゃじゃ麺」、東京都からは「ねぎま鍋」など、食べ比べを楽しみながらスタミナアップしよう!

野菜も魚中心のヘルシーな美食がビュッフェスタイルで楽しめる! ディナー大人2,200円(税別)。

自然食ビュッフェ ぶどうの丘 新静岡セノバ店
静岡市葵区東1-1-1 新静岡セノバ5F ☎054-266-7445
☎11:00~16:00(L015:00)
☎17:30~23:00(L021:00) 年中無休

編集部オススメ おでかけ GOURMET

ワンプレートであれこれおいしい リニューアルしたランチが大人気!

先月リニューアルしたランチに注文が続き、一番人気の平日日替わりランチは、「塩マーボー豆腐」や「バスササラダ」、「豚バラと野菜の塩だれ」、「トマトのマリネ」など、ワンプレートに乗せきれないほどの充実ぶり。本日のスープやデザートも手が込んで上、ハンドドリッパーも付いているから、人気があっという間に。数量限定なので早めの来店を。暑い日は、本格抹茶を使用した「宇治金時みるく」でほっこり&クールダウン!

ランチ11:00~14:00、平日日替わり、土日祝キッシュプレート各1,350円、ハンバーグ880円、など全6種類。宇治金時860円。

葉山珈琲ori(いおり) 静岡店
静岡市駿河区曲金3-4-3(南新緑いー中村石油園) ☎054-266-5522 7:00~22:00 無休 ☎35台

生パスタや人気のスキレットを気軽に楽しめるカフェ&レストランが静岡県立美術館内にオープン!

今年4月にオープンした「ロダンテラス」。全70席の広々とした店内で、大きな窓からは池や緑にたえた癒やしの風景が、地場の農産野菜をふんだんに使ったグル料理やもちもち食感の生パスタなどのフードメニューに加え、ハンドドリッパーやスムージーなどドリンクメニューも豊富。美術館内はもちろん、休日のランチや芝生広場へお出掛けついでに、ぜひ立ち寄ってみて!

人気の「野菜の黒カレーライス」。たっぷりの野菜をじっくり煮込み、黒ごまペーストを混ぜ合わせた、深いコクと旨味が詰まった一品。

Café&Restaurant Rodin*TERRACE
静岡市駿河区谷田53-2 ☎054-267-7888 10:00~17:00(L016:30)
※予約にて各種パーティー受け付け(17:00~22:00) ※7/3~7/6は臨時休業

和洋中の料理長渾身の逸品ぞろい 夏バテ解消のスタミナランチメニュー!

駿河湾の大パノラマとともに、ホテルメイドのブッフェ料理を楽しめる「炎の香」。石窯で焼き上げるピザをはじめ、常時40種類以上が並ぶ。7月は「夏こそ食べたいたスタミナメニュー」をテーマに、洋食は「静岡そだちのパワーベーコンチノ」、和食は「飲むとろろ汁」、中華は「二郎入りスタミナ焼きそば」など食欲をそそる逸品が。8月は女性必見!「ライスパーラー」の贅沢巻きも。おいしく食べて夏を乗り切りよう!

大人…平日2,570円・土日祝2,880円。子ども、シニア料金あり。
※お盆期間中は料金と営業時間の変更あり。

The Dining 炎の香 ほのか
焼津市浜田1489 焼津グランドホテル1F ☎05120-271-120
平日11:30~14:30(L014:00)
土日祝11:30~15:00(L014:30)
焼津グランドホテル

ヘルシーなのに栄養&ボリューム満点! NY発! チョップドサラダ

食が細くなりながら季節にオススメしたいのが「チョップドサラダ」1,480円(ドリンク、スープ付き)。チョップドサラダとはニューヨークでブレイク中の、具材を小さくカットしたスプーンで食べられるサラダのこと。10種類以上の野菜に加え、スーパーフードのキヌアやナッツなどを盛り込んだ、これだけでお腹も心も満たされるパワフルな一品。ドレッシングは2種類からチョイス。

今が旬のハモと折戸なす

藤村シェフのイチ押しは「鱈の葛たき」と「折戸茄子田楽」。「脂がのって骨が軟らかくなる、今が旬のハモを味わってほしい」とのこと。また、折戸なすを使った田楽は口の中でとろけるおいしさ。イカやエビ、アスパラガスなどをあしらひ、皮ごといただけるボリュームも栄養も満点な一皿だ。

藤村将義シェフ。日本平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副料理長、鉄板焼き「けやき」のシェフを、その後、料理旅館の料理長を歴任した豊富なキャリアを持つ。

旬華 Doki-Dokis
静岡市葵区大君1-6-48 ☎054-297-3897 ☎3台 水曜定休(不定休あり)
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)

唐突だけど、7月は徳川家康が御所となって駿府、つまり静岡に「Uターン移住」した月なんだそう。その頃どんなまちだったのか、駿府城ってどんな存在だったのか、気になって観光ボランティアガイド「駿府ウエイブ」を訪ねた。「静岡ってお城もない街なのに古い家並みもない…」と物足りなく思っている歴女の方必見。いざ一緒に歴史探訪。

超DSフェスタへGO!

超DSフェスタずおか

皆さんいつもの風景が違って見える静岡の街歩きをしてみませんか? 8/19(土)・20(日)、駿府城公園を舞台に開催される「超DSフェスタずおか」の四つの柱のうち一つは「カルチャー」。駿府ウエイブのみなさんと駿府城公園とその周辺をめぐる歴史散策も行われるのでぜひ参加してみてください! 詳しくは超DSフェスタずおかホームページをチェック! 駿府ウエイブ・大場さん

asten x Premier コラボスイーツ始動!!

astenとSBSテレビ「soleいいね」と魔法のケーキ屋さん「ぶるみえー」がコラボして女子好みのかわいいスイーツを企画中、超DSフェスタずおかにも出展するので、街歩きの際はひんやりスイーツで涼を取ろう!

歴史を知れば 風景が変わる

家康の足跡を 探して歩こう!

權威を物語るまち 城マニア注目! 天守台

お話を聞いたのは駿府ウエイブ企画部長の大場江理登さん。「確かに静岡は大火や大空襲によって宿場や城下の面影がなくなってしまうが、町割を頼りに歩き、古い町名や寺社の由来からイメージを膨らめると面白いですよ」と証言的楽しみ方を勧めてくれた。

例えば、安倍川を渡って市中に入ること想像する。江戸時代初めに東海道は本通りから新通りに移された。これは、真正面に富士山を背景にした駿府城天守閣の威容を見せるため。そこに、そこから現在の昭和通りの手前まで街道は右へ、曲がって次に目に入るのは、宝台院の大伽藍(がらん)という演出だ。宝台院は家康の側室で二代将軍秀忠の生母。お愛の方の菩提寺(ぼだいじ)。「技術の粋を集めた大建築に駿府を訪れた人は「さすが大御所さまのお膝元」と感服したはずですよ」(大場さん)

權威の象徴だった天守は、高さが推定45mあったというからビルで考えると14~15階建てくらいだろうか。ところが1635年に火災で焼失。遺構はわずか28年まで姿を消してしまっただけ。以来、天守台を残すのみだったが、それも明治時代に陸軍施設建設のために壊され埋められてしまった。

今、その天守台跡に熱い視線が注がれている。120年ぶりの発掘が行われているのだ。大場さんは「見学には県外から城マニアがやって来ますよ。築城当時の石の切り方、積み方が見られるから貴重なわけですよ」と教えてくれた。

天守は公園の中央と思いついていたが、そこには実務を行う本丸と二の丸があったそう。ううむ、知らなかったことばかり。私も退職後にガイドになるために学び、驚くことばかり。知ると人にも伝えたいものですよ」と大場さん。歴史散策は見慣れた街に静かな興奮を覚える大人の探検なのだ。



アウトドアに大活躍! 個性的なメキシカンビードで夏のシーンを彩る

目が細く、ざっくりとした風合いの「メキシカンビード」。プリントではなく、オレンジや赤、茶色などのエスニックカラーの糸で模様織り出されているこの布は、民族調でスパイシーなテイストが魅力。丈夫なので、ラグマットとしても使えるし、ソファやクッションカバーにしてもすてき。いつものお部屋の雰囲気が一気にガラリと変わるはず。他にもキャンプに持ち出してクロスにしたり、日よけタープとしてつるしてみれば、周りからちょっと目立っておしゃれ。ハンドメイドが得意な人は斜めバッグや雑貨を作ってみて! JR清水駅からすぐの「えじりあ駐車場」は20分まで無料。

大和屋 静岡市清水区辻1-2-1 えじりあ1F(清水駅西口徒歩2分) 054-366-1216 10:00~20:00 第3水曜定休 Pあり http://www.3.tokai.co.jp/yamataya/

ママ集まれ! 貯めるを学ぶ「マネー@カフェ」 スイーツ付き 赤ちゃん同伴OK マタニティママもぜひ!

