

asterisk ten
10

アステレン

2010 12月号
vol.62

特集

大人が見つけた サンタクロース

asten people
栗原はるみ



アステレン meets ぐるぐる
とろ〜り
チーズ料理

ほっこり心温まる今年流のクリスマス
お出かけグルメ | すくすくボード
トップ快談 | TOM SAWYER!
NTTドコモ | 蕎麦打ち
zoom&zoom | もっと知りたい、子宮頸がんのこと

小さな旅
清水区袖師エリア
しずおかキッチン
黄金色の幸せチキン
こだわりSELECTION
ブックハント

毎月第一土曜日発行
静岡新聞 広告特集

今月の*キラリ
ベルトといえば、無難なところで黒か茶色？
「レザーアイランド」のベルトは、
独自の加工で革に錆びた感じの色づけをして
ヴィンテージ感を表現している。
“何かすごく特別な古い宝箱から見つかった形見のようなもの”
というイメージで、一本ずつすべて手作り。
無難な人生を送りたいと思っても、
そもそもあり得ないし、面白くないでしょ、というロックな感じ。
とはいえ、洋服を選ばずコーディネートしやすいのが魅力。
アメリカをはじめ世界の有名スターが顧客だという。
かがんだときにカットソーの下から見え隠れするのも、
悔しがらせる使い方。
撮影協力/ルナテック tel:054-345-6224

JAバンク 静岡
県下JA・静岡県信連

JAカードに入って、使って、
うれしいチャンス!

平成22年 4/1(木) ▶ 12/31(金)

JAカード ウェルカムキャンペーン

抽選で合計450名様に、おいしい静岡特産品が当たる!



新たにJAカード一体型をお申込みの方 JAカード一体型新規入会コース

新規入会対象期間：平成22年4月1日(木)～10月31日(日)
ご利用対象期間：平成22年4月1日(木)～12月31日(金)

キャンペーン対象者
新規入会対象期間中に、JAカード一体型をお申込みのうえ、
ご利用対象期間中に、JAカードのご利用金額(公共料金を含む)が総額5,000円以上ある方
あるいは、JAカードのご利用金額(公共料金を含まない)が総額20,000円以上ある方

応募方法
●応募用紙による応募
専用応募用紙に必要事項を明記のうえ、JA職員に直接お渡しいただくか、JA窓口までお持ち
ください。専用応募用紙は、JA窓口にてお受け取りください。

すでにJAカードをお持ちの方 JAカードご利用コース

ご利用対象期間：平成22年4月1日(木)～12月31日(金)

キャンペーン対象者
ご利用対象期間中に、JAカードのご利用金額(公共料金を含む)が総額5,000円以上ある方
あるいは、JAカードのご利用金額(公共料金を含まない)が総額20,000円以上ある方

応募方法
●応募用紙による応募
専用応募用紙に必要事項を明記のうえ、JA職員に直接お渡しいただくか、JA窓口までお持ち
ください。専用応募用紙は、JA窓口にてお受け取りください。
●ハガキによる応募
ハガキに必要事項を明記のうえ、下記あて先までご応募ください。

必要事項：①コース名：「JAカードご利用コース」、②お名前、③ご住所、④生年月日
宛先：〒422-8621 静岡市駿河区曲金3-8-1 静岡県信連「JAカードキャンペーン事務局」宛

応募締切 平成22年12月末JA受付分まで (ハガキの場合、平成22年12月31日消印まで有効)

抽選対象期間
第1回 平成22年4月1日(木)～平成22年6月30日(水)
第2回 平成22年7月1日(木)～平成22年9月30日(木)
第3回 平成22年10月1日(金)～平成22年12月31日(金)

●JAカード一体型 新規入会コース…(3回抽選)：各回100名、計300名
●JAカードご利用コース…(3回抽選)：各回50名、計150名
各回対象期間終了後、厳正なる抽選の上、当選者を決定いたします。
当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

キャンペーン留意事項
●公共料金は、電気、携帯電話、固定電話、NHK、ガス、水道を対象とします。
●対象期間中の各ご利用先でのショッピング利用分、期間中に売上額が三菱UFJニコス株式会社に到着した会員様が対象となります。
●年会費、会員情報誌購読料、キャッシングはご利用の対象外とさせていただきます。
●三菱UFJニコス株式会社が同時期に実施する他の同様のキャンペーンに重複当選はありません。
●JAカードの口座振替を静岡県内JAにご指定いただいている本人会員様が対象となります。
●家族会員様のご利用額は本人会員様のご利用分に合算し、集計いたします。
●「JAカードご利用コース」はJAカード一体型及び単体型とも対象となります。
●本キャンペーンへの応募は1会員1回とし、キャンペーン条件を満たせば期間中の抽選の対象となります。
●ご応募された後、三菱UFJニコス株式会社の審査のうえJAカードが発券されなかった場合や、対象期間中のご利用内容がキャンペーン条件を満たさない場合は、抽選の対象外となります。
●ご応募いただいたお客様の個人情報は、本キャンペーンならびに、JAの事業における各種サービスの提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。
●本キャンペーンについてのお問い合わせ：静岡県信連JA企画推進部 ☎050-3101-4633 お電話受付時間9:00～17:00(土・日・祝日を除く)



