



asten

1月
Jan. 2019

静岡が誇る駿河蒔絵(まさえ)の世界に、「蒔絵加飾」の技を持つ女性がいる。12年前、修業の道に入った杉浦暎子さん。白蝶貝のきらめきに魅せられて、繊細な絵を付けていく。ギリギリまで細い筆の先から景色が生まれる。全て手描きなので同じものはない、店先で選ぶのがオススメ。耳に優しい軽やかさに驚いて購入する女性も多いという。アクセサリーで移ろう四季を表現する2019年のアートなおしゃれ。

*
撮影協力/ 駿府東市
TEL.054-251-1147

今月の
キラリ



asten people
秀光



アステン5つ星
貝料理

asten life 1

こだわりSELECTION

特集

おせんげんさんのこと。

第2特集

一步一步のSDGs

私流、発見 THE STYLE OF astenIST
暮らしにフェアトレード。

淑女検定
複音ハーモニカ

しずおかキッチン
キンメダイの菜の花焼き

ブライダルフェア開催中!

光と緑に包まれた、駅直結で叶う、ホテル“貸切”ウェディング。

毎月開催! [予約制]

ホテルで
美食体験付
相談会

運命の1着に出会う
ドレス試着
相談会

[平日限定]
贅沢スイーツ付
相談会

ご予約時に「アステン見たよ」とお伝えくださった方にホテルオリジナルスイーツ 藤枝ロール“strawberry”プレゼント!



OLE INN shizuoka
2020年
春オープン



本年も“ホテル オーレ”を
よろしくお願い申し上げます。

お申込み・お問い合わせ(ブライダル専用)
TEL.054-634-2228

詳しい情報はホームページへ
<http://www.blossomole.com/>

ブロッサモーレ 検索



2019年最初の特集は、おせんげんさん。
人生の節目に足を運び、手を合わせてきた
なじみ深い神社について
歴史が深いことは何となく
知っていたけれど、
この場所で、長きにわたって
私たちの暮らしに
関わってきたことについて
あらためて聞いてみたい。



おせんげんさん

おせんげんさんは 祈りの集積地。

賤機山(しずはたやま)は、神社ができる以前からそこに生きる人々にとって特別な場所だったはず。そう話してくれたのは、静岡浅間神社の権瀬宜、宇佐美洋二さんだ。

「お社ができるのに重要な条件は地形です。選ばれるのは、多くが川のそばや泉が湧く場所。今も静岡浅間神社の境内を流れる水路には、安倍川の清流が流れていて、常にこの土地を清めています。シジミもいるんですよ」

まだ今ほど人が多くなく、建物もほとんどなかったころの静岡の市街地を想像してみたい。富士山はもちろん、南アルプスの山々、少し高い所に登れば海の向こうの伊豆半島まで広く見渡せていたはず。安倍川は今よりずっと奔放に流れ、徳川家康が大規模な



治水をするまでは、あちこち蛇行しながら海に注いでいた。

神々は春に山から降りてきて田畑に恵みをもたらし、秋にまた山へ戻っていく。そんな端山信仰が根付いていたにしろ日本人にとって、山々を結んだ麓にあり、時折起こる安倍川の氾濫にも影響を受けない安全な丘は、祈りをささげるのに最適な場所であったろう。時には命を守るとりであったかもしれない。

だから、そこにお社ができるのは自然なことなのだが、実は「静岡浅間神社」という名の単体の神社は存在しない。境内にあるのはこのあたりでもっとも古い起源をもつ神部(かんべ)神社、富士宮の浅間本宮から富士新宮として祀(まつ)られた浅間(あさま)神社をはじめとする三つの本社と四つの境内社を合わせた7社、加えて、明治時代に合祀された33もの小さな神社。56の神々が境内におられる、と宇佐美さんは言う。

「五穀豊穡や武運・開運、病気平癒、安産や商売繁盛など、駿河の国のあちこちに祀られていた神社を、ひとところに集めて総社としたのが、いわゆる「おせんげんさん」。いわば、ここは人々の祈りの集積地なんです」

のこと。



人と神様との距離が 近い場所。

歴史には明るくないという人も、駿河の国と呼ばれていた時代から、ここがさまざまなドラマの舞台となったことは聞いたことがあるのではないだろうか。今川家のもと、駿府で幼少期を過ごした徳川家康はもとより、徳川家と攻防を繰り返した武田家も、この地が戦場となり戦火が及ぶことを見越して神前に手を合わせた、という言い伝えがある。事実、幾度も焼失した社はそのたびに造営され、時代を超えて人々の崇敬を集めてきた。

時代は流れ、風景が一変しても、私たちはお宮参りに、七五三にと、節目ごとに神社を訪

れる。境内に入ると自然と背筋が伸びるし、拝殿を前に手を合わせる光景は、おそらくあまり変わっていない。

おせんげんさんのお社の一つ、大歳御祖(おとしみおや)神社から赤鳥居をくぐってまっすぐ伸びる浅間通り商店街で、日本料理うおかねを営む高木一浩さんにとって、おせんげんさんは「遊び場だった」という。

「テレビゲームもなかった時代、鬼ごっこやかくれんぼをするのにかっこうの場所だったし、ボーイスカウトの活動の拠点でした。その中で神社のしきたりを教えてもらったりね。おでんを売っている茶屋があって、おじいさんたちが囲碁や将棋を打ってたりしているのも、いつもの光景でした」

城下町より以前に門前町だったこの地に暮ら



これからの時代の、 おせんげんさん。

今、おせんげんさんでは20年の歳月をかけた「平成の大改修」が行われている。神部神社、浅間神社の楼門の、漆や彩色の塗り替えの真ん中だが、漆塗りの建物がこの場所にあること自体が、そもそも想像を絶すると宇佐美さんは説明する。

「全国で、漆塗りの国宝や文化財の建造物が多いのは、日光東照宮がある栃木県に次いで静岡県が2位。そのほとんどが静岡浅間神社と久能山東照宮です。漆塗りの建物が少ないのは、漆にとって直射日光は大敵だから。塗ったそばから劣化が始まる漆を、あえて日当たりのいい静岡の地でふんだんに使ったということが、このお社が徳川家にとって特別だったことを意味します」

見事な彫刻や塗りを施すために、全国から腕利きの職人が集められたこと、一代では終わらない造営が二代、三代と受け継がれ、それが現在の静岡のものづくり産業のルーツとなったことは有名な話。宝物庫には各時代ごとの設計図なども数多く眠っているという。

「次の世代に伝えていくために、アーカイブにも着手し始めました。工事はどんな規模

す人々にとって、神様との距離はうんと近かったはず。今も「おついたち」の「安倍の市」には、幅広い世代の人々にぎわう。英語のSocietyが「社で会う」と書いて社会、と訳されたのは、そこが人々のコミュニケーションの場と認められていたことに関わりがあるかもしれない。

「江戸時代から続く酒屋などの商店もいくつか残っているけれど、本来、神社の周辺は、神職の人の住まいや武家屋敷があったエリアなので、いつ頃この門前で商いをすることを許されたのか、はっきりしていません。私で6代目ですが、2代目は確実にこの地に生まれたことが分かっています。代々、神社と関わって生きてきたからこそ、私たちが「おせんげんさん」と親しみを込めて呼ぶんです」(高木さん)



だったのか、材木はどこから持ってきたのか、そういうことをひもといていきたい。おせんげんさんの歴史はそのまま駿府の歴史。府中の街が見えてくるはずだ」

時代に合わせて変わってきたことも。SNSの公式アカウントでは、社殿のあちこちにある魔除けの「猪目(いのめ)」をキュートなハートマークのように紹介したり、金具の彫刻を体験できるワークショップを開催したり、これま

では違った情報発信も注目されている。

「もともと神職は「言挙げせず」、神の言葉を伝える者がみだりに話せば人心を惑わすと敬遠されていたんです。でもこれからは、今まで知らなかった人にも神社に興味を持っていただきたいし、こういう素晴らしいお社が静岡にあることを誇りに思っています。きっかけが猪目をかわいいと思う気持ちであってもいいですよ」



世界各国で受け継がれる伝統工芸品の背景にある貧困や差別といった問題を美しい色合いや丁寧な手仕事から感じるフェアトレード。作り手の顔が見えるようなぬくもりあるアイテムを、ファッションやインテリアに取り入れてみて。

SHOP INFORMATION
フェアトレードショップ Teebom (テブム)
静岡市葵区藤府町1-50
営業/10:00~20:00
休/火
tel: 054-254-7117



ティータイムに華を添えてくれるニッケル製の洋銀を使ったカトラリー。一つ一つのモチーフも愛らしいロングラー。

ニッケルの洋銀カトラリー/各¥600



鹿児島・桜島の椿オイルに、香り高いフランスのラベンダーオイルをブレンド。髪はもちろん顔の乾燥・紫外線対策にも。

ラベンダー入り椿オイル/¥2,400



オオハシやネコのユニークなイラストが目目を引くトートバッグは、エイブルアートとのコラボレーション。

ジュートのバッグ/各¥1,200(税込)



タイの米袋の端切れを、日本人デザイナーが加工したシリーズ。透け感を活かした使い方を楽しんでみて。

タープショルダーバッグ/¥2,000



発色のいいボーチはスリランカ製。環境に配慮した先染めの布で、女性たちが手縫いで仕上げたというストーリーも魅力的。プレゼントにも。

Barefootボーチ/各¥2,000



アルパカのごく細い糸を使ってあるから驚くほど柔らか。空気を含んだ繊維を一枚ずつ織り上げてあるので、温もりを逃さず、冬のマスターアイテムに。

手縫いベビーアルパカショール 全8色各¥15,000



首周りを温めてくれる手縫みのネックウォーマーは、ニット帽として使っても。リピーターが多いのも納得の肌触りのよさ。

手縫い2Wayベビーアルパカネックウォーマー/全10色各¥6,500



リサイクルから一歩進んだ「アップサイクル」で、刺し子を施してサリりの古布をよみがえらせたランチョンマット。1点ものなのでお気に入りの柄を探してみてください。

Kanthaのランチョンマット/各¥900

vol. 5

アステン編集部が見つけた This is Nice!



