



特集

あなたの世界は 何色ですか？

私流、発見 THE STYLE OF astenIST
初秋の装いは帽子とともに

しずおかキッチン
土鍋式ナスとひき肉の炒め物

アステン ウーマン 5PIECES

淑女検定
ガーデニング

こだわりSELECTION

asten life 1

Special Information
asten@天空のマルシェ



asten people
土井善晴



アステン5つ星
あんこスイーツ



高純度チタンでコーティングした
ジュエリー・グラス。

塗料で着色しているわけではなく、
オーロラや虹の原理と同じ
光の屈折を利用している。

人工衛星やF1マシンのコーティングも手掛ける企業の
精緻な技が生むグラデーション。

例えば青と紫の色の差は
25万分の1ミリの厚みの違いから生まれている。
きれいだね、不思議だね。

宇宙のカラクリで今宵美味しくどうぞ。

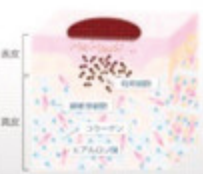
*

撮影協力/PROGRESS(日商工業)
TEL.0547-38-1414

今月の
キラリ
*
*

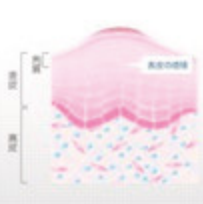
01 ほくろの原因

ほくろは色素を作るメラノサイトの良性腫瘍で、紫外線によるメラノサイトの異常が主な原因です。一部のものは年齢とともに盛り上がり・大きくなったりと成長していきます。また、気になってよく触ってしまったら、たまにかゆみがあるような盛り上がったほくろは、大きくなっていく前兆です。



02 いぼの原因

いぼは、医学的に「疣贅(ゆうぜい)」と呼ばれます。いぼには、主にウイルス感染が原因のいぼと、加齢による老人性のいぼがあります。年齢が若くても、老人性いぼといえます。ウイルス性のいぼは、どんどん増えることがありますので、早めの治療が望ましいでしょう。一般的によく目にするのは老人性いぼです。感染の心配はありませんが、大きくなっていくいぼもあります。



03 ほくろ・いぼの治療方法

ほくろ・いぼの除去治療にはCO2レーザーを使用します。レーザーは、その色素細胞や増殖細胞にのみ作用し蒸散させる事ができます。治療後ケアも自分で行えます。治療は1回で終了するものもありますが、大きなほくろ・いぼ、深いほくろ・いぼなどは、なるべく傷を残さずに取り除くため、2~3回にわたった治療をお薦めする場合があります。また体質によってはケロイドになりやすい方もいらっしゃいますので、カウンセリングの中で医師と十分に相談してください。

CO2レーザーとは？

ほくろ・いぼには水分が多く含まれております。CO2レーザーを患部にあてることで色素細胞や増殖細胞に作用し蒸散(気化して飛ばす)させる特徴があります。

- 直径1mm...10,000円+税~
- 直径3mm程度...30,000円+税~
- 直径5mm程度...50,000円+税~

※診察の際、医師がスケールを使用して正確な直径を測定いたします。
※再照射は3ヶ月期間をあけなくてはできません。
※1年間のみ再照射は料金無料です。(但し、再診療1,000円+税がかかります。)

CO2レーザー 料金 (保険外診療になります)

お肌や美容についてお悩みの方、お気軽にご相談ください。

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。



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

www.sc-clinic.jp

ウェブサイトへ
アクセス!
医師情報も掲載できます



ご予約・ご相談はこちらまで
tel.054-254-5444

予約制

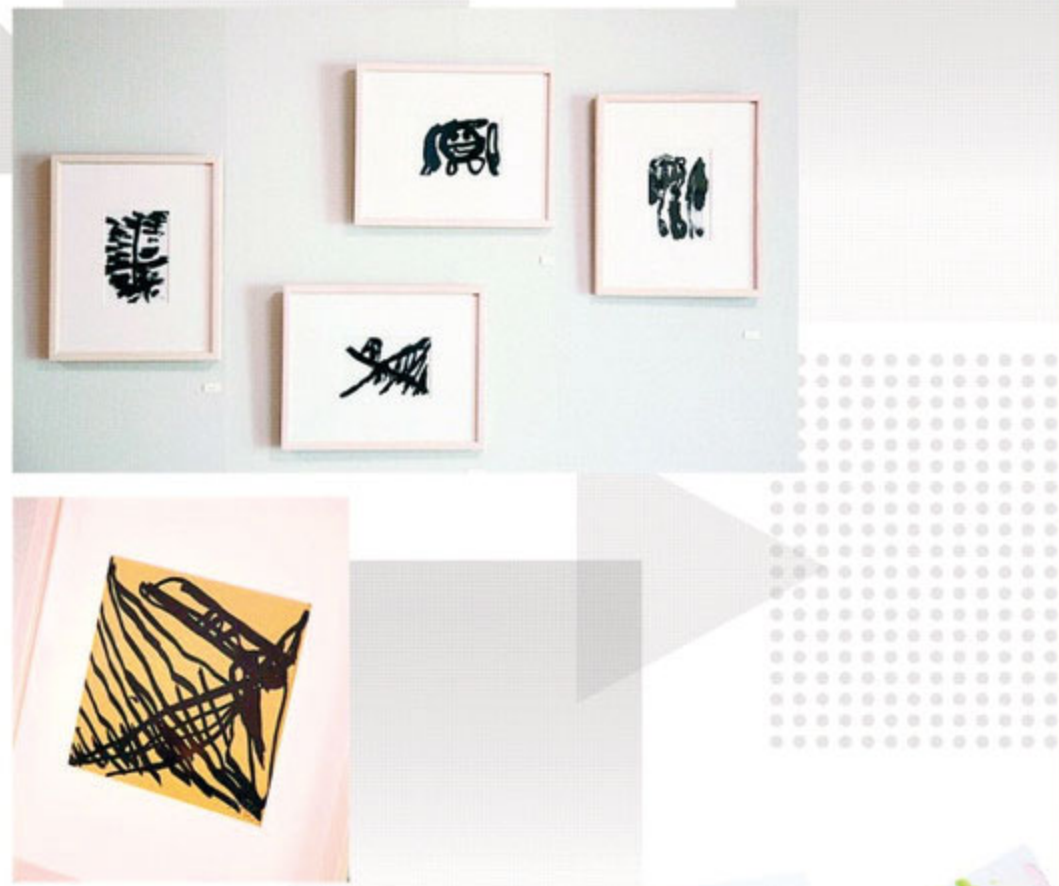
静岡市葵区御幸町3-21 ペガサートB1F

月	火	水	木	金	土	日
○	○	○	○	○	○	休診

●診察時間 10:00~18:00
●初診受付 診察・検査のみ 17:00まで/当日治療希望 16:00まで
*水曜日も診療日となりました

炭酸ガス
レーザーで
ほくろ・いぼ
の除去





一人一人がキャンパスの上に描き出す生き方は
白と黒の2色では割り切れない
無限のグラデーションがある。
「多様性」という言葉を使うまでもなく
私たちの住む世界は想像以上に彩り豊か。
その色に気付いてみることからまずは始めてみたい。

あなたの世界は

あふれる色。ときどきモノクローム。

白い画用紙を前にして、好きに描いていいと言われたら、何色を手取るだろうか。

静岡市の細澤奈奈さんは、まず画用紙を縦にするか横にするかを決め、その日の気分で絵の具を選ぶ。明るい色を何色も使う時もあれば、白と黒で描く日もある。迷いもてらぬイメージを

筆運びで、すべるように、跳ねるように、一気に描き上げる。文字のように見えたり、海の波や花畑のようだったり。大いにイメージをかき立てられる抽象画の数は、パンダの図柄に使われたり、CDジャケットに採用されたりするなど、魅了される人は少なくない。

「その日の気持ちや心を、体で表現しているんだと思います」と、母親の弥生さんは話す。長年、奈奈さんのそばで制作を見守ってきた弥生さんに

とって、そう思えるようになるまでには時間がかかったという。

もうすぐ年中さんになるという年の3月に、奈奈さんはインフルエンザ脳症にかかった。「目にして全てが変わってしまった」その日から、折に触れ、絵の具遊びを続けていたが、描きためた絵が作品として家族以外の目に触れたのは最近のことだ。絵の指導をしている山下博己さんが「個展をしましょう」と勧めたのがきっかけだった。

「個展なんてできるんだろうかと不安だった」というが、描いたのがどんな人かを知らなくても「いい絵だね」と言ってくれる、その声が弥生さんの自信になった。「この絵が誰かの暮らしを彩るかもしれない、と知って、私自身、絵の魅力にあらためて気付いたんです」

「障害がある子が描いた絵、という前提ではなく、まずは絵を見てほしい。そういう情報は後から分かる形でいい」と弥生さんは思う。奈奈さんの

創作を支える山下さんも「障害がある人の誰もが絵を描けるわけではない。絵の具を選び、勢いのある線を描けるのは奈奈さんの才能だと思います」

奈奈さんの見る世界は驚くほどたくさん色にあふれている。そして私たちは、絵を通してその世界を垣間見ている。



真っ白なキャンパスに夢を描く。

土曜日の公民館に子どもたちの声が響く。「多文化共生を考える焼津市民の会・いちご」が主催する「放課後ひろば」。勉強会には、おもに近隣に住むフィリピン国籍の子どもたちが通う。勉強を教えるのは、市民のボランティアや大学生、高校生たちだ。

水産加工業が盛んな焼津はもともと外国人労働者が多かった。今、もっとも多数を占めるのはフィリピン国籍の人たち。私たちが日々食べているコンビニの弁当や総菜の多くが、そういった人たちの手で作られる。その背景にあるのは、家族とともに来日し、言葉の分からない中で暮らすことになった子どもたちの存在だ。学校に通い、勉強や宿題をしたくても、言葉が壁になってなかなか定着しない。大家族のコミュニティーで暮らす子どもたちは、どうしても日本語の習得が遅く、行政が支援体制を整えている間にも、子どもたちはどんどん成長していく。