大人が見つけた サンタクロース

Santa Claus

大人になって
大切にしたい人ができた時、
私たちは初めて気付く。

ほんとうのサンタクロースに会えるのは、
大人になってからだってことに。

今年ももうすぐクリスマス。
サンタクロースからの贈り物を受け取った
幸運な大人たちを訪ねてみた。



世界と一緒に サンタは育つ

クリスマスといえばイエス・キリスト
誕生を祝う日だと、現代では誰もが
知っている。ところが、この日にこ
ちそうを囲む風習は、実はキリスト教
とは直接関係のない、冬至のお祭り
から受け継がれてきたものといわれ
ている。ローマ暦で12月25日は冬至
の日。この日を境に太陽の恵みが復
活していくという節目を祝い、翌年の
豊作を祈ってごちそうを食べ贈り物
をする風習が、ヨーロッパ各地にあっ

たという。

現代に伝わるにぎやかで楽しいク
リスマスは、純粋な宗教行事というよ
り、土地土地の伝統がキリスト教の言
い伝えと混じり合って受け継がれてき
たものなのだ。そんな歴史の流れの中
で、サンタクロースの言い伝えもさま
ざまな文化を吸収して育ってきた。

サンタクロースは3世紀頃の聖人、
聖ニコラウスのことだといわれている。
15世紀のオランダではジン
ター・クロースと呼ばれ、毎冬ペイ
ンから船でやってきて家々に贈り物を
配ると伝えられて親しまれていた。

けれど、贈り物配達人の伝説は

ヨーロッパのあちこちにあった。イギ
リスで贈り物を届けていたのは
ファーザー・クリスマスという人物
で、赤いマントに白いひげというい
でたち。ドイツでは幼いキリストが、ロ
シアではおばあさんが、北欧では妖
精が、子どもたちに贈り物を届けると
いわれていた。

そうしたいろいろな伝説が私たち
の知るサンタクロースの姿にまとま
ったのは19世紀、アメリカの神学者ム
アアが書いた一編の詩だ。雪のように白
いあごひげを持った小さな聖人が8
頭のトナカイに曳かれたソリでやって
きて、煙突から家に入り、靴下をおも

ちゃでいっぱいにする様子が書かれ
ている。

明治期の日本では、サンタクロース
はなんと殿様の姿をしていたそう。現
代のように赤い服を着た体の大きな
サンタクロースは、1931年に米コカ
コーラ社が広告に登場させ、多くの
人々に強く印象づけられたもの。ごく
最近のことだ。

サンタクロースは時代によって姿
を変えながら、今も忘れられること
なく毎年街にやってくる。こんなに長い
間、文化や宗教の違いを越えて世界
各国の人々に慕われてきた存在が他
にあるだろうか。

贈り物は 目に見えない

「サンタクロースは、神様のような救
世主のような存在であり、人類の親の
ようなもの。親だからすべての人々に
プレゼントを配るんです」と話すの
は、山中湖畔にある「サンタクロース
ミュージアム クリスマスの森」の館
長、土江正記さん。教会に行かない日
本人にクリスマスの文化を伝える場所
をという思いでつくったミュージアム
では、世界各国のクリスマス事情や言
い伝えに触れ、サンタクロースの世
界を身近に感じることができる。

「サンタクロースが肩に背負った大
きな袋には、モノではなくて、愛とか
夢とか目に見えないものが詰まってい
るんだと思います」と土江さんは話
す。それが訪れる人にも伝わるのか、
これまで来館者からそれぞれの心温

すぐそばにある、 サンタクロースの足あと

まるエピソードを数え切れない
ほど耳にしてきたのだそ
う。「たとえば、以前ある年配
のご夫婦がよく来館されてい
たのですが、ある年ご主人が
亡くなられ、奥様1人で来られた。そう
したら、ここにそびえ立っている大き
なツリーのそばにご主人の幻を見た
そうなんです。そんな奇跡みたいな話
もいくつもあります」

きっと、目に見えない贈り物に触れ
た人の思いが、小さな奇跡を起こすの
だろう。



その気持ちが サンタクロース

「宗教上でいえば、サンタクロースは
神様とは別の存在。だからキリスト教
国でない国にも受け入れられます」。
日本・フィンランドサンタクロース協
会の宮田仁美さんはそう話す。北欧フ
ィンランドのサンタクロース中央郵便局
には毎年、宗教を問わず世界150もの
国からサンタクロースへの手紙が届く
という。中でも特に多いのが日本の

子どもたちからの手紙。「日本の子
どもたちの手紙には、サンタクロースへ
の願い事よりも、「サンタさんありがと
う」とか「体に気をつけてね」といっ
た心配りが綴られることが多いんです。
日本人らしい情緒を子どもたちも
受け継いでいるんですね」。覚えてた
の字やカラフルな絵が紙いっぱいに
並ぶ手紙は、大人も微笑まずにいら
れない豊かなイマジネーションの結
晶だ。

日本・フィンランドサンタクロース協
会は、そんな日本の子どもたちとサン



POLA THE BEAUTY

深い安らぎと美しさを自分へのご褒美に

無料 スキンチェック 実施中!!

