

ヒト・コト・モノをニュースな視点で、新しい女性たちに。

アスタリスク・テン [volume 7]

2006 4 APRIL

asterisk 10 ten

特集 海とウェルネス

春の私に、海が効く。

asten people

宮西 希

asten patio

私らしかろうと、なかろうと、四月はやってくる。

しずおかキッチン

春の海のくるりん

アステン・ノート

asten enquête

毎月第1土曜日発行
静岡新聞 広告特集



fino
BRIDALHOUSE
ポルトガル語で【上品な】

NEW OPEN
4/18 TUE
※4/11までは呉服町にて
営業しております。

桂 由美 FRANCHISE 静岡

ゆとりの空間で本物に触れる

ヨーロッパのお城のようなあなたのドレスサロン。

個室フィッティングなどVIPなおもてなしはパリ店オープンでも注目される

フィーノが発信する新しいサロンスタイルならではの。

駐車場スペースも広く、デートの場所としても気軽にお立ち寄りいただけます。

指定式場：ホテルセンチュリー静岡、中島屋グランドホテル、中島屋八幡ガーデンズ、焼津グランドホテル、
ホテルブリヴェ静岡ステーション、セント・ヴァレンタインファーム、エスプリ・ド・ナチュラル、
静岡ベルアージュ、掛川グランドホテル(その他、式場持込料は当社が負担いたします)

桂由美・fino 静岡

静岡市葵区呉服町2丁目9-6
TEL.054-254-5588【水曜定休】

<http://www.bridalhouse.co.jp>

衣裳・式場紹介・エステサロン・引出物



春、真っ盛りの4月。わくわくと心弾む季節でもあるけれど、転勤や引越しなどの環境の変化や、冬から春への温度差の影響で、実は女性の健康にとっては、心も体も揺らぎやすい時期でもある。春の女の心と体は、はらはらと散る桜のようにデリケート。ダメージに負けず、健やかな毎日を送るために、地球の持つ不思議なパワーを利用した、ナチュラルな健康法を手に入れよう。

春の私に、海が効く。

特集 海とウェルネス

自然の力で元気をチャージ。たとえば「海」

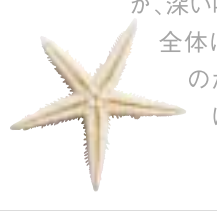
海を見ていると心が落ち着く。海に行くくと元気になれる。そんな経験をした人は少なくないはず。これは決して精神的なものだけではない。すべての生命の源は海。人の血液や体液が、海水の組成に近いということはよく知られている。生まれる前の赤ちゃんが、海と同じ成分を持つ羊水の中で、皮膚からミネラルを吸収してすくすくと育

っていくように、海という場所は、大人である私たちの体にも優しい処方箋を施してくれているのだ。海藻や魚介類を食生活の中心にしたり、熱砂浴(砂風呂)や潮湯(海水風呂)を楽しんだり。私たち日本人は、昔から海に親しみ、海を健康に役立てる知恵を育んできた。最新の海洋学の分野では、魚たちが持つ独自のストレス解

「散歩するなら海辺」が心と体に効く理由

ただ海岸を歩くだけでも、私たちの体はさまざまな海からのプレゼントを受け取っている。まずは、海辺のマイナスイオン効果。老化の原因である活性酸素を除去したり、乳酸を中和して疲労回復や血行促進を促すと言われている。また海からの潮風は、雑菌や花粉などのアレルギーを含まず清浄だけでなく、カルシウムやナトリウム、マグネシウム、ヨードといった体に必要な成分が豊富。そんな潮風が、深い呼吸をすることで体全体に取り込まれていくのだから、体に悪いわけがない。

「いつも波しびきを浴びて、マイナスイオンの中にいるせいか、1日1度は海に行かないと何となく元気が出ないんです」とは、仕事前に毎朝5時に起きて、サーフィンをしているという久保留美さん(32歳)。「毎日、海に行くようになってから、風邪をひきにくくなったし、同世代の友人と比べても、体力にはちょっと自信あります」。浜名湖でウェイクボードを楽しむ山口史恵子さん(28歳)も、「デスクワークなので、普段はコンクリートの世界なので、普段はコンクリートの音を感じるうちに、私たちの脳内では「幸せの脳波」と呼ばれるアルファ波が優勢に。海辺ならではの開放感とともに、ナチュラルで上質なリラクゼーションを体感できるはずだ。



海は魂まで浄化してくれる?

今でも日本では、「お清め」として海から生まれた塩を使っている。これは、海の持つ殺菌や浄化作用が昔からよく知られていたから。たとえば種子島の瀬風呂という習慣は、干潮時、海岸の窪みに残った海水の中に、松の木を燃やして熱した石を入れて温め、温泉のように入るもの。この瀬風呂には、体を清浄に

するだけでなく、魂を清める意味もあったとか。これと似た習慣は他の地方にもあり、心と魂を浄化する海洋療法(タラソテラピー)の原点が日本にも古くから存在していたことがわかる。色彩療法によると、海の色は「沈静」の色。一方、山の木々の緑は、人の心を「活性」させる色といふから、心の中に