「市民のサポートが入ることは子どもたちにとっていいことだと思います」

と静岡県立大学国際関係学部の准教授、高畑幸さんは話す。

ただ、それは「かわいそうな外国籍の子どもを支援する」という構図にとどまるものではないことを記しておきたい。違う文化に学び、溶け込み、バックグラウンドを自分の強みとして日本に生きる子どもたちが育ち始めている。彼らは今まで「いなかった」のではなく、多文化共生というキーワードのもとに、私たちがようやく目を向けるようになったに過ぎない。そして、彼らとの関わりが、日本の若い世代にとっていいベクトルとして作用していることも。

「言葉や日本の文化を勉強する環境を整えることで、多言語と多文化を理解できるグローバル人材として、自分の夢を持つことができる。そんな子どもたちが実際に社会で活躍し始めています。支援する側とされる側、という立ち位置ではなく、協力し合う仲間であり、高め合うライバルになる、そういう時代が始まっています」



何色ですか？

目に見えない虹色を探す。

「LGBT」というキーワードがメディアで多く聞かれるようになり、男性と女性という二つだけの性ではなく、もっと複雑で幅広いセクシュアリティがあることが、知られるようになってきた。ただ、「LGBTといっても4種類のセクシュアリティがあるということではなく、まだ知られていない

セクシュアリティもある。交流会では当事者たちからも「自分とは違う価値観の当事者に初めて会った」という声が上がりました。LGBTしずおか研究会の代表、細川知子さんはそう説明する。

細川さん自身は当事者ではなく、研究会は支援団体でも自助グループで



もない。純粋に「いろんな価値観や生き方がある、それをもっと知りたい」という思いから2013年に発足させ、以来、当事者はもちろんそうでない人たちも、語り合える場を設けている。

会を通じて実際にロールモデルに会って情報交換をしたり、悩みを共有したりできるといったことはあるにせよ「ほとんどの部分はセクシュアリティはあまり関係ない」と当事者のAさんはいふ。この人は釣りが趣味。この人はこんな仕事をしていて、彼はどんな音楽を聴いている。要するに、ごく当たり前の日常の風景。

「LGBTという性のことだけがクローズアップされるけれど、それがその人のすべてではなく、人生のほんの一部。それ以前に、誰かの子どもだったり恋人だったり、会社員だった

りするし、恋愛や就職の話で笑ったり悩んだりする。それが普通だと思うんです」

ともすれば、センシティブな話題だからと身構えてしまいがちだけれど、あくまでも人と人。「相手が誰であれ、知らない人同士が会うときは、少しずつ距離を縮めていくものですよ。最低限の距離感と礼儀は、誰にも共通するもの」と細川さんは言う。ただ、LGBTについて講演や勉強会を頼まれる回数が増えるほど、「多様性」という言葉の限界を感じずにはいられない、とも。

「本来、多様性とは無限で、自分が見えている世界以外の、違う世界を指すはずなのに、多様性と言えば言うほど、多様性という枠にカテゴライズされて、イメージしにくいものは多様性という箱からこぼれている気がする」

七色の虹は実際は、目には見えない色が合わさって成り立っている。見えない色の存在へ、目を凝らしてみる。それを忘れないこと。きっと世界はもっと広くて明るい。

9月の季節を調べてみると、

新涼、秋涼、清涼…。

「まだ暑いのに」と、思わず苦笑い。

じりじりした日差しは遮りたいけれど、

季節のエッセンスは取り入れたい。

そんな時に頼れる旬顔は、ハットやベレー。

こっくり色で差をつけて。

SHOP INFORMATION

ATRENA
静岡市葵区紺屋町6-7 静岡PARCO1階
営業/10:00~20:00
tel: 054-903-8635



夏素材の中折れ帽からシフトしやすいハットは、つばの広いタイプが目玉を引く。

グログラン巻きマニッシュ
¥9,500 (ATRENA)



帽子と洋服をつなぐ小物は後ろ姿のアクセントに! ストーンやチャーム使いのオトナなデザイン。

ハットストッパー/各¥1,500 (ATRENA)



昨季から人気のベレー帽。柔らかすぎないサマーニット素材は、通気性がよく型崩れしにくいので、使い勝手がいい。

クリスピーベレー/各¥3,900 (ATRENA)



リバーシブルがうれしいハットは、アースカラーならアウトドアにも大活躍。年齢や性別問わず使える優秀アイテム。

リバーシブルハット/¥6,300 (LACOSTE)

ベレー帽初心者には、髪色で選ぶと失敗しない。黒髪はネイビーやターコイズ、明るい髪色ならキャメルを。コートと色を合わせても。

ぼこぼこベレー/各¥3,900 (ATRENA)

メジャーリーグのチームロゴワッペンを大胆にあしらったキャップは、超主役級。コーディネートを楽しんで。

キャップ/¥6,500 (NEWERA)

コンチョがカジュアルなキャスケットは短めヘアスタイルにも合わせやすい。自転車でも飛びにくく、デイリーユースに。

スウェードマリンキャスケット
¥4,900 (ATRENA)

淑女の表情を作り出すのは、大きめリボンの存在感。クラシックな気分を高めてくれるはず。

ペルセラーハット
各¥9,800 (ATRENA)

asten Column アステンコラム

vol.1

アステン編集部が見つけた
This is Nice!

「ニューキリム」の魅力とは?

「ニューキリム」には、今、ちまたでトルコの平織り物のキリムが注目を集めている。そんな中で特に最近注目を集めているのは「ニューキリム」と呼ばれるもの。ニューキリムは分りやすく言えば、モダン柄のキリム。従来のキリムよりも糸が細くなった関係で曲線なども表現でき、草木染めの発色が良くなったため、さらに個性的に。エスニックと愛らしさが混ざったデザインで、これが日本のインテリアにだけでかろうと印象が変わり、インテリアのアクセントにできるのがキリムのいいところ。ウールなので薄手でも年中使えますよとオーナーのアリスさん。小さな40×25cmサイズで1万3000円。高級に思えるかもしれないが、全て手織りのアートワークの輸入品。むしろ手頃と言えそう。

今、ちまたでトルコの平織り物のキリムが注目を集めている。そんな中で特に最近注目を集めているのは「ニューキリム」と呼ばれるもの。ニューキリムは分りやすく言えば、モダン柄のキリム。従来のキリムよりも糸が細くなった関係で曲線なども表現でき、草木染めの発色が良くなったため、さらに個性的に。エスニックと愛らしさが混ざったデザインで、これが日本のインテリアにだけでかろうと印象が変わり、インテリアのアクセントにできるのがキリムのいいところ。ウールなので薄手でも年中使えますよとオーナーのアリスさん。小さな40×25cmサイズで1万3000円。高級に思えるかもしれないが、全て手織りのアートワークの輸入品。むしろ手頃と言えそう。

40×25cm, 70×50cm, 90×60cm, 120×80cm, 150×100cm, 180×130cm, 200×150cm, 30×180cmなどリクエストの多かったサイズが続々入荷!

INFO 長年使った絨毯(じゅうたん)やギャッベ、キリムのクリーニングや、ほつれの修理も受け付け中。一度きれいにすればよみがえる可能性大。下取り査定も実施中。

PASA (パシャ)
静岡市葵区兵衛町2-2-4
054-266-4662
10:00~19:30 無休

心地いい暮らし 小さな発見 vol.1 今月は水のお話

2週間に1度、「新鮮な水」をお届けします!

「防災用の水はどうする?」

最近、ウォーターサーバーを置く家庭が増えたらしい。水道水のおいしい静岡で必要あるの?と思いきや、一番気になるのは「災害時の備蓄にもなるから」という理由。4人家族の必要な飲み水は1日で12ℓくらい。水道が止まった場合に備えて最低必要と言われる3日分確保しようと思ったら36ℓも…。ペットボトルで毎回そんなに買い替えていくのは大変。その点、宅配水なら買い忘れの心配もなく、防災の備えとしての水が自然と備蓄できる。また、普段飲む水としても、カルシウムやマグネシウムなどのミネラルがたくさん入っているから健康面にもいい。給湯機とのウォーターサーバーは、仮に電気が止まった非常時でも利用可能。また、ボトルを回収するのでゴミにならず、2週間に1度決まった担当者が届けてくれるのも安心。サーバー代は無料で、使った分だけお支払い。まずは無料で試してみませんか?

今なら
ウォーターサーバーの無料お試しキャンペーン!
サーバー1台 + 12ℓボトル1本

さらに「アステンを見た」の一言で、もう1本、ボトルをプレゼント!
2018年9月末まで詳しくは問い合わせを。

お問い合わせ 0120-032-293 鈴木商事
[受付] 平日8:30~17:30 鈴木商事のボトルウォーター

asten INFORMATION

就職・転職を応援! 「しごとのかんづめフェア」

県内外の積極採用企業の担当者や面接会って話せる合同企業説明会「しごとのかんづめフェア静岡」が9/8(土)、グランシップ静岡で開催される。約50社が一堂に集結! 託児ルームも併設し、働く女性応援ブースも多数出展する。就職を考えている人はぜひ参加、相談してみよう!

しごとのかんづめフェア事務局(静岡新聞社営業局)
静岡市駿河区登呂3-1-1 054-284-9018(平日9:00~18:00) 転職のかんづめ

ヴィノスやまざき×ヴォーシエル ワインマルシェ

ヴォーシエル特製の料理とワインを気軽に楽しむ会が9/14(金)開催される。昼の部と夜の部があり、参加費3,000円でヴィノスやまざきおすめの20種のワインを味わえる。料理は一皿500円からのオーダー制。

グランディエール ヴォーシエル
静岡市葵区紺屋町17-1 英タワ-25F 054-273-5250

ワインマルシェ問い合わせ/ヴィノスやまざき(戸塚・藤木) 054-251-3607

ガーデンファニチャー
キャンペーン開催中!

