



# asterisk ten

12月  
Dec. 2017



asten people  
中村あゆみ



アステン5つ星  
パテ&テリーヌ

私流、発見 THE STYLE OF astenIST  
和装で冬の街行き。

しずおかキッチン  
濃厚カボチャのサラダ

asten life 1

こだわりSELECTION

淑女検定  
リボンワーク

特集

## クリスマスには 小さな明かりで。



今月の\*  
キラリ

硬質なガラスなのに  
トロリと溶けてしまいそうな、  
吹きガラスの作品。  
ベネチアングラスの伝統的な  
モールドの手法から、  
この潤んだ波模様が生まれる。  
作っているのは、  
森町の小國神社近くに  
ガラス工房を持つ鈴木努さん。  
コレクターさんも、クリスマスに向けて  
初めてのワイングラスをお探しの方も、  
手のひらで優しさを確かめて。

\*  
撮影協力 / 吹きガラス工房 fioresta fabrica  
<http://www.fioresta-fabrica.com>

聞き得!



竹内純子の

## エネルギーの玉手箱

Q.32



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。

### 温暖化と原子力

10月30日、国連の世界気象機関が大气中のCO<sub>2</sub>濃度が最高記録を更新したとの報告書を発表して話題となりました。8月には米国の海洋大気局が2016年の世界の気温が観測史上最も高かったことを発表しています。温暖化の危機は、確実に進展しているといえるでしょう。

このように温暖化の深刻化が懸念される中で、パリ協定を離脱した米国トランプ政権を批判する声はよく耳にします。ただ、日本がそれほど他国を非難できる状況にあるのでしょうか？

実は福島第一原子力発電所の事故以降、全国のほとんどの原子力発電所が停止してしまっているため、わが国の電力部門からのCO<sub>2</sub>排出量は2010年度には3.7億tだったものが、2015年度には4.3億tまで増えてしまいました。わが国は2030年度には13年度と比べて温室効果ガスの排出量を26%削減する目標を掲げています。今後、徹底した省エネ

や、発電するときにCO<sub>2</sub>を出さない再生可能エネルギーや原子力を活用していくが必要になるでしょう。原子力発電所の稼働には抵抗のある方も多いでしょうが、石油あるいはLNG火力発電所に代わって原子力発電所が1基稼働すれば、削減できるCO<sub>2</sub>は年間260~490万tとも言われているからです。

11月6日から2週間、国連の温暖化問題に関する国際会議(COP23)が開催され、私も参加してきました。米国にもいずれパリ協定に復帰してもらえるよう、温暖化問題に対する国際的な盛り上げを期待したいと思います。

福島第一原子力発電所の事故以降、電力部門からのCO<sub>2</sub>排出量が増加





色とりどりの光が溢れる街から家に帰ったら、いつもの便利照明はオフにしておこうか。騒々しい日常は闇にしまって大切なものだけ見つめて過ごす、小さな明かりのクリスマス。

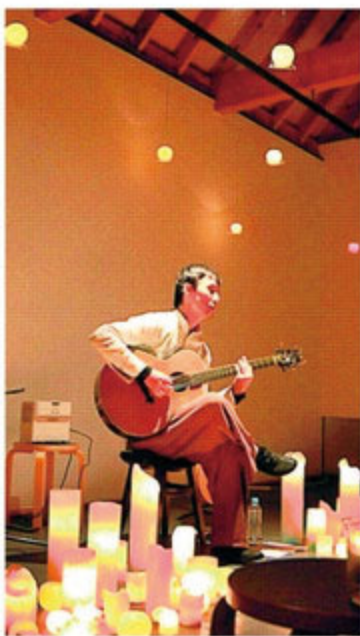


灯火に包まれる空間

キャンドルの魅力の一つは「見せたくないところが隠れること」と、キャンドルアーティスト「NIMAME CANDLE」のスズキヒロキさんは話す。いつもの電灯を切って小さなキャンドルに火を灯すだけで、ごちゃごちゃした日常が影を潜め、いつもと違う異空間が生まれる。ゆらゆら揺らめく火のぬくもりにひかれてキャンドル作りをするようになったというスズキさん。もっと多くの人に楽しんでもらいた



いと、ライブやディナーなどのイベント空間をキャンドルの光で満たす活動を6年前から続けている。「作るのも飾るのも楽しいし、「癒やされました」と喜んでもらえるのもうれしいんです」この日も、手のひら大の球形のキャンドルを天井からランダムな高さにいくつもつり下げ、室内を幻想的な光の空間に



# クリスマスには小さな明かりで。

らと視界の隅に入る。「見えていないように見えているという位置にもいくつかけると、空間がきれいに見えますよ」家で過ごすクリスマスなら、キャンドルの数はそんなに多くなくていい。「特に恋人と過ごす時は明るくしすぎないのがいいですね。顔が見えにくいくらいの方が距離は縮まりますから」よくあるパラフィン製のキャンドルと違い、大豆からできるソイワックス製のキャンドルはさすがに少なく、香りとの相性も良いそう。火をつけてちょっと溶けたところにアロマオイルを垂らし、お気に入りの香りを楽しんでも。



## ランブの集まる時間

火が放つ光の心地よさは、男性の方がよく知っているのかもしれない。オイルランプの専門店「すんぷらんぶ」の三好貴浩さんもその一人。アウトドアでオイルランタンの温かい光を知ったのが、火と付き合い始めるきっかけだった。「大型のランタンの中には、鍋を載せて温められる形のものもあるんです。火を囲んでチーズフォンデュをしたり、熱かんを楽しんだり。でも、僕

には炎そのものがつまみになるんです。心地よい「1/f揺らぎ」の炎を見ているだけで十分お酒が楽しめます(笑)」アウトドアでは別の明かりで虫を集めておいて、ランタンの心地よい炎の明かりを楽しむのだとか。クリスマスの静かな部屋で火の明かりを楽しむには、オイルランプ。一つの炎が照らし出す範囲が、家族の集まる場所になる。「炎の前だと普段の生活ではない話ができたりしま

すよね」長く安定した火を楽しめるのがランプの良さだ。「ランプの明るさは芯の太さで決まります。手の中に収まる小さなランプもあるので、好きなグラスに入れて透けて見える光を楽しんでもいいし、キャンドルを組み合わせで飾ってもいいですね」と三好さん。「カラフルな色のオイルを混ぜて好み



の色にすると、ランプの雰囲気も変えられます」オール電化の家も増えている昨今、子どもたちが火に触れる機会も少なくなって、火が熱いことを知らない子までいるのだとか。「火って人には絶対に欠かせないもののなのにね」

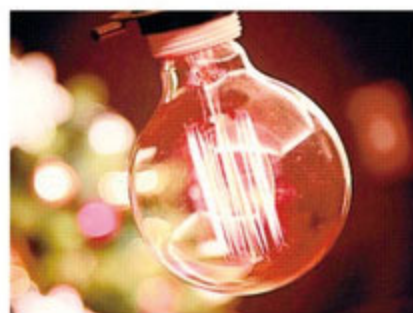
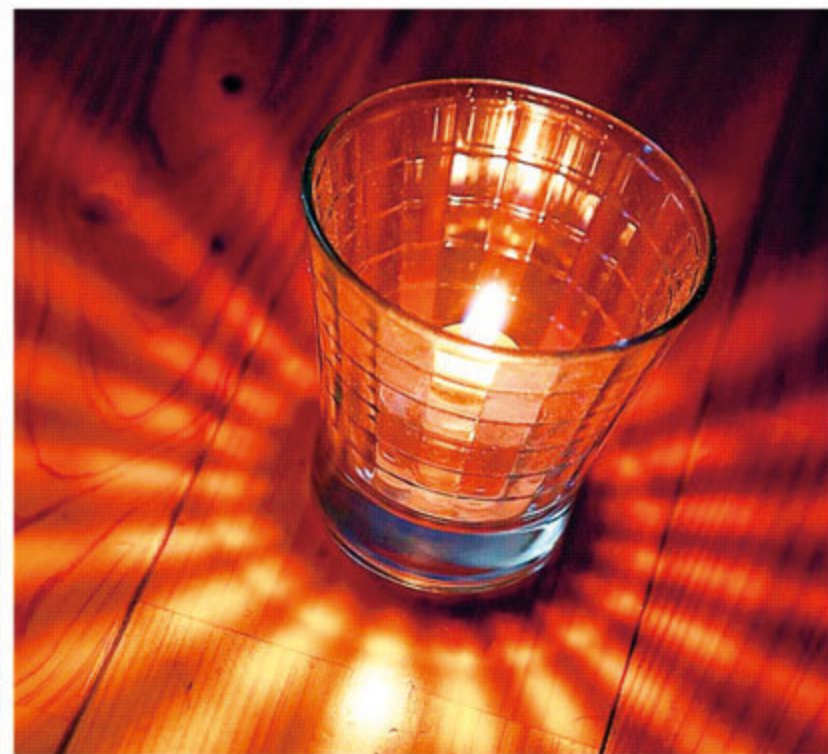


## 小さな明かりを楽しむDNA

「部屋の明かりを変えてみるだけで、部屋の模様替えができます」と話すのは、照明デザイナー「TOMOSU.D」のふじたともさん。「最近のLED照明は、明るさだけでなく、光の色もクールな寒色系から落ち着いた暖色系まで自在に調節できます。同じ空間をスイッチ一つでがらりと変え



い壁に映えて、洞窟のように居心地良い空間だ。天井から全部をまんべんなく照らすシーリングライトはない代わりに、間接照明やシャンデリアを配し、手元のコントローラーで調光や調色をして、表情豊かな柔らかい明かりを楽しむ。「ディナーでワインを飲む時は、グラスに反射する光を楽しめるようにシャンデリアの光を強めに、日本酒をおちょこで楽しむなら全体的に暗めが似合います。料理をおいしく見せるには昔ながらの白熱球がいいのだとか。「白熱球って、フィラメントが燃えることで



光る、自然の光ですから」。LEDと比べて寿命が短い白熱球も、調光して光量を90%に落とすだけで2倍長持ちし、省エネにもなるという。「戦後の日本は長い間「明るいことは豊かだ」という風潮が続いて、上から降り注ぐ効率的な光に慣れてしまっているけれど、その昔は日本人だってちょうちんの明かりで過ごしていたんです。暗がりの中の明かりを好むDNAはまだ残っているはず」とふじたさん。例えば天井照明を消して、テレビの裏に小さなLEDライトをつけるだけでも、狂間の部屋とは全く違った表情になる。

を反射するオーナメントやガーランドを飾って、上からスポットライトで照らすと、とたんにドラマチックになり、「丸の内のイルミネーションがシャンパンゴールドで統一されているように、光にテーマを持たせるときいいですよ。家で楽しむツリーなら、オレンジ系の光が落ち着いておすすめてです」。クリスマスの夜が楽しみになってきた。

クリスマスツリーの飾り付けも、チカチカ点滅する電飾をあえて使わないのがふじたさん流。「だって電飾が光るとせっかくのオーナメントが陰になるじゃないですか」。キラキラと光