メニュー

トライアルエステ(55分)
通常価格6,825円→初回限定**3,150円**
【トライアルでここまで充実!】

●Point 1 10ステップの本格エステ
①カウンスリング→②クイックケア(フット)→③クレンジング→
④洗顔・洗顔→⑤デコルテマッサージ→⑥フェイシャルマッ
ッサージ→⑦吸引・振動マッサージ→⑧バック・ハンドケア→⑨アフ
ターマッサージ→⑩サマーケア

●Point 2 デコルテまでマッサージ
●Point 3 美容成分たっぷりのパック
●Present アスチンを凝縮させたパウダーと、ボディシャンプー
150mlボトルを来店時プレゼント! (新規のお客様限定)

【次回以降はお得なコースを】
コンディショニングケア (3回コース) 1万7,325円 / (1回) 6,825円
トラブルケア (3回コース) 2万3,625円 / (1回) 8,925円
エイジングケア (3回コース) 3万1,500円 / (1回) 1万1,500円

●ご予約は下記店舗へお問い合わせ下さい。

POLA THE BEAUTY 静岡店
〒420-0852 静岡市東区新堀町17-1 1階タワー1F TEL.0120-566-227

POLA THE BEAUTY SBS浜り店
〒422-8032 静岡県静岡市駿河区有楽3-1-9 TEL.054-289-2849

POLA THE BEAUTY 静岡南店
〒422-8063 静岡県静岡市駿河区岡崎4-4-1 TEL.054-281-6695

POLA THE BEAUTY 夏津店
〒424-0884 静岡県静岡市清水区草薙一丁目15-19 TEL.054-347-3162

POLA THE BEAUTY 静岡長相館店
〒424-0888 静岡県静岡市清水区牛久保1-42 TEL.054-347-6258

POLA THE BEAUTY 静岡城北公園前店
静岡県東区 2011年1月OPEN TEL.054-347-6258

歯の『色』、『形』が気になる方へ。

こんにちは、院長のKomukaiです。

最近では技術や材料の進歩により“歯で体に優しい治療によるホワイトニング”“劇的に歯の色を変え”“金属を一切使わない治療”が可能になってきました。たくさんのお客さまから、患者さんのニーズに合わせた適切な治療法を一緒に考えていきたいと思っています。

まずはカウンセリングでしっかり話し合いたいと思います。

お気軽にご相談しにいらしてください。

自由診療メニュー(一例)

診療 ●カウンスリング(レントゲン撮影、歯垢検査含む/初診時のみ) 5,000円
●補綴検査・クリーニング PMTC 10,000円
●口内カメラ撮影と測定 7,000円

審美治療 ●オフィスホワイトニング(2回セット カウンスリング含む) 38,000円
●デュアルホワイトニング(カウンスリング含む) 75,000円
●セラミック・ジルコニア治療 85,000円

治療 ●歯列矯正 7,000円～
●歯周病レーザー治療 3,000円

一般的な診療の流れ

1. カウンスリング
2. メンテナンスの提案
3. ホワイトニングの提案
4. 歯列矯正の提案

デンタル オフィス コムカイ dental office komukai

院長：小嶋 裕樹(Komukai Hiroki) 完全予約制

静岡県東区東草薙町21-3(Pあり) TEL:054-209-1333
10:00～21:00(最終受付20:00)・火曜休診・各種カード利用可

慶賀の心とシェフのこだわりを重ねて。おいしく、美しく。センチュリーの「おせち」

和食

和洋中

中国

素材の味と色彩を生かした逸品が勢ぞろい。迎春にふさわしい華やかです。山海の美味を尽くした日本伝統のおせち料理を満喫していただけます。

◆日本料理「花澤」謹製 和食おせち
二段重:21×21×13.3cm:3～4名様用 ¥28,000

◆ホテルセンチュリー静岡 謹製 和洋中おせち
三段重:21×21×16.5cm:4～5名様用 ¥30,000
組合せ二段重:21×21×11cm:3～4名様用
I組合せ①:和+中 I組合せ②:和+洋 ¥24,000
II組合せ①:洋+中 II組合せ②:洋+和 ¥22,000

◆中国料理「翡翠宮」謹製 中国おせち
三段重:17×17×16.5cm:3～4名様用 ¥18,000

鮑、穴子、海老、くらげ、チャーシューなど中国おせちの定番から、ダックロースや鮭の薄焼き玉子巻きまで。翡翠宮料理長が吟味した本格中国料理の詰め合わせです。

ご予約受付 10月15日(金)～12月27日(月) ※県内発送承ります。(冷蔵配達:送料750円)

お引き渡し 12月31日(金) ※10:00より各店舗にて

直通ご予約電話 054-289-6410 (054) 289-6412 (054) 289-6411

FESTIVAL 2011 ホテルセンチュリー静岡 ジャズフェスティバル2011
2011.1.3 MON 15:00～19:10
5席 指定席:¥4,000 時間内 自由席:¥3,000
A席 自由席:¥3,000