9月30日までにザ・シーズン静岡でご契約いただいたお客様へ
お好きなガーデンファニチャーを特別価格でご提供いたします。

9/30(日)まで

秋のオープンガーデン10月開催決定!

ザ・シーズン静岡
TEL 0120-989-685

磯自慢株式会社
レストランヴォーシエル

一期一会の特別プラン 限定50名様

第6回 磯自慢ディナー

2018年10/26 (FRI) 18:00~

今年も中取り純米大吟醸を、美味しく堪能いただけるコースです。ご予約はお早めに。
※定員に限り次第締切りとなりますので、予めご了承ください。

1名様 ¥24,000
[2名様より] (税・サ込み)
※各種割引チケット利用不可(株主優待券は除く)

女子会 Dinner 9/27 (Thu)

2時間のフリードリンク付き

スパークリングワイン
ワイン(赤・白・ロゼ)
カクテル各種
ソフトドリンク

月~木 (平日限定) 完全予約制

通常価格(1名様) ¥5,500のところ → 1名様 ¥5,000 (4名様より) (税・サ込み)

25F Sky Restaurant
GRANDAIR BOUQUET TOKAI Beau Ciel

TEL 054-273-5250

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。

専用デザインを施した、より個性的なフィット登場

Modulo style

Photo: フィット HYBRID Modulo style Honda SENSING(FF) ボディカラーはミッドナイトブルーベーム・メタリック(有料色:32,400円高)

クロームメッキと、ツヤ黒塗装メッシュが印象的な専用フロントグリル+フロントバンパー。 スポーク形状が精神な専用デザインの15インチアルミホイール。

フィット HYBRID Modulo style
Honda SENSING

車本体価格 2,257,200円※
※上記価格には写真の有料色の価格は含まれておりません。
※型式: DAA-GP5 1.5L i-VTEC+ i-DCD 7速デュアルクラッチトランスミッション車/FF

Honda Cars 静岡

本社: 静岡市葵区東静岡1-1-14
TEL: 054-263-5522

東静岡店 TEL 054-265-5211
清水町店 TEL 054-251-1313
聖一色店 TEL 054-263-9561
電南店 TEL 054-248-0202
清水吉川店 TEL 054-344-6311
清水洗川店 TEL 054-347-0011
ホンダオートテラス静岡 TEL 054-201-3700

※価格はすべて消費税(8%)込みの価格です。掲載価格には、保険料、税金(消費税除く)、登録等に付する諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。■本車庫は持ち込み検査が必要です。■車庫本体価格には、別途パンク修理キット、修理工具、ジャッキが含まれます。■車庫は必ずセットする付属品は含まれません。■車庫本体価格には特別価格以外のメーカーオプション、ディーラーオプションの価格は含まれておりません。■車庫本体のみでもご購入いただけます。■写真は印刷のため、実際の色とは異なる場合がございます。詳しくは営業スタッフまでお問い合わせください。

5 PIECES

Vol.15 エス・ティー・シー 人事部
堀 聡子さん
38歳 おひつじ座 A型
Satoko Hori

どこでも通話できるというだけのツールだったケータイは、メールやネット、カメラや音楽プレーヤー機能までを備えるスマホとなって世界を変えた。携帯電話販売店は暮らしのアップデートに欠かせない場所。スタッフの皆さんが心掛けていることは？ STC人事部の堀聡子さんにインタビュー！

以前の接客は丁寧であれば評価されました。今、選ばれるお店になるためには「また来たい」と思っていたかどうかが大切。全てがそんなお店になれるように、チームとしての接客力を上げることに力を注いでいます。それは**「マインドから生まれるもの」**の繰り返し伝えていきたいですね！

仕事柄おもてなしに感動できるお店に出会うとうれしくなります。長野のとあるレストランは接客が本当に素晴らしく、決して近くありませんが2回訪ねました。おいしいものもお酒も好き。良いお店があると聞くと、地図ソフトにマークして訪ねるのを楽しみにしています。採用で出会った学生さんにも聞いちゃいます。

1. 磨

2. 務

3. 親

4. 饗

5. 心



機種やサービスの説明、契約...とすることは同じであっても、接するのは毎日違うお客さま。趣味や家族のことなどさまざまなお話をすることで、その方に合った商品やプランを提案でき、喜んでいただけます。とにかくよくしゃべる仕事なので、**トークスキルを磨きたい人**にぴったりだと思います。



私自身は地元の大学を卒業後に入社し、ショップスタッフと店長を経験して、現在は接客の研修と採用を担当しています。全店を巡って一緒に店頭立ちながら、接客や笑顔についてブツブツ言う「小じゅうと」のような役目(笑)。慣れは大敵。「初心を思い出して！」と呼び掛けています。

人事の仕事は人の人生を左右しますし、すぐには結果が出ないもの。採用に初めて関わった入社2年目の子どもが県内各地で一生意態をやっている様子を見ると、もう**親のような気持ち**。そんな「子ども」の一人から先日「おんさんに会うと元気になります！」と言われて、私も元気をもらいました。

asten INFORMATION

10/7(日) 瀬名秀明さん招き講演会

県立中央図書館は10/7(日)14:00～、本県出身の小説家・瀬名秀明さんを講師に招き、県立中央講堂で「静岡の青い空から広がった私の小説と科学～「パラサイト・イヴ」から「この青い空で君をつつもう」まで」と題した講演会を開催する。聴講無料。申し込み方法など詳細は県立中央図書館ウェブサイト。

県立中央図書館
静岡市駿河区谷田53-1 ☎054-262-1246
http://www.tosyokan.pref.shizuoka.jp

swallowsが9/23(日) OPEN 1周年イベント

庭のあるセレクトショップ swallows.9/23(日)は1周年を記念し、10,000円以上購入した先着30人にマクロビオティックで人気の「檸檬とラクダ」の焼き菓子をプレゼント。県内発ブランドのポップアップも開催！ツバメのように戻る人も初めての方も、一緒に1周年を祝おう！

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
https://swallows0901.wordpress.com/

ご褒美フレグランスコスメGRASSE MATINéE

GRASSE MATINéE(グラスマティネ)は、忙しい毎日過ごす女性に朝ゆっくり目覚めた日のような肌とリラックスを...という願いが込められたご褒美コスメ。5種類の保湿美容成分を配合。時間とともに変化する香りも魅力的。ボディミスト、ボディスクラブ、練香水発売中。

ケイアイ(発売元)
静岡市清水区天神2-5-1 ☎0120-514-877
http://grassematine-cosmetic.jp/

編集部 オススメ おでかけ GOURMET

もう食べた？ プレミアム金箔ソフト 好評につき9/30(日)まで100円引き！

かつて「金箔(きんぱく)入り茶」を発明し特許を取得した高柳製茶から満を持して登場！人気の「お茶つぶソフト」に本場・金沢から仕入れた10.9cm四方の金箔1枚をまるごとこのせた「金箔ソフト」がインスタ映えすると話題に！このほか金箔シリーズとして、金箔入りグリーンティー「おうす茶」100g・378円は牛乳と割っても美味。ギフトやおもてなし茶にいかが？

●「ミルク金箔ソフト」通常価格600円を500円で提供(トッピング+50円)。9/30(日)まで。ソフトクリームの販売は本店のみ。営業時間終了の30分前まで。

高柳製茶
●牧之原本店 牧之原市藤田2310-4 ☎0548-27-2325 365日営業
平日9:00～17:30 土日祝9:00～17:00 http://www.makinohara-cha.com/

シティオの人気ランチに 食欲そそる一品が仲間入り！

脂ののった戻りガツオをさっと炙り、ご飯が見えないほどぜいたくに盛り付けた「鱈の炙り飯」がランチに登場。特製のたれが食欲をそそり、箸が止まらない一品だ。ゆっくり過ごしたいランチには、ふじのくに食の都づくり仕事人が、海の幸・山の幸を見た目も美しい小箱膳に仕上げる「季節の三段重」を味わいたい。

●「鱈の炙り飯」小鉢・味噌汁付き980円。「季節の三段重」ドリンク付き1,580円(税別)。

ザ・ガーデンシティオ
静岡市駿河区浜島1-2 ホテルシティオ静岡 5F ☎054-253-1106 11:30～22:00 ※ランチ11:30～14:00。ティナーは完全予約制

自慢の料理をあれこれ食す「ランチコース」がお得！

おいしい料理とともに、くつろぎの空間を楽しむ北京ダック専門店。初めてなら、選べるメイン料理や北京ダックなど7品(デザート含む)を楽しめるランチコース(2,500円)がおすす。メイン料理は、約8割が注文するという絶品黒酢豚を味わってみて。プラス500円で約10種類のスイーツ好きなだけ食べられるワゴンデザートサービス(ドリンク付き)もぜひ。ほか、ランチは1,000円～。

●「アステンを見た」でランチのデザートがグレードアップ。またはドリンクをサービス。9/30(日)まで。

北京烤鴨 祥瑞
静岡市駿河区東町55 静岡交通ビル2F ☎0120-22-5851
☎11:00～14:00 ☎16:00～23:00(L022:00)
月曜定休(祝日の場合は翌平日) [北京ダック祥瑞] 個室

子連れファミリーに優しい！ 500円ランチと牛焼肉ランチ1,380円

昼からたっぷり焼肉気分の休日は、土日・祝限定ランチがおすす。ドリンクバーとご飯ビュッフェは飲み＆食べ放題で、モツカレーや牛スジ煮込みなど日替りの肉料理も楽しみ。焼肉メニューはホルモンや和牛カルビ、牛タン豚タンなど6種類。小さいお子さんなら大人のお肉をシェアすれば十分。おなかいっぱい楽しめる！

●ご飯ビュッフェのみの利用は500円(税別)。小学生未満の幼児は無料。

●休日ランチは1,280円(税別)～。ご飯ビュッフェ、焼き野菜、アイスorミニビール付き。

焼肉食堂(即)静岡食肉センター
静岡市駿河区下島121 ☎054-266-6644
☎11:30～14:30 ☎16:00～23:00 Pあり
土日祝17:00～23:00 ※L0は1時間前 不定休