ヘレケシルク絨毯 (Eski Istanbul) 90x42cm

伊勢丹近隣の「PASA(パシャ)」2階で、1月5日(土)~1月27日(日)までトルコやイランのタペストリーを集めた展示会が開催される。日本ではあまりなじみがないが、トルコのヘレケ絨毯(じゅうたん)はオスマン朝の皇帝によって招致された織物職人たちが、宮廷に献上するために作っていたもの。欧米では人気は根強く、ベルサイユ宮殿やホワイトハウスなどに使われている絨毯はその多くがヘレケ絨毯からヘレケ絨毯だ。そんなお宝級のシルクのヘレケ絨毯はタペストリーサイズでも職人が手縫いで1年以上かけて制作するという。オナーのアーさんの実家もそういった織物制作をしてきたため、横のつながりで希少なものを特別に入手することができた。入場無料の展示会なので、街中で買い物帰りに立ち寄って、どれくらい違うものか見比べてみては?

1月5日(土)~1月27日(日)まで
宮廷献上「タペストリー展」を開催



PASA(パシャ)

静岡市葵区貞原町2-2-4
☎054-266-4662
10:00~19:30 無休

INFO 1Fのバシャでは、1/15(火)まで初売セールを開催中。ギャベ、絨毯、キム、トルコのアクセサリやランプなどが買えます。

今月の asten Bookshelf vol. 01

冬も深まると、家の中で読書なんてしたくなるもの。大人の女性に響く、ステキな本を2冊紹介します。

01 冬にほっこり体も温まる、発酵食レシピ



今、注目の発酵食を毎日の食卓に取り入れるアイデア満載。予約の取れない料理教室「円居」で人気の発酵食レシピ83。みそ・甘酒・しょうゆ・酒かす・塩こうじの発酵5食品と旬の野菜を使ったおいしいレシピ集。冬の間に発酵食をマスターしてみませんか?

旬野菜の発酵ごはん
発行:静岡新聞社 1,500円+税
著:円居(まどい)
ソフトカバーB5版フルカラー112P

02 散歩でよく見かける、雑草のアート図鑑



農学博士の福垣栄洋監修。よく道端や公園で見られる雑草を、美しいボタニカルアートと写真で見せるアート図鑑。メジャーな花から見たことあるけれど名前が分からない雑草まで。この1冊があれば散歩が楽しくなりそう。同シリーズに「野鳥の名前」「毒生物の名前」もある。

子どもと一緒に覚えたい 道草の名前
発行:マイルスタッフ 1,900円+税
監修:福垣栄洋 絵:加古川利彦
上製本B5版変型フルカラー144P



小さな発見 vol. 5 今月は安心のお話

子どもを持つ親なら、登下校や塾や習い事の行き帰りが心配になったことが少なからずあるのでは? かと子どもにスマホを持たせると有料サイトへのアクセスやアプリを通じたトラブル、詐欺などの犯罪に巻き込まれてしまうのでは...という新たな心配が出てくる。そんな人にうれしいサービスがある。鈴与商事が提供する「どこニャンGPS BoT by中部電力」だ。5cm四方の小さな端末をランドセルなどに入れておくことで、アプリを通じた現在地、移動履歴などが親のスマホで瞬時に分かるというもの。学校や塾などを地点登録しておけば、出発や到着も自動でお知らせしてくれる。特に優れているのは費用面。わずか月額480円(初回のみ端末代4,800円+送料税込350円別途)。お茶代1回分程度で、どこにいても子どもを見守ることができると思えば安いもの。また携帯電話と違って子ども側は操作や発信などは一切できないのも安心だ。

今なら特別キャンペーン中でお得!
2019年3月末までに鈴与商事に「どこニャンGPS BoT by中部電力」を申し込むと、
端末代4,800円が3,980円に。申し込みはWEBサイトから。
※鈴与商事は中部電力と提携して本商品をご提供します。
※価格は特別な記載がない限り税別価格です。

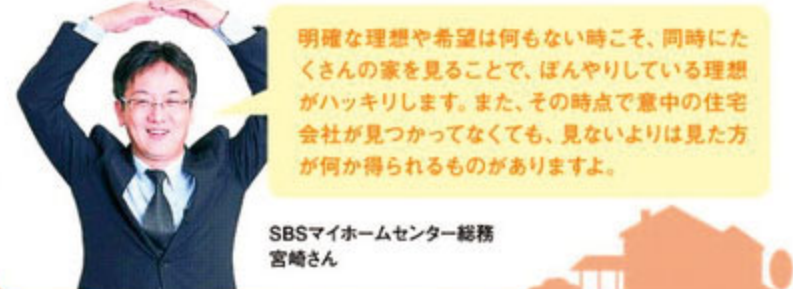
お問い合わせ 0120-224-099 鈴与商事
[受付]9:00~18:00(土日祝を除く) 鈴与どこニャン



アステン編集部が探る! 住宅展示場の裏ワザ vol. 8

夫は家にまったく興味ゼロ。展示場なんて一緒に行くだけ無駄

「家に長くいるのはお前だから、お前に任せるよ」「俺は何でもいいよ」と言う夫は妻を気遣っているつもりでも、妻側からすると「何でもいーが一番困る」「一緒に暮らす家なのに興味がないなんて」「全部面倒なことは私にお任せ」と不満爆発の原因に。また二世帯住宅の場合も同様に、家での話し合いでは、なかなか本音が出てこない。そんな時こそ住宅展示場が活躍する。何も希望がなかったはずでも、実際に実物を見れば、「さっきの方が良かった」とか「やっぱり審査は欲しい」「あんな和室はイヤだ」なんて、次々と好き嫌いのリアルな意見が飛び出してくる。またネットやカタログでは、スケール感や素材感が分かりにくい。それより多くの家が並ぶ展示場に連れて行った方が、良くも悪くもその反応を見ることが出来る。年末年始は家族が集まりやすい季節。「家族の本当の望み」を明確に探るつもりで展示場を使ってみたい。



SBSマイホームセンター 総務 宮崎さん
SBSマイホームセンター

Information 1/5(土)・6(日)・13(日)は全展示場で新春イベントを開催!
13(日)は藤枝展示場にトレンディエンジェルがやってくる! 詳しくはHP!

お子様が小学校に入る前までに聞いておきたい
参加費無料 託児サービス無料
ママのための お金のハナシ
「貯蓄はどれくらいあれば安心なの?」「子どものためにどうやって貯蓄をしたらいいの?」「不安は多いもの、周りの人には聞けないもの。お金の知識をファイナンシャルプランナーの専任先生がやさしく丁寧に解説します。この機会に学んでおきたい!」
各回とも講座内容は同じです。ご希望の日程を①~④からお選びください。
2月4日、8日、12日は無料託児サービスがあります。ご希望の場合は応募時に明記してください。
日時 各回とも10:00~12:00 定員 各回10名(事前申し込み制)
2019年 2月 4(月) 7(木) 8(金) 12(火) 13(水) 14(木)
会場 グランシップ 909会議室 (JR東静岡駅すぐ) セミナー終了後、参加者特典としてファイナンシャルプランナーによる個別相談会(無料)の申込受付を行います。(セミナー当日は申込みのみ、個別相談会は後日) 講師:堀本由美子 (株)ライフクリエイティブファイナンシャルプランナー
お申し込み方法 (はがき、FAX、Eメール)
①第1・第2希望の講座番号 ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号 ⑦参加人数(同伴者がいる場合は氏名、電話番号) ⑧託児を希望される場合はお子様の名前・性別・年齢を明記の上、下記までお送りください。
はがき 〒422-8033 (住所不要) 静岡新聞社・静岡放送 事業部「ママのためのお金のハナシ」係
Eメール kikaku@shizuokaonline.com FAX 054-284-9031
応募締切 2019年1月21日(月) 必着
※応募多数の場合は抽選となります。当選は受講者の発表をもってさせていただきます。
※当選者には1月23日(木)に受講券を発送いたします。

憧れの舞台がランウェイになる
PREMIUM BRIDAL SHOW 2019.1.14
プレミアムブライダルショー 受付 10:30~11:30 定員 限定20名(事前申し込み制)
入場無料/要予約 当日成約の方へお祝い金あり
館内ツアー 模範学式 ウェディングパーティー
少人数対応のお部屋からテーマに合わせてコーディネートされたパーティー会場を見学。 大地と海・雄大な富士山、ここしかないロケーションの中で永遠を誓う結婚式を体験。 お料理をテイストイング、パーティー気分を満喫。
新婚料理試食 ドレス展示 相談会(会場の空状況・お見積りなど)
日本平ホテル プライダールン
日本平ホテル tel.054-335-1130 営業時間:10:00~20:00
〒424-0875 静岡市清水区馬走1500-2 tel.054-335-1131 https://www.ndhl.jp

asten

キャンドルサシェメイキング & 暮らしの中の放射線セミナー



「暮らしにまつわるちょっとした楽しみを見つけれられて、同時に役立つ知識も学びたい…」という読者の声に応え、アステンがスペシャルセミナーを企画。参加者は、見た目も華やかなインテリアアイテム「キャンドルサシェ」を作り、後半は東日本大震災以降関心が高まっている放射線について学んだ。その様子をレポートする。

初めての人も夢中! キャンドルサシェメイキング

「キャンドルサシェメイキング&暮らしの中の放射線セミナー」が11月、静岡新聞放送会館で開催され、27人のアステン読者が参加した。

キャンドルサシェとは、ろうとアロマオイルで作ったベースを、ドライフラワーなどでデコレーションしたアイテムのこと。

キャンドル作家の立川恵利さんに教わりながら、溶かしたろうを型に流し込み、花びら、葉、フェザーなどで思い思いに飾り付けていく。

最初は緊張した雰囲気だったものの、いざ作業が始まると大盛り上がり。サシェの出来栄も上々で、「夢中になって楽しめた」「どんな仕上がりになるか考えながらお花を飾るのはとても楽しかった」と、参加者は大満足の様子だった。



左上、ろうはあっとい間に固まるため、紙の上で飾り付けを一度シミュレーション。右、皆さん、キャンドルサシェ作り初体験とは思えない手際の良さ!