ちなみに、島田駅南などで展開中の参加型イルミネーション「シマダテラス」にもふじたさんが参画。地元の子どもたちが作った「ヒンメリ」と呼ばれる北欧の飾りを約1000個もつるし、下から照らしてきらめかせる、手作りの光空間がすてき。温かみのある光が駅に降り立つ人を「おかえり」と出迎えている。



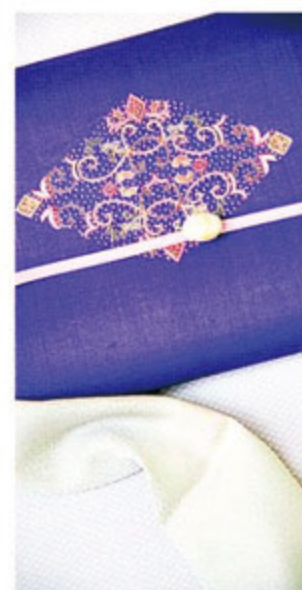


普段から「今日は何を着よう?」というときの  
 選択肢の一つに和服があると  
 どんなにかステキだろう。  
 堅苦しく考えがちな着付けも  
 右と左を間違えなければ大丈夫、なのだそう。  
 例えば、クリスマスパーティーや新年会に  
 あるいは友達とワインを飲みにも。  
 そんな冬のひと時を着物で過ごせたら  
 きっと記憶に残る  
 お出掛けになるに違いない。

SHOP INFORMATION  
 杜草庵 晏花 (とそあんな はるか)  
 静岡市駿河区石田3-10-33 営/10:00~18:00  
 休/火・隔週月曜  
 tel: 054-286-7557



お茶席でさりげと使いこなしたい数寄屋装は京都の友禅染め。手元のしぐさも美しく見えそう。  
 数寄屋装/各¥12,000  
 お茶席扇子/左¥2,205、右¥1,475  
 お呼ばれ煎餅/各¥6,500



礼装にもなる細やかな小紋に、丁寧に施されたインド刺繍の帯を合わせると、色の組み合わせで遊び心をプラス。  
 武田帯小紋/¥72,000  
 インド刺繍の帯/¥180,000、帯上げ/¥8,000  
 三分ひも/¥4,000、帯留め/¥4,000



強い色の帯や小物は、優しい色合いの着物に合わせることで、ロマンチックな雰囲気になる。  
 帯/¥48,000、かごバッグ/¥18,000  
 三分ひも/¥6,000、帯留め/¥4,000



たんすに入れて着物に香りを移す「移り香」、おめでたい日には空間を香りで演出して、衣類用匂い消し/上品¥900、みやこ¥1,200  
 四方の水/¥1,000、芳輪/元種¥2,600、福川¥2,800、自川¥1,700 (ともに税別)



豊かな光沢が彩りを放つ色無地は、ぜひ実際に手に取って確かめてほしい。その人目を引く美しさは思わず見惚れるほど。  
 小莟紋の色無地/¥750,000  
 草花八橋文帯/¥562,500  
 三分ひも/¥4,000、帯留め/¥4,000



パールや留めは袖や小紋、留め袖にも合わせられるアイテム。かきこまった席だけでなく誰かを呼ぶときにも。  
 帯留め/上¥9,000、中¥5,600、下¥9,000



フォーマルな装いの際には、手足元も礼装用を。華やかさに気持ちもキリッと引き締まる。  
 礼装用草履、バッグセット  
 レンタル品(レンタル料/¥3,000)

※すべて税別、仕立て代別。

インテリアバイヤーの  
**最旬インテリアリポート** vol.21

**すーっ、ピタッ**  
**お好きな角度でリラクセス**  
 一見、普通のソファに見えるでしょうか? 実はリクライニング。まず、座ります。そして、伸びをするようにして、もたれ、すーっ、と角度が変化。「こーだー」というところで止まればピタッと固定してくれます。ハイバックの頭部も角度を変えられるので、首に負担を掛けずテレビも楽しめますよ。一般的なものですが、リクライニングソファなら、ソファの方から応えてくれる。お昼寝、読書、その時々でリラクセスできるのがポイントです。そんなわけで、最近人気が出始めているリクライニングソファですが、このような木肘タイプはとて珍しく当店で初めての取り扱い。脚があり、圧迫感がないのも魅力です。まだ試したことのない方は一度座って、ベストポジションを見つけてみては。



生活製作所 リクライニングソファ  
 W1780×D900×H980×SH390  
 布カバーは8色から選べます。  
 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/



パルシェ広報担当がガイドする  
 子育て中のアラサー  
 山内がナビします!

**パルシェのイイコト** vol.9



今年クリスマスに「おねだりしたい」モノ  
 「カナル4℃」K10ネックレス各23,760円

キラキラしたディスプレイアイテムが増えて、館内はすっかりクリスマス。私たちパルシェの社員も休憩時間にお店の前を通り掛かるたびに、「あれ、いいな〜」なんて、つい見えてしまいます。その中でも注目を集めているのは県内でパルシェにしかない「カナル4℃」のジュエリー。若い女性に人気があるだけあって価格も手頃。特に話題に上がっているのは8周年限定ネックレス! しゃやかなチェーンにハートやしずくのモチーフ、ダイヤモンドがキラッと揺れるデザイン。シーンを問わず、普段使いにもよさそう。しかも特別仕様のミラーのケースもテンションが上がります! 同じ店内にある「ルリア4℃」の、上質な牛革にサフィアノ型押しをしてあるコスメ柄財布も気になるアイテム。今年1年頑張ったんだから、ちょっとくらいご褒美があってもいいですよね。

パルシェ食彩館ではクリスマスに欠かせないチキンやケーキなどのご予約承り中!  
 「ルリア4℃」ラウンド長財布22,680円、二つ折り財布20,520円

静岡駅ビル パルシェ  
 ☎054-255-1081(代)  
 ☑本館10:00~20:00/6Fパルシェダイニング11:00~22:00  
 食彩館9:30~21:00/5F10:00~21:00  
 一部営業時間が異なる店舗もございます。  
 Facebookにてパルシェで日々お得情報など更新中!

ハレの日のドレスと着物

前撮り&お色直しで大人気!  
 色打ち掛けで和美人に変身



最近、前撮りやお色直しで色打ち掛けを着る花嫁さんが増えているそう。「古典柄からモダンな柄までバリエーションが豊富で、自分らしさを思い切り表現できるのが色打ち掛けの魅力です」とコーディネーターの木保さん。さらに、フィノ静岡なら、桂由美ブランドや、京都にある賀茂別荘(かもわいけい)神社ではらい清め上げた「御殿乃衣(おはらいのころも)」など上質な衣裳がそろそろ。「大事な節目だからこそ“本物”をまといたい」という人にはぴったりだ。また、髪型や小物の合わせ方で印象がガラリと変わるのも和装の良さ。興味がある人は今すぐフィノ静岡に問い合わせよう。

12/1(金)~25(月)は「フィノ・クリスマス・スペシャルフェア」を開催。新作ドレスの展示のほか、試着&ラベンダーの撮影、無料マッサージ(12/3、17限定)など盛りだくさん。成約した方には人気洋菓子店のケーキチケットのプレゼントも!

ブライダルハウス  
 フィノ静岡  
 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

静岡 MEN 図鑑 vol.7

自らが積極的に動くことで  
 接客の楽しさを  
 後輩に伝えていきたい

大学時代のアルバイトがきっかけで飲食業に興味を持ち、数店舗でキャリアを重ね、現在は炎之介の副店長に就任。ホールでのサービスをはじめアルバイトのマネジメントなどリーダーとして活躍している。「接客は第一印象が大事」と、あいさつに関しては自らも厳しく徹底。お客さんが欲しているものを感じて先回りして動くよう目配りも忘れない。プライベートは釣りに夢中。この時期は船でタチウオやイカを釣りに行き、昔懐いた包丁さばきで調理するのが楽しみなのだとか。「今、お店では函館直送の新鮮な海の幸が人気です。ぜひ一度ご賞味ください!」

GRILL 炎之介 副店長  
**杉山 高太**  
 KOUTA SUGIYAMA

【年齢】29才  
 【血液型】B型  
 【身長】165cm  
 【生地】沼津~御前崎の海上  
 【座右の銘】何事も楽しむ  
 【趣味】釣り

「静岡MEN図鑑」はSBSテレビ「Solet.いいね!」との連動企画。  
 Solet.いいね! は毎週月~金曜日、午前9時55分から放送。

あなたの周りにいるイケメンの情報をお寄せください。  
 応募は下記「イケメン」まで  
 【メール】asten@shizushin.com 【郵便】〒422-8670 静岡新聞社 アستن編集部  
 ※応募の際は応募者の連絡先とイケメンの写真を添付してください。  
 採用の場合、編集部からご連絡させていただきます。

**Boschの食器洗い機で  
 毎日をエレガントに。+**  
 家で過ごすすべての時間、もっと家族と  
 話したり趣味を深めたりしたい。  
 ドイツ生まれ、ボッシュの食器洗い機なら  
 4人家族、1日3回の食器と調理器具を  
 まとめて洗浄。時間も、お金も、  
 使い道はエレガントに。

PRESENT  
 ボッシュビルトイン食器洗い機 お買い求めのお客様に4つの贈り物

- ① 5年保証 ② 標準取付費から30,000円(税別)値引き ※ ③ 専用洗剤とリンス1年分プレゼント
- ④ ボッシュコードレスクリナー・アスリート18Vプレゼント ※設置工事ご依頼の場合に適用。特殊条件の場合には追加費用が発生する場合があります。

(ボッシュビルトイン食器洗い機)  
**【フロントパネルタイプ】SM69N75JP 380,000円(税別) 【オールドタイプ】SMV65N70JP 360,000円(税別)**

クセのあるライフスタイルを提唱したい。  
**Float dyed coal**  
 フロートダイドコーロ

小黒2丁目 南駒形 静岡市駿河区小黒3-9-11  
 南駒形体育館 イーボード  
 Tel.054-202-7870 営/10:30~18:00  
 ツインメッセ静岡 休/火曜日 P/あり

**NEW ODYSSEY 登場**

みなぎる方が、  
 まだ見ぬ地へいざなう。

Photo: © 2014 HYBRID ABSOLUTE・Honda SENSING (7人乗り)  
 型式:ABSOLUTE 2.0i 170CV (170kW) 燃費:17.0km/L (WLTC) 43.200円/月

オデッセイ HYBRID ABSOLUTE・Honda SENSING (7人乗り)  
 型式:ABSOLUTE 2.0i 170CV (170kW) 燃費:17.0km/L (WLTC) 43.200円/月  
 型式:ABSOLUTE 2.0i 170CV (170kW) 燃費:17.0km/L (WLTC) 43.200円/月  
**3,936,400円\***

**Honda Cars 静岡** 本社:静岡市東区長沼596-3 ☎054-263-5522

東静岡店	清水吉川店	清水波川店	聖一色店	電南店
------	-------	-------	------	-----

※価格はすべて消費税(8%)込みの価格です。諸額価格には、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。 車検・整備・修理・事故・盗難・火災・自然災害・水害・地震・台風・雪害・その他一切の損害は保証されません。 本邦産車検料は別途見積りとなります。 本邦産車検料は別途見積りとなります。 本邦産車検料は別途見積りとなります。



アステン5つ星

一度は食べたい パテ&テリーヌ

お肉とハーブ・スパイスの濃厚な味わいが魅力のパテや、食材のハーモニーを楽しむテリーヌ。最近ではパグットに塗っていただくペスト状の「チガボビュラー」だけ、今回は切り口にも注目。赤ワインとシェフの技に酔いしれて!