おしゃれなカフェでスイーツを楽しみながら、住宅ローンや子どもの教育費、買い貯蓄の方法など、子育てママが知っておくと得する「マネー@カフェ」を3会場で開催。同世代のママたちと子育てについて情報交換したり、交流を広げられるのも魅力。参加は無料。申し込みはHP、メール、電話で。また、フィナンシャルプランナーに興味がある人、資格を持っている方も活用できている人のためのFP相談会も開催中。詳しくは問い合わせを。

カフェ・メルティング・ポット 静岡市清水区下川原4-10-20 7/14-22 時間:10:00~11:30

din/g.place(ダインプレイス) 静岡市清水区1-1-10 7/12-19-25 時間:9:30~11:00

ルイジアナママ 静岡市清水区土屋町1681-88 7/20-26 時間:14:00~15:30

ハママラコンサルティングビューロウ 静岡市葵区紺屋町17-1 葵タワー14F 054-260-5318 電話受付 平日 9:00~17:00 hcbaoi@gmail.com http://www.bbhc.jp/ ハママラコンサル 検索

聞き得! 竹内純子の エネルギーの玉手箱

今使う電気は今つくる

今皆さんが使っている電気は、その瞬間発電所で作られ、ほぼ光の速さで届けられます。以前にもこのコラムでお伝えした通り、いっただけ必要とされるから分らない電気を安定的に賄うためには、必要とされるタイミングで発電できる設備を整えておくことが必要です。

余裕がある時に発電した電気をためておけばよいのですが、大量の電気を安価に安定的にためる蓄電池はまだ開発されていません。水力発電の一つである揚水発電は、電気が余っている時に、下にあるダムの水を上るダムに揚げてためておき、必要な時に上のダムから水を落とすことで発電します。水を利用して蓄電する技術ですが、その開発にも限りがあります。

必要とされるタイミングで必要とされる量を発電する設備を整えておくことが必要ですが、必要とされる電気の量は常に変動します。例えば中部地方では夏、気温が1℃高くなると電気の需要はおおよそ80万kW増えるそうです。少し小さめの火力あるいは原子力発電所1基分の出力に相当します。

また、設備にはトラブルがつきもの。発電所が1基ダウンしても他でカバーできるよ、余裕を持たねばなりません。夏に向けて今、各発電所では念入りな点検が行われています。

新鮮品というと魚や野菜などを思い浮かべる方が多いでしょう。ですが、生産してすぐ消費するという意味においては、電気は究極の新鮮品と言えます。

使う電気 消費

つくる電気 発電

竹内 純子 たけうち すみこ 筑波大学客員教授 NPO法人国際環境経済研究所理事・主席研究員 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。著書に「誤解だらけの電力問題」など。

中部電力 静岡支店総務部 広報グループ/054-273-9004 http://www.chuden.co.jp/

わたしの家づくり STORY (ママたちの家づくり編)

新しい私たちはココが知りたい! 住宅の Time & Money 大作戦!

できれば上の子が小学校に上がる前に、一戸建てを構えたい! そんなアстен読者から寄せられた家づくりの素朴な疑問に、明和住宅の住宅ローンアドバイザー・細野さんが答えてくれた。

Q 住宅ローンを借りる金融機関はどのタイミングで探せばいい?

A 土地と家のめどが立ってから相談すればOK。

金融機関で住宅ローンを組む際の審査は、原則として購入する土地と建物のめどが立ってから行うことになっています。私のように住宅ローンアドバイザーがいる住宅会社に資金繰りをご相談いただければ、借りられそうな金額の目安はお答えできますよ。

Q 共働き夫婦は収入を合算してローンを組んだ方がいい?

A ご夫婦の収入状況や考え方によって異なります。

収入を合算すれば多く借りられると考えがちですが、住宅ローンはいくら借りられるかより、いくらなら返していけるかを考えましょう。ご夫婦2人で借りると住宅ローン控除が両方に適用される場合もありますが、1人で借りる方がいいか共同出資の方がいいかは各ご家庭の収入状況または考え方によって異なります。信頼できる住宅会社や金融機関で自分たちに合ったローンを相談してみましょう。

Q 分譲マンションから戸建てに住み替えると、ローンが二重になる?

A 原則的に、住宅ローンは1世帯に1つと考えましょう。

分譲マンションから戸建てに住み替える場合は原則として、今のマンションを売るなどして、それを自己資金に新しいローンを組むことになります。以前のローンが返済の途中でも残りの返済額が少ない場合は、残りを新しいローンに組み替えられるかどうか、今借りている金融機関に相談してみてもいいです。

Q 子どもが小学生になるまでに家を建てたい。どのくらい前から準備が必要?

A 家づくりに興味を持った時がグッドタイミングです。

これから土地も探して注文住宅でプランも練りたいと考えるなら、工事期間も含めて1年以上はかかると思われた方がいいでしょう。だから準備は早めに、思い立った方が吉日です。ここに住みたいと思った時、家づくりに興味を持った時が、家づくり計画のグッドタイミング。この記事を書きかけに今日から考え始めてみては?

Q そろそろマイホームと考えた時、まず何をするのが近道?

A 建物は情報誌で研究、土地は自分の目で確かめて。

子育て中は家づくりを研究する時間もなかなかないですね。まずは1冊住宅情報誌を買って、自分たちがどんな家に住みたいか話し合うとか、住宅会社それぞれの得意分野を知ることから始めてみては。また、土地探しは希望する学区を決めて不動産会社や住宅会社に探してもらおうのが近道。良い土地が見つかったら必ず自分の目で確かめましょう。

Q 気に入った土地、どこまで根気よく探すべき?

A 納得できたら決めるタイミングです。

この学区がいい、駐車場は2台、日当たりが気になる、病院の近くがいいなど、100点満点の土地を探し続けていたらいつまでも決まりません。どの条件がより重要か優先順位を考え、また価格とのバランスも考えて、自分たちが納得できる線を探しましょう。

取材協力/明和住宅

いい街に 明和住宅の家は、あります。

「花火、どうする?」

「観るでしょ、とーせん!」

「どこで観る?」

「浴衣着る?」

街と暮らそう。

7 田町

田町親水公園 安倍川の河川敷、安倍川橋と安西橋の間に位置する公園。7月最終土曜日は、静岡市の夏の風物・安倍川花火大会の見物ポイントに。

街づくりから始める家づくり

meiwa Jutaku 明和住宅株式会社 静岡市葵区番谷5-11-5 TEL 054-263-1144 明和住宅 検索

ご一緒に! 歩こう、パルシェ。
 新しくなった静岡駅ビル パルシェをお散歩プラン別にご案内。
 正面右手にショップがずらり、左手に見えるのは
 ゆったり過ごせるカフェとなっております。
 では、皆さま、ぐるっと「歩こう、パルシェ」、出発いたしましょ♪
 (PARCHE OSANPO GUIDE/山内)



朝のお散歩プラン
 asa no osanpo plan

入れたてのコーヒーの匂い...ヨーロッパの街角みたいなオープンカフェがおすすめです。
 ウォーキングに立ち寄りが増えそうですね。一休みした後はお花屋さんで季節のブーケを
 選んでみてはいかがでしょう。

静岡駅 北口 → コンコース → 静岡駅 南口

世界各国から厳選した豆を使っているスペシャルティコーヒーショップ、フードメニューも充実です。「エスプレッソシェイク」(550円〜)はバリスタがていねいに抽出したエスプレッソを、クリアーなフロアーズドリンクで楽しめる、この時期イチオシの味!
B1F/タリーズコーヒー/054-653-2320
 早朝からOPEN! → ●7:30~21:30

自宅に少し花をという時のプチブーケ(540円)や、贈り物としてのミニブーケ(1,620円)、花瓶なしで飾れる花束ポッター(1,080円)など、選ぶ時から気持ちを優しくしてくれるような、今日の散歩のお土産はブーケなんてカッコいいです。
1F/フローラ45/054-275-2275
 ●9:30~20:00

親子でラクラクプラン
 oyako de rakuraku plan

ナチュラルフードやリラクゼーショングッズでリラックスタイムを作る散歩道はいかがでしょう。
 通路が広いのでベビーカーでのお出掛けがとってもスムーズ。
 もちろんキッズトイレやベビールーム(おむつ替え・授乳)も快適です。

世界中からセレクトした輸入生活雑貨がいち早く並び、とってもニュースなお店、お気に入りとお揃いライフスタイルを応援してくれます。女性のキレイをサポートする、パッションフルーツ種子エキス配合の進化系フード Passienol(パセノール)も登場です(タブレット324円など)。
B1F/PLAZA/054-221-7710

料理が楽しくなるバスタソースや誰かにプレゼントしたくなるジャム、みんなで集まって楽しむワインなど、店内には田舎の心地良いやさしさ「Country Comfort」があふれています。こだわりのジェラートやおうちふどーナツ、夏限定のミックスジャムとバナナジャムなど、ママ友にも教えてあげましょ。
1F/サンクゼール/054-204-1305

ちなみに、5Fにはベビールームやキッズトイレもあります

ガールズプラン
 girls plan

きれいになれる散歩道としてご紹介したいのがこちら。自然派コスメやファッション、クッキングのレッスンなど、うれしいニュースがいろいろ発見できます。

白いインテリアの店内に心地良い香り、自然の原料を厳選したボディコスメやフェイシャルコスメなど、健やかでハッピーな毎日を体感できるライフスタイルを提案しています。日本初上陸・NY限定シリーズの、死海のミネラルを含むボディークリーム(3,132円)でハリのある潤い肌!
1F/ラリン/054-204-0520

ご存じですか、素肌が喜ぶ、FOODから生まれた化粧品。お米やフルーツ、野菜などから、肌にも心にもおいしいコスメを開発。「ブラックシュガーパーフェクトエッセンススクラブ2X」(2,808円)は角質だけでなく潤いに配慮した人気のスクラブです。
1F/SKINFOOD/054-204-1305

全国28万人が通っている人気のお料理教室。7月はオープン記念体験レッスン開催中! オープン限定メニュー500円で参加できます。予約はお電話またはWEBから!
 参加条件:ABCでのレッスンが初めての方、身長130cm以上、かつ小学4年生以上の方。18歳未満および高校生以下の方は保護者同伴でご参加ください。
5F/ABCクッキングスタジオ/054-205-2731
 ●10:00~22:00(日曜は~21:00)

大人女子プラン
 otona jyoshi plan

時には優雅にランチを兼ねたショッピング。子育てや仕事に忙しい大人女子にとってこれほど楽しい時間はありませんね。おしゃべりも自分磨きも、思い切り羽を伸ばしてどうぞ!