ホテルセンチュリー静岡 〒422-8575 静岡県駿河区南町18-1 TEL.054-284-0111 www.centuryshizuoka.co.jp

タクローを手紙で結ぶお手伝いがしたいと、10年ほど前から活動している。サンタクローと往復書簡ができるのは世界でもここだけ。サンタクローからの手紙に返事を書いた子どもたちには、夏になるとサンタクローから再び国際郵便で返信の「サマーカード」が届く。

「サンタクローに寄せられる一通一通の手紙の隙で、必ず子どもの周りの大人たちが手助けしているんですよ。子どもたちの夢を大事に守って、一緒に手紙を書いてあげる、そんな大人たちの気持ちこそが、サンタクローなんだと思うんですよ」

昨年からは「手紙を書いてサンタを街に呼ぼう」という新しい試みが始まった。手紙がいちばん多かった県にはフィンランドのサンタ村から憧れのサンタクローがやってくるにあって、熊本や宮城などでは子どもの夢をかけた大人たちが熱心に参加を呼びかけているという。



家族の夢を預かる「宅配サンタ」

藤枝、島田など一部の街で、毎年「宅配サンタ」が活躍しているのはご存じだろうか。藤枝では、クリスマス前のある晩、20~30代の若々しいサンタクローが家にやってきて、子どもたちの名前を呼び、3つの贈り物を届ける。一つは子どもの家族から託されたプレゼント。一つはサンタクローがせっせと手作りした小さなプレゼント。そしてもう一つはサンタクロー自筆のメッセージカード。そこには、その

子のことを何でも知っている両親のようなメッセージが書かれているという。不思議なことに、「毎年サンタさんを招いているご家庭も増えていきますよ」と、藤枝市の宅配サンタ活動を運営する、藤枝市青年ネットワークの高橋祐也さんは話す。地域の子どもの笑顔と触れ合える機会をつくろうと、8年前から続けているイベントだという。「ボランティア・サンタクローに応募したのをきっかけに人団した人もいます。サンタクローも、家族の喜ぶ顔を見るのが楽しいんです」

に、子どもたちは大興奮。「中には泣く子もいますけど(笑)。もらったプレゼントを次の日に幼稚園に持って行って自慢する子もいれば、サンタさんが見てるからお利口にするという子どももいます。親御さんの中には子どもだけでなく奥さんへのプレゼントを託す人も。毎年たくさん家族からお礼の手紙をいただきますよ」

大人たちの夢に導かれて、今年もサンタクローはやってくる。



Yes, Virginia, there is a Santa Claus.

(ニューヨーク・サン新聞社が8歳のバージニアからの質問に答えた社説「サンタクローっているんでしょうか?」より)

サンタクローをネットで追跡

今年のクリスマスも、サンタクローの追跡がNORAD(北米航空宇宙防衛司令部)の手で行われる。終戦直後から行われてきたこの追跡作戦。現在では人工衛星やジェット戦闘機、サンタカメラまで駆使して追跡し、インターネットでリアルタイム中継されている。サンタクローの現在位置は特設サイトで「Google Earth」上で見ることができ、過去には静岡上空を通ったとの目撃情報も、イブの夜は、空を見上げる前にインターネットをのぞいてみては。

NORAD TRACKS SANTA
http://www.noradsanta.org/



【取材・撮影協力】一般財団法人 日本・フィンランドサンタクロー協会 / サンタクローミュージアム クリスマスの森 / 藤枝市青年ネットワーク / Google / Co.La.La 雑貨
【参考文献】新版サンタクローの謎 賀島周一 キリスト新聞社 サンタクローって、だあれ? ロビン・クリクソン 教文館
2006-2008「サンタさんへの手紙」一般財団法人 日本・フィンランドサンタクロー協会 / サンタクローの秘密 クロード・レヴィ=ストロス 中沢新一訳 セリカ書房

Christmas in BROOKLYN

クリスマスになると、子ども向けの絵本が多く書店に並ぶ。でもクリスマスを舞台とした小説やエッセーなど、大人にこそ読んでもらいたいクリスマスの本も。中でもアステン読者におすすめの本を、戸田書店静岡本店の長澤宜徳店長に紹介していただいた。

「サンタクローっているんでしょうか? ~子どもの質問にこたえて~」

中村妙子 訳・東浩子 画/偕成社/1977年/840円



「サンタって本当にいるの?」アメリカに住む8歳の少女バージニアがニューヨーク・サン新聞社に送った質問に、愛憎をこめて書かれた味わい深い返事がこちら。前ページの英文はここから、1987年に出された社説だけれど、すたれることなく100年以上の時を超えて読み継がれている。サンタの存在を疑いだした子どもだけでなく、大人もこれを読めば、サンタクローはいる、と信じられるはず。

「あるクリスマス」

トルーマン・カポーティ 著・村上春樹 訳・山本容子 銅版画
文藝春秋/1989年/1,550円



6歳の少年バディが、離れて暮らす父と過ごした最初で最後のクリスマス。父に対して複雑な思いを抱く息子と、触れ合うことの少なかった父と過ごした幼い日のかけがえのない夜...「ティファニーで朝食を」などで知られるアメリカの小説家カポーティ最後の作品。切なくほろ苦いストーリーと、山本容子の銅版画の世界観が見事に調和している。少年の心を失いたくないという大人に贈りたい、大人のためのクリスマス本。