【ホテルセンチュリー静岡】の豚肉のテリーヌ (宴会メニューの一品)

豚ミンチと、日本人の口に合う鳥レバーをしっかりとわらかに仕上げるよう配合。香草を添え、160度のオープンで2時間蒸し焼きに。空気を抱いたようなふわふわ食感で、口に運ばれたまじまじと鼻息がぐりぐりとしていくに惹いたパンチエッタの塩気が効いて、ワインが進みそう。宴会料理では、このテリーヌに栗やサツマイモなど旬の食材のピューレをのせて華やかなオードブルに。特別な日に堪能したい。

静岡市駿河区南町18-1  
tel: 054-299-6400  
営業 9:00-19:00  
※お問い合わせ受付付  
休/無休  
P/周辺に契約駐車場あり

★豚肉のテリーヌ 宴会メニュー



【ホテルアソシア静岡 コーヒーショップバーゴラ】のパテ・ド・カンパーニュ (ブッフェメニューの一品)

肉のうま味が逃げないように、パイで包んで焼き上げた王道のパテ。すりつぶした牛・豚肉とレバーにポテトと洋梨のコンポートをちりばめ、低温でじっくり焼き上げてならかな舌触りに仕上げている。クリスマスに向けて華やかさを増す12月にふさわしい、特別な一品だ。12月30日(土)まで開催中の「海老・蟹・肉フェア」のメニューの一つとして、ランチ・ディナー、両方のブッフェに登場する。

静岡市葵区黒金町56 (JR静岡駅北口)  
tel: 054-254-4460 ※受付時間9:00-21:00  
営業/11:30-14:30(14:00L)、17:30-21:00(20:30L)  
休/無休  
P/111台

★パテ・ド・カンパーニュ  
ブッフェ料金: ランチ大人¥3,000(土日祝¥3,300)、シニア¥2,700(土日祝¥3,000)、小学生¥1,500、幼児¥800、ディナー大人¥5,000、シニア¥4,500、小学生¥2,500、幼児¥1,300 ※クリスマス期間12/22-12/25は別料金 ※シニア65歳以上、幼児3歳以上



【日本平ホテル オールデイダイニング ザ・テラス】のキジのテリーヌ (「秋」ジビエコース)



静岡市清水区馬走1500-2  
tel: 054-335-1157 (ザ・テラス直通)  
営業 7:00-10:00(朝食)、11:30-14:00(ランチ)、17:30-21:00(ディナー)  
休/無休  
P/400台

★キジのテリーヌ 「秋」ジビエコース ※要予約、12/21(木)まで ¥15,000(消費税、サービス料込)

フランス・ソローニエ産のキジを丸ごと使うぜいたくなテリーヌは、ジビエのイメージを払拭(ふっしょく)する優しい香りと濃厚な味わい。胸肉とササミの層、もも肉と内臓のミンチの層を重ね、低温のオープンでじっくり火を入れている。皮でふたをすることで、キジの香りが深く染み込むのだとか。こだわりのグリーンと自家製ピクルスが彩りを添える。野生のうま味と技術がたっぷり出ず、芸術品のような一品だ。



【ホテルクレスト清水 レストランクオモ】の熟成パテ

部位ごとに大きさを覚えて食感の違いを出し、出来上がってから真空の状態でも10日以上寝かせて提供。肉の熟成が進み、静岡産豚肉と鶏レバーが溶け合ってしまったりとやわらかな味に。「最初はそのまま食べて、次にスペイン産のキレのあるオリーブオイルをつけると、また違った顔を見せてくれます」と料理長の青木一敏さん。ディナータイムはバル形式を採用。アラカルトとワインで気軽に楽しめる。

静岡市清水区真砂町3-27  
tel: 054-366-8783  
営業 11:30-13:30(L)、18:00-21:00(L)  
休/日曜夜 ※月曜日が祝日の場合は日曜営業、月曜夜休み  
P/14台

★熟成パテ ¥580(税別)

pick up voice

コチャラ!! 読者オススメ パテ&テリーヌ

- 静岡 ● 葵区庶匠「caravin」白レバーのパテ(葵区・アルバイト) ● 葵区紺屋町「LAS TAPAS」いろいろな種類のパテがある(葵区・会社員) ● 葵区長根町「combine」パテ・ド・カンパーニュの増加減がいい(焼津市・会社員) ● 焼津 ● 青葉町「LAGAPE」前菜で出るパテおいしい(島田市・会社員) ● 焼津 ● 塩津「Buona Giornata」コースがお得(焼津市・会社員) ※口コミですでの情報に変更がある場合があります。

編集部 オススメ おでかけ GOURMET

200円の金券がもらえる! 年末恒例「お客様感謝祭」12/25まで

1,000円(税別)購入ごとに200円の金券がもらえる「お客様感謝祭」を開催中。ワンランク上のギフトに「牧之原の雫茶」はいかが? 高柳製茶最高峰のかぶせ茶を使い、1日に5Lしか生産できない特殊製法でつくられた高級ボリングティー。「生産地、生産者、品種にこだわり、うま味成分分析機の数データを基に厳選した原料を使用。これまで培った伝統と経験に加えて最新検査器を駆使し、より価値の高い商品を提供していきたいです」と4代目高柳社長。雫茶に使用されている「深蒸しかぶせ茶葉」も販売中。お得なこの期間にぜひ!

●「牧之原の雫茶 全印」(黒ラベル)720ml/19,000円(税別)・180ml/7,000円(税別)。「牧之原の雫茶」(白ラベル)720ml/7,000円(税別)・180ml/3,000円(税別)。

牧之原産にとことんこだわった独自ブレンド「牧之原玄米茶」新発売!

通常玄米茶には使用しない上質な牧之原産茶葉と牧之原産のコシヒカリ米を独自にブレンドした「牧之原玄米茶」が誕生! 地元米生産農家とコラボして独自に仕入れて特別に焙煎した、世界でここだけしか買えない新商品だ。人気スイーツ「ダックワーズ」は新しいパッケージになって高級感がアップ! 冬季限定の味も続々登場! 年末年始の集まりに備えて、賢くまとめ買いを。

●「牧之原玄米茶」100g/500円(税別)。  
●発売から5年で100万個以上も販売! 「お茶つみダックワーズ」(緑茶・紅茶)1個105円(税別)。

高柳製茶  
●牧之原本店 牧之原市勝田2310-4 ☎0548-27-2325 平日9:00-17:30 土日祝9:00-17:00  
●焼津店 焼津市谷島555 イオン 焼津ショッピングセンター1F ☎054-656-2413 9:00-22:00  
http://www.makinohara-cha.com/ 2店舗とも365日営業

板長やシェフ、パティシエがアナタのために実演!

毎回ユニークな企画が評判の葡萄の丘草履店で、注目の新イベントが始まった! 例えば第2木曜日の「河岸の市」は、その日の最良のネタがずらりと並ぶ海鮮スペシャル。板長がその場でさばく新鮮な刺身、香ばしく焼き上げるエビの塩焼きなどの実演も見逃せない! 第3水曜日はスイーツを充実させた「菓子の市」、17日は「いなりずしの日」、29日は「肉の日」と食のお祭りが目白押し。その日をめがけてとことん味わおう。

●ランチ/大人1,600円、シニア1,200円、小学生950円、ディナー/大人1,900円、シニア1,500円、小学生1,050円、共通/幼児500円、3歳以下無料、※税別  
●大みそか、元日は休業、1/2(火)~4(木)はランチのみ90分制。

冬の味覚の王様! 大粒牡蠣を存分に楽しめる冬パスタ

ふっくらおいしい旬の牡蠣(カキ)を楽しむためにはロダンテラスへ。冬季限定「牡蠣と水菜のペペロンチーニ」は大粒の牡蠣が濃厚&ジュシーで食べ応え十分。もちもち食感の生パスタとの相性もぴったり! 牡蠣好きなら広島産「大粒かきフライ」も朝劇したい。インスタ映えする新スイーツも続々登場! 美術館通りや公園散策、女子会ランチにいかが?

Café&Restaurant Rodin\*Terrace  
静岡市駿河区谷田53-2 ☎054-267-7888  
11:00-17:00(L016:30)  
※予約にて各種パーティー受け付け (17:00-22:00)

●「牡蠣と水菜のペペロンチーニ」1,380円。サラダ、野菜のポタージュ付き。ドリンクセットは+200円。  
●全70席の広々とした店内。大きな窓からは池や緑をたえた癒やしの風景が。

ソファ席でゆったり! カフェで過ごすクリスマスディナー

ボリューム満点の内料理をはじめ、オープン料理やパスタなど、人気のディナーセットがクリスマスバージョンにランクアップして登場! スタイリッシュなカフェ空間で気軽にラズカジュアルに楽しめるから、カップルはもちろん、女子会やファミリーにもぴったり!

●自家製タルト全10品が楽しめる「クリスマスケーキ」4,200円。予約の申し込みは22日(金)まで。引き渡しは12/23(土・祝)、24(日)、25(月)。

今月のおすすめ  
12/20(水)~25(月)限定「クリスマスディナー」は2,600円・3,000円・3,500円の3コースを用意。※写真はイメージ。

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

おいしいだけじゃ物足りない女子へ 一目ぱれ必至! Pigeのクリスマスケーキ

思わず歓声が上がると、真っ赤なルージュをモチーフにしたフォトジェニックなクリスマスケーキ。「アンジーのホワイトクリスマス」をテーマに、レアチーズケーキを口溶けの良いホワイトチョコでコーティング。チーズはクセがなくすっきりとした後味で、ベリームースの酸味も爽やかに、ラブラブなカップルも、恋したい女子たちも、恋愛力が高まること間違いなし!

●予約販売と数量限定「Pigeのクリスマスケーキ」4,600円。引き渡し12/22(金)~25(月)。早めの予約を。  
●冬季限定「スロベリホワイトチョコ」480円。甘味と酸味のバランスが絶妙。ドライストロベリーやクッキー、イチゴゼリーの異なる食感も楽しい!

Cheese Pige(チーズ ピゲ)  
焼津市西小川12-4-9 ☎054-639-5518  
10:00-19:00(商品がないが沈没時7) 月曜定休 ※祝日の場合は営業 ※12/25(月)は営業

どれも味わいたい魅惑の4種!