イタリアのシエナにない、海の幸・山の幸に感謝しながら人生を楽しむ人たちが集う店をめぐっています。バスロータリーに面しているので待ち合わせにも便利。シエナ自慢のケーキもテイクアウトOK! 夜はアンテナバストにワインで、女子会バカもいけますね!
1F/Cafe&Bar SIENA/054-253-0070
 ●11:00~22:00(ラストオーダー)

フランス生まれのオーガニックコスメブランド。植物や季節と響き合う美しい暮らしを提案しています。ピオオイルアルガンオイル50ml(3,780円)はスキンケアの最初に使うと潤いをぎゅっと閉じ込めてくれる優れもの。全身の保湿ケアにもおすすめです!
1F/メルヴィータ/054-204-1380

今だけ、ココだけの、お得なオープニングイベントが盛りだくさん! この時期におすすめの軽くて透け感のあるスカート「カラスパンプ」(9,396円)をはじめ、どれもトレンドのビビッドカラーがおすすめです。遠慮しないでいろいろ試着してみましょ。
B1F/プロポーションボディレッシング/054-204-1028

「楽しみながらキレイになる」をコンセプトにした1回24分の女性専用フィットネススタジオが誕生しました。サーキットトレーニング、ゲルマニウム温浴、YOGA、ランニングの四つのメニューだけでなく、ワークショップ開催や美容アイテムの販売も、仕事帰りにもいけますね。
5F/Bodies/054-205-5155
 ●10:00~22:00(最終チェックイン21:30まで)

カップルプラン
 couple plan

待ち合わせもショッピングも食事もここはallハートマークの散歩道。ペアで着こなしたくなるすてきなアイテムも豊富です。

「Eat Pretty -可愛くいこう!」をコンセプトに静岡駅初出店! バリエーション豊富なサラダやパスタ、ふわり食感のフレンチトーストなど、フォトジェニックなメニューがそろっています。写真はパルシェ限定「ベイクーズフレンチトースト イチゴミルクと抹茶パリュレ」(1,274円)
1F/アフタヌーンティーラバアンドテーブル/054-204-5400

すべての女性をかわいくするジュエリーとジュエリーバスを届けたいという想いから生まれた二つのブランド。カップルルートに外せませんね。カナル4℃の夏の限定ネックレスセット(各15,120円)は輝く水面、満天の星空をイメージ。ルリア4℃の長財布(23,760円〜)は3色の組み合わせが美しく華やかな印象です。
1F/カナル4℃ルリア4℃/054-251-0377

ポロシャツといえばラコステというほど上質な着心地、メンズ、レディース、シューズ、雑貨など、カラーバリエーションも豊富にそろっています。まずは定番のポロシャツ(11,880円)からいかがでしょう。スタンダードとスリムフィットの二つのスタイル、お好みでセレクトして。
1F/ラコステ/054-204-6510

ブランド生誕160周年のエーグルはいまやプレミアム感のあるフレンチカジュアルへと進化。梅雨シーズンに必須のアイテム「LIGHTY PR」(24,840円)もとってもおしゃれ! 強力に水を弾く超はっ水素材、バックルに限りなく持ち運びも楽なので、ペアでどうぞ!
1F/エーグル/054-204-6511

私たちの散歩道。

パルシェごまきげんバーゲン
 PARCHE BARGAIN

～開催期間～
2017.7.1(土) ▶ 7.30(日)

第64回 安倍川花火大会協賛
パルシェ専用 栈敷席が当たる!
ペア500組 総勢1,000名様をご招待 抽選会実施期間: 7月7日(金) ~ 23日(日)

パルシェ本館及び食彩館にて、お買い上げ税込2,000円以上のレシート提示で抽選にご参加いただけます。1レシートで2,000円毎に1回、最大5回まで抽選できます!(合算は不可。期間中のレシートであれば当日でなくても参加可。)当たりが出たら、その場でパルシェ専用栈敷席入場券プレゼント!
 ※レシート対象期間は7月1日(土)~7月23日(日) ※詳しくは館内ポスター、ホームページをご覧ください。
 第64回 安倍川花火大会 開催日 7月29日(日) 19:00~21:00 ※雨天順延 [問合せ] 安倍川花火大会本部 054-221-7199



あの子に1つ贈り物

織姫の七夕伝説につながる静岡の山間地。7世紀ごろに大陸から機械織りの技を持つ人たちが移り住み、つい最近まで女性たちの七夕行事が残っていたとも聞く。静岡の地名は織物名「しずり」から、麻機・賤機など、機械織りと縁が深い。産着はこの山間に大麻(おおあさ)を栽培しようというチームの1員Neoneoのプロデュース。背中の飾り縫いは赤ちゃんの命を守る魔除けの印。産着の時期を過ぎたら3歳くらいまでは浴衣になる。への緒や母子手帳の保管にいい桐箱入り、清めの「大麻叶い結び」付き。



手縫い 背まもり産着
12,580円(赤・青)
麻と雑貨 Neoneo
静岡市葵区黒保2942-1
TEL.054-288-6730
http://www.neohemp.jp

サブリナ pose

- 1 膝立ちで腰幅に開く。腰に手を当て、もの付け根から順に上体を引き上げ胸を開く。
- 2 爪先を立てて手てかかとを持ち、息を吐きながら、やはりもの付け根から順に伸ばす。
- 3 つむじが引っ張られるイメージでのどを伸ばし3呼吸キープ。

ウシユトラアーサナ
(らくだのポーズ)
下半身を引き締め
姿勢を整えたい人に
勢いを付けずに
ゆっくりと戻すのが大切!



グランツ ネットヨガ インストラクター AKI 先生



お母さん会キャンペーン実施中!
WEBをチェック!「アステンを見た」で
1日体験通常2,700円→0円

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/

とっさの1フレーズ

! 誘われて、断る場合に使います

rain check?

キャン アイ テイク ア レイン チェック?
Can I take a rain check?
「またの機会にしてもいいですか?」

Point

「また」という優しいニュアンスを含んだ断り方として使います。ポイントとして、「にっこりして」言いましょう。

#rain check はもともと野外の野球の試合が雨で中止になった際の「雨天引換券」です。



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

用宗に1棟貸しホテル誕生

7/21(金)、静岡市駿河区用宗に日本古来の色彩をテーマにした3棟の古民家ホテル「日本色 NIHON IRO」がオープン! 別荘のように使うのもいいし、ちょっと特別な一軒家団らんの場に使うのもいい。詳しくはHPで。

日本色 NIHON IRO
【レセプション】静岡市駿河区用宗2丁目26-8 シーサイドハイイツ1F
予約受け付け 054-270-5180(CSA travel、平日 9:00~18:00) http://nihoniro.jp/

「パソコンに強い医療事務」を目指す

産技の医療事務科では、診療報酬請求など医療事務の専門知識を学べるほか、産技伝統のコンピューター教育を基に、医事コンピューターや電子カルテなども習得。「パソコンに強い医療事務」を目指す。詳細はHPをチェック。

静岡産業技術専門学校
静岡市葵区宮前町110-11
054-210-618-255 [SANGI] 検索



肌見せの季節、準備はOK?

今年はツヤめく夏にする!

ノースリーブの腕、サンダルのかかと、オフショルダーのデコルテ... あちこち気になる肌見せシーズン。そこでアステン読者代表の亜衣里さんが静岡バルコ1F「SABON」で極上ツヤ肌ケアを体験!

Q 汗や毛穴の汚れが気になる季節。サラサラ美肌になるには?

SABONのスクラブは女子力が上がるって聞いて来ました!



体験した人 アステンサポーター 佐藤亜衣里さん

A. 爽やかな香りのスクラブで、お顔も体も全身リセットして。

夏は汗や毛穴の皮脂汚れが気になる季節。亜衣里さん、店内のウォータースタンドでSABONのボディスクラブを体験! 死海の塩と天然植物油をぜいたくに配合したスクラブで手や腕を軽くマッサージ。「さっぱりして、肌への吸い付きが全然違います!」と感激。塗った後2~3分置いてから



洗い流すと引き締め効果も。またマッサージもできる洗顔料「フェイスポリッシャー」は、きめ細かい粒感&爽やかな香りが心地良い一品。「これで朝、顔を洗うとメイクのりが違いますよ」と須永店長。リピーター続出のアイテムだそう。



Q サンダルが決まるツヤ肌美脚を手に入れるには?

A. 毎日のフットクリームに、足用のスクラブで完璧!

SABONのフットクリームは、気になるかかとはもちろん脚全体をなめらかなツヤ肌にしてくれる定番アイテム。日常のお手入れでかさかさかかとの悩みから卒業! さらに肌見せシーズンは週に2回のフットスクラブを。肌に乗せて軽くマッサージすると、アーモンドの殻の粒感が溶けずに残ってほどよい刺激に。どのアイテムも店内で体験できるので、効果的なマッサージ方法もスタッフに聞いてみて。



取材・撮影協力/SABON 静岡バルコ店



教えてくれた人 SABON 静岡バルコ店 須永智美江店長
「静岡は男性の美意識も結構高い。フェイスポリッシャーにハマる男性、続出中です!」

Q お出掛け後のほてった肌、なんとかしたい!