海の恵みでウェルネス&アンチエイジング

「日本は海との関わりが深い国。EPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)など、魚にしかない機能性成分の研究も進んでいます」と語るのは東海大学海洋学部水産学科・加藤登教授。欧米化してきた食生活から、伝統的な日本食への回帰が進む中、低カロリー、高ミネラルの海藻や魚を日常的に食べることの重要性も見直されている。「幼い頃から魚になじんだ生活をしているというのは、とても大切なんですよ。成人して、生活習慣病の心配が必要になった時、無理なく子ども時代の食生活に還っていくことができますから」。

また体の外側から海の方を取り入れる手軽なアイテムも。死海の泥を利用したパックやバスソルト、入浴剤、海藻の成分を配合したスクラブ、海洋深層水に天然水溶性アロマをプラスした化粧水など、ドラッグストアやコスメショップで選んでみるのも楽しい。この他、ミネラルバランスに優れた駿河湾深層水を素材として利用した食品、水産加工品も各メーカーから発売されているので、それらをうまく取り入れ、体の中からのウェルネスに活用してみるのもいいだろう。



休日は、海へ還ろう

海と女性と健康。どうやらこの3つは、私たちの想像以上に深い関係で結ばれているようだ。7月には、焼津市内に駿河湾の海洋深層水を使った日本有数の本格的タラソテラピー施設、アクアスやいづがオープン。タラサ(海)とテラペイア(治療)という二つのギリシャ語からなるタラソテラピープログラムでは、海藻やシーフードを使った美味しい食事をリラックスしながらいただく、というのも大切なメニューの一つ。揺れやすい女性の体を優しくケアしてくれる波の揺らぎに誘われて、まずは手軽に海辺でシーフードを楽しむことから始めてみるのもいいかもしれない。

取材:撮影協力 株式会社マリンタウンやいづ(アクアスやいづ)/焼津水産化学工業株式会社(UMIウェルネス株式会社) 東海大学海洋学部水産学科 加藤 登教授

海のまち焼津に、フランスにならった本格タラソテラピー施設がまもなく完成する。なぜ焼津?なぜ今?その答えを教えてくれたのは、顧問役としてハードとソフトのコーディネートいっさいを担当している志村秀明さん。日本では数少ないタラソテラピーの専門家だ。ご自身は、学生時代三段跳びの日本チャンピオン。そのアスリートがなぜ、タラソテラピーにと、これまたハテナ。「大学時代スポーツで故障した時に、九十九里浜の漁師の友人宅で海草風呂を仕立ててくれたり、とれたての魚を毎日のように食べさせてくれた。海辺のこの1週間の後、全国大会で優勝。それが私とタラソとの出会いなんです」。卒業後母校で監督をつとめた後、タラソテラピーの理論と技術を深めようと、本場フランスに渡る。学ぶうちに、実は日本には明治・大正時代に海水浴で健康体を作ろうという動きがあり、その考えはタラソテラピーそのものであったことに気が付いたという。やは

り、海の国・日本。そして、焼津。駿河湾から汲み上げた純度の高い海洋深層水を、ふんだんに使える。他施設をめぐり、足りないコトも見えた。「深層水100%のプールやジェットバスだけでなく、トレーニングスタジオやシーフードのレストランも併設。タラソの重要な要素である「水・陸・食」のプログラムをバランス良く整えることができたんです」。めざしたのは、本場に見負けない充実のプログラム。海の幸に恵まれた焼津ならではのヘルシーメニューも準備は着々、満を持して、今、この時なのである。オープンが7月19日。せっかくのタラソテラピー。もっとも有効に心と体の健康に生かしてほしいと、個人個人に合ったアドバイスがいていいにできる会員制も導入した。利用環境によって、プール会員から、トレーニング、マスター、ゴールド、ダイヤモンドと揃うが、入会特典を見ると、これは、迷わず、ダイヤモンド会員にと思わずにいられない。

知ってる人は、ダイヤモンド。

タラソテラピーの基本は、心と身体の浄化とコンディショニング。大いなる海の恵みの癒しを満喫したい。 駿河湾深層水そのまま100% するがわん 深層水 海の恵み。日本一深い

- 「元気になる」「癒す・整える」「キレイになる」 8つのウェルネスプログラム
- アクアウォーキング・アクアピクス・プール
- ヨガ・ストレッチ・エアロピクス・スタジオ
- 海藻オイルでボディトリートメント
- 駿河湾と富士山一望ヘルシーレストラン
- マシーンを使って体力増進 トレーニング
- 妊婦のための特別プログラム マタニティ
- 足裏刺激で疲労回復 フットトリートメント
- 海藻パックやアクアリラクゼーション タラソトリートメント

タラソテラピー施設 アクアスやいづ 開館 火~土/10:00~22:00 日/10:00~18:00 ●月曜休館 焼津市駿ヶ島136-26 ACCESS JR東海焼津駅南口下車、タクシー等約5分 車 東名焼津ICから約10分

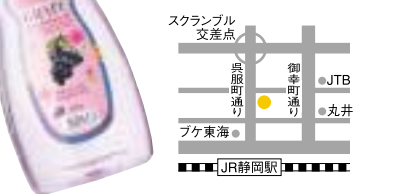
7/19水 OPEN AQUAS YAIZU 入会のお申し込み・お問い合わせ 0120-173-812 株式会社マリンタウンやいづ 焼津市本町2-12-8グレイ・マリソール焼津201号 TEL054-626-2255 http://www.marinetown-yaizu.co.jp