和気あいのトークタイム

セミナー後は静岡市街を一望できる「Cafe & Restaurant Temboo」に移動し、ケーキカフェを楽しみながらのトークタイムがスタート。和気あいのトークタイムがスタート。和気あいのトークタイムがスタート。和気あいのトークタイムがスタート。



「Temboo」では素晴らしい眺めとおいしいケーキを堪能

暮らしに役立つ放射線!

キャンドルサシェ作りの後は、東京都市大学原子力研究所の岡田佳子先生による「暮らしの中の放射線セミナー」が行われた。放射線は日常生活とはあまり関わらないかと思いがちだが、実はそうではないという。

「たとえば、放射線にはプラスチックやゴムなどを丈夫にする性質があります。だから、自動車のタイヤやシートクッション、水泳でおなじみのビート板といった製品の製造過程でも利用されているんですよ。といったも、製品から放射線が出ているわけではありません」と岡田先生が産業利用について紹介。よく知られている、医療現場や検査などでの利用についても触れた。放射線が身近なものに利用されていることについて、参加者は終始、熱心に耳を傾けていた。

また、私たちへの放射線の影響について岡田先生は、「宇宙、大地、食べ物、空気からも放射線を受けています。日本の安全基準はとも厳しく、私たちが普通に受けている放射線の量を大きく超えない程度の放射線なら、安全性は保たれています」と説明。これ聞いた参加者はみな安心したようだ。

簡単おいしいクッキング&食品と放射線セミナー 島田会場参加者募集!!

3/2 10:00~14:30

【会場】島田市立初倉公民館 (島田市本1336-1、初倉地域総合センター内)
【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・岡田佳子さん
【メニュー】ひな祭り飾り巻き寿司、たらこのおひし、ゆず茶寒天
【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、下記の方法からご応募ください。
※応募いただいた方の個人情報はイベントのために使用します。
ハガキ 〒422-8670(住所不要) 静岡新聞社 アステン編集部 「料理教室&セミナー」島田係 静岡新聞社 アステン編集部 宛
Eメール oubo@shizushin.com ※件名には必ず「アステン料理教室島田」と明記ください。
締切:2月15日(金)必着 ※応募者多数の場合は抽選となります。受講券の受渡をもって発表に代えさせていただきます。(落選の場合はご連絡はございません)

放射線セミナー講師・プロフィール

岡田 佳子さん



東京都市大学工学部原子力研究所准教授、日本大学農獣医学部水産学科学科准教授、千葉大学博士(理学)修得、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、いわき地産産物復興、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)

一步一步のSDGs

私と世界をつなぐ 7個の箱

「サステナビリティ(持続可能性)」という言葉が耳にするようになったり、「SDGs(エスディーゼズ)」のカラフルなロゴを目にする機会が増えたり。新しく接するものは難しくとっつきにくいもののように思いがちだけれど、どちらも「人類が直面している課題、他人事じゃないよね」というシンプルなこと。

ジョイフルに「持続可能な発展」を実践する人たちに会ってきた。

途中でやめたら失敗
できるまで続けてみる
クレアファーム社長・司法書士
西村やす子さん



司法書士としてすでに独立していた西村やすさんが、なぜ静岡市にオリーブ畑を作り、商品化して観光資源化にまで取り組む「クレアファーム」を起業したのか、ずっと気になっていた。

「農家の相続に関わる相談を受けるうちに、多くの方が継承について悩んでいること、すでに土地は耕作放棄地になっていて再生もまた難しい現状を知って、「農業は国の根幹、次の世代に残せる産業のかたちにできないか」と思ったんです」

着目したのがオリーブオイル。消費は増えているのに流通しているのは酸化したものばかりで本当の味が知られていない。規格外の野菜や水産加工の副産物といった食卓に届けられていない地元食材をオリーブオイルを使って付加価値の高い商品にできないか。自分で収穫した実を押すことができる農園なら観光の場にもなる。業界の人間でない自分の方が、常識から離れて新しいことができるのでは、と考えた。「新たな仕組みをつくって、みんながそれを使ってほしい」

自らアクションを起こしたのは、司法書士事務所開業を機に入会した静岡青年会議所での経験があった。まちづくりという大きな視野、長いスパンが必要とされる取り組み。それぞれが得意な分野を生

かして関わることで、一人では成しえないことも前に進めることができる。「人をどう巻き込むか、トレーニングになった」と言う。

SDGsについてどう捉えているか、と尋ねると、「何かこの地域を元気にするために、と取り組んでいる人にとっては「何を今さら」というようなことだと思う。でも、現状に一定の満足をしている人は「何かしなくちゃ」と思うけど、自分たちには難しい」となるでしょうね」とシビアだ。

企業や行政…組織が大きいほどリスクへの不安も大きい。リスクを被らないための仕事に追われて、新たな挑戦は後回しになりがちだ。でもそれでは「以

前のような利益が出ない」「同じように指示しているのに人が動いてくれない」というジレンマから抜け出せない。

西村さんはまず、雇用する側が働く人の多様な価値観を認めることが求められている、と語る。地域をより良くするために働きたいという意欲を、すぐに結果が出ないから、とそぐのはご法度。「17の目標どれも、どういう気持ちで臨むかじゃないでしょうか。だって価値を感じられることだったらずっと続けていられるでしょう?」

「人をジャンプさせるのは成功体験の量」とも考える。子どもの頃、何かにチャレンジして褒められたこと、ありがとうと言われてうれしかったこと、失敗を

生協の宅配パルシステム あなたの街にお届けします!



定番満足おためしセット
¥1,000(税込) 送料・代引き手数料無料!
パルシステムの大人気の7品セット
2,000円相当→1,000円でお得におためし!
WEB注文限定
QRコード
パルシステムおためしセット

お問合せ・資料請求はこちら
パルシステム静岡受付センター
0120-044-033
受付時間/月~金 9:00-19:00

Copper Brown Style 特別仕様車 カッパーブラウンスタイル



特別仕様車 N-BOX 特別仕様車 G-EX Honda SENSING カッパーブラウンスタイル
N-BOX 特別仕様車 G-EX Honda SENSING カッパーブラウンスタイル
1,749,600円*

Honda Cars 静岡
東静岡店 清水町店 聖一色店 竜南店
清水吉川店 清水洗川店
0120-044-033
HONDA

一歩一歩のSDGs 私と世界をつなぐ17個の箱



正しいことであれば
隙があったっていい

ヒノキクラフト代表
岩本雅之さん

ショールームを訪ねると、ドアを開ける前からふわっとヒノキが香ってくる。「ヒノキクラフト」はその名の通り、主にヒノキを使ったデザイン家具を製造するものづくり企業。代表の岩本雅之さんは「健康のこと、環境のことを考えて、シンプルな暮らしのためのものづくりをしたい、ということに20年近くブレずにやってきました」と振り返る。無垢(むく)のヒノキを使ってナチュラルオイルで仕上げる。肌触りの良さ、白木の明るさ、木目の美しさ。製品は特に、長く使えて子どもに安心安全な物と願う親世代に人気だ。

岩本さん自身は広告のアートディレクターを経て、30代で家具デザインや製造、造形活動に転向した。さまざまな木材を扱い、実態を目の当たりにして、県内で植林・伐採されたスギ・ヒノキを使えば環境負荷が抑えられると思に至った。

「スギやヒノキなどの針葉樹林は人の手で作ってきたもの。ちゃんと使ってあげないと、山は荒れ、川や海にまで影響が及びます。世の中、宇宙に夢が向かいがちだけど、どこまで行ってもこの惑星のような豊かな自然はな

繰り返した先に得られた小さな成功体験の積み重ねが今の自分をつくっている気がする、と言う。

誰かの役に立てたら、という個人個人の気持ち。そしてそれを支え評価する仕組みや制度が欠かせない。

「地域資源はまだある。売れる物を作って売れる所へ持って行く仕掛けが大切。農業と福祉の連携も模索したいし、海でも何かできるんじゃないかと思う。これからも多くの仲間を巻き込んで、次世代につながる地域プロジェクトをたくさん立ち上げていきたいんです！」