好評の天空ランチに食欲そそる新メニューが続々。「鉄板ステーキ膳」は国産サーロインを使用。肉本来のおいしさと和風ソースがクセになる。「和牛すき焼き膳」は和牛のうま味、甘みを堪能できる一品。口に入れた瞬間、溶けてなくなる幸福感を味わって! 味にバージョンアップした「天空弁当」、「おまかせ海鮮丼ランチ膳」も要チェック。どの料理もさっと食べられるのでOLさんも安心。特に急ぎの時は予約を。※千代田店では「おまかせ海鮮丼ランチ膳」と「和牛すき焼き膳」の2種類。

●「アステンを見た」のひと言でランチ各種1,800円を1,000円で提供(12月末まで)。※税別

天空の和dining さわ  
静岡市葵区昭和町6-2 アイvindビル10F 予約専用ダイヤル ☎0120-301-450  
11:30-14:00(L013:30) D/17:00-24:00(L023:30)  
日曜定休(予約は受け付け) http://sawa-shizuoka.com/ ●さわ千代田店  
静岡市葵区千代田4-2-5 ☎0120-556-724

郊外の一軒家レストランで心が和む大人のクリスマスディナー

郊外の一軒家レストランで、静寂でありながらアットホームなクリスマスディナーはいかが? 本場フランスの三ツ星レストランで修行を重ねた茂泉シェフが腕を振るう創作フレンチと奥さまの手際良いサービス。息の合ったおもてなしに心も和む。お着でいただける気軽さもうれしい。母娘孫の3世代や夫婦水入らずのクリスマスにもおすすめ!

●「クリスマスディナー」8,000円(税別) 活オマール海老やフランス産カニ肉、フォアグラなど、豪華食材が彩る本格フレンチのフルコース全5品。12/16(土)~25(月)限定。2人より受け付け。前日までに要予約。

和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI(モイズミ)  
静岡市葵区池ヶ谷7-5 ☎054-247-1338  
11:00-14:00 17:00-22:00(土日ともランチあり) P/6台+提携あり 水曜定休 MOIZUMI 特選

中島屋のテラスレストランで過ごす特別なクリスマスディナータイム!

聖夜にふさわしい高級食材を使用したクリスマスディナーは、一皿一皿に細やかで丁寧な料理が楽しめる。ファンも多い「甘海老のフランク」はカニとエビの濃厚な味わいが効いた洋風茶碗蒸し。「国産牛フィレ肉のバイ包み焼き」は何層にも重なる生地とソースの複雑な味わい。22~24日の3日間は生演奏がムードを盛り上げる!

●12/21(木)~25(月)限定「クリスマスディナー エトワール」8,640円。海の幸のテリーヌ、甘海老のフランク、オマール海老と重なるホワイトソース、レモンのシャベット、国産牛フィレ肉のバイ包み焼き、クリスマス風のスイーツ、パン、コーヒー。※2人より。予約制。  
●人気の半個室は早めの予約を。

中島屋グランドホテル テラスレストラン  
静岡市葵区紺屋町3-10 2F ☎054-253-1151 無休 17:30-21:00(L020:30) P/あり 中島屋 特選

ラスクとは思えないぜいたく感 「治一郎のラスク しゃくらランチ」が期間限定で登場!

おうちカフェのお供やちょっとした手土産に「治一郎のラスク しゃくらランチ」はいかが? キャラメルバターを塗って焼き上げたチョコレートラスクに、口溶けの良いミルクチョコレートをたっぷりコーティング。重なるショコラの濃厚な味わいは、ラスクというよりはチョコスイーツ。回りにたっぷりあしらった3種のクランチが織り成すぜいたくで豊かな食感も楽しめる!

●「治一郎のラスク しゃくらランチ」4枚入り/500円(税別)。10枚入り/1,200円(税別)。  
●「治一郎」クリスマスセット3,200円(税別)。治一郎のバウムクーヘン(高さ約8cm)、治一郎のラスクしゃくらランチ10枚。

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

編集部 オススメ おでかけ GOURMET

季節限定の新フレーバーが続々! カクテルやおつまみも楽しめる!

用宗の新おしゃべりスポットとして話題の「ラ パレット」は、ジェラートとお酒が楽しめるジェラートバー。この秋、獲れたばかりの静岡産金ごま「和静香」を使った金ごまジェラートや、用宗産キウイ「レインボーレッド」を使ったキウイジェラートなど、この時期ここでしか味わえないジェラートが続々誕生。お酒はワインやビール、カクテルも。ジェラート×お酒のマリアージュを楽しんで!

●「クリスマスアレンジ」620円(税別)・「キールロワイヤルフロート」700円(税別)・「チーズ2種盛り合わせ」550円(税別)。

LA PALETTE(ラ パレット)  
静岡市駿河区用宗4-21-12 木曜定休 ☎054-204-6911 11:00-19:00 P/6台

ズワイガニ、フォアグラ、カモ、牛ヒレ肉、トリュフが堪能できる!

フェルムのクリスマスディナーは、お手頃価格でぜいたくな食材を堪能できるスペシャル感あふれるコース。ママ友やファミリーで楽しむなら、名物の骨付きチキンのコンフィが楽しめるランチコース3,500円(税別)がおおすすめ(12/24のみ、限定20名)。

●「クリスマスディナー」5,000円(税別) ズワイガニと人參のムース コンソメジュレと共に、鴨のコンフィと海老のバイ包み、富士のマッシュルームのスープ フォアグラのポワレを添えて、国産産豚ヒレ肉のローストトリュフのソースは全7品。  
※12/21(木)~24(日)の4日間、各日20名限定。完全予約制(前々日まで)。

BISTRO FERME(フェルム)  
静岡市葵区長根町2-8-9 アクロスは源ビルB1F ☎054-260-5253 月曜定休 ※日曜はランチのみ営業(L11:30-14:30(L013:30) D/17:30-22:00(L021:00))

年に1度のクリスマスだもの、とびきりおいしくハッピーに

落ち着いた優雅な空間でいただけるサツカワのクリスマスディナーは、シェフのスペシャルリテを盛り込んだプレミアムなコース。例えば「フォアグラ大根」。香ばしく焼き上げたフォアグラとじっくり焼き上げた大根のハーモニー、深い味わいに包まれる。「和牛ロース肉の炙り焼き エンシャロットソース」は、たっぷりのワインを使った芳醇なソースがジュシーな肉のうま味を引き立てる味の新境地。サツカワの代名詞「ボワソングラダ」も堪能できる。お酒の好きな人はワインのペアリングセット(プラス1,800円・税別)を。肉料理、魚料理、デザートにぴったりな赤、白、デザートワインが心も満たしてくれる。予約はお早め!

●「クリスマスディナー」全9品8,000円(税別) ※要予約(お早め!)  
●12/10(日)までの早期予約で「乾杯用ドリンク」をサービス!

「サツカワのお正月料理」も注目!

みんなが集まるお正月に洋風オードブルの詰め合わせはいかが? 特選黒毛和牛A5クラスのローストビーフをはじめ、エビやカモなど、豪華な食材を使用した12種類の料理は華やかでお正月にぴったり。12/31の引き渡しに合わせて調理するから作り立て! おせちにも合うので和洋の料理でお正月を楽しんでみて。

●「洋風オードブル詰め合わせ」(3~4人前用)13,000円(税別)全12種 特選黒毛和牛A5クラスローストビーフ200g入り。

サツカワ  
焼津市前島1-3-1 ホテルオーレ2F ☎054-634-1523 第1・3水曜定休  
11:30-10:00(L015:00) D/17:30-L021:00  
●サツカワ 特選

一年の締めくくりにお友達や家族とご褒美ランチを

繊細で奥深い味わいを紡ぐ日本料理。「味わってみたいけれど敷居が高そうで…」という人は何軒へ。閑静な住宅街にあり、友人宅に招かれたような温かみもなしに包まれる。一軒家を改装したという店内は和風・洋風それぞれの趣があり、ランチもディナーも日に1回転のみ。「時間をおいせずゆっくり楽しんでいただきたい」と藤村シェフがほほ笑む。そんなハートフルな旬の師走のランチは、いつもよりちょっとぜいたく。口の中ではほろりと崩れる「牛はは肉の西京煮」、濃厚な国産牛でさばりとした野菜を巻いていただく「旬輝風すき焼き」をお好みで選べるというもの。「丁寧に作られた会席料理は驚きに満ちていて、運ばれてくるたびに心が躍り、かみしめるたびに素材のうま味も出てくる。大切な一年の締めくくり、日本のおいしいを堪能しよう。」

●シェフおまかせ「昼の膳」2,800円(税別)。先付、茶碗蒸し、お造り、サラダ、メイン料理(「牛はは肉の西京煮」または「旬輝風すき焼き」)、ご飯、味噌汁、デザート、コーヒー。※要予約

●藤村将義シェフ。日本平ホテルで修業を重ねた後、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。

旬輝  
静岡市葵区大若1-6-4 ☎054-297-3897  
P/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)

●シェフおまかせ「昼の膳」1,800円(税別) ※要予約



# daily APITA Winter

asten X APITA 静岡専門店会

ファッション、カルチャー、グルメと、多彩なショップがそろったアピタ静岡専門店会。  
12月の「daily APITA」は、ぽかぽか温かいアイテムや、クリスマスプレゼントに  
おすすめのグッズも多数集結。今日もうれしい発見を楽しんで!

ぽかぽか  
アイテム  
大特集

いろいろなファッションに合わせやすいムートンブーツは毎シーズン新調したいアイテムの一つ。中はモコモコのファー、中敷は取り外しできるインソールタイプなどで高さが調節できてとっても便利!

ムートンブーツ (22.5-23.5-24.5cm 5色) 3,229円  
1F/SHOO-LA-RUE(シュールルー)/054-202-8112

ポア仕様でとっても温か、軽くてゆったり着やすいのが魅力。カーキ、ネイビー、ダークグレーと3色そろっているので今年のマイカラーに合わせて選びたい。帽子やストールなど、自分流のコーディネートで楽しんで。

ポアフード ハーフコート 7,452円  
2F/robe de brun (ロブドゥ・ブラン) 054-270-9701

スリッパ代わりにちょうどいい温かなルームソックス。模様も色もカッチリ多彩にそろいました。中はモコモコで気持ちよく、滑り止め付きで安心。冬本番になる前に、家族みんなの分も選びましょう。

ぽかぽかソックス 378円  
1F/Aberdeen(アバディーン)/054-266-4731

ふわふわのフォックスファーとけさ控えめの上品カラーでトレンド感たっぷり。ファーやフードを取ればノーカラーに! (プローナ付き)

ファー付き3wayコート (4色) 28,620円  
2F/any SIS / Feroux (エニスイス / フェルク) 054-654-4505

Aラインで着心地のいいゆったりシルエット。シンプルなデザインなのにフードも色もガーリーな雰囲気がいっぱい。

飾りボタン付きAラインコート 15,984円  
1F/SM2 keittio(サンサモス)/054-289-7022

お手入れのラクなエコファーが人気です。柔らかな手触りで軽い着心地のショートコートは上質感のあるベージュと黒の2色展開。

エコファーフェリスエードコート 24,000円  
2F/SCOTCLUB&LASUD (スコットクラブ・ラッシュド) 054-202-2360

## Pick up

くつろぎタイムにぴったりの、モコモコふわふわの肌触り。1枚で温かく、色柄も豊富!