A. 日焼け後は肌が乾燥しがち。保湿しながらクールダウンを。

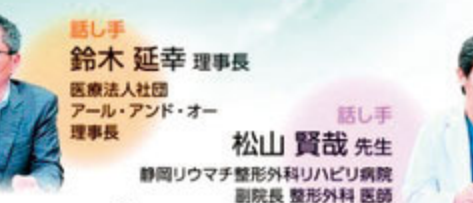
「ムシムシする夏でも、日焼けした肌の内側は乾燥しています。乾いた肌はさらに日焼けしやすくなりますから、保湿が大切」と須永店長からアドバイス。みずみずしい潤いを補給しながらクールダウンしてくれるのがシャーベット ボディジェル。冷蔵庫で冷やしておいて、外から帰ったらすぐ一塗り、お風呂上がりにも一塗り。伸びが良く、全身ひんやりサラサラ肌に。



広告

関節リウマチと うまく付き合うには?

近年、関節リウマチの治療は劇的に進歩しましたが、長期的な病気の治療や管理は必要です。そこで関節リウマチとの付き合い方を、静岡リウマチ整形外科リハビリ病院を運営する医療法人社団アール・アンド・オーの鈴木延幸理事長と整形外科医の松山賢哉先生、リウマチ科の伊藤礼先生、スポーツ整形外科医の土井光人先生に教えていただきました。



話し手 鈴木 延幸 理事長
医療法人社団 アール・アンド・オー 理事長



話し手 伊藤 礼 先生
静岡リウマチ整形外科リハビリ病院 リウマチセンター長 リウマチ科 医師

馬場典子 先生
フリーアナウンサー



関節リウマチの治療は、医師をはじめスタッフの協力が大切

馬場 関節リウマチとうまく付き合うには、どのようなことが大切でしょうか?
伊藤 私は、患者さんに言葉で説明するだけでなく、レントゲン画像を実際に見ていただいています。治療開始時と現在の画像を比較することで、患者さんご自身も関節の状態の変化を理解しやすくなります。言葉で説明するだけでは必要性がわかりにくい治療についても、実際にレントゲン画像を見ることで、「関節がこの状態なら治療したい」と前向きになれる方も少なくありません。私たちは、治療方針を患者さんに押しつけるのではなく、患者さんご自身の意思を尊重し、一人一人に合った治療目標を設定するようにしています。ご自分に合った方法をとることも、病気と付き合っていく上で大切だと思います。
土井 関節リウマチは長期間の治療が必要なもので、長期にわたって通院しやすいよう、医師との信頼関係を築くことも大切ですね。当院のリハビリテーション(以下リハビリ)では、ただ身体機能を回復するための訓練を行うだけでなく、患者さんの心のケアにも配慮し、コミュニケーションを密にとるようにしています。
松山 患者さんの症状や希望に合った医療を提供できるよう、医師だけでなく、ケースワーカーや理学療法士、看護師たちの連携も大切になっています。

特に若い人は将来のために早めの治療を

馬場 関節リウマチの患者さんにメッセージをお願いします。
伊藤 関節が変形したり機能障害が起こったりすると、そこは基本的に元に戻りません。その先の人生は壊れた関節とともに

生活せざるを得なくなるので、若い患者さんほど積極的な治療を強くすすめています。一方で、関節リウマチの治療は免疫を抑える薬を使うため、副作用に気をつけなくてはなりません。体調が悪いときは絶対に我慢せず、早めに受診するようにしてください。

治療からリハビリ、在宅復帰までをサポートする環境づくり

馬場 治療やリハビリのために通院や入院が長期にわたることも多いと思いますが、施設面で工夫されていることはありますか?
鈴木 私たちが運営する各施設では、治療からリハビリ、在宅復帰までを切れ目なくサポートできる体制を整えています。医療部門と介護部門が双方に情報共有できるシステムを導入しているため、治療中の患者さんでも回復期や在宅復帰後の患者さんでも、あらゆる状況に応じて迅速かつ的確に対処できるのが強みです。また、回復期の患者さんにとって病棟は「生活の場」でもあるので、居心地のよい空間になるように病院の設計にも工夫しています。例えば、廊下は広くとり、食事をとったり談話をしたり、リハビリにも使えるようなオープンスペースにしています。私たちが医療従事者として果たすべき使命を常に意識し、より多くの患者さんの笑顔が見られるようお手伝いをしていきたいと思います。



静岡リハビリテーション病院
〒420-0823 静岡県静岡市葵区春日2-12-25
TEL:054-275-2755
静岡リウマチ整形外科リハビリ病院
〒420-0821 静岡県静岡市葵区楠木90-1
TEL:054-267-1000

SABON Mango Kiwi Series
1年に1度しか出会えないマンゴーとキウイの甘く爽やかな香り
7.6(Thu) in Stores

SABON 静岡バルコ店 静岡バルコ 1階 TEL: 054-903-8640 http://www.sabon.co.jp

Mango Kiwi Summer Care Kit
Limited
7.6(Thu) in Stores

asten 読者限定 Present!
7月1日~7月31日の期間中、ご来店の際に、astenを見ました、と言っていたら、店内のウォータースタンドを体験された方に、フットクリーム サンプルサイズをプレゼント。
※数量限定のため、なくなり次第終了いたします。

アステル5つ星

達人の夏野菜料理

カラフルな野菜をたっぷり食べて暑さに負けない健康ボディーに。達人自慢の一品は、日から舌から幸福感じわり。心も元気にしてくれる!

【日本料理 FUJI】の夏野菜とズワイガニの紫蘇ジュレがけ (コースの前菜)

宝石箱のように美しい前菜が、特別な時間へと誘う。賀茂茄子の揚げ浸しにカラフルな夏野菜、ズワイガニを添え、シソを湯がいて抽出したピンク色のジュレをかけた。ミョウガとかわれ大根を合わせた、さっぱりと食べやすく、存在感ある有田焼の器が料理を引き立てる。店主が目の前で丹念に仕上げられる本格日本料理をコースで味わえる隠れ家的スポット。料理は毎月変わる。ランチの御膳も女性客に人気。

静岡市駿河区栄町3-6
TEL: 054-260-5166
営業: 12:30~15:00(L.O.14:00)
夜: 17:30~22:00(L.O.20:00)
休: 日曜、日曜
P: なし
★夏野菜とズワイガニの紫蘇ジュレがけ夜のコース ¥5,000-



【札幌スープカレー専門店 cancan(カンカン)】のまるごとトマトととろーりチーズ



20種ものスパイスで仕込んだチキンスープにトマト、ニンジン、玉ねぎなどの皮からとった野菜出汁(ベジブロス)を合わせた新感覚カレー。野菜の皮に含まれる栄養をそのままいただける。ゴロッと入った大きな具材をとろとろのチーズとトマトに絡めて食べれば大満足。ランチはドリンク付き、ライスは量を選べる。夏場は「納豆・オクラ・ひき肉の和風ネバネバスープカレー」(1,250円)もぜひ。

pick up voice!
コチラも読者オススメ夏野菜料理

静岡市駿河区伝馬町8-15 朝日ビル2F
TEL: 080-2618-0009
営業: 11:30~21:00(L.O.20:30)
休: 不定休
P: なし
★まるごとトマトととろーりチーズ ¥1,280(税別)

- 【静岡】 駿河区東町「春々」コースの中の10品目の野菜の変わりマリネがおすす(清水区・主婦)
- 【静岡】 駿河区東町「オルガニコ」安心野菜とワインが楽しめる(駿河区・会社員)
- 【静岡】 駿河区東町「駿府の台地 静岡ごぜん」地元産の野菜が食べられておいしい(駿河区・会社員)
- 【静岡】 駿河区南町「センチュリー静岡ザ・テーブル」サラダバーが充実(駿河区・自営業)
- 【清水】 清水区山崎「S.colina」トレセンの中にあり、サラダが豊富で食べ放題(清水区・主婦)
- 【清水】 清水区西久保「カフェ中川」休みの日に県内外に買い出しに行

【VEGETABLE BAR 兼次郎(ベジタベルバー カネジロウ)】のとうもろこし唐揚げ



バターしょうゆの香り漂う、屋敷を思わせる一品。居酒屋「岡むら浪漫」グループの名物料理として知られ、生のトウモロコシが出る夏限定ながら、冬も食べたいと言われるほどの人気とか。芯も一緒に削いであるので、かぶりつく感覚で楽しんで、「ベジタベル」という店名の通り、野菜料理が豊富。地元の野菜を使った「季節野菜のパニーニカウダ」[有機野菜の愛情サラダ]もおすすめ。

静岡市駅前1-3-17
TEL: 054-646-1449
営業: 17:00~24:00
料理: 23,000L、ドリンク23,450L
休: 月曜(祝日営業、翌日休み)
P: なし
★とうもろこし唐揚げ ¥756

【和オーガニック居酒屋 べじくら】の無農薬野菜の蒸し物 手作りパニーニソースで...