西村さんの話に耳を傾けていたら、SDGsのアイコンが、地域を元気にするものが詰まった17個の箱に見えてきた。それが広く高く積み重なって、世界を変えていく。



い、地球は奇跡的、守らないと」とユニークに語る。「環境配慮への取り組みを法人や企業が取り組む時、全てが完璧でないとつかれちゃうんじゃないかと戻込みする傾向があるけど、「隙があったっていいじゃん」と僕は思う。こういうことをやっていること自体、自分も心地いいわけだから」



異業種の人がつながり合う
昔の風景が好き
手造り家具の金鱗 代表
石川智規さん

ナラヤクリといった広葉樹材でオーダー家具を製造する「手造り家具の金鱗」。やはり山林を豊かな姿で未来へつなごうという思いから、代表の石川智規さんは新たな価値の創造に挑んでいる。

山の奥深くまで針葉樹の人工林が広がる静岡県。「国の政策に静岡の人たちが真面目すぎるほどに取り組んだ結果」と石川さんは思う。広葉樹は市場もないため

さえつかない。手入れされていないため用途も狭く、まきになるのがせいぜいだった。「0円だったのが何円かで売れば、林業を守る助けになる。森町森林組合など林業家や製材所とともに「ふしのくに県産広葉樹ものづくりネットワーク」をスタートさせ、活用・流通ルートの構築を目指している。広葉樹は実を付ける。切っても落ちた実が若木となり、野生動物の命もつなぐ。

職人としては製品のその後も見届けたい。「木は生き物。作る時に「相」を見てある程度湿度などによる変化を読んでいるが、お客さまには不具合が出たいつでも言ってね、と伝えています」。長い付き合いができるのは、オーダーメイドというベースを守っているから。経営を考えればせめぎ合うものはある、と明かす。「でも僕自身、刃物屋さんがいて、塗料屋さんがいて、材木屋さん



がいて...という昔の風景が好きなんです。いろいろな職種の人といて、気軽に相談できる関係が互いの商売を支える。みんなが次世代につなげられるように、まずは自分が続けていかなきゃ」



日本語訳「持続可能な開発目標」 Sustainable Development Goalsの略

2015年に国連で採択された「2030年までの達成を目指す17の目標」

SDGsとは?

キーワードは「誰ひとり取り残さない」

国際機関、政府、企業、学術機関、市民社会、全ての人が、それぞれの立場から目標達成のために行動することが求められている



あなたの思いで、世界を変える。あなたの行動で世界が変わる。

入場無料 1.12 [土] 10:00~20:00(予定) ツインメッセ静岡・南館大展示場

フェアトレード商品や環境に優しいアイテムを集めたマルシェ、ゲームを通し親子で学ぶコーナー、モデルの富永愛さんを招いたステージなど、SDGsを身近に感じるイベントを開催!

20% OFF

健康のこと、環境のことから考えています。シンプルな暮らしのために、思いをこめてひとつずつ。

hinokicraft http://hinokicraft.jp

ヒノキクラフト 検索

ヒノキクラフト静岡本店 静岡市葵区辰起町8-12 tel.054-274-1800 fax.054-273-7213

ナベ敷 材各種 ¥3,500

1月 初売りセール 開催中!

手造り家具 金鱗

静岡市駿河区北九子2-38-9
OPEN: 10:00~18:00(駐車場あり) 日休無休
Tel.054-201-2511 Fax.054-259-6313
URL: http://www.kinrin.co.jp/

シャンソン化粧品は「TGC しずおか 2019」をメインスポンサーとして応援しています。

TGC SHIZUOKA 2019 for SDGs by TOKYO GIRLS COLLECTION 2019.1.12 SAT. What's Your GOAL?

“SDGs”を身近に感じる! 2019.1.12 SAT 入場無料

OPEN 10:00 ~ CLOSE 20:00(予定) ツインメッセ静岡 南館大展示場

プレゼント もりたくさん

女性が輝く社会を応援

ワクワクドキドキ♥美のテーマパーク! 楽しく学べてキレイになれる体験が1日でできちゃう

限定コフレの情報&メイク動画をチェック!

アステン5つ星

滋味深き味わい 貝料理

うま味成分コハク酸が詰まった貝類は、おいしいだけでなくミネラルも豊富。中でも美肌・美髪を助ける亜鉛が含まれ女性にうれしい食材。滋味深い貝料理で良い年のスタートを!



静海区
【ザ オイスターハウス静岡】の
Oyster House
バリエーションプレート

厳選したカキを「生」「焼き」「フライ」の3種類で楽しめる欲張りプレート。生ガキはその日入荷の新鮮さが売り。ポン酢やレモンと共に、お好みの食べ方で。素焼きは塩胡椒でシンプルに。広島県産カキのフライは粒で食べ応えバッチリ。食べ比べながらお酒も進む。生ガキがなくなり次第終了するので予約がおすすめ。ディナーはカキ以外に各種アラカルトもあり、ソファ席は家族連れにも。

静岡市葵区黒金町49 6Fパルシェダイニング
tel/054-251-0888
営業/11:00~22:00(LO21:30)
休/パルシェに準ずる
P/パルシェ立替駐車場あり
★Oyster House バリエーションプレート ¥2,786

葵区
【和風料理 一喜(いっき)】の
あわびコロッケ



アワビの殻を使ったクリームコロッケは、開店当初から26年間変わらぬ名物メニュー。サクとした衣にスプーンを入れると、クリーミーなホワイトソースの中には酒蒸したアワビのスライスと、カツオだして煮たニンジン、キノコ類がたっぷり。殻に詰めることで火の通り方がゆっくりと程やかなり、おいしく仕上がるのだとか。単品のほか、4,320円以上のコース料理や、ランチでも楽しめる。



静岡市葵区両替町2-4-5
カリフォルニア
tel/054-254-2918
営業/11:30~13:30, 18:00~22:30
休/第2日曜 ※ランチは日曜休み
P/なし
★あわびコロッケ 大 ¥900・小 ¥600(税別) ※写真は火

清水区
【This Is Cafe 清水店】の
パイレーツペスカトーレ

パスタに力を入れている清水店限定の人気メニュー。ムール貝、アサリ、タコ、エビなどの魚介類は、大ぶりものをチョイス。玉ねぎと一緒にじっくり煮込んで甘みを引き出したトマトソースが魚介のうま味を引き立て、豊かな香りにうっとり。ランチタイムは11:00~17:00と長く、買い物や映画の後で遅めのランチもOK。窓の外に広がる港の景色を眺めながら、ゆったりしたひとときを過ごしてみよう。



静岡市清水区入船町13-15
エスパルストリームプラザ1F
tel/054-625-5822
営業/11:00~23:00(22:20LO)
休/無休
P/1600台(1時間無料、レシート金額に応じ割引サービスあり)
★パイレーツペスカトーレ ¥1,350(税別) ※前菜・ドリンク付き(ランチ)

葵区
【Pho Cafe an com(フォーカフェ アンコム)】の
ハマグリレモングラス蒸し

酒蒸しのハマグリに刻んだレモングラスとスクマムを効かせた、エスニックな一皿。年に数回ベトナムに行くという店主が、各地で食べた味を日本人向けにアレンジ。スクマムの風味は控えめで、シンプルに貝のうま味を味わえる。トッピングはパクチーまたは細ねぎを選ぶので、オーダーの際に希望を伝えて。米粉だけで作られたフォーやブンなどの麺と合わせてベトナムの味を満喫しよう。



静岡市葵区常盤町2-3-8
村上ビル1F
tel/054-291-4818
営業/11:00~14:00, 17:00~21:00
休/不定休
P/なし
★ハマグリレモングラス蒸し ¥700(税別)



駿河区
【塩ラーメン専門店 麺処 汐のや】の
あさりそば

鶏ガラを6時間煮込んで取った透き通るスープに、アサリのうま味が詰まっただしをブレンド。異なる塩気が合わさった奥深い味。細い縮れ麺に絡めていたごう。殻付きのアサリがたっぷり、アサリ好きなら大満足の一杯だ。シンプルさが魅力の名称「塩そば」(650円)をはじめ、常時9種類の塩ラーメンが楽しめるお店。手作り餃子、ネギトロなどサイドメニューもあり。麺類はスープがなくなり次第終了。



静岡市駿河区敷地1-10-22
tel/080-2613-0209
営業/11:00~14:30, 17:00~21:00
休/不定休
P/15台
★あさりそば ¥900



清水区
【吉おかの】
姫サザエのエスカルゴバター焼き



静岡市清水区中之郷2-1-8
tel/054-346-8551
営業/17:30~21:30LO
休/日曜、お盆、お正月
P/5台(近隣にコインパーキングあり)
★姫サザエのエスカルゴバター焼き ¥1,200



ニンニク、パセリなどの香り高いエスカルゴバターと合わせるのには姫サザエ。カツオを利かせただしでサザエを煮ているため、だしの味がしっかり染みて、和食の真髓が感じられる。あわびの磯焼き(4,000円)は、昆布に乗せたアワビをバターしょうゆとシタケ、伊豆産の地ノリと共にいただく。どちらの料理も、具材が一体となって作り出す深みをぜひ、最後の一滴まで味わってほしい。

豪華な貝の盛り合わせに、昆布だしと清水区の地酒「臥龍梅」をたっぷり注いで火にかけ、貝が蒸し上がったら鍋のままテーブルへ。スタッフがふたを開けると、蒸気とともにお酒とだしの香りがふわりと立ちのぼる。冬はカキ、春はアカザガイ、殻付きホタテなど、その日の仕入れによって異なる貝が入るのでお楽しみに。客席にワゴンを選び、目の前で作ってくれるシーザーサラダも人気上昇中。