マシュマロフィラウンジセット 2,685円  
2F/GU/054-292-5577

冬の必須アイテム、ニット帽。カラフルにうんと楽しく防寒しましょう!

キャラクターニット帽子 1,944円~2,052円  
2F/SWANKY MARKET (スワンキー・マーケット) 054-654-5500

ブルーライトカットが人気急上昇。25%カットはレンズの見え方も自然です。

JINS SCREEN 大人用5,400円・キッズ用3,240円  
2F/JINS/054-284-4433

おうちでの時間を楽しくしてくれるLEGO。洋画で大人気のシリーズがそろいました。

LEGO スターウォーズ (未使用・未開封) 6,372円  
2F/ECO & KIDS AKIRA 054-266-3122

スリットを入れた四角なので肩から羽織って落ちにくく、着こなし方も多彩です。

ヤクウル大柄柄 マルチケーブルストール(バーガンディ) 5,990円  
2F/無印良品/054-654-3737

家でも外でも使える温かいアイテム。ふわふわな肌触りをぜひ確かめてみて。

ふわふわモコモコバン 1404円  
ふわふわハラマキ 1,080円  
2F/tutuanna(チュチュアンナ) 054-286-2114

みんなで遊べるかくれん絵本やクリスマス絵本がいっぱいあります。

「ミッケ!クリスマス」1,469円  
2F/BOOKSえみたす 054-654-6262

滑りにくい靴底、ぽかぽかのインソール、長時間防水など、さすがの機能です。

HAWKINS HW90097 S/G-TAN 6,372円  
2F/ABC-MART/054-202-7790

起毛素材で温かくソフトな肌触り。レイキッド風に見えたら小花柄がとってもキュート。

タートルネック (6色) 1,280円  
1F/Honeys(ハニーズ) 054-266-7676

リラックス感いっぱい。豚と猫の編み込みニットはゆったりかわいく着こなして。

ニット (3色) 8,532円  
2F/drug store's shop 054-287-7575

中綿入りで軽くて温か。北風に負けないうっかりタイプの防寒アウターです。

ウールメルトン袖合皮切替ブルゾン (3色) 10,692円  
2F/THE SHOP TK 054-654-5622

家の洗濯機で洗えます。カジュアルに可憐(かれん)に楽しんでみませんか。

洗える着物 540円  
2F/BANKAN(バンカン) 054-280-2710

靴やパンプスを履いた足が持ち手になっちゃった! 取り外し可能なショルダー付き。

Mis zapatos (アंकレットナイロント) 4,860円  
2F/GRAN SAC S(グランサックス) 054-654-4355

プレスレットやヘアゴムで静電気防止。昨年の大ヒット商品が今年も登場です。

ANTI SHOCK (静電気防止プレスレット) 1,296円  
2F/Collet(コレット) 054-284-8480

肌に触れる内側はシルク、外側はウール100%。温かく汗がこもらず蒸れません。

内側シルク二重織み ウールネックウォーマー (3色) 2,160円  
1F/Timeless Tender (タイムレステンダー) 054-204-0033

コロんとしたフォルムでかわいらしき価格。クリスマスギフトにもいいですね。

K10クォーツ・トパーズ ネックレス (各) 16,200円・ピアス (各) 12,960円  
2F/Milufora(ミルフローラ) 054-654-4755

話題のベストスタイルをおしゃれ感たっぷりファーで着こなすご提案。編み込みタイプなので柔らかく温かさもひときわです。

ラビットラクーンファーベスト 19,224円  
2F/Motion(モーション) 054-284-4211

グルーとミニオンの新たな物語。今度もミニオンたちが大はしゃぎですよ。

怪盗グルーのミニオン大脱走 3,447円  
※2018年3月31日までの期間限定価格  
2F/新屋堂/054-283-4987

## Service

髪の内を補修し外を補強。年末年始のつやつやしっとりヘアを応援します。

ウルティアトリートメント 3,240円  
1F/S&F美容室 054-202-1380

お気に入りの洋服のサイズ直しやほろびで困ったときは気軽に相談ください。

2F/サンリフォーム 054-202-0435

靴の修理はお任せ。ウインターファッションに合わせて足元もすてきにね。

1F/サンリヘア 054-289-7333

写真入り「スピードプレミアム」もイラストタイプも年賀状を最短時間で印刷!

1F/カメラのキタムラ 054-284-8651

宝くじ

1F/(西側出入口) チャンスセンター

話しやすい雰囲気でお迎えします。恋愛・結婚・仕事・人間関係など... 何でもご相談ください。

★生まれ別月冬のLuckyカラー

1月/レッド	7月/ホワイト
2月/ブルー	8月/パープル
3月/グリーン	9月/ネイビー
4月/オレンジ	10月/ゴールド
5月/イエロー	11月/ピンク
6月/シルバー	12月/ブラック

相談対応スケジュール  
※定料金/15分2,000円

2F/占い館SYNOS(サイノス) 070-5404-6780

## Food

好評に引き続き。コクうま酢サラダに特製チーズとコンソメパウダーがマッチ!

てりたまチーズコンソメ (8個入) 680円  
1F/薬地銀だこ/054-654-6622

12/3までにクリスマスケーキを予約支払いの方にお買物券(310円分)進呈!

クリスマスハッピードール500円サンデー(S)500円(W)680円  
1F/サーティワンアイスクリーム 054-284-0931

人気の味をさらに美味しくリニューアル。濃厚なスープやもちもち麺に乞うご期待!

チャンポン 690円  
1F/黒まつり/054-283-6230

季節限定の三つの味。稀少なエイジドコーヒーを使った特別なブレンドをご用意!

クリスマスブレンド 各1,544円  
1F/スターバックスコーヒー 054-654-5822

ビッグサイズでパーティーが盛り上がるこの請け合い! 予約も受け付け中です。

クリスマスビッグドーナツ 756円  
※期間限定販売です  
1F/ミスタードーナツ/054-283-3513

冬にお待ちかねのあんかけフェア。美味しく温まってください!

生妻玉あんかけ (小) 400円~  
1F/はなまるうどん 054-654-5588

苦みとココの深い味わい。クリスマス(12/25)までの限定フレーバーを限定して!

ノエル 750円  
1F/カルティコーヒーファーム 054-281-1778

沼津魚市場のセリ権を持つ魚がしならはるとびりりの味をお届けします。

ファミリー盛り(4~5人前) 5,119円  
※入席より内容は異なります  
1F/沼津魚がし 麺 テイクアウト店 054-269-6862

味とボリュームに大満足! トレー各種。クリスマスホームパーティーや新年会に!

パーティートレイ (A・B・おすめ) 2,400円~2,800円  
1F/サブウェイ/054-269-5684

## news 9.30

ぴったりの保険選びや住宅ローンの無料相談窓口、オープン!

### 保険ウェルネス with UCS

40社以上の保険会社の中から最適な保険をご提案。相談は無料、勧誘は一切ありません。安心してどうぞ!

※住宅ローンの相談には要予約。  
1F/054-685-5530

名物手羽先からあげ20%OFF ●当店通常価格100g(約5本)142円(税別)~136円  
1F/鳥ぶる/054-286-2292 有効期限/平成29年12月末日

ポテトSサイズ 100円 ●当店通常価格150円~140円  
※お持ち帰り専用  
1F/マクドナルド/054-285-5301 有効期限/平成29年12月末日

番号304 ギョーザ 100円 ●当店通常価格124円~100円  
※お持ち帰り専用  
1F/チャーシューや炊飯/054-283-4634 有効期限/平成29年12月末日

30分以上のコース 20%OFF ●当店通常価格の20%OFF  
※その他の割引との併用はできません。  
1F/TAISEIKAN/054-654-6363 有効期限/平成29年12月末日

スマホアクセサリ 10%OFF ●当店通常価格の10%OFF  
※一部対象外あり  
1F/Y!mobile(ワイモバイル)/070-5331-3901 有効期限/平成29年12月末日

においブロック加工 当店通常加工料500円→300円 ●当店通常価格の10%OFF  
※一部対象外あり  
1F/ビュアクリーニング/054-202-1923 有効期限/平成29年12月末日

端末購入時の頭金 半額 ●当店通常価格10,800円~4,800円  
1F/auショップ セントラルスクエア静岡 054-203-3500  
2F/ソニー電通タウン/054-654-6511 有効期限/平成29年12月末日

アンパンマンポップコーン工場 1回無料 ●お一人様1回限り  
●ポップコーンが作れるゲーム機、みんなで楽しもう。  
2F/ソニー電通タウン/054-654-6511 有効期限/平成29年12月末日

※洋服にコーディネートしたアクセサリなど価格表記のない商品はすべて別売です。  
※商品が品切れの際はご容赦ください。  
協力/アピタ静岡専門店会 静岡市駿河区石田1-5-1



# daily coupe

asten X APITA coure

12.8金

アピタ  
クオーレ館  
リフレッシュ  
オープン!!

静岡の明日をこれからも  
オイシク、ヨロシク!

エステも  
子育ても!

メニューのバリエーションが  
多いので仕事の打ち合わせを兼ねて  
よく利用しています

月に1回、家族で外食を楽しんでいます。  
祖父母も一緒に3世代のにぎやかな時間、  
これからも大切にしたいな

仕事帰りに甘い物が食べたくなると  
一人でも寄ってしまいます。  
私の大事なリフレッシュユカ

駐車場に困らないのがいいですね!  
友人と会うときはいつもココで  
食事からスタートです

子どもの誕生日祝いで  
利用しました。  
クリスマスは  
バイキングにしようかな

APITA

# coure

セントラルスクエア静岡グルメ館が

リフレッシュして「アピタ クオーレ館」誕生!

おなじみのお店に、エステや子育て応援の  
新しい仲間も参加して、いっそう元気になりました。

生まれたてのアピタ クオーレ館で、気持ちも体も  
うれしくなるおいしいコトから始めましょ。

休日に友だちと  
今日はどこで食べようかと  
館内を歩くのが好き!

会社が近いので  
同僚たちとランチに  
よく来ます。忘年会も  
たいたい計画中!

## Food

tel.054-654-3220	tel.054-284-1173	tel.054-288-7696	tel.054-288-5703	tel.054-287-7700

tel.054-283-3125	tel.054-654-5560	tel.054-287-7150	tel.054-654-3171	tel.054-280-3831

## Service

**アミティー**  
【こども英語・英会話専門学校】  
0歳の赤ちゃんから高3生までのクラスを毎日開講。英会話・英検・英文など、幅広いレッスンで英語力をサポート!  
tel.054-280-4588

**MUSEE PLATINUM**  
ムゼプラチナム  
【美容脱毛サロン】  
煩わしいムダ毛の処理はプロにお任せ。身近で気軽に通えるサロンをモットーに、丁寧にお手入れしてまいります。  
10:00~21:00

# asten 簡単おいしいクッキング & 食品と放射線セミナー

大好評のアستن「簡単おいしいクッキング&食品と放射線セミナー」が今年も開催された。10月、会場の大井川公民館に集まったのは、食に対するアンテナの高いアステン読者22人。「料理の腕を磨きたい」「食品の安全性が気になる」といった声に応えたイベントを詳しくレポート!