足をここちよく、脚をうつくしく。 AKAISHI 株式会社AKAISHIは、多くの女性にフットラブルの早い快適で健康な足で生活していただきたく、女性の足と脚を科学的に研究し、各種機能テストを繰り返しております。美しい脚づくりへ貢献できるよう、これからも一歩一歩着実に挑戦と提案を続けていきたいと考えています。 楽に歩ける。 ArchFitter アーチフィッター 歩行アシスト502 楽に歩ける つまずきにくい歩行機能 疲れにくい 膝への負担が少ない 軽い(両足で約390g) 春のNEW アイテム

自然食・健康食は いわば「美容食」。 だれもが美しく健康でいてほしい。 自然食品ショップ 大恵 静岡市東区富匠1-4-1 http://www.daikei-info.co.jp 0120-417-147

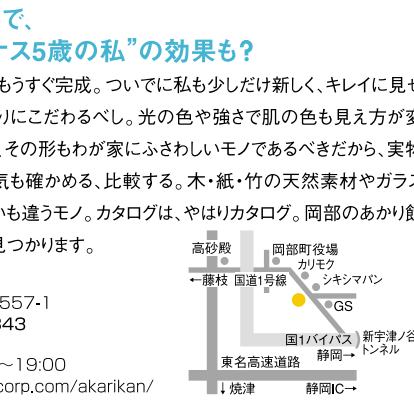
「どうぞ、どなたもキレイになってください」の、岩盤浴1ヶ月フリーパス5,000円

1ヶ月。この時間を長いととらえるか、短いと感じるか。「この1ヶ月で、きっちりキレイになる」この決意。「よし引き受けた」と身心楽。女性なら、今だれも一度は体験したい岩盤浴が1ヶ月フリーパスで5,000円(税込)。「イーンですか…?」と気が引ける感涙モノの、このサービス。「続けてこそこの岩盤浴。一度試して“あまり汗が出なかった”という方ほど、岩盤浴が必要な状態にある方。続けてみて実感してほしいんです」という心遣い。しかも、きっちり60分。都合にあわせ30分のサービスに変更することも可能。だけど“私次第”のキレイへの道。この際だから、徹底的に美しくなってやりましょう。さらに美しく、そしてリラックスしたいあなたは「アロマオイルマッサージ」を。まずはどっふ溜まった疲れをほぐしたい私には「中国式ボディケア」を。プラスして、良いことずくめ。岩盤浴は初回から1ヶ月有効。先着30名様のみ、お早め!! 美しくなることに遠慮は要りません。目標&志は高く。



リラクゼーション身心楽 呉服町店

静岡市東区紺屋町7-7 サンピア3F
TEL:054-255-3839
●無休 10:00~27:00



しずおか女性の御用達 **asten patio**
私らしかろうと、なかりょうと、立ち止まっていた。
「ちょっと、四月はやってくる。」

見た人だけが味わえる至福の時間。劇団四季ミュージカル「コラズライン」公演決定!

数々の劇団四季作品の中で「四季ミュージカルの原点」とも称される「コラズライン」が、6月から静岡県内3カ所で開催します。ステージには、オーディションを受けているダンサーたちの緊張感とあふれるすばし。客席には、それを見守り強く揺り動かされる私たちの心。そこにあるのは人種や立場を超えた“共感”。17人のひたむきな姿は、日常に慣らされた私たちが忘れていた“何か”を気付かせてくれるはずです。



器が示す、「女の器」の差

生活とは、なにげない場面と状況の連続。例えば食事の席。どんな時にも使える器より「場」を演出し、気持ちを伝えるために器を使い分けた方がよい。日光陶器は、あらゆる「状況」をカバーできる磁器・陶磁器・ガラス器の商品数。“品揃え豊富”とは、単にモノの数にあらざると気付かれます。器でさりげないインパクトを残す、女の粋と心意気。一番勝負は、日常にあり。4/11までセール開催。



「産み育てる」存在として、漢方でカラダを守る。大事にする「責任」

“癒し”にはもう癒されぬ私。実は体と心が傷んでしまったのかも不安な日々。「春は自律神経が乱れやすい時期。“生きる速度”が遅い現代では、体調不良の原因は複雑。体の“気・血・水”のバランスを見る漢方は、全体的なリズム・調和を整えます。時に頑張りすぎる女性。次世代を産み育てる、その女性の健康を守りたいんです」と薬剤師の伏見浩幸さん。“これから”を私たちが創る。だから、自分を大事にしよう。



春のバッグ。手仕事の良さと、ならではの素朴さが“キラリ”

ベトナム雑貨、特にバッグの秀逸さはすでに知られるところ。“ピース・キラキラ”が欲しい時には…と思っているあなた。「ベトナム雑貨道」はまだ奥が深いのです。写真をご覧あれ。民芸としてベトナム刺繍も実は有名。ファブリックに施した丁寧な手仕事は、素朴でもありエレガントでもあり。お店であなたに選ばれるのを待っています。もっと見たい私にはベトナム旅行の案内も。

ソファと、職人の本気の仕事と、品質と。その“価値”を購入する

QUITO SHOPは、作り手の顔が見えるオーダーメイドのソファと雑貨の店。わが家の一部として、常に目に入り隠せないソファは失敗できない買い物だから、デザインも質も私のモノであってほしい。布地を選び12種類のデザインから自社工場で作職人が制作。長く大事に付き合えるようにメンテナンスも受けられる。サイトを見たら、その本気の姿に気持ちをいたしたい。座らせてもらおう。