「ターシャ・テューダーのクリスマス」

ハリー・デイヴィス 著/ジェイ・ボール 写真/相原真理子 訳
文藝春秋/2000年/3,150円



日本でも人気の高い絵本作家ターシャ・テューダー。19世紀のライフスタイルを愛する彼女の研究者である著者が、ターシャの過ごしたクリスマスを紹介。ただツリーに灯りをともし、ご馳走を食べたり、プレゼントの交換をするだけではない、本当のクリスマスの過ごし方が詰まった一冊。買っただけで、手作りして温かいクリスマスを感じたい人に最適。

fino
桂由美 FRANCHISE 株式会社

クリスマスイベント
ウィンターフェア

12/11 Sat 12/25 Sat
10:00~19:00
予約優先

桂由美 フィーノ静岡
TEL 054-280-2525 静岡市駿河区中村町55
【営業時間】AM10:00~PM7:00
【定休日】毎週水曜日
*予約は必ずお電話にてお願いいたします。
式場案内も承っております!
こちらからご予約できます!
スチキ プライダル

SBSラジオ
らぶらぶ女子部 × スイーツのまち 藤枝 FUJIEDA

コラボ企画
藤枝らぶスイーツ
その定義は...? ハート型で2種類の味が楽しめること
ついに完成

好評発売中!

藤枝市内のお菓子屋さんで多数ご協力いただき、各店のオリジナル藤枝らぶスイーツが発売開始となりました。販売店舗は下記の9店舗です。

モンシェリー 本町4-5-28 054-643-3553 9:30-19:00 火曜休	駿河菓子処 長寿庵 音羽町2-3-17 054-644-5147 9:00-19:00 年中無休	パティスリー コロリ 上青島515-1 054-646-3135 10:00-20:00 月曜休(祝日の場合は翌日)
西洋菓子 ガトーゴージェ 前島3-12-41 054-636-5577 10:00-20:00 火曜休	季節の菓 和(やわらぎ) 南駿河台5-4-20 054-644-0289 9:30-18:00 日曜・第3月曜休	メソッドパティスリーヨシノ 緑町2丁目1-24 054-644-8688 9:00-21:00 年中無休
長葉軒 藤枝5-11-12 054-644-1151 10:00-20:00 月曜休	餅屋 餅屋スイーツファクトリー なびや 内瀬戸坂下141-1 054-646-7783 10:00-20:00 水曜休(祝日の場合は営業)	藤枝シネ・プレーゴ 前島1-7-108IV 藤枝4F 054-668-9512 土日祝9:00~平日9:30~ 年中無休

新しく見やすい売場にリニューアルしました
大創業祭
SALE: 12/26(sun)まで
創業祭特価で提供します

オリジナル新作デスク
今年もオリジナル手作りデスクが出来ました。永くお使いいただける無垢板のデスクです。

好評発売中!!
杜の香たよう木の時計

オーダーテーブル
桜・ナラ・タモ・ケヤキなど材質豊富に取り揃えました。無垢ならではの木の香りを感じながら、店内を散策してみてください。

なごみ工房 秋山木工(株)
tel.054-641-1696
藤枝市1023-1(藤枝北高南側) 営業時間/9:30am~7:00pm
http://www.akiyamamokkou.com
E-mail. shop@akiyamamokkou.com

FREE FITTING FAIR
フリーフィッティングフェア
12.18 SAT 19 SUN
10:30-18:00 ご予約不要

NEW! JNO
シェーナ・ドゥーノ 新作発表
ご予約スタート

2011年1月発表予定
「シェーナ・ドゥーノ」新作和装を特別展示

無料体験
お花相談会

*婚礼衣裳は全国どここの会場でもお届け無料!
Dress & Bridal Attendant
PUR
puir-dress.com TEL 054-202-3331
静岡市駿河区本町7-13(南側) 営業時間10:30~19:00(水曜休) © 社名無印



**ホテルレストランで忘新年会
シェフが作る
できたてアツアツ料理**

今年のパーティーはホテル直営レストランで行うのはいかが?中島屋ホテル地下1階、ビアホール クロスロードでは約40種類のアルコール飲み放題とディナーbuffetがセットになった、お得なプランが大人気!ふわっとした衣の揚げたてベニエやオープンキッチンで実演されるグリル料理など、できたてアツアツの料理にココロも身体も温まるはず。レストランは最大160名まで入れるので大人数のパーティーにぜひ利用して。30名様までの個室もあるのでお祝い合わせを(個室料別添)。より雰囲気を楽しみたい人にはプラス200円でピアノ&サクスの生演奏が楽しめる全曜日がおススメ。