静岡市葵区昭和町1-8
tel/054-273-8844
営業/月~水曜17:30~24:00, 全・土曜17:00~24:00, 日曜・祝日17:00~23:00
休/無休(3/4は休業)
P/なし
★貝あれこれ臥龍梅蒸し レギュラー ¥1,480・ハーフ ¥880(税別) ※写真はレギュラー

島田市
【ル・デュッサン】の
函館ほたてだし 醤油



生のホタテを乾燥させうまみを凝縮させてからラーメンのだしをとるといふ類を見ない一杯は、フランス料理の技法を用いることで誕生した。ホタテのヒモや貝柱の奥深い風味が心身に優しくしみ入る。麺は自家製で化学調味料無添加、こだわりの小麦がかわむたびにぎゅっと広がる。目の前に運ばれてきた時の美しさは圧巻で、目でも楽しめる。スープの味は醤油、塩、味噌。好みと気分を選んでみて。

島田市御飯屋町8802-1
tel/0547-54-5536
営業/7:00~14:00
休/月曜、第3日曜
P/14台(店舗裏側、ますだ布店店横にもPあり)
★函館ほたてだし 醤油 ¥950



pick up voice /
コチラも!!
読者オススメ
貝料理

- 静岡 ● 駿河区根古屋「サンテリア久能店」魚介たっぷりのパエリアが忘れられない(葵区・主婦) ● 清水区江尻台「ル・セール」鉄板焼アワビのステーキが美味(駿河区・会社員) ● 葵区佐馬町「ザ・ガーデンシティー」土手編ランチ美味しかった(牧之原市・無職) ● 藤枝 ● 志太「神楽」牡蠣そば。ぷりぷりの大きなカキがコロコロ(藤枝市・主婦)

- 焼津 ● 鯛ヶ島「とや新浜衛」海鮮BBQがあります(島田市・会社員) ● 焼津市焼津「割烹どんた久」あわびを使ったクリームコロッケがあり、子ども好きです(焼津市・主婦) ● 島田 ● 金谷東「和重」お吸い物など和食で貝を味わえる(島田市・無職) ※口コミですので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

寒い冬でも冷たいそばが食べたい人に温かいつけ汁の「一九せいろ」

昨年9月、今注目の人宿町にオープン。和食一筋32年、ホテルや料亭で研さんを積んだ店主が打つのは、北海道産のそば粉を用いたしっかりとしたコシのある二八そば。店主いち押し「一九せいろ」は、富士のブランド豚と玄米のやわらかな甘みがおいしい。寒さが増すこれからは「鴨なべ」もおすすめ。2人より受け付け。1人前3,000円。コースは5,000円〜。3月末日まで。要予約。

●「一九せいろ」(豚・鴨ナベ) 1,404円。

府中銀座 一九(いっきゅう)
静岡市葵区人宿町2-5-1 EZAKI SOZOSYAキネマ館1階 tel/054-204-1928 月曜定休(祝日の場合は営業、火曜休み) 11:00~15:00 17:00~21:00 ※日曜夜はそば売切れ次第閉店

「アステン見た」で合計金額より10%引き! 1/7(月)~31(木)まで

おせちに飽きた頃、猛烈に食べたくなるピザにパスタにカレー。シェーキーズならどれも食べ放題で楽しめる。20種以上のピザに加え、1月は「ポテトと餅の和風明太ピザ」が新登場。昨年好評の「チーズタッカルビピザ」とふわり食感のマッシュマロがたまらない「チョコミントのデザートピザ」も冬限定。最新情報は二次元コードで要チェック!

●1月の新作「ポテトと餅の和風明太ピザ」。

シェーキーズ MARK IS 静岡店
静岡市葵区柚木1026 MARK IS 静岡3F tel/054-294-8374 年中無休 http://shakeys.jp/ (平日) 11:00~15:00 ティータイム 15:00~17:00(受付16:30まで) 17:00~22:00 (土日祝) 11:00~22:00

食べ放題&アルコール飲み放題!
「新年会ディナープラン」3,240円

新しい年の幕開けは静岡市街の夜景を一望できるレストランで、旬の野菜をたっぷり使った料理を心ゆくまで味わって! 「新年会ディナープラン」は前菜やオードブル、煮込み料理などのビュッフェ食べ放題(時間無制限)に、アルコール飲み放題(2時間)が付いて3,240円とコストパフォーマンスの高いシメのスイーツまで時間を気にせず楽しめる。

●「新年会ディナープラン」1/9(水)~31(木)。グループ全員同一プランを利用。予約時にアステン見たと伝えて。

Café & Restaurant Temboo(テンブー)
静岡市駿河区登呂3-1-1(静岡 新聞放送会館17F) tel/054-260-7623 11:30~15:00 18:00~22:00 月曜、第1・3火曜定休、第2・4・5火曜はランチのみ

少しずつついり、がうれしい 京風彩りランチ1,800円(税別)!

京都のおばんざいをイメージし、およそ18種類の料理を大皿に彩った京風彩りランチ。品数は多いが、女性にも程よい量なのうれしい。ごはん・吸い物付きで1,800円(税別、一部メニュー変更の場合あり)。完全個室なので、京都旅しながらのゆったりした気分で家族、友達と楽しんで。

●前評判につき1月も「アステン見た」でデザートプレゼント!

静岡 花鳥風月(しずおか からふうけつ)
静岡市葵区相模町14-1 2-3F tel/054-266-3300 11:00~15:00(LO) 15:00~翌2:00 ※月曜ランチ休み ※上記メニューは法事利用不可 ※2日前までに要予約 ※1グループ8名まで

限定20食のとっておきプラン 新年を華やかにスタート!

お正月の話題や近況報告...、楽しい新年会におすすめの「花かご釜めし膳」が新登場。人気の「花かご膳」に釜めしをコラボさせた、さわやかな新年の贈り物。「おいしいものをちよつとずつ」という女子の集いにぴったり。10階のぜいたくな空間で、おいしい時間を分かち合おう。「花かご釜めし膳」は月~土曜日の昼・夜、それぞれ限定20食。2,800円(税別)。※前日までに要予約。

●天空ランチ(5種類)も継続中! 「アステンを見た」で各1,000円(税別)。

天空の和dining さわ
静岡市駿河区昭和6-2 アイワンビル10F 予約専用ダイヤル tel/0120-301-450 日曜定休(予約は受け付け) 11:30~14:00(LO13:30) 17:00~24:00(LO23:30) http://sawa-shizuoka.com/

1月のランチ
小エビと白菜のバスタ オマールソース 1,850円(税別)
オードブル6品、スープ、パコライス、デザート、コーヒーorティー付き

フレンチシェフがつくる
オマール海老のソースがぜいたく!
ムッシュが自由な発想でつくる秀逸パスタ。今月はオマール海老の旨味をふんだんに効かせたコク深いソースと、ゆずの爽やかな香りの意外なマリナーズが楽しめる。「そうきたか」と思わずうなってしまう後引く美味しさに、新年早々ハマって!

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

ゆったりくつろげるカフェ空間で
気取らず楽しめる居酒屋メニュー!

年明けの女子会やデートはアガサでのんびりスタートしたい? 夜の新メニューは気取らず楽しめる居酒屋風。ひとつひとつ丁寧な手仕事で、素直な美味しさに思わず顔がほころんでしまう。盛り付けや器使いもいちいちステキ! 写真の料理が楽しめるお得なパーティープラン(3,000円・税別)がおすすめ。

●シメの雑炊まで完食必至「アガサの牛もつ鍋」1人前800円(税別)。ソースが5種から選べる「コースビーフ」1,400円(税別)。豆腐入り「ふわふわチキンナゲット」700円(税別)。

mama's kitchen Café AGATHA(アガサ)
静岡市清水区八坂北2-13-21 tel/054-367-2306 11:00~15:00(LO14:00) 18:00~21:30(LO20:30) 日曜夜・月曜定休 8台(無料)

確かな腕で握る静岡の旬が詰まったすしを堪能

静かな住宅街の一角にある。創業120余年の老舗すし店。極上の南マクロをはじめ、駿河湾に揚がる獲れたての地魚を存分に味わえる。若旦那の大塩敦之さんは「全国すし技術コンクール」で銀賞を受賞した確かな腕を持つ。絶妙な握り加減の寿司はもちろん、夜は一品料理や静岡の地酒も一緒に楽しみたい。

●「駿河のにぎりセット」3,400円(税別)。焼津小川港でその日の朝に水揚げされた近海物10貫盛に、桜エビのかき揚げ、茶碗蒸し、デザートが付いたランチセット。にぎりのみ52,200円(税別)で楽しめる。

八千代 寿し屋
静岡市葵区八千代町63-4 tel/054-255-5511 11:00~14:00 16:30~22:00 10台 水曜定休 http://www.y-sushitsutsu.net

あの子に1つ贈り物

鉛筆の持ち方が原因で、字を書くことに苦手意識を持つ子どもが多すぎる。幼児期に付いた自己流の癖を後で直すのは大変! 「すぶうんおばちゃんの三角スプーン」は普段の食事の中で使うだけで、鉛筆の正しい持ち方が自然に身に付く。大人は褒めるだけ。藤枝市の応援を受け5年かかって開発、販売。スプーン部分は新潟県燕市から。手になじみやすい自然木の柄は地元の木工職人フランクさんの力作。「上の子で効果があったので下の子にも」「鉛筆だけでなくお箸も上手に持てるようになりました!」と、うれしい声が届く。就学前、5歳のあの子におすすめ!