春。吹いて、ほころんで、乱れ、ちょっと悲しい私の顔

冬の乾燥から“手厚い保護”を続けてきたのに、春になると乱れてしまう私の肌。この時期こそ外側からプロフェッショナルのケアをお願いします。目的に合わせ、4種類から選べるトリートメント(45分4,000円)。特別期間限定でチョコレートパックも登場。プロが選んだハーブ・デトックスティーなどを飲み、コンディションキープ。内側から自分でケアを、頑張ります。

BLUE STOCK Co. AREA2

ウエアのみならず足元まで、ツボを押さえた、しかも自由な提案をしてくれるBLUE STOCK Co.。今回は、どんなシューズですか?その名は「クロックス」(全16色)。まずは、うれしい3,990円。「一足ずつ、全色いっただこうから」なんて“女王様買い”できそうな価格。見た目重そうな印象。しかし、ゴムソックではありません。優秀な新素材クロソライトは、軽く・柔らかく、足を入れ踏み出した瞬間に分かる気持ち良さ。保湿性も高いから、寒い時にも履ける。もちろん雨の日でもOK。さて、コーディネートは?ノーマルにパンツに合わせてもよし、スカートに合わせたなら“ちょっとガーリー”でよし。「レッグウォーマーやショートパンツでもカワイイですよ」とスタッフ。穴から靴下の色がチラリズム。そこまで気を遣えたら、履き方上級編。1cmきざみのサイズ展開も好評で、「ソックス用」「はだし用」とサイズ違いでいくつも購入する人もいるとか。まずはお店で、足を入れてみてから。※残念ながら現状入手が若干困難な状態とか。予約して楽しんで待とう。



ビッグエコー Classic

静岡市東区常盤町1-2-2
一番館ビル2~4F
TEL:054-653-5550



「おつきあい」は大事。いざ、楽しい残業・カラオケへ

男性上司・先輩と行くカラオケは、軽いミッション。“お財布”になるなら一緒に行こう。かといつて、“お財布”と狭いところにギューギュー詰めはイヤ。さりげなくビッグエコーclassicに誘導。ココなら部屋もゆったり、キレイで居心地が良いから“私が”落ち着いて楽しめる。歌い始めたらこっこのモノ。「私(たち)と一緒に楽しもう?」。昼間は“主婦の顔”で集う。大人の集まりには、パーティールーム(最大35名)がちょうどいい。



新しい先生はなんだかいい感じ。



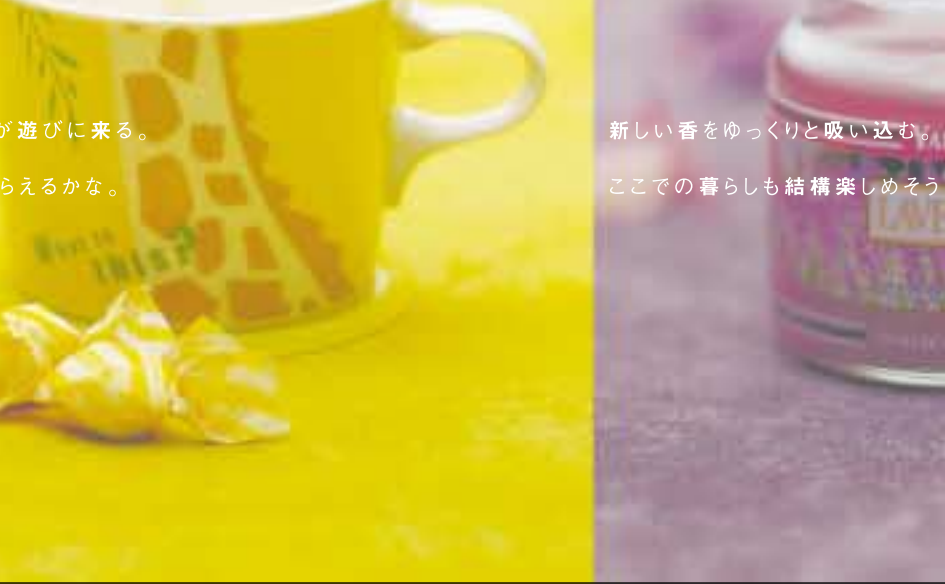
先生が通ったら、いい匂いがしたよ。

今日初めて友達がお遊びに来る。



これ、気づいてもらえるかな。

新しい香をゆっくりと吸い込む。



ここでの暮らしも結構楽しめよう。

家の中に、小さな緑を置いてみた。



いつもありがとって伝わるかな。

指に、耳に、首元に。大人の自覚を与える、宝石の存在

スタートの季節。もしくは、切り替えが必要な時期。気持ちの仕切り直して「また頑張ろう」という時、あなにはなにを必要としますか?働くに必要なのは具体的なモチベーション。“自分へのご褒美”より、ちょっと本気の宝物を身につけて。私が買う、私のための宝石。本物が私のココロカラダともあり、輝く。「この価値に見合う女性」でありたい。4/21~23の創業祭で、宝石という自分を見つめて。



赤々と輝く「ルビー」は、牡羊座の情熱

積極的で行動力にあふれる牡羊座。“誕生の季節”に生まれたあなたにふさわしい萌芽の輝きは、常に俄を惹きつけます。時にエネルギーを手折ってしまう悲しいできごとや失敗に出遭い、その情熱が凍えて立ち上がれないほどに。キープしてこそ牡羊座の炎。赤々と燃える「ルビー」は、牡羊座の守護石。傍らで活力と“気”の高まりを与えてくれます。