★クロスロードバック
(ディナーbuffet+アルコール約40種類飲み放題)
男性 4,300円 女性 4,100円

**静岡グランドホテル中島屋
ビアホール クロスロード**
静岡市東区紺屋町3-10 地下1F
TEL:054-253-1151
11:30~15:00(LO 14:30)
17:30~22:00(LO 21:30)
駐車場あり <http://www.sn-hotels.com/>

**温もりが伝わる
北欧のクリスマスアイテムを、
大切な人へ...**

10月にオープンしたばかりの「コララ アンティーク」に、クリスマスギフトに喜ばれそうなアイテムが北欧から到着した。珍しいテキスタイル柄の綿、麻などの手織物、ガラス製品、シルバークラフターなどが充実。陶器は、ロイヤルコペンハーゲンのイヤープレート(2,000円〜)、日本未発売のスウェーデンのブランド物など、レアな品々がお値打ち価格。また北欧デザインのアクリルエリも可愛らしい。「コララ 雑貨」では、クリスマスフェアを開催中。眺めているだけで、心が温まるキュートな小物が並んでいる。大切な人へのギフトに、自分へのご褒美に、素敵なアイテムを見つけてみよう。

Co.La.La アンティーク
静岡市東区慶近2-10-8
バサージュビル1-C
TEL:054-251-9930
11:00~18:00
火曜定休

Co.La.La 雑貨
静岡市東区慶近1-8-1 TEL:054-253-2704
11:00~18:00 水曜定休



乾燥肌対策の保湿コスメ

冬のお肌の悩みの1つは乾燥。エアコンの効いた部屋にいたりお肌がカサカサしてうるおい不足になってない?そんな時は水のクリーム「エパメール」の出番。ぷるぷるのゲルが水分不足の角質層に浸透して潤いを与え、しっとりつやつやの肌に導いてくれる。これひとつで化粧水、乳液、美容液の働きがあるので、毎日のお手入れも簡単に。香料、界面活性剤フリー、さらさらとした使い心地で全身にも使えるのが嬉しい。クリスマスや忘年会など人に会う機会が増える時期だからこそ、ツヤツヤの肌になりたいもの。全国発送もしているので気軽にお問い合わせを。静岡駅より徒歩2分。店頭でサンプル3日分をプレゼント。

★エパメール ゲルクリーム
ジャー180 180g 3,675円(税込)
ポンプ500 500g 8,400円(税込)

Healthy&Beauty 大恵
静岡市東区慶近1-4-1
フリーダイヤル:0120-417-147
日曜定休 10:00~19:00 駐車場あり
<http://www.daikei-info.co.jp/>
大恵 静岡

**味わい深くエッジのきいた
ヴィンテージスタイル**

およそ100年ほど前に使われていた欧米の家具や、調度品を精巧に再現した「HALO社」のアイテム。ソファやチェアは、ヴィンテージの風合いに近づけるように、アンティークの現物を元に、職人が一つひとつ手作業で製造している。革にはユーズド加工を施し、ビスや釘のパーツなど細部にまでこだわっている。また1日に約10cmしか縮むことのできないキリムを貼ったラックにも、見事なクラフトマンシップを感じる。インテリアだけでなく、テーブルや収納など実用品としての性能も高い。この美しいHALOの製品が、ざらりと並ぶのはFUGGICOSI。シネマに登場する古い町並みにある、一軒のインテリアショップのような空間で、そのアイテムはあなたとの出会いを待っているかも。

★12月中旬にHALO社を初め、ヴィンテージテイストの製品が並ぶ専用コーナーが完成予定。
昔の英国を感じる趣ある空間が楽しめる。

FUGGICOSI 藤越
藤越市志太5-3-34
TEL:0120-14-2454
年中無休 駐車場あり
<http://www.fuggicosi.co.jp>



ほっこり心温まる 今年流のクリスマス



**Xmasにはポーターで。
彼女から彼にはカッコよくきめる
「PORTER FREE STYLE」**

ヘアルックは気が引けても、同ブランドで男女異なるカタチの「おそろい」ぐらいは持ちたい。今年のクリスマスプレゼントを何にしようか迷っているカップルにおすすめなのは、カジュアルで丈夫な「ポーター」。彼女から彼へは「PORTER FREE STYLE」。彼女から彼へは「PORTER FREE STYLE」の追加版として今年発表された新型を、少し表面に艶っぽさを残しながら、キャンバス生地を高密度に織り上げて、シワ感を出したタイプでカッコいい。財布やペンケースなど毎日使うものだから、目にするごとに心もほっこり温まりそう。

★「PORTER FREE STYLE」ウォレット7,140円(写真上)、ペンケース3,990円(写真中)、ポーチ8,400円(写真下)

彼女から彼女には可愛く魅せる「PORTER GIRL」

反対に彼女に贈りたいのは、普段使っている「PORTER GIRL」。写真左の紺色のトートバッグは同シリーズの「デイズ」一見、コトンのように見えるけれど、色落ちしない特殊なポリエステル糸を使用した軽量キャンバス素材に水玉のエンボス加工を施したもので、ノーリボンソコも入るサイズだから通勤にも便利に使える。また写真中央と右のショルダーバッグ「シューティングスター」は「女性性が持つ可愛く収まるサイズ」「どんな洋服にも合わせやすい」がテーマ。夜空の流星を思わせるラメや、角度によってオーロラのようなグラデーションに見えるパール感が、寒い冬の都市型アウトドアスタイルにピッタリ。ノルディック柄などのポーター専用ラッピングも可愛い。