浜松市と愛知県の契約農家から届くこだわり野菜を、シンプルに蒸した看板メニュー。それぞれの野菜に合った蒸し時間を見極め、食べ頃でテーブルへ。サツマイモや赤玉ねぎは甘みたっぷり、ニンジンや豆類は色鮮やかで美味しい。まずは何も付けずに味わって。パニーニソースを付ければお酒にもピッタリ。一口サイズの野菜を揚げた「名物創作天ぷら串」など、女子が喜ぶおしゃれなメニューがそうろう。

静岡市駿河区浅手町1-21
TEL: 054-221-1555
営業: 17:00~24:00
料理: 3,023.00L、ドリンク1,023.30L
休: 日曜
P: なし
★無農薬野菜の蒸し物 手作りパニーニソースで... 大 ¥840、小 ¥640
お祝いにも祝賀、写真は最大

【藤河清 海の幸 イタリア料理 MASSIMO(マッシモ)】の季節野菜ポイル オリーブオイル&マルドンの塩

野菜のアルデンテとは初めて聞く言葉かも。「生野菜の香りと、ゆでて出てる味と甘み、その両方をバランスよく味わえるのがアルデンテです」と店主の宮城島力さん。野菜の半分は以上は宮城島さんが手塩にかけて育てた自家栽培。野菜によって火の通り加減を変え、味付けは料理人御用達のオリーブオイルと塩だけと至ってシンプル。それぞれの野菜が持つ濃い味わいを心ゆくまで楽しめる。



静岡市清水区三保89-1
TEL: 054-335-0030
営業: 11:30~14:00、18:00~21:00
休: 月曜(祝日営業、翌日休み)
P: 140
★季節野菜ポイル オリーブオイル&マルドンの塩 ¥1,100

【French Kitchen NARU(ナール)】の初夏の野菜と天然鮎とキュウリのジュレ 新玉ネギのアイスクリーム添え

静岡市清水区三保89-1
TEL: 054-335-0030
営業: 11:30~14:00、18:00~21:00
休: 日曜、日曜、日曜
P: 140(税別)



富士宮市のごみ農園から直送の野菜とミョウガのピクルスに、掘った土を横したイカスキのクラッチをパクリ。その横に添えられているのは、店主が釣り上げた天然鮎で作ったパテをはじめとする、手の込んだオードブル。彩り鮮やかで、さまざまな味と食感を楽しめるフレンチらしい一皿に仕上がっている。野菜をたっぷり使ったコース料理はランチ2,700円、ディナー5,400円、8,100円。なるべく予約を。

【BISTRO THE FARM】の旬の野菜のエチューベ

ふたを開けた瞬間、「わっ」と歓声が上がります。蒸ブロックりにスライスした、ズッキーニ...と色彩豊かな野菜たち。エチューベとはフレンチの技法で蒸し焼きの意。旬のとれた野菜を白ワインとバターで風味付けし、野菜の水分で蒸すことでうま味を凝縮させた。パニーニカウダソースと自家製パンは好み。その土地に由来する旬のものをシンプルに「by concept」の地元の素材を五感で楽しんで。



静岡市駿河区東町12-8 フォレスト経営1F
TEL: 054-221-5290
営業: 11:30~14:30(L.O.13:30)、月~金 18:00~24:00(L.O.23:00)、土 17:30~24:00(L.O.23:00)、日 17:30~23:00(L.O.22:00)
休: 日曜
P: なし
★旬の野菜のエチューベ ¥1,280(税別)

【みんな笑顔 おひさま食堂】のズッキーニと魚の香草パン粉焼き (バイキング料理の一品)



地元食材を使った手作り料理が人気のビュッフェレストラン。昨秋から自社農園「おひさま農園」で野菜の栽培を始め、この夏はズッキーニが大豊作。そこで「ズッキーニをおいしく食べてもらおう」と、スタッフが考案したメニューがこちら。火の通り方を均一にするため食材は別々に焼き、仕上げに自家栽培パプリカ入りのパン粉を振ってオープンへ。手間を惜しまない丁寧な調理がおいしさの秘訣だ。

静岡市駿河区浅手町2143-18
TEL: 0548-23-9755
営業: 11:00~15:30(最終入店14:30)、17:30~22:00(最終入店20:30)
休: 平日は時休無休、土・日・祝日はランチ90分、ディナー120分
P: 540
★ズッキーニと魚の香草パン粉焼き
ビュッフェ料金: 大人(中学生以上) ¥1,600、シニア(65歳以上) ¥1,400、小学生&小学生(75歳以上) ¥933、幼児 ¥400、3歳以下無料
お祝いにも祝賀

- 【清水区・無職】 藤河清「海の幸」安楽とごちそうとイタリアン(静岡市・無職)
- 【静岡市・無職】 駿河区東町「春々」コースの中の10品目の野菜の変わりマリネがおすす(清水区・主婦)
- 【静岡市・無職】 駿河区東町「オルガニコ」安心野菜とワインが楽しめる(駿河区・会社員)
- 【静岡市・無職】 駿河区東町「駿府の台地 静岡ごぜん」地元産の野菜が食べられておいしい(駿河区・会社員)
- 【静岡市・無職】 駿河区南町「センチュリー静岡ザ・テーブル」サラダバーが充実(駿河区・自営業)
- 【清水区・自営業】 清水区山崎「S.colina」トレセンの中にあり、サラダが豊富で食べ放題(清水区・主婦)
- 【清水区・自営業】 清水区西久保「カフェ中川」休みの日に県内外に買い出しに行

10:00~10:45 「ベビーサウナ」フィンランド

11:30~12:00/14:15~14:45 にっぽんこども劇場 狂言「泰山伏」

13:00~13:50 「アイスcream売りのジゼル」

15:00~15:35 「アナのはじめの冒険」

11:15~11:45 「World Images ~ちきゅうは宝箱~」

8.3.4.5 (全自由) 12ステージにつきおとな1,500円、子ども500円(1歳~中学生) ※0歳児無料

チケット販売・お問い合わせ・ステージ選びのご相談どうぞ! グランシップチケットセンター TEL: 054-289-9000

http://www.granship.or.jp

主催: グランシップ指定管理者(公財)静岡県文化財団

OPEN CAMPUS 2017

未来をクリアする、君だけのスキルを探しに行こう。GO

10:00~15:00 本校(ランチ付)

7.17(土) 7.27(水) オープンキャンパス 8.08(土) 8.26(土)

静岡産業技術専門学校

0120-618-255

http://www.sangi.ac.jp/

お庭の見学会 オープンガーデン開催

7/1(土)・2(日) 10:00~16:00 会場: 静岡市駿河区

和wa+ガーデンエントランス modernのSEQUENCE

0120-989-685

真夏の超魔術ショー Mr.マリク&サマーブッフェ

8/13(日) 13:00~15:00 17:00~19:00

15,000 9,000

中国料理 梨杏(りんか) 大人食/ランチオーダーバイキング 7/1(土)~8/31(木) 食べ放題 90分 約35品

0120-618-255

アステン流 大人ドリル

淑女検定

ラップ

音楽でリズムを刻む音楽、ラップ。SBSテレビの「イブアイしずおか」のコーナー「ラップ百人組手」でおなじみのラッパー、マナーデフさんに、ヒップホップ・ミュージックの世界について教えてもらいましたよ!

1 ファッションで自己主張をするラッパーたち。富の象徴でもある太い金のネックレスのことを、何と呼ぶ?

A. プリンプリン B. プリンプリン C. キラッキラッ D. チェクラチケラ

2 リズミカルなラップには欠かせない「韻(いん)」。次の中で「静岡」と最もきれいに韻が踏めるものはどれ? YEAH!

A. 朝ドラ B. 昼ドラ C. 朝顔 D. 昼顔

3 ほかの音楽にない特徴として、複数のラッパーが順番にラップしていくことを何という?

A. バイクリレー B. バトンリレー C. マイクリレー D. クラス対抗リレー

SBS学苑 静岡校

7.15(日) 10:00-11:00
静岡フェスタしずおか
「SHIZURAPI」に参戦しちゃう!
 受講料・5400円 入会金不要
 講師・マナーデフ
 場所・静岡 新東横ビル4階 大会場
 リズムの取り方やラップの時のコツを伝授。フェスタしずおか(SHIZURAPI)への参戦も可能。
【お問い合わせ・お申し込み】
 Tel.054-282-1191

正解 & 解説

問題 1 → 正解 B
 正確な定義はないが、派手な金のネックレスを一般的にはプリンプリンと呼ぶ。そのほかにも、自分のルーツ(故郷)やMCネームに関するものなど、いろいろぶら下げて自分らしさを打ち出しているラッパーが多い。90年代初頭に活躍したネイティブ・タンと呼ばれるラッパーの一派は自分たちのルーツであるアフリカ大陸の形をした飾りを下げていた。「渋谷区生まれ、渋谷区育ち」のマナーデフさんは渋谷区の形をしたネックレスをしている。

問題 2 → 正解 B
 韻を踏むとは似ている音を繰り返すこと。母音が同じ並びになる言葉を探してみよう。静岡は母音が「i,u,o,a」という並び。昼ドラも「i,u,o,a」なので韻が踏める。その他、「肉そば」「リストラ」などがある。ラップには独特の用語があり、それが俗語になることもある。若者の間で浸透している相手をけなす時に使う俗語「ディスる」もその一つ。元々は「ディスリズベクト=無礼、軽べつ」の意味でヒップホップで使われてきた。

問題 3 → 正解 C
 ヒップホップにはラッパー同士が気軽にコラボレーションするマイクリレーの曲が多数存在する。キー(音程)を必要としない歌唱法のため、言葉でリズムを刻めば声の高さや歌い方が違ってもOK。ラップを乗せる音楽のジャンルにも決まりはない。既存の曲にラップを乗せることを「ビートジャック」と呼び、Jポップやアニメソングに乗せた曲も存在する。お気に入りの曲にラップを乗せて、ビートジャックしてみよう?