カワイく、色鮮やかに、軽快に、生きる・歩く・歩く。その名は「クロックス」

ウエアのみならず足元まで、ツボを押さえた、しかも自由な提案をしてくれるBLUE STOCK Co.。今回は、どんなシューズですか?その名は「クロックス」(全16色)。まずは、うれしい3,990円。「一足ずつ、全色いっただこうから」なんて“女王様買い”できそうな価格。見た目重そうな印象。しかし、ゴムソックではありません。優秀な新素材クロソライトは、軽く・柔らかく、足を入れ踏み出した瞬間に分かる気持ち良さ。保湿性も高いから、寒い時にも履ける。もちろん雨の日でもOK。さて、コーディネートは?ノーマルにパンツに合わせてもよし、スカートに合わせたなら“ちょっとガーリー”でよし。「レッグウォーマーやショートパンツでもカワイイですよ」とスタッフ。穴から靴下の色がチラリズム。そこまで気を遣えたら、履き方上級編。1cmきざみのサイズ展開も好評で、「ソックス用」「はだし用」とサイズ違いでいくつも購入する人もいるとか。まずはお店で、足を入れてみてから。※残念ながら現状入手が若干困難な状態とか。予約して楽しんで待とう。



カフェ・ジョイア Gioia Bar

営業時間11:00~20:00

新しいってときどきする。

家の中に、小さな緑を置いてみた。

いつもありがとって伝わるかな。

IMPORT GLASS WATO-KI TEA-GOODS KITCHEN BAG & HAT WATCH TOWEL FABRIC ACCESSORY RAG DOLL BATH & COSMETIC BABY & TOY INCENSE & CANDLE INTERIOR GOODS LIGHTSTAND GREEN & GARDEN

生活雑貨のお店

ウィリーウィンキー東静岡店

静岡市東区長沼679-1 TEL 054-263-6710
営業時間[平日]11:00~21:00 [日曜・祝日]10:00~21:00
年中無休(元日休業)

asten people vol.7 宮西 希さん

日本の伝統楽器・箏(こと)を通して、邦楽という伝統の枠を超えた音楽を奏する「KOTIST(コティスト)」宮西 希さん。その音楽は、箏の持つ温かい音色と彼女のキャラクターが相まって、独自の世界をつむぎだしている。伝統&可能性。キラキラした瞳でその思いをまっすぐに語ってくれた。

*宮西さんの音楽は、一般的に持たれている箏のイメージとは全く違います。箏です。逆にそういわれることが不思議なんです。私は、ただ好きな音楽を好きな楽器でやっているというだけ。それがたまたま箏だっただけで、ここ数十年、日本は外国のものを優先させてきたことで、足元にある素晴らしいものを見失っている気がします。楽器についても同じ。こんなにもいい楽器があるのに、どうしてみんな知らないのかな、と疑問に思うんです。

*箏を始めたのはお母様の影響？ はい。といっても、私にとっては音の出るおもちゃだったんですね。母は箏のお師匠さんでした。でも、私がアニメの曲をキーを奏えて自分で弾いたのを見て、早くから音楽の道に進ませてあげようと思ったみたい。だから作曲なども習わせてくれたんです。日本の音楽と西洋の音楽の違いというのは、言葉の違いと同じ。箏で西洋の音楽を演奏するというのは、同時通訳みたいなものです。日本にはこんなにもいい楽器があるのに、新しいものに埋もれてしまう。だから、その良さを伝えていくのは、同時通訳ができる私の役割だと、中学校の頃から思っていました。作曲もたまたま自分の意思とは関係なく、曲が空から降ってくる感じ。これはきっと外に出たがっている音たちが、音を聞いてくれる人のところに来るんです。

だから、私は西洋と日本の音楽の橋渡しと同時に、音と人間の橋渡しもしている。そういう役割なんです。
*そういう使命感を持ちつつ、自分も楽しみたい。そう。ステージが一番楽しんでいるのは私だと思ふ(笑)。

箏の良さを伝えるのは、同時通訳ができる私の役割。

*コティストという呼び名は？ 古典を弾く方を箏演奏家というのですが、私の場合は作曲もしてオリジナル曲を演奏しているの、ただの箏弾きではない。それを世界に発信したい。だから、ピアニスト、ギタリスト、コティスト、と。でも、決して型を打ち破ったわけではないんです。私は「らしさ」を大事にしたい。宮西 希らしさ、日本らしさ、箏らしさ…。やはり箏についても、長く伝った伝統はそれだけの価値があるんです。それを曲げるべきじゃない、守るべきものは大事にしていきたいと思います。

そういう楽器を見捨てているのって、もったいない。よくコンサートで弾いていると、子供が声を上げて近づいてくるんです。すると「邪魔になるから」といって、親が子供を連れて行ってしまふ。でも、子供の反応は自然なんです。幼稚園児だけではなく、中学生、高校生にとってはこういう楽器は