ラッグズトラヤ (地下街)
静岡市東区紺屋町8-12
TEL:054-253-1201

トラヤ パルシェ店 (東館1F)
静岡市東区黒金町49
TEL:054-253-0050

★2店舗共通
10:00~20:00 無休 契約駐車場あり <http://toraya21.co.jp/>



**Kanmi Luccica パーティー
〜パリの小部屋のクリスマス〜**

年に一度のクリスマスだから、いつも頑張っている「私自身」に素敵なギフトは何か?パリのアパートマンのような小部屋に、柔らかな革の手触りがかわいらしいデザインで人気のKanmiのバッグやポーチ、財布などが勢揃い。レースやリボン、パールなどをモチーフにしたLuccicaのアクセサリもロマンチック。また上品に香るハーブティやキャンドル、アロマオイルなど、懐かなアイテムに女の子なら心が踊るはず。まるでおしゃれなパリエントが暮らしやすいようなインテリアの中に、キュートな小物が集う。こんな素敵な空間なら、自分自身に、そしてあなたの大切な人にも喜んでもらえる特別な贈り物が見つかりそう。

**Plus Style Garden Teimu
(プラススタイル ガーデン テイム)**
島田市東町1215
TEL:0547-34-4128
10:00~18:00
水曜定休 駐車場あり
<http://www.teimu.com>

**Xmasムード満開!
キラリ輝くクロックス**

今冬のクロックスは、華やかさをアップデートした新作が続々と登場。フラットタイプのマーニホリデー(4,980円)はキラキラのラメが印象的。キッズサイズのクロックプリンツマンモス(4,480円)は、サイドにラメをあしらひ、つま先にはエレガントなジグザグが。モコモコのボアまで付いて、とてもキュートに女の子の大好きなキャラクター、Hello Kittyのクロック(3,990円)も揃う。男の子にも似合うのはポア付のブーツ、クロックサムボイズ(4,480円)。またクロックバンドシリーズからは、サイドに天然皮革をプラスしたマンモスレザー(5,480円)、耐水性、保温性にも優れたウィンターブーツ(6,980円)など、一味違うアイテムが揃った。クリスマスの装いが楽しくなりそう。

**LAB surf&travel
(ラボ サーフ&トラベル)**
静岡市駿河区大谷3697-1
TEL:054-238-7123
11:00~20:00
駐車場あり
木曜-第3曜定休
<http://labsurf.com>



**ウィリーウィンキーに
Xmasアイテムが勢揃い。**

クリスマスムードを盛り上げるアイテムが続々登場!
楽しいクリスマスのグッズから、プレゼントのアイテムまで勢揃い!
あなたの大切な人へのプレゼントもきっと見つかるはずです。

GREEN GOODS
サファリクリエーター
ガラスで囲む、シオラマ&アラブ調のガラスセット。お洒落なデザインから、オフィス・リビング、どこでも活躍します。
[ハンダ・ホッキョクグマ・ペンギン] 各種 ¥2,100(税込)

BATH GOODS
ゆず湯
柚子皮100%の大ききコンクリート可愛〜ゆずの形のバスケットが、手洗いやお風呂に入ったバスケットでも冬を暖かにしてくれます。
3包セット ¥525(税込)
カゴギフト ¥1,050(税込)

KITCHEN GOODS
クイジナート
スマートスティックハンドブレンダー
毎日使っても便利。[切る・混ぜ・混ぜる]など立てる「お料理の強い味方」
¥10,500(税込)

AROMA GOODS
フルールシャンテルームフレグランス
インテリアとして生活空間をコーディネートに飾りながら心地よい香りを楽しめます。
[チェック柄/ミズマ SIZE80~100cm] 各 ¥1,375(税込)

FASHION GOODS
ボーダーストール & ウールミックス帽
毎年大人気の定番。あったかニットで、冬の寒さを乗り切ろう。
ストール ¥3,675(税込)
ニット帽 ¥2,625(税込)

LIVING GOODS
スランケット
世界30+国でベストセラーブランドにスリッパ(靴)がついたあったかフリースです。
¥4,800(税込)

スカーティ
フリルスカートとトレンカガーになったスカーティでオシャレUPも簡単にも簡単に履けます。
[チェック柄/ミズマ SIZE80~100cm] 各 ¥1,375(税込)

モップスリッパ
スリッパ履いて歩くお掃除ロボットに履いて楽そう。
¥1,365(税込)

Xmas オルゴール スノーボール
オルゴール付きのオーブリング、ガラス玉が大きいのでお部屋の隅まで届くように長く使えます。
[サンタ/スノーマン] 各 ¥2,800(税込)

DJスピーカーうさぎ
パコパコ podに付属しているから音楽が今なら限定モデルのバッグ付!
¥2,520(税込)

Willie Winkie Happy Xmas 2010

カフェ・ジョイ
Egioia Bar

営業時間 AM10:30~PM7:30
美味しく思うカフェな空間、ウィリーウィンキームードを満喫してください!!