イベントの聖地 周辺のスポットにも注目

展示会からアイドルの握手会までさまざまな催しが開かれるツインメッセ静岡。西側を通る道路は「産業館西通り」と呼ばれ、駿河区を南北に走る大通り。お目当てのイベントで訪ねたら、ぜひ周辺も散策を。

小さな旅 産業館西通り July 2017 asten

01. 韓国食品卸売センター 静岡
 卸売とあるけど個人のお客さんも大歓迎。キムチやその材料はもちろん、漬物などもバラエティー豊かで辛い物好きにはたまらない。辛いのは苦手...という人には、これまた種類豊富な韓国のおりや冷麺、本場韓国で人気のハニーバター味のナッツやお菓子がおすすめ。
 静岡市駿河区豊田3-5-44
 ☎ 054-270-3983
 営業/10:00~19:00 休/水曜

02. 有東金魚店
 金魚だけでなくメダカ、コイ、熱帯魚...。ゆらゆら泳ぐ魚とブクブク上がる泡を見ていると時間を忘れてしまう。金魚は夏の風物詩。まず肝心なのは健康な金魚を選ぶこと。エサの与え過ぎや水替え時の急な温度変化は厳禁。飼育前にお店をいろいろ回ってみよう。
 静岡市駿河区有明町15-13
 ☎ 054-282-6452
 営業/9:00~19:00 休/火曜(祝日は営業)

03. わした静岡店
 熱帯魚の水槽に三線の調べ...。歩みれば沖繩旅行気分! スタッフの最近の一手押しは伊豆島のお麦チップス。軽い食感と全粒粉の風味がおいしい感じ。ゆし豆腐も試してほしい沖繩の食卓の定番。「汁ごと鍋で温め、塩やかつおでして。子ども大好きです」と伊波里紗店長。これだけで一品完成!
 静岡市駿河区小黒3-11-12
 ☎ 054-203-4717
 営業/10:00~19:30 休/年始を除き無休

04. ゴードンコーヒー
 ワインなどさまざまなものにハマってきたというゴードンこと河津太一さん。中でも繊細な手作業であるコーヒー焙煎にみせられて、昨年、焙煎所を開いた。特徴は雑味のない味わい。ゴードンさんはラテンジャズ・ドラマーの顔も持っている。日曜はどこかのライブで会えるかも。
 静岡市駿河区小黒1-10-37
 ☎ 054-269-5487
 営業/11:00~19:00 休/日曜
 http://godoncoffee.com/

質の高い英語教育が評判のNB キンダークラスの申し込みがスタート

子どもに英語を身に付けさせたいと考えているなら、NBインターナショナルキンダーガーデンに今すぐ問い合わせを。同園の特徴は大きく二つ。一つは、ネイティブの講師と日本人有資格者から生きた英語を学べること。そしてもう一つは、「自立心」や「日本人としての自覚・自信」の育成に力を入れていることだ。「英語はコミュニケーションの道具です。英語を生かすための「コンテンツ=日本の文化」も同時に学ぶ必要があります。日本人として英語ができるようになることが国際人だと考えます」と代表の田形さん。これからの時代、英語は話せて当たり前。だからこそ、英語力も人間力も兼ね備えた真の国際人の育成を目指す同園は、一考の価値があるはず。現在、キンダークラスの申し込みを受け付け中。

NBインターナショナル キンダーガーデン 静岡市駿河区中田本町6-3 ☎054-202-9555 8:30~18:00 休/あり http://www.nbi-edu.com

asten INFORMATION

オフハウスが夏物衣料品セール
 リユースのオフハウスが7月中旬から夏物衣料品セール。婦人・子ども服は通常価格の50%OFF。紳士服は通常価格の30%OFF。詳しくはHPで!

オフハウス
 【藤枝店】藤枝市瀬戸新屋363-1 ☎054-647-0808
 【清水町店】静岡市清水区岡町6 ☎054-368-5318
 10:00~20:00 無休
 http://www.hardoff.co.jp/offhouse/

「ハワイフェア」buffe開催
 パーゴラは8/31(木)まで、暑い夏にぴったりのトロピカルなハワイ料理が食べ放題。鉄板で焼き上げる肉料理も魅力。毎週木曜ディナー限定で、ハワイアンソングの生演奏も!

パーゴラ
 静岡市駿河区黒金町56 ホテルアソシア静岡1F ☎054-254-4460
 L11:30~14:30(LO14:00) D17:30~21:00(LO20:30)
 http://www.associa.com/stv/

1日1回 鍋もおまかせ

「女性が輝く社会」なんて言うけど、日常生活しなければならないことはなかなか減らないもの。日本の女性が家事にかかる時間の平均は1996年が157分、2011年でも152分、と15年間ほぼ横ばいなのだそう(総務省社会生活基本調査)。家で過ごすせわせわの時間、もっと家族との会話を増やしたり趣味を深めたりしたい。そんな願いをかなえてくれるのが、2月号でも紹介したBoschの食器洗い機! 4人家族、1日3回相当の食器&調理器具をまるごと洗浄。節水できるし音も静か。湿気を吸い発熱するゼオライトの働きで乾燥能力も高い。Bosch家電の認定販売店フットダイドコロがお得なキャンペーンを実施しているそう。新築やリフォームの設備選び、ぜひ相談してみてください!

My Superstar ワタシ★ミカタ
 Bosch食器洗い機 フロントパネルタイプ 380,000円(税別)

来年3月までの購入に「四つもの贈り物」
 ★取り付け費無料
 ★Boschコードレスクリーナープレゼント
 ★5年保証
 ★専用洗剤とリンス1年分プレゼント
 詳しくはフットダイドコロWEBサイトをチェック!

Float dyed coal (フットダイドコロ)
 静岡市駿河区小黒3-9-11 tel.054-203-7970
 10:00~18:00 火曜 あり
 フットダイドコロ 検索

地域最大級 ホットヨガ CALDO

岩盤浴 | フィットネス
 MODI静岡モディ8F 旧マールビル館
 夏のトリプル0キャンペーン

【入会金】0 × 【事務手数料】0 × 【初月会費】0

加圧ボディメイキング会員先行募集中!! 先着10名様限定!!

大幅割引 通常16,200円(税込) 退会されるまで!!

入会金 0円 事務手数料 0円 月会費 11,880円(税込)

超お得のりかえキャンペーン 7月・8月の会費0

会員種別	ご利用内容	月会費	キャンペーン価格
プレミアム	全営業時間(フルレンタル付)	¥14,040(税込)	¥12,420(税込)
フルタイム	全営業時間	¥10,800(税込)	¥8,640(税込)
マンズリー4プラス	月4回カルド営業時間利用可能(フルレンタル付)	¥9,720(税込)	¥8,100(税込)
タイム	平日10:00~18:00	¥8,640(税込)	¥6,480(税込)
マンズリー4	月4回カルド営業時間利用可能	¥7,560(税込)	¥6,480(税込)
アンダー25	全営業時間利用可能	¥7,560(税込)	¥6,480(税込)

Hot & Shape カルド静岡 ☎054-204-0505
 http://www.hotyoga-caldo.com/shizuoka/

当クリニックでは、女性医師が診察・治療を行います。

美容皮膚科の治療は、気になるお肌の悩みだけでなく、心もケアできます。しみがひとつ消えたり、ほくろやそばかすが無くなったり、しわが目立たなくなったり、にきび肌がいなくなったり、にきび跡の凹みや赤みが改善したり...。自分でコンプレックスになっていたことが解消されると自分に自信がついて、明るく前向きな気持ちになります。そして、仕事がやる気になったり、気持ちが優しくなったり、他人との交流が楽しくなったり、人生の様々なことがプラスに向かっていくのです。お肌の悩みを解消することは、心のケアにもなります。私たちのクリニックでは患者さまのお肌の悩みだけでなく、心のケアにもお役に立てるクリニックでありたいと思っております。

スキンケアクリニック 院長 平野 温子

このような症状でお悩みの方は是非、ご相談ください。

しみ・そばかす 肝斑・くすみ・あざ 赤ら顔	しわ・たるみ	ほくろ・いぼ	にきび・にきび跡
<ul style="list-style-type: none"> お顔全体にある点々としたしみ 指でポンと押したような大きなしみ パラパラとたくさんあるそばかす ジワジワと顔に広がる肝斑(かんぱん) 顔全体のくすみ 赤ら顔・毛細血管拡張 	<ul style="list-style-type: none"> ほうり眼(鼻唇溝) 頬のたるみ・目の下のたるみ 眉間の皺しわ 目尻・目のまわりのしわ 額のしわ まぶたのたるみ 口のまわりのしわ 	<ul style="list-style-type: none"> お顔に点々と多数あるほくろ ポコッと盛り上がったほくろ 身体(顔以外)にあるほくろ・いぼ 大きないぼ 首にある多数の小さないぼ 	<ul style="list-style-type: none"> Tゾーン・両頬に多いにきび 口のまわりに多いにきび 大人のにきび にきび跡の凹凸 にきび跡の色黒沈着

7穴の開き 点滴療法 ダイエット 多汗症 ピアス

※当院での診療はすべて自費診療となっております。治療費の詳細につきましては、初診カウンセリングにてご説明いたします。

医師法人 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(麻酔 中野 幸子)
 www.sc-clinic.jp
 ご予約・ご相談はこちらまで
 tel.054-254-5444 (予約制)
 静岡市駿河区御幸町3-21 ベガサートB1F