“古臭いもの”なのかと思ったら、全然違う。初めて見るんだから、「新しい楽器」なの。だから、柔軟なアタマを持った子供たちに、もっと本物を知ってほしいんです。
*これからの目標は。日本から音楽を発信しているというこの立ち位置をずっと持ち続けたい。私の音楽をきっかけに、自分の身近にある大事なものに気付いてもらえたらうれしいですね。そしてそのずっと先なんだけど、かわいいうおばあちゃんになるのが夢なんです。私の祖母があこがれ。90歳近くんだけどピンクのマニキュアをして、肌もつやつや。それは高い化粧品を使っているからじゃなくて、**ハートがピンクだから、肌もピンクなの**。30代の今の私はまだまだひよっこ。だからいつでも私らしく、かわいくなりたいな。

PROFILE 千葉県生まれ。3歳から箏を始め初舞台を踏む。東京芸術大学卒業。2002年秋にソロデビュー。作曲も自らこなす。従来の箏奏者とは一線を画し、ポピュラリズムと“箏”という楽器の融合を実現させたその音楽は、TVCMや番組などにも起用され、話題を集めている。●宮西 希オフィシャルサイトhttp://kotist-nozomi.com

腕時計は女っぴりの錬金術?

かつてある女性マガジンで男前の女という特集が組まれたことがある。男前、つまり、男前な女っぴりと言ひ換えてもいい。さて、腕時計。女をあげるスペシャルアイテムの一つであることに間違いない。世界のブランドウォッチが並ぶ、呉服町の安心堂本店2F・時計サロンを訪ねてみた。
今女性たちはどんな時計を選ぶのだろう。「時計バブルが一役落して、市場は二極化しています。100万円前後の高級時計と5万円位のリーズナブルなものに動きがあります」。話してくださったのは安心堂の時計統括マネージャー・高橋登志光さん。ロスアンゼルスなど海外の安心堂勤務も経験した、時計のことならこの人!とつまじかに“人財”である。高橋さんによると、30代の女性に圧倒的に人気が高いのが、世界の頂点と称され、上は億単位の超高級時計も

アステン・ノート

るといふスイスブランドのパテック・フィリップ。その100万円前後のタイプが売れているのだという。世代を超えて、孫にまで、時計というモノを通して自分が過ごした人生の時を伝える。自分へのご褒美というよりも、この逸品を次の時代につなげるために預かっているという感覚。わが身を飾り立てるといふよりも、この時計に恥ずかしくなく女になりたいという気持ち。「時計は着ける人の理性を表すとも言われますよ」と、ダンディーな高橋さんに口説かれたように、パテックの1本を着てみた。腕だけ、できる女。ではなく、と気持ちの良さを。それがブランドの奥深さなのだとおっしゃる。
同じ腕時計でも着ける人によって顔が変わる。カタコト選ぶのはもっての他。必ず、腕に着け、全身を映す鏡の前に立ち、似合うかどうかをチェックしたい。車検のように3〜5年に一度は分解の定期点検。時には専門店で見えない汗やホコリもきれいに洗浄してもらう。メンテナンス次第で寿命に差が出る。女っぴりも同じである。

NASUBI GROUP

www.nasubi-ltd.co.jp

大人の定食

メニュー登場!!

「お酒はちょっとで、夕食が食べたい」「彼氏はお酒で、私は食事をした」「そんな方々におススメの新メニュー登場。ランチカツや車海老のフライなど、意外性あふれる極上の定食メニューをご用意。」「えっ、坐坊でこのメニュー?」と思われた方、ぜひ、ご賞味ください、その味の確かさを実感して下さい。

飲送迎会、ご宴会に…

春の坐坊会席 3,990円(税込)

- 前菜 鰯と帆立のタルタル
- 煮物 春野菜と御殿どりの炊き合わせ
- 凌ぎ 鰯の棒寿司
- 蒸し物 ふかひれの茶碗蒸し
- メイン 富士朝霧豚のランチカツ
- 口直し なすの一本漬け
- 食事 鯛茶漬け
- デザート エスプレッソプリン

●個室(6名様・12名様・16名様) ●宴会場(36名様)
●メイト ●カクテルルーム ●アフタースタッフ ●ライブ・バンド
(OPEN)ランチ(11:30~14:30) デイナー(17:00~22:30) 全席23:00
静岡県静岡市東区七間町1-15
tel.054-255-3388

「話す」「伝える」「演じる」「マナー」のプロが教える

杉山 直の コミュニケーション カウンセリング講座

営業・販売のスキルとして、プレゼンテーション能力アップ! 司会者の登壇門として。

各方面で活躍中の杉山直先生を講師に迎え、心理カウンセリング、コミュニケーション、ビジュアル、スマートマナーの各コースからなる講座で総合的コミュニケーションカッブを目指そう。

講師プロフィール 杉山 直氏(すぎやま ちよく)
幼い頃から子役としてドラマに出演するなど俳優として活躍。現在はテレビ・ラジオのパーソナリティー、各種イベントセレブモニーの司会で活躍すると同時に、各地での講演会も好評。ジューピロ顧問スタジオLDJ 等

特別無料セミナー 4/12(水) 19:00~20:30

「杉山 直のアナウンサー的ボイストレーニング、俳優的ボイストレーニング」

Class index
NEW ココロカラダのColor Conditioning / カラーコーディネーター / フラワーデザイナー / インテリアコーディネーター / プライダルプランナー / フードコーディネーター / メイク・ネイル / 雑貨プロデュース / テーブルコーディネーター / CAD / Web / DTP / パソコン / ネットワークコンサルティング / 日本語教師 / 気象予報士 / 貿易実務 / 通関士 / 医療事務 / チャイルドマインダー / 保育士