## 実用的ですぐに使える スロ直伝のテクニック!

イベントの前半は、料理研究家の本田淑美(ひでみ)さんを講師に迎えて、クッキングセミナーが行われた。今回のメニューはカボチャのニョッキやフロランタンなどの4品。カボチャの下ごしらえ、アサリの砂抜き、魚がしバターの作り方など、プロ直伝の基礎テクニックを交えたセミナーは実用的で、参加者はメモを取りながら本田さんのアドバイスを傾けていた。

続いて参加者22人が5班に分かれて実際に調理。午後の放射線セミナーの講師・岡田往子さんも調理の輪に加わった。ランチを兼ねた試食では「ニョッキの食感が新鮮」「すごくおいしい」「子どもにも作ってあげたい」という声があちこちで上がっていた。



クッキングセミナー講師の本田淑美さん。講師に笑いを取りためたトウが人気



ランチを兼ねた試食は情報交換の場にも



上、今回作った4品。カボチャのニョッキ、キノコのスープ、シーフードの笑しマリネ、カボチャのフロランタン。中、班に分かれて調理。当日出合ったばかりでも作業分担の息はピッタリ。右下、カボチャのニョッキに興味津々の岡田往子さん。毎回クッキングセミナーを楽しみにしているという。左下、参加者のテーブルに用意された食材。アサリ、小麦粉、生クリームなどが並ぶ

大気中の放射線が円た跡を観察できる「露輪」に見る参加者



放射線について語る岡田さん。参加者の表情を見ながら、分かりやすく説明

## そもそも放射線って? 基本からスタディー

後半は、東京都市大学原子力研究所准教授の岡田往子さんを講師に迎えて「食品と放射線セミナー」が行われた。テーマは「正しく知ろう放射線」。冒頭で「放射線をむやみに怖がる必要はありません。正しい知識を学んで、まず考えることが大切です」とメッセージ。放射線とは何か、放射線の種類、放射線の単位、人体への影響などを易しく丁寧に解説。参加者は時折うなずきながらノートにペンを走らせていた。

岡田さんは、「放射線を出す物質は地球上のどこにも存在します。今、この会場にもあります。だから正しく知って、きちんと管理することが大切。また、放射線に対する日本の安全基準はとても厳しいので、国内食

品の安全性はしっかりと保たれています。そうした知識を持った上で、放射線を怖いものとして捉えるのか、それとも食事のバランスを考える方が良いのか、どちらが健康への近道になるのかは、皆さん自身で考えてください」と締めくくった。

## 考えることが何よりも大切

セミナーを終えた参加者の声を拾ってみると「バランスの取れた食事に気を配る方が大切だと思った」「放射線は意外に身近な存在だと分かった」「放射線は正しく理解すれば怖くないと感じた」という感想が多かった。中には「これからは自分でも勉強してみたい」という積極的な意見も。和やかな雰囲気にも包まれつつ、知識欲を刺激される一日となったようだ。

## 簡単おいしいクッキング&食品と放射線セミナー 静岡会場参加者募集!!

2/24金 10:00~14:30

【会場】鈴木学園中央調理製菓専門学校静岡校 (静岡市葵区七間町15-1)  
【講師】料理セミナー講師・本田淑美さん  
放射線セミナー講師・岡田往子さん  
【メニュー】参鶏湯(サムゲタン)風スープ、韓国風ピカタなど4品  
【材料費】1,000円 【定員】24名(予定)  
【持ち物】エプロン、ハンドタオル1枚、筆記用具

応募方法  
①郵便番号②住所③氏名④電話番号  
⑤年齢⑥性別⑦職業  
を記入の上、下記の方法から応募ください。  
※応募いただいた方の個人情報は当イベントのためだけに使用します。  
ハガキ 〒422-8670(住所不要)  
静岡新聞社 アستن編集部 「料理教室&セミナー」静岡係  
Eメール oubo@shizushin.com ※氏名には必ず「アステン料理教室静岡」と明記ください。  
締切:2月1日(木) 必着  
※応募者多数の場合は抽選となります。  
受講料の発送をもって発表に代わらせていただきます。  
(落選の場合の連絡はございません)

## 放射線セミナー講師・スロフィール

岡田 往子さん  
東京都市大学工学部原子力研究所准教授、男女共同参画室室長、日本大学農獣医学部水産学卒業、千葉大学博士(理学)、高純度材料の微量元素の分析や福島支援(20km圏内の放射性物質測定、いわき地場産業復興、放射線教育など)、群馬県赤城大沼周辺の放射線測定にも力を注いでいる。



協賛/静岡エネルギー・環境懇話会 イベントのお問い合わせ/静岡新聞社・静岡放送 事業部 TEL:054-281-9010(平日9:00~17:00)



あの子に1つ贈り物

静岡人にはおなじみの茶箱、ならぬ「ちゃまて箱」。玉手箱とかけて名付けた。亜鉛板の内張り茶箱と同じだけれど、素材を杉ではなく静岡県産のヒノキに替え、くぎを1本も使わないホゾ組みで製作。木を愛し家具作りで腕を磨いた八木真人さんの逸品だ。販売はシンプルな無地。美しい無垢(むく)のままもよし、市販のウォールステッカーなどで飾ってもいい。サイズは多彩。文箱タイプなら成人式のあの子のお祝いにもふさわしい。大切にしたいことを大切にできる人生のために。

**ちゃまて箱**  
17,280円(幅30×長43×高32cm)  
※写真はイメージです。販売は無地になります。  
暮らしの中の木の道具 木工房 フランク  
藤枝市岡部町村良485 TEL:050-3558-2009  
平日13:00~18:00(事前に電話が確実)  
http://frankshop.info



とっさの1フレーズ

！気を付けて！

Keep your eyes open.  
「気を付けて！」



Point  
ディス エアリア ハズ ベアーズ キープ ユア アイズ オープン  
"This area has bears. Keep your eyes open!"  
で「熊が出没するみたいだよ、気を付けて！」となります  
#「目を開ける」=「しっかり見て下さい」という意味から「気を付けて！」です。初めて言われると意味が分からず目が乾いちゃうかも？

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

**PARCHE CHRISTMAS**  
バルシェでクリスマスマルシェ開催！  
12/2(土)・3(日)、静岡ビル・バルシェ4階で「クリスマス・ヴィレッジ」を開催。スイーツ、グッズ販売とワークショップのクリスマスムード満点のマルシェ。友達や家族とぜひ！詳細は「天空のマルシェ」公式Facebookで。  
静岡ビル バルシェ  
静岡市葵区黒金町49 ☎054-255-1081  
クリスマス・ヴィレッジ/10:00~16:00

**12/15(金)、清水区で「雑祭り」**  
清水秋葉山大祭に合わせ、「雑(まとい)祭り」が12/15(金)13:30から開催される。清水区辻町から山上まで、法被に豆糰子という町火消しなごらの装束の人々が「無火災・無災害」を祈念し雑とともにも勇壮に練り歩く。  
雑祭り実行委員会  
会場/秋葉山(清水区西久保) 周辺道路及び境内  
問い合わせ先/小笠原☎090-4406-0207

1 pose

- 1 横向きに寝てカラダを起こし、上になった脚を前に出し膝を曲げ、足裏をマットにつける。
- 2 下になった足と手をマットに押し付けるようにして腰を天井の方へ引き上げる。
- 3 腰が下がらず安定していたら前の足を下の足の上に乗せる。10~15秒ほどキープ。



余裕があれば上の手の指先を天井へ向け、視線もその先へ。きつかったら②でキープ！

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  
お好きな入会キャンペーン実施中！  
Glanz 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/

アステン流 大人ドリル

淑女検定

リボンワーク

リボンといえば贈り物に添える飾りというイメージがあるけれど、リボンが主役になる「リボンワーク」がセレクトたちの間で人気。気品あふれる高級リボンでリキスな世界に浸ってみよう。



問題1 どうやって美しいリボンの形を作っている？正しいものを一つ選んで。

- A. 針と糸で縫う B. ワイヤヤーやボンドで留める  
C. ひたすら結ぶ練習をする D. 秘伝の結び技がある

問題2 初心者でも上手にリボンを作るコツとは？正しいものを一つ選んで。

- A. 裏表が分かるリボンで B. 滑りやすいリボンで  
C. 長めに切った1本で D. 2本に切り分けて

問題3 脇役ではなく主役になれるリボンたち。次のうちリボンワークでよく使用するリボンはどれ。

- A. ラッピングで使ったリボン B. パリコレでも使う高級リボン  
C. 新体操のリボン D. 薬局で買った包帯

SBS学苑

バルシェ校



[フーラルニューヨークリボンワーク]講師  
安藤 江美 あんどう えみ  
(Emi Hana Style主宰)  
10種類のリボンの製作と、フレーム下地作りを学ぶ講座。ぜひたくシンプルモダンなリボンワークを指導する。

SBS学苑バルシェ校 INFORMATION  
12/24(日)12:15~14:15  
デリーチエ&海老原美代子  
ベリータンワークショップ  
受講料/4,700円 管理運営費/100円  
男性ベリータンワークのバイオフィット  
リーチエと海老原美代子の二人による  
ワークショップ。活躍中の二人による  
クリスマス特別ワークショップです。  
【お問い合わせ・お申し込み】  
Tel.054-253-1221

正解 & 解説

問題1 → 正解 B  
結ませたり重ねたりと、一見難解そうな「ちょう結び」が並ぶリボンワーク。実は結んで作っているわけではない。針と糸で縫っているように見えるが、ワイヤーや木工用ボンド、ホットボンドで留めているので、裁縫が苦手という人でもチャレンジできそう。初心者には手軽なホチキスもおすすめ。「同じ色のリボンをたくさん作って、クリスマスツリーに散らすととってもおしゃれですよ」と安藤先生。

問題2 → 正解 D  
1本のリボンで作ると、どうしてもゆがんでしまいがち。きれいな形を作りたい場合は、リボンの中心部分と本体部分の2つに切り分けて作るのをおすすめ。本体はちょう結びの形にして中央をワイヤーで固定。もう1本のリボンを好みの幅で中心に巻き、裏をボンドかホチキスで留める。サテン地のような滑りやすいリボンや、裏表の違いが分かりやすいリボンは難易度が高くなるので初心者には向きません。

問題3 → 正解 B  
安藤先生のサロンには、カラフルなリボンが棚いっぱい並ぶ。フーラルニューヨークのリボンワークで使われるのは世界に誇る国内リボンメーカー「木馬」のもの。世界の一流ブランドやパリコレの洋服にも使われるトップメーカー。重厚感や肌ざわりが格段に違う。1巻5,000円以上するものも多く、1巻1万円を超えるものも。主役級のリボンたちをヘアアクセサリー、かばんに付けておしゃれを楽しんで。

asten INFORMATION

撮って、アップして、スタッフへ！  
12/12(火)まで校舎がセール  
「和洋会席 さくら」が初のおせち

This Is Cafe静岡店  
静岡市駿河区高松3093-27 ☎054-266-5500  
11:00~23:00(LO22:20) 無休 ☎40台 デイズカフェ