天然酵母の風味とコクが豊か！ 変わらぬおいしさ！ パンの食パン

生クリームと練乳を練り込んだパンの食パンは、コクがあってしっとりきめ細やか。そのままと食べてもおいしく、手が止まらない魅惑の逸品だ。「自家製のルヴァン種(天然酵母)を入れることで、独特の風味とコクが生まれます」と店長。朝食やお弁当のサンドイッチ、プレゼントにまとめ買いするお客さんも多いとか。変わらぬおいしさをお試しあれ！

石室パン工房 パン
●藤枝店 藤枝市前島3-9-50 ☎054-636-3300 7:00～19:00 火曜定休
●焼津店 焼津市小川2826 ☎054-656-0810 7:00～19:00 月曜定休
※小川公民館向かい。ナビは「小川公民館」で検索

9月も大好評 特選会席ランチ「雅ランチ」なんと1,650円(税別)！

花鳥風月の会席ランチで人気の「雅ランチ」に、秋を先取りした特別な品々が盛り込まれる。店内は涼しく、完全個室なので気の合った友人などと、ゆったりと時間を気にせず何時間でも過ごせちゃう。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 かつうぶうげつ)
静岡市駿河区相屋町14-1 2-3F 稲高パーキング8号向かい ☎054-266-3300 月曜ランチ休み ライフシナジー 個室
11:00～15:00(L0) 15:00～翌2:00

山椒香るサンマで秋の Pasta!

グランシップ1階のグランテラスに新メニューが登場。山椒が香るサンマとシャキシャキ食感のレンコンがごろごろ入った食べ応え満点の Pastaや、しらすのかき揚げときのこの天ぷらの井など秋の味覚がふんだんに。広い店内にはキッズスペースも。親子でゆっくり過ごせよう！

●「秋刀魚の有馬煮と蓮根の Pasta 山椒風味」1,380円。「釜揚げしらすのかき揚げときのこの天ぷら丼」1,000円。

GRAN TERRACE
静岡市駿河区東静岡2-3-1 グランシップ内1F ☎054-204-5888 11:00～16:00 ※パーティーは22:30まで(要予約)
※休みはグランシップの休館日に準じる

編集部 オススメ おでかけ GOURMET

心を満たすランチコースにリニューアル！ デザート・コーヒー特典も！

大人にうれしい食卓の隠れ家「佐平」がランチを一新。おいしい料理をゆっくり楽しめるコーススタイルになった。一押しは、佐平のおこしコース、おさかなコース。メイン料理をはじめ、3種盛りやカルパッチョなど、特製の「命のだし」を効かせた日替わりの美食、全8品(2,000円)。人気の「焼き野菜」も味わえるからぜひ。10月末まで「アステンを見た」のひと言でデザート、コーヒーをサービス。「おまかせランチ」1,500円、「小会席」2,850円も注目。※税別。

和の食卓 佐平
静岡市駿河区中吉田43-16 足立ビル1F ☎054-262-1156
☎11:00～14:00 ☎17:30～22:00 水曜定休 Pあり

ビュッフェレストランの香 目でも楽しめる実演が人気！

富士山の溶岩石を使用した石窯で焼き上げる料理や焼き立てピザ、朝採れ野菜のサラダバーなど、常時40種以上のメニューが並ぶビュッフェレストラン。中でも和洋中のシェフが腕を振るう実演料理は好評で、9月はカツオのたたきや本格四川料理が楽しめる。どこまでも広がる青い空と海を眺めながら優雅なランチタイムを！

●ランチビュッフェ大人料金/平日2,570円・土日祝2,880円。

焼津グランドホテル The Dining 炎の香(ほのか)
焼津市浜島1489 ☎054-627-1121 ☎平日11:30～14:30(L014:00)・土日祝11:30～15:00(L014:30)
☎18:00～21:00(L020:30) 無休 [焼津グランドホテル 炎の香] 個室

特典満載！ 秋の大感謝祭！ 月替わりコースを創価価格2,800円で提供

「秋のおとずれフェア」を開催。期間中は月替わりコース通常価格3,000円が2,800円(税別)。メイン料理は「牛ヒレステーキ」または「鮭の黒ごま焼白味噌クリームソース」。オマール海老のテリース、スモークチキン、パイアベースなど、味わい深い品々が五感を刺激する。さらに平日の月替わりコースはドリンクサービスに加え食後のコーヒーor紅茶がおかわり自由。9/30(日)まで。

和洋食卓 さくら
静岡市駿河区向敷地35-2 ☎054-259-3901
☎11:30～14:30 ☎17:30～21:00 P30台
火曜定休 ※祝日の場合は営業※予約制

9月のランチ
仙台和牛ホホ肉の柔らか煮 2,200円(税別)
オーードブル6品盛、スープ、パンorライス、デザート、コーヒーorティー付き

「アステンを見た」で合計金額より10%引き！ 9/30(日)まで

20種類以上の焼き立てピザやパスタ、カレーなどをバイキング形式で楽しめるシェーキーズ。ピザはテイクアウトができるので、ショッピングがてら買って帰ることもできる。友だちの集まりやホームパーティーなどで大人気！注文を受けてから焼くので、アツアツを受け取れる。テイクアウトのピザも「アステンを見た」で合計金額より10%引き。

●9月からは秋季限定ピザも続々登場！ 秋の夜食は1,000円プラスして、生ビール&ワインの飲み放題はいかが？

うな重と焼肉の夢のコラボ 人気があり過ぎてアンコール実施！

7月のランチ「スタミナコラボ」が大々大好評につき、特別に再登場！厳選うなぎの蒲焼と国産牛サーロインの焼肉は、ふっくらジューシー、そして、香ばしい。夏バテをいたわる涼菜、温泉卵など5品。月一金の1日20食限定、9/30(日)まで。「天空弁当」、「海鮮丼ランチ」など定番ランチ4種も注目。また、両家の顔合わせや法要など大切な席には、ひとつ上の創作料理でもてなす「天空会席」を、前日までに要予約。9/30(日)まで。2階の鉄板焼Bistroさわも、いよいよランチをスタート！

●天空特典「アステンを見た」でランチ5種が1,000円(税別)に。9/30(日)まで。

天空の和dining さわ
静岡市駿河区相和町6-2 アイワンビル10F http://sawa-shizuoka.com/
日曜定休(予約は受け付け) 予約専用ダイヤル ☎0120-301-450
☎11:30～14:00(L013:30) ☎17:00～24:00(L023:30)

編集部 オススメ おでかけ GOURMET

見た目よりもずっしりと重い 大人の濃厚和栗モンブラン

秋の味覚の王様「和栗のモンブラン」が登場！丹沢栗のペーストとサリュー自慢のカスタードを合わせたマロンクリームは、和栗本来の味をしっかりと感じられる濃厚な味わい。手に取るにずっしりと重みを感じるが、中の生クリームに砂糖を使わないことで、程よい甘さのバランスに。大人のモンブランをぜひ！

●秋季限定「和栗のモンブラン」490円。

patisserie Salut.(サリュウ)
静岡市駿河区谷田41-30 ☎054-297-3434 10:00～19:00 木曜定休 P3台

9/1オープン！ 世界中のセレブが訪れる ニューヨークグリの味が静岡で楽しめる！

静岡のセレブや大人女子の「こんなお店があったらいいな」がなかった！ フレンチほど堅苦しくなく、バルほどカジュアルすぎない。確かな技術と経験に裏打ちされた一流の味を、肩の力を抜いて楽しめるお店。ボイルズは焼津の釣り具メーカー、デュオが手がける今注目のニューヨークスタイルのレストラン。社長が釣りを通じて知り合ったシェフ、石井さんの腕やセンスにほれ込み、彼を迎えて出店に至った。石井さんはザ・ベニシヤ東京やパークハイアット東京など世界のVIPを魅了した著名シェフ。ニューヨークやパリ、タイなどで学んだ彼の料理は、枠にとられない自由な表現力が魅力だ。静岡の食材が彼の手にかかるとどんな風に生まれ変わるのか、今から楽しみでならない！

●「富士山岡村の赤ワイン煮」洋風肉じゃがスタイル]2,600円。「ジロムレタスのシーザーサラダ」スモークペーコン パルメザンチーズ 飛田さんのマルチグレイントーストのクルトン添え]1,540円。

●静岡県出身の若手ベストシェフによるスイーツも魅力！「シェフの愛するNY風チーズケーキ 多量のベリー」780円。

●「お客さまとの距離」にこだわったオープンスタイルの厨房。

●「富士山岡村牛入りビーフ100%」Jun'sバーガー 特製タルタルソースとフレッシュフライ添え]1,500円。

SWEETS&DINNER BOIL'S(ボイルズ)
静岡市駿河区相屋町7-7 サンビレビル2F(1Fは一階 静岡駅前店)
☎054-251-5840 月曜-第4日曜休み
☎13:00～23:00(L022:30) ☎17:00～23:00(L022:30)

アステン5つ星

癒やしの あんこスイーツ

疲れた体と心にしみるあんこスイーツ。小豆あんはおいしだけでなく、ポリフェノールや食物繊維など、女性に優しい食べ物なのだ。しっとりとした白あんには上品な気分をもらえ、芋あんや栗あんは季節も感じさせてくれる。さあ堂々とあんこスイーツをいただく！

【雅正庵 千代田本店】の 焙じ茶どら焼き 月の都 焼きいも

県産抹茶を使った生地で粒あんをサンドした人気のどら焼き「月の都」に、9月1日から秋限定バージョンが登場。ほうじ茶を練り込んだ香ばしい生地で芋あんを包み、蜜漬けにして焼いた静岡産のサツマイモがゴロゴロ。焼き芋をどら焼きで再現した秋らしい和菓子だ。千代田本店のほか、宮竹店、焼津西小川店でも販売。併設のカフェではほうじ茶スイーツも登場するそうなのでお楽しみに。