新学期(4/2) ヒューマンでさそう 春のWチャンスキャンペーン!
詳しくはキャンペーン利用規約から http://naa.atlthuman.com/sagasou/

新編 全7コースのネットマイクラス 全8回 全10日
詳しくはネットマイクラス説明書から http://naa.atlthuman.com/netclass/

ヒューマンアカデミー 静岡駅前校

JASDAQ ヒューマンホールディングス(株) (証券コード:2415)

0120-15-4917 静岡県静岡市東区相模町1-14 太陽生命静岡ビル5F

http://naa.atlthuman.com/ 054-255-3388

marier

プロポーズの代わりに おふたりでミュゼへ。

永遠の誓いにふさわしいウェディングジュエリーを揃えて、お待ちしております。

安心堂 ミュゼ 春のマリエールフェア

5月7日(日)まで

安心堂オリジナルフェア 「エターナル・ルネ」

美しい輝きを誇る、安心堂ロイヤルダイヤモンド

MUJEE

マリエールフェア期間中ご来店の方に、ミュゼから素敵なプレゼントを進呈いたします。

安心堂 ミュゼ / 静岡市東区横内町43番地 tel.054-246-5111 営業時間 11:00am~7:30pm 毎週水・木曜日定休

SPRING HAS COME! アステン・ノート

春のマリエールフェア

~5/7(日) AM11:00~PM7:30

●入場無料

お二人の指に輝き続ける愛の証し、婚約・結婚リング。県下最大級の品揃えのゆったりサロンで楽しく選ぶ。指輪選びはミュゼにお任せ

(株) 安心堂ミュゼ
http://www.anshindo-grp.co.jp
問 054.246.5111

シーサイドブライダルフェア

4/23(日) AM11:00~PM7:00

●入場無料(ご予約優先)

- ・模擬結婚式・模擬パーティー
- ・新作ドレス試着会・フラワー教室

「海の日ウエディング」は「結婚式」の夢を叶えてあげたい人への、あなたからの贈りもの。詳しくはスタッフにおたずねください。

シーサイドチャペル セント・カミーユ教会
http://www.bisho.co.jp
問 054.238.4122

ウエディングフェア

4/30(日) AM11:00~PM5:00

●入場無料

ウエディング見学ツアー
4/8(土) 15時 22時 AM10:00スタート

●入場無料(ご予約優先)
※参加のお二人にはランチbuffetフェアご招待

アソシアの洗練されたホテルウエディングの魅力をお確かめいただける1日。どうぞお気軽にお越しください。

ホテルアソシア静岡ターミナル
http://www.associa.com/sth/
問 054.254.4140

ウエディングご提案会

4/23(日) AM10:00~PM6:00

●入場無料

幻想的な雰囲気のパティオで、カクテルパーティーやブッフェパーティーなど様々なご提案ができるトワイライトウエディングが見どころ。今回、カクテルパーティーを行います。食事を兼ねて、ぜひお立ち寄りください。

ホテルセンチュリー静岡
http://www.centuryshizuoka.co.jp
問 054.287.1234

選べる4つの挙式スタイル。

チャペルウイング
アイウエディング
チャペルクリスタル
神殿

4/30(日) ウエディングフェア開催!! 11:00~17:00 [入場無料]

[チャペルクリスタル]
ガラスの輝かな美しさと清潔感溢れたチャペル。パティオでのセレブも素敵な演出が可能です。

[チャペルウイング]
温もったブルーと天徳の羽織のような優しいホワイトが基調のスタイリッシュなチャペル。

[アイウエディング]
360°ガラス壁のトワイライトランジで、溢れる春の挙式スタイル

[神殿]
日本の数少ない伝統美を伝える市内最大級の神聖な空間。

センチュリーウエディングご提案会 4/23(日)

10:00a.m.~6:00p.m. (入場無料)

PRINCESS AFTER PRINCESS
プリンセス アフター プリンセス

披露宴のあとでお友達ともう一度披露パーティーをなさいませんか。しかも、お気に入りのウエディングドレスのままで。ホテルセンチュリー静岡で叶うウエディングパーティーの新しい楽しみ方をお二人にご提案。「プリンセス アフター プリンセス」で貴女は二度「華」になる。

ホテルセンチュリー静岡
千422-8575 静岡県静岡市東区南町1E1 TEL.054-284-0111
http://www.centuryshizuoka.co.jp (6modeは未定に1を)

4月は興津の海きらきら。

しずおかキッチン

魚は旬の味が甘味がいちばん強い。せっかくの季節の恵み、食べ逃してはもったいないというわけで、春の駿河湾の大御所・鯛のお出まし。カルパッチョ風あるいはふぐ刺し風に薄くそいで、彩りきれいな野菜をクルクルと巻く。春の海にこぎ出す気分です。

材料 鯛(または白身の魚):片身1枚/菜の花:1束/スナックエンドウ:1パック
赤ピーマン:1/2個/塩:適宜
ソース:ほうれん草:1/2把/フェムドボワソン(鯛のあら汁を煮詰める):120cc/バター:大さじ1
緑の粒こしょう(水煮缶):10粒ほど刻んでおく/ワインビネガー:塩:適宜



今月の先生
茂泉 三男 MOIZUMI MITSUO
monsieur MOIZUMI
和・仏 食彩工房 料理長
「ほうれん草のソースはフローレンス風。オリーブを刻んだソースや、ゆずこしょうのソースも合いますよ」。フェムドボワソンはホタテのヒモ皮部分を手で煮出したり、白ワインで代用も可。美味は工夫次第ですね。