森下木工所・家具屋校舎(あざくら)  
静岡市駿河区中島2811 ☎054-286-3203  
10:00~18:00 無休 ☎5台 かくやあざくら

和洋会席 さくら ※店頭で引き渡し  
静岡市駿河区向敷地35-2 12/31(日)13:00~18:00  
☎054-259-3901(予約受け付け11:30~21:30) 火曜定休

結婚 出産 就職 マイホーム購入 子供の独立  
ライフスタイルが変わる時こそ「保険の見直し」のタイミング！

1 何度でも相談無料！  
相談だけでもOK!  
加入中の保険の内容確認だけでも承ります。納得いただいた程度までご相談ください。何度かご相談いただいても費用はかかりません。

2 ご意向に沿った  
納得の保険選び！  
お客さまのご意向に沿った保険をひとつの窓口で選べるよう、複数の保険商品を取扱っています。幅広い選択の中から、ご希望やライフプランに沿った保険プランをつくります。

3 相談・申込・加入後  
まで全力サポート！  
納得できる保険プランを見つけられるようサポートします。店頭でお申込手続きもでき、加入後の保険金請求や住所変更等のお手伝いも。

しずぎんで、ほけんのお話、しませんか？  
ほけんの窓口 @しずぎん

静岡駅前 S-Patio店  
静岡市駿河区南町14-25 エス・パティオ1階  
専用駐車場2台  
お電話 ☎0120-102-628  
電話受付時間/10:00~18:00(祝日、12/31~1/3を除く)

藤枝駅前店  
藤枝市駅前1丁目6番4号(藤枝駅前3階)  
お電話 ☎0120-102-623  
電話受付時間/9:00~17:00(祝日、12/31~1/3を除く)

1st ANNIVERSARY  
1周年感謝フェア  
12/2・3 10:00~18:00

カリモク家具静岡ショールームは  
おかげさまで1周年を迎えることができました。  
この機会にぜひご来店ください。

お子さまの学びに最適な「デスクご相談会」開催  
ご来店特典  
マグネットパー  
プレゼント

購入後も安心  
修理相談  
3Dでお部屋を再現！  
無料でプランを作成  
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。

皮膚のメカニズムを解明し治療する  
美容皮膚科

女性医師による  
診察・治療を行います。

しみ しわ にきび 点滴療法  
いぼ ほくろ 毛穴 ピアス

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 (院長 平野 温子)  
www.sc-clinic.jp

ご予約はこちらまで  
tel.054-254-5444  
静岡市葵区御幸町3-21 ベガサートB1F

男性向けレーザー治療  
行っています。

このような  
症状で  
お悩みの方は  
ご相談  
ください。

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。  
院長 平野 温子





●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・石上さんのブログや経験者による「成婚作文」も参考に  
●「マル適マーク」取得の安心の結婚相談所

**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/  
エンマレッジ 静岡 年明けは1/4(木)〜

**県内初のブランドも! 「すてき」が見つかるセレクトショップ**

「素材と作りこにこだわった、シンプルで永く使えるもの」をコンセプトに、今年の9月にオープンしたセレクトショップswallows。県内ではここだけしか扱っていないアイテムも数多くあり、感度の高い人たちの心をつかんでいる。フランスのブランド、A.P.C.(アー・ペー・セー)の定番アイテムはもちろん、バッグ、コート、ニット、ボトムスなどメンズ・レディースともに最新コレクションがそろそろ。おしゃれで繊細なhimieのアクセサリやデザイン性の高いayameのメガネ、作家もの器にも注目を。店先では休憩もできるの、田んぼと富士山が織りなす景色も一緒に楽しんでみては?



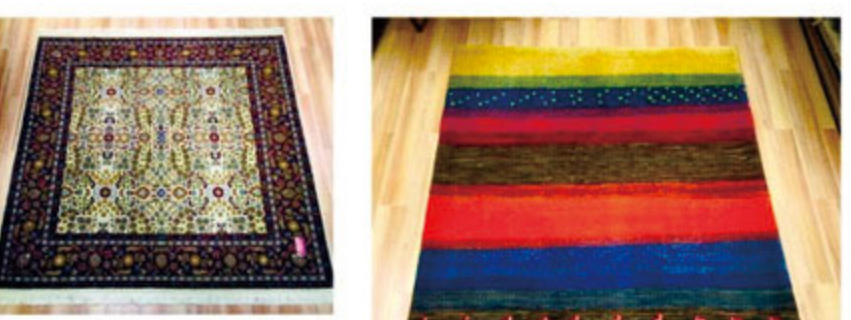
**swallows (スワロー)**  
静岡市駿河区高松1-23-10  
高松ハイツ1F (D&DEPARTMENT隣)  
☎054-204-7300  
11:30~19:30 火曜定休 ②あり  
https://swallows0901.wordpress.com/

**編集部 オススメ こだわり SELECTION**

**街なかPASAリニューアルOPEN!**  
12/17(日)まで「ザグロス山脈に暮らす遊牧民の手織物展」を開催



呉服町通りのギャッベ・キリム専門店「PASA」が、新たに2階もオープン。そのオープニングイベントとして12/17(日)まで「ザグロスギャッベ展」を開催。期間中は「アステンを見た」の一言で15%OFF! 遊牧民が手織りしたウール100%の草木染めギャッベやキリムなどは、これまで置くことができなかったりビンディング用の大きなサイズがたくさん展示され、本格的なトルコ絨毯(じゅうたん)やベルシャ絨毯なども見ることができるよう。買い物途中であらりと立ち寄ることができるので便利。現地だからこそ買付けできたり交渉できたりする隠れた逸品や、日本には通常あまり入らないような色・柄のものなど、さすがは即も手掛ける店だけあってその品ぞろえは幅広い。座面にオールドキリムを張った天然木のスツールなど家具も数点。もちろん今まで通り、アクセサリやランプといった小物は充実。まるで旅しているかのような気分楽しくショッピングできそう。



**PASA (パシャ)**  
静岡市駿河区員取町2-2-4  
フタナベギャラリービル1・2F (伊勢丹近く)  
☎054-266-4662 10:00~19:30 無休  
パシャ 静岡 無休

**インテリア小物からユニークな雑貨まで 夢中になるセレクトショップ**



**five sense create (ファイブセンスクリエイティブ)**  
静岡市駿河区昭和町5-4 平野ビル1F  
☎054-204-3200  
月~土 12:00~21:30  
日・祝 12:00~19:00  
※時間変動あり 水曜定休  
ファイブセンスクリエイティブ 無休

**これぞ静岡スイーツ 抹茶とあずきとミルクの3層プリン**

先月のアステン5つ星でも紹介した「静岡抹茶プリン」は国産あずきと静岡抹茶を100%使用した3層仕立てのプリン。素材の美味しさを生かした上品な味わいが特長で、冷やしてそのままいただくのはもちろん、凍らせてアイスに、またお餅を入れて温めれば抹茶おしるこ風にと、アレンジ次第でいろいろな食べ方を楽しめる。静岡ならではのスイーツとして帰省のお土産にはいかが? また、マクロのハラモをやわらかく煮込んだ街話「鮎のトロコ醤油味」は、ご飯のおかずにもぴったり。絶妙な味付けで箸が止まらなくなってしまうかも。お求めは下記販売所、HP通販サイト、直接本社まで。



●販売場所 / エスパルストリームプラザ、新東名NEOPASA静岡・NEOPASA清水、新幹線新富士駅 など

**山梨産物**  
静岡市清水区  
興津中町974  
☎054-369-1101  
8:00~17:00  
土日祝定休 ②あり  
山梨産物 無休

**外反母趾、O脚、X脚…気になる足のバランス 「いろんな所に影響していたんだ!」と感激する人も**



年々、年を重ねると感じる体のゆがみ。腰痛、膝痛など「体のゆがみ」と思われる不調を感じたら、そんな時は足の専門家「フィトラボ」へ相談を。その不調は足のバランスの崩れから来る、体のバランスの乱れかも。「今まで多くの人の体を見てきましたが、大抵の人は痛みを緩和させたり、痛い部位そのものを保護したりと、悪くなってからその場の対処法を選びがち」というのは、やはりどうして痛むのかの原因を探って、その根本から正した方が近道だと思います」というのは、静岡店の店長・鈴木さん。国家資格の柔道整復師の資格を持ち、接骨院院長などを経て、現在のインソールへとたどり着いた。話を聞くことから始め、足や全身を測定したら、足型からオリジナルインソールを作る。相談は無料。まずは電話で予約を。

●インソールは2万円前後。相談・計測は無料

**FIT.LAB. (フィトラボ)**  
【静岡店】静岡市駿河区本通3-23-1 テ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】10:00~20:00 ②あり 水曜・第1水曜・第3日曜定休 http://www.fit-lab.com  
足のゆがみ フィトラボ 無休

**asten PEOPLE vol.146**

**中村あゆみ**  
シンガー・ソングライター

J-POPのスタンダードと呼ばれる名曲「翼の折れたエンジェル」を代表曲に持つ中村あゆみさん。ロックな結核のイメージの中村さんは51歳となり、力強さに加えて女性のたおやかさを感じさせるシンガーとなっている。2/24(土)に開催される静岡放送開局65周年特別コンサートは、尾崎亜美さん、杏里さん、中村さんによるアコースティックナイトという豪華な演出だ。

Q.尾崎さん、杏里さんは中村さんにとってどのような存在なのでしょう。  
A.重美さんは「先生」というべき存在。譜面上でも音楽センスでも完璧。そのうえ歌っても上手でよ。実は私も30周年のアルバムで記念に「星のささやき」という曲を作ってもらったんです。重美さんが「女性には私の歩いてきた道、これで良かったのかな」なんて言うことが誰でもあると思うけど、どんな

生き方であろうとそれは間違いないって勇気をあげたいとおっしゃっていたので、松井五郎さんにそういった世界観の詞を付けていただきました。杏里さんとは、学生の頃から「コットン気分」に始まりアルバムの中で知っている、という懐れの存在。ラジカセで聴いていましたよ。白いターバンとかエメラルドグリーンとか…海を感じさせるファッションリーダーで、今でもその印象は変わりません。覚えているのが、私がまだデビューしていない頃、六本木のディスコで杏里さんに会ったこと。「一緒に踊る」なんて言ってくれて。超興奮でしたよ。