すぶうんおばちゃん
三角スプーン
(木製/左利き用・右利き用)
各3,000円

すぶうんおばちゃん
藤枝市立花1-14-12
TEL.054-908-8169 (月~木/7:30~9:00)

とっさの1フレーズ

ヒュージョット
Huge!
「でっかー!」



Point
すごく大きくてびっくりしたら、映画でもよく使われるので意味が分かったらgood!
#「Tiny」を11月号で習いましたよね?その反応語です。セットで覚えて使おう!

全日程英語教育のプリスクール
NB International Kindergarten
NBインターナショナルキンダーガートン
静岡市駿河区中田本町6-3 tel:054-202-9555

華やかディナーと森一馬さんの歌声を
12月号asten PEOPLEに登場した森一馬さんの歌声が聞けるホテルアンピア松風園「New Yearディナー&ミュージックショー」のチケットが好評発売中! 1/31(木)18:50~、一人8,800円。世代を超えて一緒に歌いたくなる曲ばかり。家族でぜひ!
ホテルアンピア松風園
焼津市浜当目海岸通り星が丘 054-628-3131 (9:00~20:00)
ホテルアンピア松風園 検索

あったかグッズをお得にゲット!
NEST焼津店で1/14(月・祝)まで初売クリアランスセール開催中。アウトターやブランケット、ニット帽などの衣料品や保温マグなどおしゃれで機能性の高い冬物商品が、一部除品を除き通常価格の20~50%OFFに!
NEST焼津店
焼津市東小川16-6-4 10:00~20:00
054-626-7100

1 action



脳と体を同時に刺激
デュアルタスク運動に挑戦
結んだスカーフを用意、二人一組で「お題を出しながら投げる」「答えながら受け取る」を交互に行う。
投げる時・受け取る時は手と反対の足を出す。
「お題」は何でもOK。野菜、果物、花などなど楽しみながら!
お題を入会キャンペーン実施中!
WEBをチェック! 「アстенを見た」で1日体験通常2,700円→0円

Grantz 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)
054-260-7206 (介護予防、見学・体験は無料)
http://glanz-sc.com/

アステン流 大人ドリル
淑女検定

新しい年の幕開け。「今年こそ何か始めたい」という人へおすすめしたいのが複音ハーモニカ。奥深く哀愁ある音色は、世界中で愛されている。ポケッにはハーモニカ。そんな大人にちよびり憧れる。

SBS学苑
パルシェ校
講師
栗田満穂 くりた まほ
ハーモニカ演奏会講師
懐かしい音色のハーモニカ。小さいけれど表現力豊かな楽器。入門から上級者まで決めた難易度で指導

SBS学苑 パルシェ校
INFORMATION
2/11(日) 10:30~12:00
心に響くベブトワーク
講師「歌謡曲」
愛媛県/3,348円(管理運営費)
魔法のような言葉の力でやる気を引き出す話法。感動的な話法と心に響く話法。
【お問い合わせ・お申し込み】
Tel.054-253-1221

複音ハーモニカ

問題1 二段構造で吹きやすく作られている複音ハーモニカ。どんな特徴がある?

- A. ドレミファの順に並んでいない
- B. 1本でどんな演奏もできる
- C. スライドレバーが付いている
- D. 自動演奏する

問題2 複音ハーモニカの楽譜の特徴とは?

- A. イラストが描かれている
- B. 数字で表している
- C. 楽譜はなく耳で覚える
- D. 聴き取って手書きする

問題3 複音ハーモニカはどんな音が出せる?

- A. さざ波の効果音
- B. 猫の鳴き声
- C. トランペット
- D. バイオリン

正解 & 解説

問題1 正解 A
初心者が音を出しやすい複音ハーモニカ。音はドレミファの順に並んでいない。吹き音、吸い音が交互に配列されている。「最初は混乱するかもしれませんが、覚えてしまえば吹きやすいです」と栗田先生。キーごとに機種が異なるため、複数のハーモニカが必要となる。#(シャープ)やb(フラット)の音が出せるスライドレバー付きハーモニカは「クロマチックハーモニカ」。難易度が高く上級者におすすめ。

問題2 正解 B
ハーモニカ教室に入っても驚くことは、楽譜が数字であること。数字譜といい、ドレミを「123」で表現する。大正琴などでも採用されている記し方で、五線譜が読めなくても演奏できる。複音ハーモニカは長音階と短音階それぞれ12種類ずつ、合わせて24種類ある。曲によっては二つ同時に持って吹いたり、途中で持ち替えたりすることもある。

問題3 正解 D
複音ハーモニカは、奏法によってさまざまな音が出せることも知られる。バイオリン奏法は、口をすぼめて揺らすことで、バイオリンのようなピブラートを掛ける。震えるような哀愁ある「トレモロ」で、マンドリンのような音も出せる。ベース奏法では舌と口の動きでメロディーと「ズンチャ、ズンチャ」という伴奏を同時に演奏することもできる。「1年もたてば吹けるようになっていきますよ」と栗田先生は話す。

キレイを磨きにFDAで「美肌県」島根へ!

POLAが実施する「ニッポン美肌県グランプリ2018」で、島根県が3年ぶりに1位を獲得した。島根県には、出雲国風土記で「神の湯」と記される玉造温泉や、日本三美人の湯「湯の川温泉」、日本三大美肌の湯「斐乃上温泉」などの温泉をはじめ、美肌につながるスポット、グルメ、お土産が充実。3/15(金)まで、美肌県グランプリ1位を記念した「しまね冬旅キャンペーン」を実施している。美肌県・島根へは、毎日1往復のFDA静岡一宮線が便利。お得なバースデー割、みんなでシニア割を上手に使用して、自分へのごほうび旅でキレイを磨いては。

FDA静岡一宮線 バースデー割9,500円、みんなでシニア割10,000円
FDA フジドリームエアラインズ TEL.0570-55-0489 7:00~20:00 (年中無休)

平沢お馬名鑑 Vol.4

はじめ(セン馬・22歳)★黒鹿毛★北海道出身
「ほのぼのおじちゃん」
足の先までふわふわで、仕草がとっても愛らしいポニー。体が小さいので幼く見られがちだが、人間の年齢に換算するとすでにシニアの域。ほのぼのした性格で、誰とも仲良く付き合ひ、顔が欲しい時にもじっと待つ。平沢ライディングガーデンに初めてやって来た馬なので「はじめくん」。柔らかい牧草がお好み。小学校低学年までを対象にしたポニースクール(平日午後1回15分1,080円、月会費5,400円、入会金別途)や、引き馬(1回1,080円)で活躍中。
※セン馬とは去勢したオスのこと。

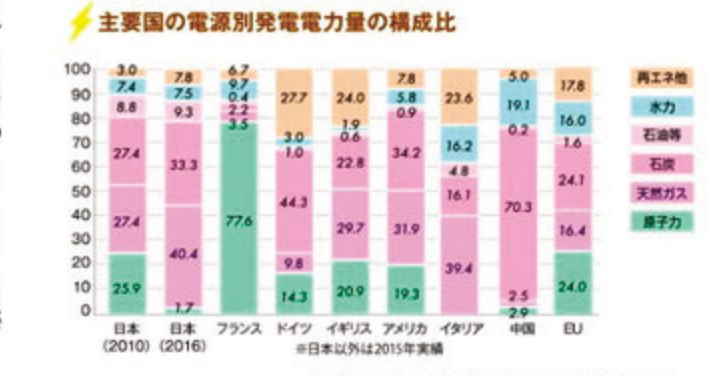
乗馬スクール 平沢ライディングガーデン
静岡市駿河区古宿717-1(平沢観音の奥) 054-262-5470 火曜定休(祝日の場合は営業) 9:00~17:00
Pあり、無料送迎(水・日曜要予約) tycoon@mail.wbs.ne.jp ※体験乗馬は通常5,400円のところ初回限定2,700円に

竹内純子の
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。

エネルギーは各国それぞれ

世界各國の電源構成(2016年実績)を眺めてみると、各國の特色がわかります。米国は石炭と天然ガスがそれぞれ30%強、原子力も20%弱あり多様な手段でバランスを取っています。中国は石炭が約70%、水力発電が20%弱です。再生可能エネルギーはまだそれほど存在感ではありません。欧州は、水力の多いオーストリア、スウェーデン、天然ガスの多い英国、イタリア、石炭の多いポーランド、チェコ、原子力



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

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。一部は年齢とともに盛り上がり、大きくなり、成長してきます。また、気になってよく触ってしまったり、たまたまかゆみがあるような盛り上がったほくろは、大きくなっていく兆候です。

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。年齢が高くなると、老人性いぼといふものがあふります。いぼは、ほとんど増えることがありますが、早めの治療が望ましいです。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回にわたる治療をお勧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 レーザー料金
●直径1mm10,000円+税~
●直径3mm程度...30,000円+税~
●直径5mm程度...50,000円+税~

炭酸ガスCO2 レーザーで ほくろ・いぼの除去

CO2 レーザーとは?
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。

ほくろ・いぼに水分が多く含まれており、CO2 レーザーを患部にあてると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。

皮膚のメカニズムを解明し治療する
美容皮膚科
女性医師による診療・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 平野由子)

予約制 tel.054-254-5444 静岡市葵区御幸町3-21 ペガサートB1F www.sc-clinic.jp

振り袖レンタル35,000円～
晏花なら好みの色柄がきっと見つかる

振り袖は着たいけれど、メンテナンスや保管場所を考えると…という人は、諦めずにSBS通りの杜草庵 晏花(ととそあはるか)へ。晏花のレンタル振り袖フルセットは2泊3日で35,000円(税別、着付け代別途8,000円)。豊富な色柄の振り袖と帯があり、100通りの組み合わせの中から選ぶことができる。新品をびっぴりのサイズに仕立てたい、という人はオーダーレンタル振り袖を。こちらフルセットで150,000円(税別)。およそ120種類の中から選ぶことができる。レンタル日数など詳細は店頭で相談を。

振袖HARUKA(ふりそで はるか)
 静岡市駿河区石田3-10-33
 ☎054-286-7557
 火曜、第2・4月曜定休 伊あり
 http://www.waluku.co.jp/
 ととそあはるか 振袖

エクステリア&ガーデン新春キャンペーン開催中!