盛りつけた緑の網船は中華食材のジャンサー。

ゆらりゆらりん
春鯛のロールカルパッチョ

春の海のくるりん

- 最初にソースを作る。ほうれん草をゆがき、水にさらしてから水気を切り、細かく刻んで水少々加えてミキサーにかけピューレ状にする。フェムドボワソンを小鍋に入れ、バターを落としてよくかき混ぜてとろみをつけ半量まで煮詰める。冷めてからピューレ大さじ1と粒こしょうを加え、ワインビネガー・塩で味を調える。*残ったピューレは冷凍してパスタやグラタンに。
- 鯛の切り身を6cmほどの巻き幅になるように広幅にそぎ、軽く塩をふって置く。
- 菜の花とスナックエンドウはさっとゆがき、軽く塩をふってから、巻き幅に合わせて切りそろえる。赤ピーマンも同様の長さに薄くせん切りしてからさっとゆがいておく。いずれも水気はふきとって置く。*赤ピーマンは白いわた部分を取るとききれい。
- ②のそいだ鯛の身に③の野菜をのせてくるりと巻く。皿に盛りつけてから①のソースをかける。



編集後記 vol.7

休日に海を眺めて過ごした翌日のこと、目に海が映っていると驚かされたことがありました。せわしない人工的なものばかり眺めている日常です。時には青い海や緑の木々にまなざしをたっふりとひたしてあげたい。みずみずしい力をもらえるように、と思います。地球にいのちが誕生して何十億年か。「海にはその何十億年分の不思議が詰まっている」と特集取材の加藤教授。自然の神秘に私たちオナナはもっと感応して面白がってほしいんじゃないかな。せっかくこの星に生まれたのですし。

配布エリア
静岡市、由比町、富士川町
発行部数:208,000部

[2006.4.1]
発行/静岡新聞社
〒422-8033
静岡県静岡市駿河区登呂3-1-1

紙面に関するお問い合わせ
☎054-284-8986
asten@shizushin.com

広告掲載に関するお問い合わせ
☎054-284-9190

アスタリスク・テンはPDFでもご覧いただけます。
<http://www.at-s.com/html/asterisk10/index.html>

次回(4月29日発行)は「コミュニケーション」を特集します。

プレゼントが当たる! 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** ご希望のプレゼント番号・アンケートの答え・お名前・年齢・職業(具体的に)・住所・電話番号・既婚または未婚を明記して、**官製はがき・FAX・Eメール**のいずれかでお送りください。
- 応募先** 〒422-8670 静岡新聞社「アステン編集室」
FAX/054-284-9129
Eメール/asten@shizushin.com
- 締切** 2006年4月14日(金)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4月下旬にお届けします

- ご希望の賞品番号・賞品名は?
- 関心を持った記事は?(1つ選択)
A/海とウェルネス B/宮西 希インタビュー
C/アステン・ノート D/しずおかキッチン
- 好きな広告は?(3つ選択)
A/桂由美FRANCHISE静岡・fino静岡 B/アークアスやいづ
C/AKAISHI D/DAIKEI E/リラクゼーション身心楽
F/あかり館 G/ビッグエコー Classic H/劇団四季
I/日光陶器 J/むつごろう薬局 K/QUITO SHOP
L/天神の湯Respa M/SOSSO N/ギンザベルエトワール静岡店
O/BLUE STOCK Co. P/ウィリーウィンキー東静岡店
Q/札の辻 坐坊 R/ヒューマンアカデミー S/安心堂ミュゼ
T/セント・カミーユ教会 U/ホテルアソシア静岡ターミナル
V/ホテルセンチュリー静岡 W/PUR
- 旅のお土産でうれしかったものは? その理由は?
- 今後アстенで取り上げてほしいヒト・コト・モノは?
- アстенへのご意見・ご感想をお聞かせください。

01 2名様 本革トレイ 刻印サービス付き (QUITO SHOP) ※ご希望の色を明記してください。 英文字・数字が刻印できます(例:AKI925)	02 ドイツソングセット (QUITO SHOP) 2名様	03 8名様 食事券1,000円分 (トロ口屋御幸町店)	04 10名様 岩盤浴 60分 (リラクゼーション身心楽)
05 1組2名様 昼食付き日帰り入浴券 (個室での休憩付き) (梅ヶ島温泉ホテル梅葉楼)	06 VIA DOAN バッグ&サイフ (トラヤ) 1名様	07 3名様 Crocsサンダル (BLUE STOCK Co.) ※サイズを記入してください。 カラーは写真と異なる場合もあります。	08 2名様 フレッシュジュサー (ウィリーウィンキー)



プレゼント賞品はクロネコヤマトが4月下旬にお届けします



※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。これを外部に提供することはありません。

オンリーワンは、ピュールで叶う。

花嫁のポリシー、そして夢までも表現する、魔法のドレス展。

1st.Dressフェア

4/21金 22土 23日

○21日………13:00~21:00
○22日&23日……10:00~18:00

全国どこの会場でもお届け致します。



Dress & Bridal Attendant

PUR

【びゅーる】

TEL.054-202-3331 <http://www.pur-dress.com>
静岡県駿河区宮本町7-13(南幹線沿い) ◆営業時間10:00~19:00(水曜定休) ◆駐車場完備