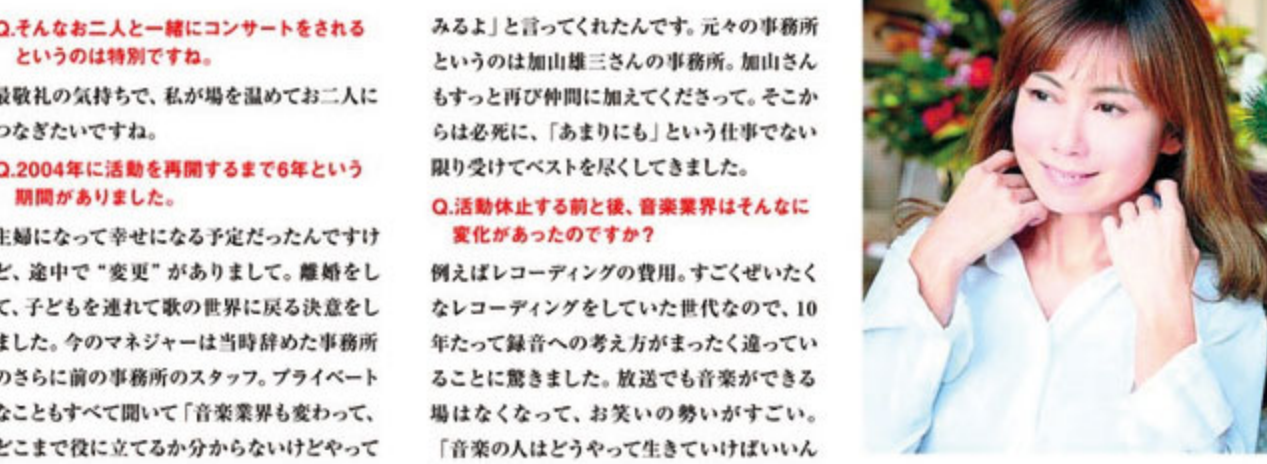
**“娘がいたからこそ必死になれた。仕事も私生活も、今、最高に楽しい。”**

Q.そんなお二人と一緒にコンサートをされるというのは特別ですね。  
A.最敬礼の気持ちで、私が場を温めてお二人につなぎたいですね。  
Q.2004年に活動を再開するまで6年という期間がありました。  
A.主婦になって幸せになる予定だったんですけど、途中で“変更”がありまして。離婚をして、子どもを連れて歌の世界に戻る決意をしました。今のマネージャーは当時辞めた事務所のさらに前の事務所のスタッフ、プライベートなこともすべて聞いて「音楽業界も変わって、どこまで役に立てるかわからないけどやってみよう」と言ってくれたんです。元々の事務所というのは加山雄三さんの事務所。加山さんもずっと再び仲間に加えてくださって、そこからは必死に、「あまりにも」という仕事でない限り受けてベストを尽くしてきました。  
Q.活動休止する前と後、音楽業界はそんなに変化があったのでしょうか?  
A.例えばレコーディングの費用。すごく安い代金でレコーディングをしていた世代なので、10年たつて録音への考え方がまったく違っていることに驚きました。放送でも音楽ができる場はなくなって、お笑いの勢いがすごい。「音楽の人はどうやって生きていけばいい

★ PROFILE  
1966年6月28日、大阪府生まれ。1984年、アルバム「Midnight Kids」でデビュー。「翼の折れたエンジェル」「ONE HEART」等シングル、アルバムを多数発表。セルフカバーアルバム「A BEST〜Rolling 50」好評発売中。静岡放送開局65周年特別コンサート「尾崎亜美×杏里×中村あゆみTriple Jewelry Acoustic Night」は2/24(土)17:30〜、富士市文化会館ロゼシアター大ホールで。詳しくはSBSラジオホームページにあるバナーから。



だろう」と不安になりました。でも、以前ADだった方が時を経てプロデューサーになっていたりして使っていただけなんです。今、娘も大学に入って、ようやく質の良い仕事を無理なくできるようになってきました。これからはアーティスト寄りの活動に力を入れていきたいと思っています。  
Q.新たなチャレンジもあるのでしょうか。  
A.あります。でも教えない(笑)。そういうの言ったらダメよ。これだ、というのを見つけて、準備をしています。  
Q.静岡とのご縁はありますか?  
A.私、熱海に家を持っているの! だから週末はいつも静岡放送を見てるんです。マッチ箱みたいにかわいらしいマンションを購入しまして、「頑張ってきた良かった」と思える最高の時間を過ごしています。ゴルフに行ったり、海釣りをしたり。釣った魚を昆布締めにしてみんなに配るの。アラフィフ、楽しいわよ。自分にとって必要・必要じゃない、の選択が迷わずできるようになるから。  
Q.コンサートを楽しみに待つ皆さんへのメッセージをお願いします!  
A.静岡は半分地元ですから、ふるさとに帰るような感覚です。コンサートでは久しぶりさせていただく場所なので、「ストレスを抱えている皆さん、ご安心ください。そのストレス全部私が請け負います」という勢いで盛り上げたいと思っています!





asterisk(アスタリスク:\*)はギリシャ語で「小さな星」。asterisk10(アステん)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。

2017.12月号 Vol.146 [2017.12.2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(2018年1月6日発行)は「書く・描く」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  
 モールワイングラス  
 8,640円



問い合わせ:  
 吹きガラス工房  
 floresta fabrica  
 http://www.floresta-fabrica.com

asten OFFICIAL

取材のこぼれ話や、紙面で紹介しきれなかったお得情報をツイートしていきます。また、Facebookページ「アステん編集室」も開設。こちらでも楽しい情報を発信していきます。

twitter @asten\_shizuoka をフォロー!

Facebook アステん編集室

## 12月はこっくり冬のサラダ

# しずおかキッチン

今月のしずおか食材  
**カボチャ**



収穫後、時間を置くことで甘味が増すカボチャは今が食べ頃。形も味わいもさまざまなカボチャが県内各地で作られている。素材を生かしてサラダやスープに入れたり、ペーストにしたりと、使い分けを楽しんでみて。



## 濃厚カボチャのサラダ

- 材料/4人前
- カボチャ: 400g
- レーズン: 80g
- アーモンドスライス: 40g
- マヨネーズ: 20g
- 塩: 少々(味をみながら調整する)

1 カボチャは1/4にカットし、ワタと種を取り除き、皮ごと蒸す。

2 柔らかくなったところで、スプーンを使い皮から中身を外し、滑らかになるまでつぶす。熱いうちに塩で下味を付ける。

3 味と滑らかさを確認しながらマヨネーズを加え調整する。塩気が足りなければ塩少々で味を調える。アーモンド、レーズンを混ぜ、盛り付ける。



point カボチャの水分量や甘味を確かめて

今月の先生 | 山内一彦 Kazuhiko Yamauchi ● BISTRO THE FARMオーナー tel:054-221-5250

当店の人気メニューの一つです。アーモンドはオーブントースターなどで軽く焼くと香ばしさが増します。カボチャによって水分量や甘味が異なるので、ホクホクしたものは触感を残しながら、しっとりしたものは滑らかに混ぜるのがおすすめ。単品のサラダとしてはもちろん、お肉料理の付け合わせとして、サンドイッチの具材やクラッカーにのせオードブルの一品として楽しめますよ。



## 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「アステん編集室」  
 FAX/054-284-9129  
 Eメール/asten@shizushin.com

2017年12月15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12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 アステん12月号を見て気になった記事や広告と実際に行った掲載店等を教えてください。

Q3 トマトの料理でおすすめのお店を教えてください。

Q4 アステんへのご意見・ご感想をお聞かせください。

01 3名様



野菜を食べる レンジカップスープ3種 各1食 【モンマルシェ】

02 5組10名様



藤枝 シネ・プレゴの映画鑑賞券ペアチケット 【藤枝シネ・プレゴ】

03 2名様



ブルーシールクリスマスアイスクリーク 【わした静岡店】

04 12名様



日清のどん兵衛4種セット(きつねうどん・天ぷらそば・鶏だしそば・かき揚げ天ぷらうどん) 各1食 【日清食品】

※ご記入いただいたアンケートや個人情報は静岡新聞社で管理し、賞品の発送および、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ありません。これらを発送のために外部に提供することはありません。



素敵なあなたへ、ヴォーシエルの最高のクリスマス。

# 2017 WINTER Xmas Dinner

2017. 12/19 TUE ~ 25 MON の7日間

- Plan -プラン-
- 19(火)・21(木)・22(金)の3日間は4コース制 ▶▶▶ ¥13,000・¥16,000・¥20,000・¥60,000 [時間]17:30~21:00(L.O.20:30)のお好きな時間で
  - 20(水)はクリスマスコンサート特別ナイト ▶▶▶ 1コース制 ¥16,000 [時間]受付18:00~開演18:30
  - 23(土)~25(月)は3コース制 ▶▶▶ ¥16,000・¥20,000・¥60,000 [時間]一部/17:30~19:30 二部/20:00~

●¥13,000コースはコース料理のみ ●¥16,000コースは乾杯グラスシャンパン「モエ・エ・シャンドン」付  
 ●¥20,000コースは乾杯グラスシャンパン「ドン・ペリニオン」をご用意(お飲みにならない方は、ノンアルコールクリスマスカクテルをご用意)  
 ●¥60,000コース(二名様)はシャンパン「ドン・ペリニオン」1ボトル(720ml)付をご用意(お持ち帰り可) ●表示の金額には、消費税・サービス料が含まれております。

25F Sky Restaurant  
**GRANDAIR** Bouquet TOKAI  
**Beau Ciel** ヴォーシエル

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~ [ダイナータイム]17:30~21:00(L.O.20:00)

レストラン直通  
**TEL.054-273-5250**

静岡市葵区紺屋町17-1 英タワー25F  
 [ご予約受付時間/10:00~]  
 [定休日]12/6-18 [休業日]12/31-1/1

JR静岡駅

## asten トークイベント 暮らしの玉手箱セミナー

参加無料

MC: 鬼頭里枝

エネルギーとアロマ活用を学んで、暮らしをもっと快適に!!  
**1/28日** 【会場】中島屋グランドホテル パーティールーム (静岡市葵区紺屋町3-10)  
 13:00~15:30 【定員】60名 ※応募者多数の場合抽選  
 ※当選者は参加証の発送をもって発表

第1部 トークセッション  
 「一緒に考えよう! 私たちの暮らしとエネルギーのこと」  
 講師: 竹内 純子 [たけうち すみこ] さん  
 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。慶応義塾大学卒業。1994年東京電力入社。2012年より現職。消費生活アドバイザー、公益事業学会会員。著書に「誤解だらけの電力問題」(第35回エネルギーフォーラム賞普及啓発賞)など。

「お好きな香りでアロマスプレー」  
 ~花粉の季節に備える!~  
 講師: 藤浪 圭美 [ふしなみ たまみ] さん  
 英国IFA認定アロマセラピスト[ナチュラルセラピースクール アヴァンセ]代表。セラピーサロン「クレーネ」[アンスリュウム]代表。静岡市葵区で「アンスリュウム美和サロン」を運営。鍼灸学校やSBS学苑の講師を歴任。

応募締切 2018年1月10日(水) 必着

申込方法 ①郵便番号②住所③氏名④電話番号⑤年齢⑥性別 ⑦職業をご記入の上、下記の方法からご応募ください。  
 ※応募いただいた方の個人情報は当イベントのためだけに使用します。

はがき 〒422-8670(住所不要) 静岡新聞社 アステん編集室「アステんトークイベント」係

Eメール oubo@shizushin.com  
 ※件名には必ず「アステんトークイベント」と明記ください。

お問合せ 静岡新聞社・静岡放送事業部 TEL:054-281-9010(平日9:00~17:00) 協賛:中部電力