静岡市葵区千代田7-1-47
tel./054-267-3008
営業/10:00~19:00
休/無休(元旦、研修時除く)
P/29台
★焙じ茶どら焼き 月の都 焼きいも ¥220

【マー君のケーキ屋さん Fee de Verte(フェ・ド・ヴェール)】の 紅茶あんみつ

ダーズリンを使った紅茶寒天が琥珀(こはく)色に輝き、香り高い紅茶蜜が華やかさを添える、ケーキ店らしいスイーツ。イベント出店を機に6月から作り始め、わざわざ買ってくる人も人気ぶりとか。他に煎茶・ほうじ茶のバージョンもあり、10月末頃までの期間限定。小ぶりサイズがかわいい「御門台コロネ」、甘さ控えめの「モンブラン」なども手頃価格で並び、ついあれもこれも買いたくなる。

静岡市清水区有度本町3-8
本町六番館103
tel./054-346-2023
営業/10:00~20:00
休/水曜 P/2台
★紅茶あんみつ ¥400

Pick up voice!
コチラも!! 旅者オススメ あんこスイーツ

静岡 ● 葵区伝馬町「鶴門焼本舗」あずき入りのアイスがこってりしていてあんこ好きにはたまらない(葵区・パート) ● 駿河区用宗「神尾きんぽ店」売り切れで買えないことも。甘さのバランスが絶妙(葵区音羽町・会社員) ● 葵区馬場町「河内屋」何と言ってもどら焼き!(葵区・会社員) ● 藤枝 ● 郡「神谷製菓所」焼焼きはつぶあん、こしあん、お茶あんなどバリエーション豊か。水ようかんなどを売っていることもあります(藤枝市・主婦) ● 焼津 ● 中野田「カフェパル・ジアン」クリームあんみつはフルーツが新鮮、寒天もおいしい(焼津市・主婦) ● 島田 ● 本通「龍月堂」かりんとう饅頭がおすすめ(牧之原市・会社員) ● 日之出町「小倉屋」きんぽはもちろ、おしるこ白玉クリームあんみつもおいしい(島田市・会社員) ● 本通「たいやき屋島田店(海産物・よしむらの焼)」メニューは焼焼きのみ。程よい甘さのあんこがギッシリ(島田市・会社員) ● 牧之原 ● 福岡「扇作家」陣太鼓最中が好き(牧之原市・自営業) ※口コミですべての店舗に変更がある場合があります。

編集部 オススメ まなびば SELECTION

宿命を知ることは、自分の才能を知ること
ミニ鑑定付き算数学無料説明会9/9(日)開催!



「東洋宿命学院」は本格的な算数学が学べる教室。「算数学」とは自然思想から生まれた宿命を知る哲学。天中殺という言葉聞いたことがある人ならピンと来るかも。自然から与えられたその人の役目を知ることで、運勢の向上や持って生まれた才能に気付くことができる。宿命を知る事で才能を知り、自分のことや、子育てにも生かすことができる。もちろん個人鑑定もできるが、自分で算数学を学べば、いつでも自分や家族のことが分かる。「仕事に役立つ」「自分なりの答えが導き出せるようになった」という受講者の声や、中にはプロの占い師としてデビューした人も。無料説明会は初めての人のみ。ミニ鑑定付き。詳しくは問い合わせを。

●「算数学教室説明会」(参加無料・要予約)
9/9(日)10:00~11:00半程度
場所:県教育会館(静岡市葵区駿府町1-12)
電話で事前予約を(限定10名)

その場で脚がスッキリ!
まずは体験してみよう

「フーレセラピー」は、手の3~4倍の圧がかかる足を使って体全体をほぐし、血液やリンパの流れを促す美容健康法。全身が温まる感覚を実感できる。施術者は足を使うので体力的な負担が少なく、力のない女性も技術を習得できる。1畳分のスペースと足袋があればOKなので、自宅での開業や副業、家事や育児との両立を考慮する女性にもおすすめ。足とは思えない心地よさをまずは体験してみよう。

●2日限定!!
静岡でのスクール開校に向け
無料体験開催
9/28(金)・29(土)
10:00~、13:00~、16:00~、19:00~
※各2時間、予約定員制
会場:アライアップ御幸町ビル
(静岡市葵区御幸町11-8)

フーレセラピーアカデミー
東京都中央区入船2-10-7
0120-3229-20 ※予約・問い合わせ・資料請求
9:00~18:00 日曜定休

ひとりでも15分で着物が着られる
帯結びから始める着付け教室

家にある着物を気軽に着られたら...そんな願いをかなえてくれる初心者におすすめの着付け教室を発見。「静岡洒落着倶楽部着付け学院」なら、15分で着られる簡単な帯結びから始めて、わずか10回(3カ月)5,000円のレッスンで着物に関する基礎知識や着付けを一通り学ぶことができる。また少人数だから短時間で習得でき、着物のマナーや所作といった日本人のたしなみ身に付くのもうれしいところ。開催は水、木、金、土曜。疑問だけでなく、仕事帰りの夜も開催。今なら見学、体験入学も可能。時間は電話にて問い合わせを。

●9/30(日)まで入会特典!
便利帯板と着くずれ防止ベルトをプレゼント

NPO法人日本文化普及協会 静岡支部
静岡洒落着倶楽部着付け学院
静岡市駿河区石田3-10-33
054-201-9660(事務局:杜社 麻里 愛花) 10:00~18:00
火曜、隔週月曜定休(※あり) 静岡 はるか 着物 検索

医療・介護のお仕事探し専門サービス
9月中旬登録会・相談会を開催!

全国で15万人が利用している、医療・介護分野の総合求人サービス「メディカル・コンシェルジュ」。医療・介護分野で転職を考えている人はもちろん、ダブルワークをしたい人、短期間だけ働きたい人、子育て中のため数時間だけ勤務したい人、1日限りの単発で仕事をしたい人など多種多様な働き方に対応。希望条件を登録すると、自分に合った仕事情報をメールで紹介してくれるから便利。今なら新規登録、もしくはお友達紹介で2,000円分のQUOカードをプレゼント中! まずは登録会に参加しよう。

●9月中旬静岡で登録会・相談会を開催予定! 開催日時についてはホームページを確認を。都合がつかない場合は、希望の場所・日時で出張登録会を実施可能。気軽に相談を

メディカル・コンシェルジュ 浜松支社
浜松市中区板屋町111-2
浜松アクトタワー17F
0800-111-7474 / 053-546-1474
9:00~18:00 土・日曜、祝日定休
hamamatsu@concier.com
mc-branchoffice-hamamatsu.net/

編集部 オススメ こだわり SELECTION

みつきのやみつきアイス
ぶるみえ〜るで好評発売中!

モデルでSBSテレビ(月・金:16:45~)「イブアイしずおか」月曜レギュラーの石森まゆみさんが、ひんやりスイーツ「みつきのやみつきアイス」をプロデュース! ぶるみえ〜る各店(組屋町店除く)で販売している。美容や健康に良いとされる素材を使い、味や見た目にこだわった2品。ドラゴンフルーツのピンクとミルクの白が鮮やかなフロズンフルーツバー「ミルクードラゴン」はオレンジとチェリーの果実がアクセント。特製の糖甘酒ソースを深蒸し茶ジュラートにかけ、ビスケットをのせた「こじゅ茶」もまさにやみつきのおいしさ! 9月末までの期間限定。ぜひお試しください。

魔法のケーキ屋さん ぶるみえ〜る
【みずほ本店】静岡市駿河区みずほ3-6-1 054-258-9565
9:30~19:30 無休(臨時休業、年末年始休業あり)
【ジェラートカフェぶるみえ〜るレガロ】静岡市葵区組屋町17-2
054-273-5561 11:30~22:00 月曜定休(祝日の場合翌火曜)
【ほか取扱店】静岡バルシェ食料店、新静岡セノバ店、イトーヨーカドー一静岡店、静岡バルコ店

..... ココロとカラダの悩み相談
漢方先生にQ&A 第2話

Q 夏も終わりになのに、どうしようもない疲労感や倦怠感があります...

A 体にとって一番つらい時期は9月と言われてます。9月は暦の上では秋とはいえず、実際はまだ暑さ真っ盛り。夏から頑張ってきた体も限界が近づいています。日本人女性は体力がない人が多い傾向にあり、思うように体が動かない人が多いようです。中国医学には気力、体力は胃腸がつくるといって独特の考えがあり、胃腸をとても大切にします。冷たいものを取り過ぎないようにし、十分な睡眠を心掛けましょう。漢方には消耗した体の活力を補い、疲労、倦怠(けんたい)感の回復を促す効果が期待できる処方もあります。この処方は体に潤いをもたらし、血を作る効果も期待できるので、肌・髪・爪のツヤアップ等にもおすすめです。

漢方の熊野堂薬局
静岡市葵区安東3-20-30 1F
054-247-8134 10:00~19:00
日曜・月曜定休 P/2台
http://www.kumano-doko.com



駿河区 【御菓子司 白蕙久】の水まんじゅう

つるんとした口あたりとぶるぶるの食感、上質な優しい味のこしあんがベストマッチの水まんじゅう。寒い季節でも求める人がいるほど。自信を持てる材料を厳選できるのも、家族で製造販売しているからこそなのだから。静岡市内に店舗を構えて50年。「おいしく召し上がってほしいから」と、卸売やネット販売はしない。店先でしか出会えない上品な和菓子、ぜひ一度お試しを。水まんじゅうは9月末まで。

静岡市駿河区宮竹1-4-3-1
tel./054-237-3723
営業/9:00~20:30
休/第2、第4水曜 P/2台
★水まんじゅう ¥140

清水区 【おしるこ喫茶 船橋舎】のおしるこカップレ



清水区 静岡市清水区上2-1-20
tel./054-352-6915
営業/11:00~17:00
※日曜、夜12:00~
休/水曜 P/5台
★おしるこカップレ ¥650