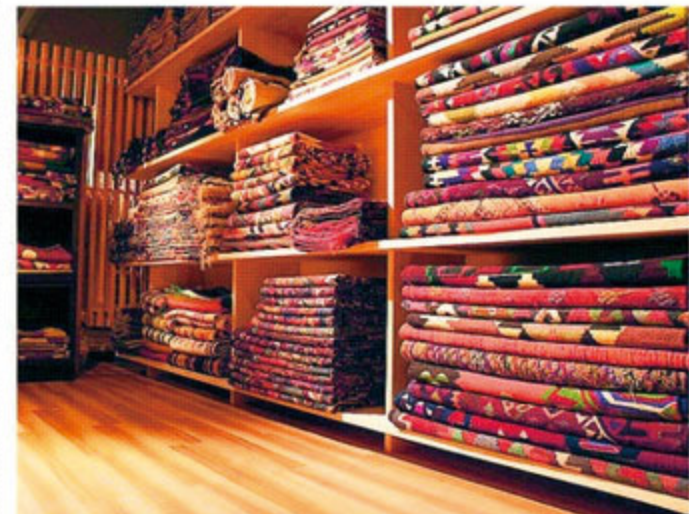
院長 平野 温子
 1969年2月生まれ、富士市出身。
 静岡聖隷医療専門学校(第39期卒業生)。
 平成6年東京女子医科大学医学部卒業。
 東京医科大学大学院、東京女子医科大学大学院、大阪大学大学院で皮膚科(美容皮膚科)専攻。認定医取得。形成外科(美容皮膚科)勤務を経て平成12年静岡市医師会にて「医療法人美静会スキンケアクリニック」を創設。平成15年12月静岡市御幸町ベガサートB1にクリニック移転。
 メディカルスキンケアなど様々なスキンケア中心の美容上の悩みをご相談ください。

月 火 水 木 金 土 日 休
 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 休
 ●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
 静岡新静岡駅 北口より徒歩1分

本日から7/17(月・祝)まで全店同時SUMMER SALE
通常価格の50~20%OFF!



イランやトルコから直輸入した絨毯(じゅうたん)、キリム、ギャッベなどを扱う「アートライン」が、全店一斉にセールを開催! 安くなるものには通常価格の50%OFFと大幅にディスカウントされるお買い得商品もある。現在3店舗のアートラインの店には、それぞれに個性があり、今年1周年を迎える藤枝の「アートハウス」は、カジュアルなラインが多め。アウトレット品も多く並ぶので、ここでは掘り出し物が見つかりそう。また街中の「パシャ」には、若い世代から絶大な支持を得るキリムや雑貨が豊富。本店の「アートライン」では、日本では珍しい柄のギャッベや、高級ベルシャ絨毯など、他のインテリアショップではなかなか見られない商品がそろそろ。サマーセールだからこそ、この特別価格。今まで「欲しいけど高いから…」とためらっていた人は今が買い時。すべて手作りの品なので、運命の一品を見つけるなら早めに。※一部商品除外

アートライン
静岡市駿河区東新田2-16-25
☎054-201-9945 火曜定休 10:30~19:00 ⑩10台
アートハウス
藤枝市築地545-4 ☎054-639-7286 火曜定休 11:00~19:00
PASA(パシャ)
静岡市葵区真原町2-2-4 ☎054-266-4662 無休 10:00~19:30
http://www.artlinekijim.com/ 静岡 アートライン 検索

海を見ながら楽しめる
プレミアムジェラート店!



用宗海岸海水浴場が目の前の場所に、「LA PALETTE(ラ・パレット)」という新店が7/15(土)に誕生。ここで食べたいのは地元の食材にこだわったオリジナルジェラート。久能産いちご、スルガエレガント、長田の桃、丸子紅茶、用宗名物のしらすなど全10種のフレーバーはいずれも足を運ぶ価値あり。少しずつ数種類のフレーバーを一度に楽しめる月替わりのアレンジメニューは、見た目もまるでパレット上の絵の具のよう。味を混ぜながら食べても楽しい。カップジェラートの販売もされているので持ち帰りもOK。イートインスペースや潮風を感じられる屋上テラス席ではジェラートだけでなく、生ビールやスパークリングワインも楽しめる。用宗の新スポットとしてチェックしておきたい。



LA PALETTE(ラ・パレット)
静岡市駿河区用宗4-21-12
☎054-257-5111 11:00~19:00
(夏季全土曜のみ21:00まで)
夏季定休日なし

お子さんを望むなら
早めの婚活を!
まずはトライアル9,800円

「結婚はそのうちに…」と思っ
ても、出産を意識するなら早めの
婚活を。おすすめはエンマレ
ッジ。単なる出会いではなく、結婚
を前提に考える相手に出会える
から、とにかく効率がいい。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
ら相手探しができることもポ
イント。昨年8日に1組が成婚
し、幸せな声が寄せられている。
お見合いは何度でも無料。まずは
「婚活トライアル」(2カ月9,800
円)から始めよう。

●初期費用50,000円+月会費5,300円
〜。お見合いは何度でも無料! ※価
格はすべて税別
●会員さんの「成婚エピソード」はプロ
ダから!



静岡の結婚相談所 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
☎054-374-3229
不定休 11:00~20:00(予約制)
http://enmarriage.com/ 検索

静岡店オープン記念
通常16,200円スペシャル
メニューが6,480円に!



人気のエステ、アイビーシーVIP
が焼津駅北と静岡市に新たに
オープン。7月末までは、オープ
ンを記念して「リコピノフェイシャル」
(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んだ毛穴
スクリューコース)2回分に、推命学
と色彩心理学を掛け合わせた才
能と個性の診断「ビチスノウ」
のリーディングがついたスペシ
アルメニューが通常16,200円のと
ころ6,480円に! さらにリコピ
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。完全予約のため、
申し込みは電話で。



アイビーシーVIP
【静岡店】静岡市駿河区南町11-16
NEUE PLATZ 2F
☎054-283-3002
【焼津店】焼津市東小川12-17-1
☎054-620-7200
【焼津駅北店】焼津市駅北3-4-18
☎054-689-2003
10:00~19:00(祝日は17:30まで)
※完全予約制 日曜定休
http://www.ibc-vip.jp/ 検索

astEN PEOPLE
vol.141
反田恭平
ピアニスト

この4月、静岡市での初演会(静岡新聞社・静岡放送主催)を行った反田恭平さん。プログラムはラフマニノフのピアノ協奏曲第2番。「天才」と冠されることも少なくない22歳のピアニストの指から弾けた音の粒は、オーケストラの轟で生き生きと響き、清水文化会館マリナートの観客の心を魅了。静岡でも多くのファンをとりこにした反田さんを、演奏直後の楽屋に訪ねた。

Q.今回は佐渡橋さんと指揮の東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団との共演でしたが、オーケストラと演奏する魅力は?
コンチェルトはピアノの醍醐味(だいごみ)です。特にロシア作品は、ファンファーレのようにバババーッと華やかにオーケストラが鳴る、そんな印象なので普通に弾くと負けてしまふんです。だからオーケストラ(の音)がピアノシモで小さくなった時に、裏をかくて僕が出たり、逆にフォルテシモで鳴っている時は、きちんと音を出しつつ力を抑えたり。これはもうオーケストラとの駆け引きですね。

Q.演奏中、タクトを振る佐渡橋さんと交わすアイコンタクトが印象的でした
目で分かるんです。次はこう来るのかな、ここはもういいって、とか。「行くぞ!」ってのはお互い目でやり合ふんで。佐渡橋さんは、人間味があって優しくて大らか。一緒に演奏していても感動しますし、指揮者として尊敬します。実は僕、今回の共演より前に、この東京シティ・フィルで佐渡橋さん指導のもと指揮者デビューしてるんです。中1の時、テレビ番組「題名のない音楽会」の「振ってみSHOW!」というコーナーに応募して、当

1994年9月1日、札幌生まれ。2012年、高校在学中に日本音楽コンクール1位入賞。14年、チャイコフスキー記念国立モスクワ音楽院に主修入学。昨年アルバム「ラフマニノフ」が第9回CDショップ大賞のクラシック賞を獲得。サントリーホールでのデビューリサイタル以来、チケットは発売後すぐに完売してしまうことが多く、人気、実力を兼ね備えた若手ピアニストとして注目されている。17年、演出家賞受賞。



人が、彼は留学したばかりのバストロンボン奏者で、手続きのことなど、ロシア生活では先輩の僕に聞きたかったらしくて。それ以来、本名より先に初対面のTシャツのインパクトで「富士山」とあだ名で呼ぶことになりました。その後が静岡出身で、帰国した今でも大親友です。それと小学6年生の頃、ヤマハのピアノを買う時に家族で工場まで見学に行きました。リヒテルが弾いたピアノを弾かせてもらって、うな重を食べて。子どもの頃のいい思い出になっています。

Q.今後の抱負をお聞かせください。
9月からまた留学をする予定なので、そこで友達をつくり、切実な(せつさく)してたくさん刺激を受けたい。自分の中の最終目標は、学校、コンサルヴァトゥールを建てることなんです。良い仲間ができれば、将来、僕が作る学校に(指導者として)来てほしい。高校時代、とある先生に言われたんです。「君にも才能があるとしたら、その才能を誰に使うんだ? 才能は君のためにあるんじゃないよ、世の中のためにあるんだよ」と。その言葉で僕の価値観は大きく変わりました。一人でも働きたいと言ってくれる人がいる限り表現を続けたいし、20代の僕らの世代が音楽界そのものについても考えていきたい。人生は短いから、やりたいことだらけです。

「才能は君のためでなく、世の中のためにあるんだよ」
その言葉で僕は変わりました。

時はやっていた「のだめカンタービレ」でおなじみのベートーヴェン7番のシンフォニーを振りました。
Q.楽屋がお似合いですが何かこだわりが?
いえ単純に目がいいんです。先導恐怖症なんですよ。ベッドで寝ていて、枕の角が視界に入っただけでも怖い(笑)。だからコンタクトも無理。だったら眼鏡を飛ばしちゃった方がいい。ロシアのマリンスキー劇場でデ

ビューした時、いつも使っている眼鏡留めをホテルに忘れちゃいました。もう落ちる覚悟で、弾きながらこう、ふうっと(頭を振って)やったら、案の定、飛ばしてしまいました。
Q.静岡編での思い出はありますか?
ロシア留学時代のある日、寮の廊下を歩いていると背中に富士山の絵と「旅に出るので探さないでください」と文字が入ったTシャツを着た、普段あまり見掛けないう年齢不詳の日本



NEW FIT 登場!