静岡市駿河区のエクステリア&ガーデン設計・施工専門店「ザ・シーズン静岡」では1/31(木)まで、新春キャンペーンを実施中。期間中50万円以上の成約者はキャンペーン特別価格で施工をしてもらえる。さらにホームページから事前に予約をすれば、おしゃれな庭が掲載された雑誌やガーデングッズのプレゼントがあり、さらにお得だそう。「リビングから見える庭の景色が寂しい」「春からの新生活で駐車場が必要」「子どもや孫が遊べる庭にしたい」など、庭や外構について気になっていることがあれば「ザ・シーズン静岡」に相談してみよう。

●エクステリア&ガーデン新春キャンペーン詳細はホームページや電話で確認を

ザ・シーズン静岡
 静岡市駿河区中田1-4-1 アヴェニールコート1F
 ☎0120-989-685 水・木曜定休

編集部 オススメ こだわり SELECTION

足元が変われば、見える世界が変わるかも!
 期間限定の無料カウンセリングを利用して、不安・悩み改善へ



「硬い地面を歩いているとかかとの骨が疲労し、体のバランスが崩れる危険性がある」とフィットラボの榎原さんは話す。体のバランスが崩れると、体にさまざまなトラブルを起こす可能性がある。それは子どもでも大人でも同じ。体の調子が悪いのは、もしかしたら体のバランスが崩れているせいかもしれない。榎原さんは怪我を機に歩行不全になった経験があり、体をどうにかしたいと思っていた時、出会ったのがオーダーインソールだった。インソール先進国フランスへ渡り、本格的に技術・知識を習得。立つこと歩くことなど、体の不調に悩む人の手助けのために2008年にお店をオープンした。フィットラボのカウンセリングを受け、自分のためだけに作ってもらったインソールを使って、今までの概念が変わるかもしれない。歩くというのは、生活の中で大半を占める動作の一つ。歩くのが楽になれば毎日がハッピーになりそう。作製の流れや利用者の声、インソールの大切さがわかる情報満載のホームページは要チェック。まずは電話にて相談・計測の予約を取ってから来店を。

●初回カウンセリング1万円がアステンを見た方限定で1/29(火)まで無料
 ●オーダーインソールは2万円前後

FIT.LAB. (フィットラボ)
 【静岡店】静岡市駿河区本通3-23-1 チサンマンション本通101
 ☎054-252-2800
 【清水店】静岡市清水区天神1-2-1
 ☎054-363-0008
 【両店共通】10:00～20:00 伊あり
 水曜・第1木曜・第3日曜定休
 http://www.fit-lab.com 足の悩み フィットラボ

ココロとカラダの悩み相談 **漢方先生にQ&A** 第6話

Q 風邪かな?という時、気を付けることは?

A 風邪は①熱っぽい、のどが乾く、②だるい、下痢がある、③悪寒がする、といった三つのタイプに分けられます。また、せきにも④たんを含むせきがある、⑤乾いたせきをする、といった二つのタイプがあります。④の咳をしているようなら動物性の食べ物は避け、⑤のせきならコーヒーは避け、梨のような喉を潤す食べ物をとるとよいでしょう。中医学では、①～⑤のタイプ別に漢方薬やハーブティーを摂取します。風邪かなと思つたらすぐに対処しましょう。カバンの中に漢方を忍ばせておくのもおすすめです。早めに就寝し、汗をかけるよう対策をすることで風邪の治りも早くなるでしょう。

薬剤師・不妊カウンセラー 戸塚和典先生
 漢方の 熊鷹堂薬局
 静岡市駿河区東中央4-2-4(スーパー富士屋東名店前)
 ☎054-262-2345 9:00～18:00(土曜～16:00)
 日曜・夜日定休 伊あり http://www.kumanekodo.com

学研の経験・実績にAI技術をプラス 個別学習塾G-PAPILS開講!

グラッツスミミングが新たに学習塾を開講。G-PAPILSは学研グループの強みを最大限に生かした授業映像で学習。一番の特長は、進度や希望に合った授業を受講した上で理解度確認のための問題を解くと、解答の蓄積から人工知能が弱点を見つけ、「今解くべき問題」を選んでくれること。学びフリーコースは定額で通い放題、スミミングスクールの送迎バスも応相談で利用可能なのがうれしい。対象は小学5年～中学3年生。1/31(木)まで「アステンを見た」で入会金無料(通常10,800円)。まずは問い合わせを。

G-PAPILSグラッツスミミング教室
 静岡市駿河区敷地1-17-8(グラッツフィットネス前)
 ☎054-260-5888(平日14:00～21:00) ジーパピルス

猫のひっかきにも強い 天然無垢のセミオーダーソファ「dalia(ダリア)」

おしゃれなソファが欲しいけれど、ペットがいるから…と躊躇(ちゅうちゅう)している人に朗報! 秋山木工でいま大人気のソファはウォールナット、ブラックチェリー、オーク、タモの4種類の無垢(むく)材から選んでサイズもいろいろ。例えば2.5人掛けサイズの場合¥188,500(税別)～。一番の特長はパーツごとにカバーが外せるので家庭で丸洗いができお手入れが楽なこと。カラーは100種類の布から選んで、猫のひっかきにも負けない素材も用意。長時間座っていても疲れにくい、しっかりとした座り心地と背面までこだわったフォルムの美しさは国内製造ならではの、細かい変更にも対応できるので相談を。

オーダー家具・無垢の家具の専門店 秋山木工
 藤枝市1023-1
 ☎054-641-1696 10:00～18:30
 水曜定休 伊あり
 http://www.akiyamamokkou.com/ 秋山木工 藤枝

思わず歓声! 天然南鮪の極 恵方巻き手筒弁当

今年のなすび庵の恵方巻きは、天然ミナマダの太口、中口、鉄火をぜいたくに使用。極太の直径7cmは、なすび庵の一般的な太巻きサイズの1.5倍! ローストビーフ、サバの塩焼き、玉子焼き、煮物が添えられ、パラスもボリウムも大満足。「天然南鮪の極(きわみ) 恵方巻き手筒弁当」は3,000円(税別)。1/28(月)まで予約を受け付け、2/1(金)～3(日)に販売。なすび庵本店か茄子の花無庵での引き渡し。1万円(税別)以上の注文で宅配も可能。

なすび庵
 静岡市清水区富士見町5-8
 ☎054-352-1559
 FAX 054-354-1139
 受付時間 9:00～17:00 無休

asten PEOPLE vol.159

秀光 俳優

水曜日のSBSラジオ「聴くディラン」(14:00～18:15)を聞いて「このハスキーな声のまは?と驚かされている方、本・金曜日のSBSテレビ「イブアイズおカエタ」を見て、「イケメンなのに三枚目キャラ?と目が離せなくなっている方、多いのでは? 気になる秀光さんにインタビュー!

Q.秀光さん、一体何者なんでしょう。
 芸能事務所アミューズの、所属してやっている「劇団プレステージ」に所属している俳優です。12年ほど前に、プロデューサーに仕事のない4、5人が「お前ら自分らで舞台やれよ」と言われてユニットを組むことになり、最初は自分たちで小屋や照明、音響を探して、チケットも売っていました。それが口コミであるとか、いろいろな方の助けがあっちょとずつお客さんが増えていったんです。それで「劇団化しろ」ということになったんですが、アミューズって爽やかなイメージで「いつか自分たちもあんな風になるんだ」と信じていたから「劇団っすか?」と戸

惑いました。2010年のことですね。
Q.劇団ではどのような存在ですか?
 僕は活動し始めたころからおしゃべりというか「にぎやかし」担当で、イベントのMCをやったり、劇団を代表してラジオ出演したりしていました。
Q.「秀光」の名付け親は福山雅治さんですか?
 おとこの10月に福山さんのラジオ番組に舞台の告知で出演したのがきっかけで、また呼んでいただく機会があり、なぜか1時間かけて僕の改名をすることに。僕はそれまで本名の高橋秀行でやっていた。「ヒデ」って呼ばれていたんです。でもヒデって有名な方が大勢いるじゃないですか。「福山さんの中のヒデは僕ですか?」と聞いたら「俺の

★ PROFILE

しょうこう 1984年、茨城県生まれ。劇団プレステージ所属。俳優活動と並行しながら、インターネット放送局「ストラボ東京」で自身の冠番組「高橋秀行のあーしゃべりたい」を立ち上げ、レギュラーとして「劇団プレステージ」のラジオの学校(木曜23:02～24:00)にも出演中。

「改名が転機?! 呼ばれるように静岡へ。見たい、聴きたいと言われる男になりたいたい。」

れり求められたりする瞬間。俳優業とは別に、「演じていない自分」でできる仕事を増やしていきたいという思いをマネージャーに話していたところでした。そんな時にSBSのプロデューサーさんに面接をしていただけるということになり、「もう、ここが勝負だ。格好つけてる場合じゃない」と。質問も待たずに40分くらいしゃべり続けました(笑)。

Q.無類の思いが静岡でのレギュラー出演となったんですね。
 本当だったら静岡県出身などゆかりのある方が親しみがあると思います。「なのに自分を拾ってもらった理由」は、いろいろな面を見させていくことで聴取者の方やリスナーの方が少しずつもといくださると思うので、とにかく汗をかいてやっていきたい。ラジオは特に4時間15分一人で喋っていると偏りがちなので、女性の皆さんにもメールなどで「お題」への投稿やメッセージをぜひ送っていただき成長させてほしいです!