江戸時代後期の文化5年創業という老舗和菓子店が営む喫茶。冷やしたあんの上に白玉団子と紅白のアイスクリームがのったユニークな祭りのぜんざいは、30年ほど前に清水みなと祭りの総踊りに港がはが加わったことを記念して考案されたオリジナル。熟練の技で作られるしっかりと甘さのあんに癒やされ、ほっと幸せな気分になれる。西洋アンティーク風のレトロな店内も魅力。

清水区 【匠匠ふなじ うしほ屋】の生どらきんとき



清水区 静岡市清水区興津中町385-9
tel./054-369-0341
営業/9:00~19:00
休/月曜(9/17は営業、9/11、25は休み)
P/4台
★生どらきんとき ¥140

「生どらきんとき」は、30年以上前から店頭に並ぶ定番中の定番・生どらに、北海道の契約農家から仕入れた小豆を使用したあんこをプラス。甘さ控えめの北海道産フレッシュクリームとあんこの相性は言うまでもない。生地はパンケーキに近いふわふわ食感で、和菓子というより、もはやスイーツ。大正5年創業、和菓子から洋菓子、焼き菓子も手頃な値段でそろそろ、頼れる老舗に足を運んでみては。

焼津市 【焼津あおば】の宇冶金時



焼津市西小川2-10-19
高橋プラザ内
tel./090-6646-1688
営業/10:30~売り切れ次第終了
休/月・水曜、不定休あり P/4台
★宇冶金時 ¥700

あんこが大好きという店主が作るあんは、自然な甘さで小豆の粒の形をできる限り残した美しい仕上がり。6月中旬から9月中旬まではかき氷とわらび餅のみの販売で、手作りの抹茶シロップがさわやかな宇治抹茶をはじめ、黒蜜きな粉、あずきミルクなどあんこをのせたかき氷が豊富にそろそろ。9月中旬からはあんこあんクリームチーズのたのやきが登場。作り置きがなく、焼きたてを買えるのがうれしい。

駿河区 【和洋菓子 ぶりあんどや】の 魅まんじゅう



駿河区 静岡市駿河区福川11-2-29
tel./054-285-6860
営業/9:00~18:00
休/月曜 P/3台
★魅まんじゅう ¥160(税別)

20年ほど作り続けているという言わばお店の顔。一年中手に入るが、この時期が一番よく売れるそう。厳選した材料を使いもちもち柔らかく仕上げた生麩は、青海苔が香り見た目も爽やか。上品な甘さのさらりとしたこしあんがよく合う。笹にくるんで置くことで、笹の塩気や風味が移り一層おいしくなる。上生菓子やどら焼きなどの和菓子だけでなく、ケーキや昔ながらのプリンなど、洋菓子も充実。

葵区 【大国屋製菓舗】の あんこ玉いろいろ



葵区 静岡市葵区大岩2-3-8
tel./054-245-2448
営業/9:00~19:00ごろ
休/日曜、第3月曜、毎月28日(詳細はHPへ) P/2台
★あんこ玉いろいろ 6個入り ¥300

カラフルでかわいらしい見た目にそえられるあんこ玉。寒天でコーティングされたあんこは6種類。基本の5種類(こしあん、白、ムラサキイモ、足久保産抹茶、クルミとゴマ)に、ユズやカボチャといった季節の味が加わる。駄菓子屋のガムボールから連想したというだけあって、子どもたちにも好評なのだろう。客足が絶えない人気店。おはぎや今夏の新作・玄米茶のわらび餅などは予約が確実。

あの子に1つ贈り物

木やシリコンのビーズパーツを組み合わせた「歯固めジュエリー」。歯が生え始める頃のあの子に贈りたい。今回は既製品ではなく、似合いそうな色や動物などを選んで作って贈りましょ、というワークショップスタイルのご提案。ママやパパがプレスレットにしてお出掛けしたり、落とさないようにベビーカーやおもちゃに取り付けることもできる。歯固めジュエリーは、もちろん、安心安全な素材と作りで煮沸消毒も簡単！ Tiny Teeth™ 認定講師の大久保えつこさんが丁寧に教えてくれる。



歯固めジュエリー

1,500円～（オーダーも可）

規津ベビーマッサージ教室nicoe(ニコエ)

TEL.090-9267-3815 規津nicoe 検索

サブリナ1 action

- ① 椅子に浅く腰掛ける。手を後ろに置く。
- ② 足を上げ、両膝を胸に近付ける。お腹に力を入れて。
- ③ 膝の曲げ伸ばしを10回×3セット行う。

チニートウー
と感したら

腰回りが重くなった



できるだけ浅く座って、体重を後ろにかける。お腹以外は力が入らないように注意。膝を寄せる時に息を吐き、伸ばす時は吸う。



グランツ フィットネス インストラクター 浅川広美さん 山本直美さん

お好きな入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/> Glanz

とっさの1フレーズ

宝くじ当たったんで!



ノーウェイ! 「ありえない!」



Point

「No way!」は直訳で「方法が無い=ありえない!」です。 #「No way!」は驚きと拒絶を表現します。

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

しずおかランニングパトロール登録募集

しずおかランニングパトロールの登録ランナーを9/17(月・祝)まで募集中。市街をグループレランしながら声掛けを行うことで、健康増進と明るく犯罪のないまちづくりを目指す。登録料2,000円。結団式・講習会など詳細はHPで。

しずおかランニングパトロール事務局 静岡市駿河区登呂3-1-1 静岡新聞社・静岡放送営業局企画推進部内 ☎054-281-9009(平日9:00~17:00) しずおかランニングパトロール 検索

学んで備える南海トラフ巨大地震

県は9/5(水)13:30~、県立大講堂で南海トラフ巨大地震のメカニズムや地震への備えを学ぶ講座を開く。講師は平田直一・地震防災対策強化地域判定会会長と福和伸夫・名古屋大減災連携研究センター長。誰でも聴講OK。無料。事前申し込み。

「ふじのくに防災士養成講座」公開講座 申し込み/県地震防災センター ☎054-251-7100(9:00~16:00、月曜休館) FAX:054-251-7300 メール: eq-center@amethyst.broba.cc(氏名・居住市町・電話番号を明記する)

聞き得! エネルギーの玉手箱



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

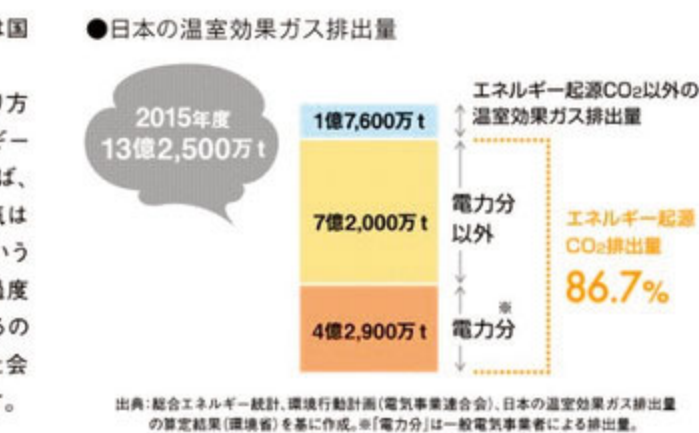
地球温暖化問題や環境・エネルギー政策に詳しく、国連の気候変動枠組条約交渉にも参加し、政府審議会の委員も務める。著書に「誤解だらけの電力問題」など。

温暖化を防ぐには

地球温暖化は環境問題ととらえがちですが、実はエネルギー問題です。日本の出す二酸化炭素(CO2)などの「温室効果ガス」の約9割は、エネルギーの利用に伴うものです。いかに省エネを進めるか、いかにCO2を出さずにエネルギーをつくるかを考えなければ解決しないのです。

日本が利用するエネルギーの約7割は都市ガスやガソリンなど、化石燃料を直接燃やしています。これらのエネルギーから出るCO2を減らすには、高効率化を進めるか、使用を抑制するしかありません。エネルギーの使用抑制は国民生活に大きな負担となります。

それを避けるには電気や水素など、つくり次第ではCO2を出さずにつくれるエネルギーを活用することです。具体的な例を挙げれば、ガソリン車を電動車に転換した上で、電気は再生可能エネルギーが原子力で作るということを徹底すれば、エネルギーの使用を過度に抑制することなく、大きくCO2を減らせるのです。このように脱炭素化を進めるには社会全体で構造転換を進める必要があるのです。



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

日本は創業100年を超える企業が3万社以上もある、世界でも類を見ない老舗企業大国。静岡県内でも今年創業100年という企業は42社を数える。長寿の秘訣はどこにあるのか研究対象にもなっており、この100年の間に大きな戦争を経たものの、以後、長く平和であることは大きな要因の一つだという。100年企業の魅力に迫る「はっけん、100年ロマン」。中部地区に二つの拠点を(静岡市・藤枝市)を持つ 本社創業1915(大正4)年のヤナセ静岡を訪ねた。

はっけん、100年ロマン

ヤナセ静岡の巻 本社創業1915(大正4)年



メルセデス・ベンツを 目には見えない心の花を 大事にしている人たちに お届けしたい。

初輸入したベンツ車。すでにベンツ社からは指定サービス工場として高い評価を得ていた。1952(昭和27)年

ヤナセといえばメルセデス・ベンツ。輸入車販売の草分けの企業である。そのヤナセが創業7年目に日本初の純国産車「ヤナセ号」を製造販売したことはあまり知られていない。当時は国内に自動車がない。まさに草分けとしてのチャレンジだった。その後、日本の高度成長に歩調を合わせるかのように、

1952(昭和27)年いよいよメルセデス・ベンツの輸入販売をスタートしている。今ヤナセは「車はつくりたい。車のある人生をつくる」というキャッチフレーズを掲げている。100年の歴史をみると、車のある人生をつくりたいと挑戦し続けてきた話題が満載だ。例えば、創業時は専属運転手が常識だったことから、運転手付きで車を販売。さらに運転手の育成にも力を注ぎ、およそ2,000人が巣立っていった。1959(昭和34)年にはガレージ付きアパートを「モーパート」というかわいい名