私がFITを
選ぶ理由
vol.4

フィット HYBRID S Honda SENSING
220.536万円

先進の安全運転支援システムが
ついに
フィットに搭載!

1.車線カメラ 2.ミラレーダー

■各機能の能力には限界があります。各機能の能力を過信せず、つねに周囲の状況に気をつけ、安全運転をお願いします。各システムは、いずれも道路状況、天候状況によっては、作動しない場合や十分に性能を発揮できない場合があります。詳しくは営業スタッフにお問い合わせください。

Honda Cars 静岡
東静岡店 清水吉川店 清水波川店 一色店 電南店
ホンダオートテラス静岡
☎054-263-5522

カリモク家具 静岡ショールーム 受付で「アステンを見た」とお伝え下さい。

新作家具フェア2017
7/1(土) 10:00~18:00

テキスタイルの世界的ブランド「マハラム」で彩る空間 maharam

国産家具メーカー「カリモク」の2017年新作をフルラインナップ!

購入後も安心 3年保証 修理相談 3Dシミュレーション作成

カリモク家具 静岡ショールーム
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。

H30年度中学校制服
超早期ご予約 好評実施中!

「やまだオリジナル制服」は日本毛織印染工場
別製したこだわりの品質です。
3年間着てみてわかる違いをぜひ実感してください

超早期ご予約ですと
超早期割引価格+グループ予約でお得な特典プレゼント!!

大好評 卒業式用ブレザー 受け付け始めました。

今年も新作入荷 いたしました!!

実績のある やまだなら安心です! 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
〒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

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。

2017.7月号 Vol.141 (2017.7.1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
 ●静岡新聞社に併設

★次刊(2017年8月5日発行)は「読者」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
 Maya手編み小物ケース
 1,728円(直径11cm)

問い合わせ:
 office SABASABA
 mail/jitsuishi@tulip.ocn.ne.jp
 https://office-sabasaba.jimdo.com

夏のティラミス
 ウエ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100'

7月はご縁が通る夏野菜 しずおか キッチン

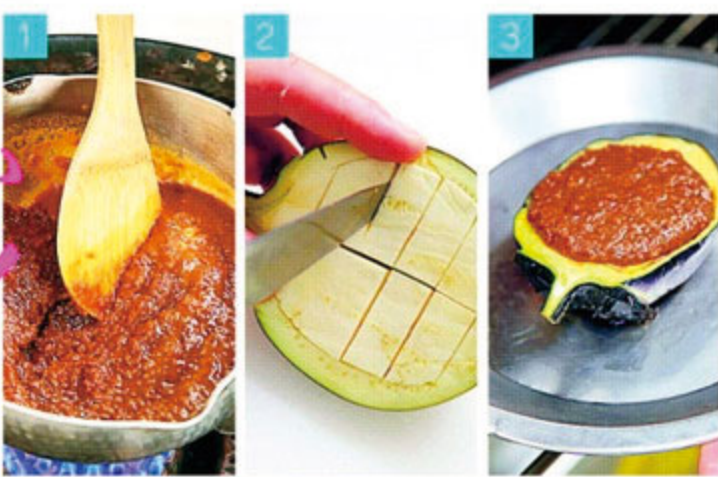
今月のしずおか食材
 折戸なす



徳川家康もお気に入りだったとされる清水の折戸なす。つややかな丸い形と、きめ細かい肉質、みずみずしさが特長。ギュッとつまんだ濃厚な味わいは、まさに7月の今が旬! おもてなしにもピッタリだ。



point ナスは皮側から揚げて色良く
 今月の先生 福地 雅見 Masami Fukuchi ● 焼津グランドホテル料理長 tel:054-627-1121
 ナスは皮側から揚げるときれいな色に仕上がります。鶏ひき肉は少量の酒でほぐしてから加えるとだまになりにくいですよ。ご家庭のトースターや魚焼きグリルでもOK。鶏味噌は揚げ出し豆腐やこんにゃくに付けて田楽風にしてもおいしいので他の料理にもぜひ使ってみてください。トウバンジャンを加えてピリ辛にアレンジするのもいいですね。



折戸茄子の鶏味噌焼き

材料/4人前
 折戸なす: 2個
 伏見とうがらし: 4本
 ヤングコーン: 4本
 プチトマト: 4個
 ユズ: 1個

鶏ひき肉: 50g
 白みそ: 100g
 赤みそ: 30g
 砂糖: 40g
 酒: 30cc
 みりん: 40cc

- 1 ボールに白みそ、赤みそ、砂糖、酒、みりんを入れかき混ぜる。鍋に移し火にかけて練る。沸騰したら酒(分量外)でほぐした鶏ひき肉を加え火を通す。
- 2 折戸なすは洗って半分に切り食べやすいよう包丁目を入れる。水気を切り180℃の油で皮側から素揚げする。伏見とうがらし、ヤングコーン、プチトマトも素揚げする。油を切り、麵つゆ(醤油1:みりん1:だし10)に漬け、下味を付ける。
- 3 焼き網に②のナスを乗せ、①をかけ180℃のオーブンで3分焼く。仕上げにユズの皮をおろし振り掛ける。

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「アステン編集部」
 FAX/054-284-9129
 Eメール/asten@shizushin.com

2017年7月14日(金)締切 当日抽選有効
 ※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7月下旬からお届けします。

- Q1 ご希望の賞品番号・賞品名は?
- Q2 アステン7月号を見てから「実際にいったお店」と「行った感想」を教えてください。
- Q3 チャーハンでおすすめの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 10名様 cancun2,000円分ディナー券 【札幌スープカレー専門店cancun(東区北町)】	02 5名10名様 高級シネ・プレゴの映画鑑賞券ペアチケット 【高級シネ・プレゴ】	03 5名様 プレミアムほこりんぼう! 2本セット 【イトー】
04 36名様 野菜をMotto! 野菜を食べるレンジカップスープ3巻セット 長らくさんオニオンスープ、つなつなコーンのポタージュ【モンマルシェ】	05 12名様 カップヨーグルト ナイス 濃厚! ポークしょうゆ カップヨーグルト ナイス 濃厚! クリーミーシェーフード カップヨーグルト ライト 軽食セット【日清食品】	

スカイランチ de お料理セミナー

ランチをご堪能頂きながら、シェフとパティシエのレシピやワンポイントが聴ける特別なイベント!!

隔月第二水曜開催!!

7月12日(水)・9月13日(水)・11月8日(水)
 2018年1月10日(水)・3月14日(水)

●受付11:30～●開会12:00～

お土産付き 1名様 ¥3,800 (税・サ込み)

ゆかた de ディナー 7/3 MON 9/28 THU

フリードリンク付き (30分前ラストオーダー) 1名様 (税・サ込み) ¥5,500

月・水限定 (平日限定) 月・木曜

ワイン (赤・白・スパークリング・ロゼ) ●カクテル各種 ●ソフトドリンク (生ビール4杯連800円)

ゆかた de ディナーが期間限定でお得!
 お得なクーポンや来店ポイントがたまる公式アプリはこちら
 公式アプリダウンロード or 浴衣で来店 ▶ 200円引き
 上記両方で ▶▶▶▶ 500円引き

七五三 2017 NEW

ご予約承り中!!

おでかけバック 3歳・5歳・7歳(女児/男児)

レンタル衣装 + ヘアメイク (女の子のみ) + 小物一式 + 着付

各 ¥21,600 / ¥37,800 / ¥48,600 / ¥54,000 (7歳女児のみ)

写真撮影だけの方 予約制にて承ります! ※美容着付代別途

衣装代 70%OFF! 写真1ポーズ ¥10,800~

おでかけバックご利用特典

- 1 前撮り撮影衣装代無料
- 2 美容代平日無料 ※土日祝は有料
- 3 パパ・ママのご褒美なごまめ付き添い衣装代 70%OFF!
- 4 購入した写真のデータプレゼント

※割引は当店希望価格より ※表示価格は税込み ※写真はイメージです

25F Sky Restaurant
 GRANDAIR Bouquet TOKAI
 Beau Ciel

ランチ2,000円~ [ランチタイム] 11:30~14:30 (L.O.13:30) デイナー5,500円~ [ディナータイム] 17:30~21:00 (L.O.20:00)

レストラン 直 通 TEL.054-273-5250 静岡市駿河区静原17-1 5Fタワー25F [ご予約受付時間/10:00~]

JR静岡駅

Dress & Bridal Attendant
 PUR

ビュール 検索

★お問い合わせ先【ビュール】
 ☎054-202-3331 駿河区宮本町7-13
 ◎通常営業時間10:30~19:00(火曜定休)

★お問い合わせ先【清水ビュール/エリザベト1F】
 ☎054-366-3339 清水区辻1-7-1
 ◎通常営業時間10:00~18:00(火曜定休)