Q.東京・静岡の新鮮な感動。ならではのエピソードはありますか?
 僕、行きは昼間の富士山を見たくてE席に座り、帰りは清水港の夜景が見たいのでA席に座りたいんです。この間チケットを取るのがぎりぎりになって通路側に座ることになりました。窓の外を見ていたら、窓側の席に座っている女性と目が合ってしまった。その瞬間、女性が「キモッ」っていう表情で目を伏せたので、「いやいや、そういうんじゃない! あなたはもろんきれいですよ。でも僕は先に清水港の夜景を『きれいだな』と見ていて、後からあなたに気がきましたっ」ということをすごく説明したかったです。

カリモク家具 新春 初売り家具フェア 1月5日(土)～14日(月) 10:00～17:30

謹んで新春のお慶びを申し上げます。期待に満ちた新しい年の生活空間をさらに快適にする「新春初売り家具フェア」へぜひお出掛けください。

新春3大特典

- ご成約の方に お子様用お年玉くじ! デスクご成約の方に 木製ペン立てプレゼント!
- 1/5(土)～6(日)限定イベント 似顔絵イベント

カリモク家具 静岡ショールーム OPEN 10:00-17:00(土・日・祝10:00-18:00) ☎054-263-8888 (休日水・木曜日は営業)

蟹フェア 1/5(土)～2/28(木)まで

ランチbuffet 1/5(土)～2/28(木)まで

平日	土・日	小学生	幼児
¥3,000	¥2,700	¥1,500	¥800

ディナーbuffet 1/5(土)～2/28(木)まで

大人	小学生	幼児
¥3,800	¥2,200	¥1,200

ホテルアソシア 静岡 ランチタイム 11:30～14:30(L.O.14:00) ディナータイム 17:30～21:00(L.O.20:30)

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。

2019.1月号 Vol.159 [2019.1.5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(2019年2月2日発行)は「色」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
 藤枝加藤杉浦 貝のイヤリング、ピアス
 片面タイプ 1,836円
 両面タイプ 2,700円
 Instagram [akiko.smemory313]
 お問い合わせ: 駿府南市 Tel.054-251-1147

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「アステン編集部」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
 Instagram asten_insta
 Facebook アステン編集部

1月は「春」を呼ぶ魚料理 ☆☆☆しずおかキッチン

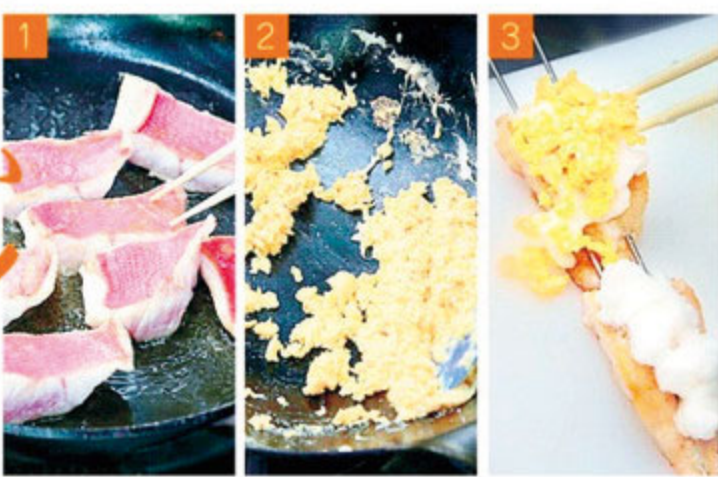
今月のしずおか食材
キンメダイ



伊豆を中心に各地で獲れるキンメダイ。クセがなく、脂も上品な甘さで食べやすい。煮付け、刺し身や干物など、楽しみ方もさまざま。



point 「春」を家族で楽しんで
 今月の先生 **齊藤 祐輔** Yusuke Saito ● 京都つる家 ホテルアソシア静岡 料理長 tel:054-271-2293
 キンメダイはお祝いの席などを華やかにしてくれます。子どもには炒り卵にマヨネーズを混ぜてからのせりと食べやすくなります。大人は七味唐辛子やこしょうを添えて、グリルで焼く場合、小麦粉は不要です。



キンメダイの菜の花焼き

●材料/4人前
 キンメダイ: 1匹(三枚おろし)
 卵: 4個
 グリーンピース: 40粒(インゲンでも可)
 塩、こしょう: 適量 小麦粉: 適量
 サラダ油: 適量
 マヨネーズ、ケチャップ、七味唐辛子、柚子こしょうなどお好みの調味料
 ミントマト: 8個
 A 水: 250cc
 砂糖: 100g
 塩: 少々

1 トマトの蜜漬けを作る。ミニトマトを湯むきし水気をとる。Aの水、砂糖、塩を合わせ鍋で温めシロップを作る。冷めたシロップにミニトマトを半日漬けておく。キンメダイは適当な大きさに切り皮目に切り込みを入れる。塩こしょうをふり、小麦粉をまぶす。油をひいて中火に熱したフライパンで皮目から焼く。
 2 卵を割る。1個は白身をわけて取っておく。取り分けた黄身と残りの卵で溶き卵を作り、塩こしょう少々で味付けをして、油をひいたフライパンで炒り卵を作る。包丁で細かく刻む。

3 残しておいた卵の白身に塩少々を加え、メレンゲ状に泡立てる。①のキンメダイに塗り、②の炒り卵とグリーンピースを散らし、メレンゲが固まるまでグリルなどで焼く。漬けておいたミニトマトやグリーンリーフと共に皿に盛る。

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・郵便番号・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

2019年1月18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1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1月号を見て気になった記事や実際に行った掲載店を教えてください。
- Q3 イチゴを使ったスイーツ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 18名様

 お家で食べる(カップヌードル3食パック/どん兵衛3食パック/チキンラーメン3食パック/出汁一丁醤油3食パック)各1パックをセット【日清食品】

02 各1名様 計2名様

 トルコの魔除け「ナザール」のキーホルダー【アートライン】

03 5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】

04 5名様

 野菜を食べるレンジカップスープ3種(ミネストローネ、オニオン、コーン)【モンマルシェ】

※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。これらを送るため以外に外部に提供することはありません。

five feet cafés

HAPPY HOUR

ハッピーアワーが始まりました!

期間限定 2019.1~2月末日 月~金曜
 DINNER TIME PM5:00-7:00 ご注文に限り
10%OFF! 全商品通常価格より

〒424-0044 静岡市清水区江尻台町22-35 エスジーポート内
 TEL.054-364-1017
 営業時間: 日~木 11:00~23:00
 金・土 11:00~24:00
 定休日: 不定休

scroll presents

体験記

マナーセミナー

女性の活躍する場が増え、自立した女性も増えています。その輝きを失わないためにも、今後の人生を見据えた、しつかりとしたライフプランニング、マネープランニングが必要不可欠です。複合通販スクロールが開発する、初心者にも好評のセミナーが、あなたの「マネースタート」を応援します。

Q これまで「マネー」に対してどんなお考えでしたか?
 ある程度の収入も貯金もあり、今の生活に満足しています。ただ、仕事が忙しいこともありこれまできちんとお金のことに向き合うことがなかったんですね。貯金も普通預金に入れておいて、「運用」という発想も全くありませんでした。

Q マネーセミナーに参加してどうでしたか?
 「何かしなければ」と思いつつ、これまで何もしなかったことをすごく反省しました(笑)。貯める、使うだけでなく、「賢く使う」というアドバイスは心に響きました。マネープランをしっかり立て、もっとお金にシビアになろうと思います。

マナーセミナー「ここに満足!!」 私体験しました! 近藤さつきさん(42歳 独身 会社員)

- ①講師のファイナンシャルプランナーの話題がタイムリー!
- ②マイナス金利時代の新しい知識をきちんと説明してくれた!
- ③休憩時間にはおいしいスイーツも、終始リラックスした雰囲気! ※スイーツは会場によって異なります

参加無料

アステン女性読者へおすすめ! 各回先着30名様限定! (パートナードと参加OK) 1/20 日 14:00~16:00
「貯めたい女性のマネーセミナー」 1/22 日 10:30~12:30
 グランディエール プレートーイ 4F/プレリュード
 1/22 4F/ワルツ
 (静岡市東区新栄町17-1)

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

下記フリーダイヤルまたはWebからご予約ください 株式会社スクロール マネーセミナー事務局
 ☎0120-155-114 受付時間 9:00~20:00 ✉scroll-seminar@scroll-shop.com
 ※お電話でお申込みの際はこちらの申込みコードをお伝えください(アステン申込みコード 2002)
 ●当セミナーでは商品の勧誘は一切ありません。●お子様連れはご遠慮いただいております。●パートナーとの参加OKです。
 【主催】株式会社スクロール 東証一部上場(証券コード:8005)