前で全国展開することを構想し、東京都目黒区に第1号を完成させたこともあった。メルセデス・ベンツに貼られた、ひととき目を引く「YANASE」のステッカーも梁瀬次郎氏の発案。一目でヤナセで買った車だと分かるから、販売店から離れたところでも、何かトラブルがあれば、ヤナセの社員が声掛けし、親身



に対応できる。広告宣伝を狙ったものではなかった。企業の品格を感じさせるエピソードである。

長寿企業を対象にした調査や書籍によると、最も大事にしていることは信頼、そして意外なことにトップダウンよりもボトムアップ型の企業が多いこと、さらに、時代の変化への対応力が高く、社員が企業全体を俯瞰する視点を持っていることも指摘されている。100年企業の知恵が私たちに教えてくれることは多い。

私たちが100年ロマンをつなげています。



営業のニューフェイス 〇〇 橋本 麗さん

「メルセデス・ベンツには社有車で初めて乗りました。こんなに違うの初めて本当にびっくりしたんです。運転しやすさが他の車とは全然違いました。入社して半年のまだ勉強中の私ですが、誇りある企業のメンバーとして胸を張れる、充実した仕事をしたい。女性の皆さまには、お子さまが生まれるなら安全なメルセデスを、お子さまが巣立ったならゆとりなメルセデスを、もう絶対にオススメしたいです!」



メカニクの全国大会出場 〇〇 出雲 翔馬さん

「世界の車の始まりがメルセデス・ベンツ。まさに車の中の車です。最近注目されている安全運転機能もメルセデスにとっては以前から当然のこと。子どもの頃から憧れの車でたから、メカをやるとなれば当然あるヤナセしかないと入社しました。点検や修理にかかる時間が他のディーラーさんとは全く違う。神様みたいに尊敬できる先輩にも出会えました。メカニックとして幸せです!!」



MB国際認定セールス 〇〇 白鳥 勇司さん

「弊社のコーポレートスローガンである「車のある人生をつくる」って言葉が大好きなんです。メルセデス・ベンツは乗る人の生きるスタイルやポリシーのようなものにも影響を与えてくれる。そういう魅力を持ったすごい車だと思えます。学生時代は理系専攻でパソコンと向き合う毎日でしたが、デジタルな世界よりも人と出会うって学んで喜んで、という今の仕事について、本当によかったと実感しています!」



The new CLS Mercedes-Benzのデザイン革命は、ここからはじまる。 Mercedes-Benz

ヤナセ半期決算フェア 9/15(土) 10:00am-6:00pm 23(日) 10:00am-6:00pm

ご来場記念品 〇〇 スポーツタオルプレゼント!

メルセデス・ベンツ静岡販売店 (株)ヤナセ 静岡支店 〒420-0813 静岡市駿河区長島694-1 ☎054-261-4100 URL: <http://yanase.jp/>

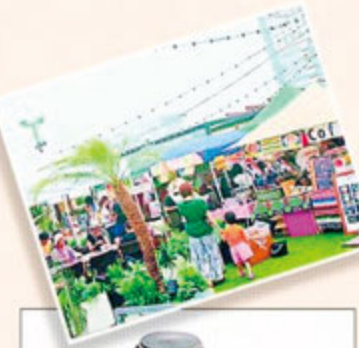
メルセデス・ベンツ静岡販売店 (株)ヤナセ 藤枝支店 〒426-0031 静岡市藤枝市敷地549-6 ☎054-645-7222 URL: <http://yanase.jp/>

TEST DRIVE 最新のメルセデス・ベンツ試乗車をご用意しております。メルセデス・ベンツ静岡東またはメルセデス・ベンツ藤枝でご体験ください。

表紙を飾ったアイテムを手に入れるチャンス!

asten @ 天空のマルシェ

9/16(日)・17(月)祝開催の静岡駅ビル パルシェ「天空のマルシェ」にastenが出演します!
表紙を飾ったアイテムを作家・企業さまのご協力で多数販売させていただけることになりました。
すてきなモノとの出会いで皆さまの暮らしがもっと輝きますように!



9/16日・17日 祝月 10:00~15:00
静岡駅ビル パルシェ屋上 (静岡市東区黒金町49)

●天空のマルシェ Facebookページ → <https://www.facebook.com/tenku.marche/>
※雨天・強風の場合は5階「天空のマルシェ」として開催します。 ※マルシェ内は現金のみでの販売となります。ご了承ください。

パルシェの人気イベント「天空のマルシェ」は毎回異なったテーマで開催されるのが特徴。今回は「世界のグルメ屋台」をテーマにフレンチやイタリアンなどワイン、ビールに合うグルメが盛りだくさん。ステージでのライブ演奏もあります。ドリンクやフードをのんびり味わい、astenで買った物、オトナ女子の休日を楽しみましょう!

<p>新製のパルシェ・ランプマン/cb works</p>	<p>水引のアクセサリー/motonaga</p>	<p>タダ (ソウダヤシの娘) アクセサリー/ Mami Pakipika</p>	<p>香色小物入れ/燈台とアート体験 道工房</p>	<p>靴、遠州織物シブワンピース、トートバッグ、Baby&Kids改良/ atelier (jarta) (アトリエエッセ)</p>
<p>阿波司(アバカ) ブックカバー、クラッチバッグ、ほち袋、コースター、ヘアゴム、メガネケース/まき工房</p>	<p>手織み小物ケース/ SABASABA</p>	<p>rusu/SAZARE</p>	<p>革キータグ/日本エーデン</p>	<p>金魚ピアス/おきね荘</p>
<p>宝石石けん/おひな屋さん&OLIVER</p>	<p>ハンドベントTシャツ、ワンピース、チュニック等/ Zakka Somali</p>	<p>パレット、アクセサリー/okeydockey</p>	<p>ロボカトリン/羽田製作所</p>	<p>カシミアの選ストール、手織みキャップ、ヘルギリーネンのストール等/ウールスタジオ AND WOOL</p>

アステン流 大人ドリル

淑女検定

チャレンジテーマ ガーデニング

アンティークレンガの小道を囲う色とりどりの花々。そんなナチュラルガーデンを自分の手で作ってあげたら、どんなにすてきだろう。千里の道も一歩から。まずは「一つ一つの花の特性をよく知ること」が大事だということ。

SBS学苑 静岡校 今月の先生

[四季のガーデニングノート] 講師 成澤 義美 さん

受講料 6,642円 (3ヵ月3回、管理運営費含む)
教材費 4,860円
講師 成澤 義美
園芸家
四季折々の草花を育てながら土作り、肥料の与え方、病気の対策などを指導。

【お問い合わせ・お申し込み】
Tel.054-282-1191

問題1 冬から春まで長くパンジーを楽しむコツとして間違っているのはどれ?

- A. 冬の植え付け B. 花殻摘み
C. 丈夫な苗選び D. 日当たり

問題2 春の花壇の主役 チューリップの球根は、いつ植えるのが正しい?

- A. 1~2月 B. 7~8月
C. 10~11月 D. いつでも

問題3 秋の代名詞スキ。地植えに適していないのはなぜ?

- A. 水分が不足する B. 広がりすぎる
C. 種が乱れる D. 月光が不足する

正解 & 解説

問題1 → 正解 A
春まで長くパンジーの花を楽しむためには、本格的に寒くなる前の11月までにはパンジーを植え付ける。そうすることで冬の間に根を張ることができ、徐々に寒さに慣れるので、半年間花が楽しめる。そのほかにも丈夫な苗選び、花殻摘み、追肥や水やりといった基本的な手入れも欠かせない。そして大事なのが太陽の恵み。「日光が一番の栄養です」と成澤先生。大事に育てれば、パンジーもそれに応えてくれる。

問題2 → 正解 C
春になるとかわいらしい花を咲かせるチューリップ。開花期間は1~2週間と短い。球根の植え付けは秋に行う。球根に限らず、秋はさまざまな苗の植え付けや剪定(せんてい)にも適したシーズン。寒さに向かっていく庭や花壇の冬支度をしながら、春になる頃はどんな風に育っているか、どれくらい花が広がっているか、ほかの花と高低差はどれくらいか、などイメージを膨らませてデザインし、植えていく。

問題3 → 正解 B
お見聞子に添える秋の植物といえばスキ。風情のある植物だが、一旦地に地植えすると広がりすぎてしまうので注意。スキだけでなく「オーナメンタルグラス」と呼ばれるイネ科やカヤツリグサ科の園芸観賞用の草類も同様。花壇に植えた時は、一旦鉢に植え替え、鉢ごと花壇に埋めて根を抑制する方法もある。宿根アサガオなど繁殖力が旺盛な植物は、家を覆い尽くしてしまう場合もあるので注意したい。

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メールアドレスの趣味・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

食欲そそる鴨すき煮ランチ

富貴庵が9/28(金)まで、平日限定ランチ「夏鴨すき煮 カレー風味」を提供中。鴨という冬のイメージかもしれないが、鉄分やミネラルが豊富なので暑さ厳しい時期にこそ味わってほしいという。スパイスも食欲をそそる。

旬野菜や根菜とともにどうぞ。2,950円、11:30~

日本平ホテル 日本料理富貴庵
静岡市清水区馬走1500-2
☎054-335-1155(富貴庵直通)

女性のための働き方ガイド

女子の大学生・短期大生・専門学校生・高校生を対象にした「女性の仕事見本市」(県主催)が9/2(日)13:00~16:00、グランシップ6階交流ホール・展示ギャラリーで開催される。県内40社がブース出展。各企業で活躍する女性社員から「働くホネ」を聞けるチャンス。参加無料、服装自由。

東海道シグマ(運営事務局)
静岡市東区御幸町8-1 JADEビル6F ☎0120-034-036
http://www.sigma-jp.co.jp/education/life_design/

静岡駅ビル パルシェ 本館が、グランドオープン1周年!

この秋、1周年を記念して、たくさんの催しをご用意いたしました! うれしいプレゼント企画から、さまざまな秋のイベント、天空のマルシェまで。パルシェの秋を、みんなで楽しもう!!

PARCHE GRAND OPEN! 1周年 1st Anniversary!

9.15(土)~17(日)祝 Sweet Birthday

本館グランドオープン1周年を記念して、期間中、本館及び食彩館で、税込20,000円以上お買い上げの各日先着30名様に、パルシェのカフェでスイーツが楽しめる「ご招待チケット」をプレゼント! ※レシート合算可

大好評の天空のマルシェは、今回で7回目! 秋のパルシェで世界のグルメを食べ尽くそう!

この他にも、さまざまな秋のイベントが盛りだくさん! ※詳細は、館内ポスター及びWEBサイトでご確認ください。

9/16(日)・17(月)祝 10:00~15:00
世界グルメ屋台

シーサイドのロケーションで地ビールを飲み比べ。静岡と全国各地の地ビールが大集合!

ビールに合うグルメコースも登場!

SHIZUOKA CRAFT BEER FESTIVAL 第3回

9.15(土)・16(日) 11:00~20:00 1F 海側デッキ ※雨天中止

静岡県静岡市清水区入船町13-15 TEL.054-354-3360

無料シャトルバス 22時20分まで運行中!

素材美 素材美追求ヘアエステ専門サロン

and A Beautiful life support

快眠マイスターが施術するメディアで話題のドライヘッドスパ

快眠ドライヘッドスパ + 眼精疲労アイスパ 8,000円(70分) ▶ 6,000円(70分)

生肌自分の大切な髪で過ごせるように素材を追求 トリートメント & スパ 11,000円

9.14 特別 OPEN

子どもが小学校に入るまでには家を建てたいけれど、考え始めるきっかけがなかったという、アステンサポーターの佐藤さん。気さくな1級建築士の稲葉さんに、家づくりの素朴な疑問をぶつけてみました。

Q. どんなデザインがいいか迷います

佐藤 「ヨーロッパ調のれんがの家もいいし和風の家もすてき。一つに絞るのが、迷います」
稲葉 「はやり廃りもあるし、建材も続々進化していきますね。人気の北欧調の建材も国内メーカーが作り始めたりして手に入りやすくなっています。いろいろな雑誌や広告から気に入った写真をたくさん集めてください。美容師さんに髪型を相談する時と同じです。他の住宅会社の写真でも遠慮は要りませんよ。希望のイメージを私たち設計士が全力で形にします！」

Q. 最近のトレンドは?

佐藤 「プランを練るの、楽しそう。いま人気の設計ってどんなですか?」
稲葉 「収納のご希望は多いですね。ゴミを分別保管するエココーナーなども便利です。それと最近よくご提案するのがキッチンのワークコーナーです。主婦業の合間の10分だけでもネットをチェックしたりひと息ついたりできる自分だけの場所です」
佐藤 「自分の部屋を造るのは大変だけど、これならまねできそう!」

取材・撮影協力/明和住宅

いい街にありす。明和住宅の家は、

女性建築士に聞く 初めてのマイホーム大作戦!



答えた人 明和住宅 1級建築士・住宅収納スペシャリスト 稲葉香穂さん
聞いた人 アステンサポーター 佐藤要里さん(24) & 横瀬まゆみちゃん(9カ月)

稲葉 「この子が小学校に入る前には欲しいかなと思っているんですが」
稲葉 「土地から探すなら、もう考えておいた方がいいかもしれませんね」
佐藤 「確かに! いろいろ調べていたらあつという間ですね」
稲葉 「何軒かの不動産業者に「この地域にいい土地が出てきたら連絡して」と言っておくだけでも違いますよ。条件に合った物件を広告に掲載する前に知らせてくれることもあります」

Q. 地震に強い家づくり、何に気をつけるべき?

佐藤 「耐震性の高い家にするにはどうしたらいいですか?」
稲葉 「分かりやすいのは「耐震等級3」の家を希望すること。建築基準法の建物の1.5倍の耐震性能を持つのが等級3です。また当社の場合は耐力壁の数値も目安にご説明しています」
佐藤 「プラン提案書に耐力壁の数値も記載されているんですね。計算上の数値じゃなくてその家の実際の性能が分かるかと安心です」
稲葉 「最近の木造在来軸組工法の壁を組み込める、低コストの制震システムも開発されています。熊本の地震のように、大きな揺れが複数回起きても高い効果があります」

わたしの家づくり STORY (疑問解決編)

Q. いつ頃から考え始めたらいい?

佐藤 「この子が小学校に入る前には欲しいかなと思っているんですが」
稲葉 「土地から探すなら、もう考えておいた方がいいかもしれませんね」
佐藤 「確かに! いろいろ調べていたらあつという間ですね」
稲葉 「何軒かの不動産業者に「この地域にいい土地が出てきたら連絡して」と言っておくだけでも違いますよ。条件に合った物件を広告に掲載する前に知らせてくれることもあります」

女性建築士さん、話やすかったです!

佐藤 「何を買うにも納得できないと嫌なタイプなので、話やすくて良かったです!」
稲葉 「ちょっとした不満でも20年30年続くのはしんどいですからね。任せきりではなくぜひたくさん情報収集して納得の家を手に入れてください」

稲葉さんお手製のプラン提案書



asten PEOPLE vol.155

土井善晴 料理研究家

家庭料理は習慣やアイデンティティ、幸せをくれる。「ご飯、みそ汁、漬物」を原点とする一汁一菜でいいから作り続けることが大事」と料理研究家・土井善晴さんは柔らかな口調で語る。9/2(日)16:00から放送のSBS制作全国フルネット番組「空飛ぶかつおぶし〜海外のシェフに渡したら、こんな料理になりました〜」に出演されると聞き、収録スタジオを訪ねた。

Q. まずは番組のご感想から。かつお節をめぐる海外事情についてどう思われましたか?
ワサビやユズと同じようにフランス人にとっては新しい食材。シェフたちは多様性を見る力がありますから、「工夫したい」という気持ちになるでしょうね。食べる側も創作の面白さに目を向けます。

Q. 収録の雰囲気はいかがでしたか?
新しいことに対して私も驚きましたし、共演した(春風亭)昇太さんも日本の文化の中にいて「日本人としての見方」をちゃんと持っていらっしやるからこそ、フランス人のものの考え方にに対して感心できるのだと思う。「受け取る力」が素晴らしいですね。共有できたものがたくさんありました。

Q. かつお節は日本の食文化にとってどのような存在だとお考えですか?
今の人は「だし」にばかり目を向けがちですが、お好み焼きに入っていたり、カボチャやお味噌を煮る時にじかに入れたりするのが一般市民の食べ方ですね。かつお節と煮干して日本人はカルシウムを随分取ってきたと思います。だしを取ったら食べられるものを捨ててしまうことになるでしょ。それは高級な、ハレの日のお料理です。

★ PROFILE
よいしはる 1957年、大阪生まれ。大学卒業後スイス、フランスでフランス料理、大阪で日本料理を学ぶ。料理学校勤務後、92年に独立。家庭料理を通じて日本の伝統生活文化を現代の暮らしに生かす術を提案、食育の講演会、出版、メディア、大学などで指導。著書に「一汁一菜でよいという提案」「おいしいものまわり(いずれもグラフィック社)など。



Q. 「おだし」は特別なものなのですか。
だしというものはかつお節の香りさえしたらあかんです。昆布の香りもしてはいけない。昆布とかつおが本当に調和して「水」だけでも何でこれはおいしいのやろ。分からない」というのが一番良く、料理人が狙うところはそこ。そんなことを言うのは人生でも1回2回あるかどうかでしょう。そういった洗練されただしと出合えたら感動しますよね。
Q. 著書を通して「一汁一菜」を提案されました。私たちの仕事場で10人20人のスタッフが集まる食事では、ご飯を炊いて具だくさんのみそ汁を作れば間に合う、というのが日常なんです。世の中の人々が晩の献立に困っていることに対して、「いい悩みだから

”心地よい毎日の柱が食事。
”
”できる料理をしたらいい。
”
からずっと仕事していて、例えば畑仕事しながら女性が一足先に帰って家族が食べるものを用意する、ということをしてきたわけですね。それができたのはなぜか。ご飯やかた飯を炊いて、いろいろの薬に何でも入れて、みそで味を付けたらそれでもう出来上がっているわけです。私たちが実際に旅行に行って、宿のいろいろにきこいがあるって地鶏をつぶしたのなんかが入っていて、ご飯と漬物が出てきたら、こんな豊かなごちそうないよね。元々あるものを「それでいいんではないの」というのが一汁一菜というスタイルなんです。勉強会でそういった話をしたら、悩んで苦しんでいた人たちが本当に喜んでくれたので、これは早く本にしようと思ったわけです。
Q. 静岡のご縁はありますか?
富士山はもう大好きです。何度も登っているし、富士登山道というのにも2回チャレンジしました。結局ゴールはできませんでしたが1回は8合目まで行きました。よく使う日曜線の電車からも気をつけていると富士山が見える瞬間があって、そんな時は「何かええことがあるんじゃないか」と思います。だから静岡の人にいい人が多いのは富士山に守られながら暮らしているからかなと思いますね。



静岡 MEN vol.14
秘密は波乗りスピリット?!
みんなに愛されるパン工房
RYOTA MATSUI
【年齢】33才
【血液型】AB型
【身長】172cm
【生息地】県内の海と川の周辺
【座右の銘】一生懸命
【趣味】サーフィン、キャンプ

蟹フェア
豪華プレミアムティナーブッフェ
ランチタイム 10% OFF
2018 9/1(土)~10/31(水)

有東木の山葵田
「まいくん、あれはワサビだよ、きれいなお水で育つんだよ」
「こんなにいっぱい! お水ががらなくなっちゃダメ」
街と暮らそう。
vol.13 有東木の山葵田(静岡市葵区)