Blender Softcream
ブレンドソフトクリームとは
ブレンドソフトクリームは、ベースとなる牛乳ソフトクリームに、20種類のフレーバーの中から1種類(シングル ¥380)又は2種類(ダブル ¥420)選んで、選んで作るソフトクリームです。

Flavor Menu

ストロベリー	マンゴー	ココア	チョコ
バナナ	ライム	ラムレーズン	...
...

写真のメニュー
ストロベリー ¥380
バナナ&マンゴー ¥420

Christmas Special Menu

いちごパフェ
¥550(税込)
毎年のクリスマスに食べた、毎年一番人気のパフェ。いちごのチョコクランチがアクセントに!

クリスマスパンケーキ
¥600(税込)
チョコソースとココアをたっぷり使ったパンケーキ。キープアップの機能もバッチリ!

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79-1 TEL:054-263-6710
営業時間 / AM10:30~PM8:30 年中無休(元日休業)

こんにちは、支店長です。 **※トピック快談**



携帯電話業界を常にリードし続けるNTTドコモ。その静岡支店を今年の7月から率いるのが、川崎博子支店長。同社が取り組む新たな施策や、働く女性の先輩として、アステル読者へのエールを伺った。

より快適なサービスを

現在、携帯電話市場は転換点に差し掛かっています。一つはスマートフォン。そしてもう一つはデータ通信の広がりです。例えば、パソコンだけでなく、携帯ゲーム機もそうです。この冬には、X(KUZZISHI)という高速大容量のデータ通信を可能にするサービスも開始され、静岡県でも来年度にはご利用いただける予定です。もう一つ、ネットワークの提供企業として取り組んでいるのが、どんなときでもつながるとのこと。自治体との防災訓練を通じて、スムーズな復旧確立を図るよう努めています。また、普段でもお客様からつながりやすいという連絡があれば、原則48時間以内にお伺いし、調査を行い、改善策をご提案しています。現在、静岡県内ではおかげさまで人口カバー率は100%を達成しています。

懐かしさを感じる静岡

静岡には今回の転勤で初めて来ました。静岡は私の出身地である高知県と気候が似ています。獲れる魚も似ています。スーパーでシラスや太刀魚が並んでいるのを見て懐かしくなりました(笑)。それから、この夏富士山に登りかけたので、こちらにいる間にチャレンジしたいと思っています。今、単身赴任しているの、久しぶりで一人の時間が過ごせています。これを有効に使いたいです。最近読んだ本で、世界銀行の副総裁を務めた西水美恵子さんの「国をつくるという仕事」(英治出版)に感銘を受けました。こういう日本人女性がいるのだということを感じました。これはぜひ皆さんにも読んでいただきたいと思っています。

株式会社NTTドコモ 東海支社 静岡支店長 **川崎博子氏**



人生設計をより満足できるトータルで



男女関係なく活躍できる職場

こちらに来る前は、本社人事課でダイバーシティ推進室長をしていました。厚生労働省の雇用均等分科会の委員などもやらせていただき、女性の働く環境の改善に取り組んできました。ドコモでは、育児休業が3歳、短時間勤務は小学3年生までと定めていて、法定よりもかなり長くなっています。また、配偶者の転勤などにより退職した社員の再採用の制度なども整えていて、職場で活躍する女性は増えています。女性の執行役員もおり、男女関係なく活躍できる職場だと思っています。働く上で私が考えているのは、人として生まれたからには、社会に貢献しつつ、次の世代に住みよき社会をバトンタッチすること。企業活動を通じて貢献することも一つです。そのためには、オープンな環境をつくること。そして、誠実に対応することを心がけています。

人生をフルコースで楽しむ

仕事と育児、家事の両立に悩まれる方は多いと思います。でも、借りられる手は借りたほうがいい、自分や家族が健康で、仕事を続けられるのであれば、ある部分では割り切ってもいいのではないのでしょうか。仕事、結婚、妊娠、出産、子育てという人生のイベントを楽しむのは、女性ならではの人生をフルコースで楽しめる女性にそれだけで賢い感じがします。よく、子どもや会社に対して申し訳ないと思う方もいますが、少子化の中で子どもを産んで社会に貢献し、労働力が減っていく中で貴重な労働力として社会にも貢献している。全然申し訳なくなっています。全部に完璧を求めると苦しくなります。自分の人生をトータルで考えたとき、より満足できる人生設計をしていただきたいと思っています。

1963年生まれ。大阪大学卒業後、日本電信電話株式会社入社。株式会社NTTドコモ法人営業企画部、人事課、ダイバーシティ推進室長などを歴任、10年7月より現職。

近頃気になるブックハント

どんなにきみがすきだか あててごらん

サム・マクブラット二文 アンタ・ジェラーム 絵 小川に史郎 1995/評論社/1,365円

小さいウサギと大きいウサギが主人公の絵本。ウサギたちはお互いに相手のことをどのくらい好きで愛かを競い合う。寒い冬に、心がポツと温かくなるストーリー。子どもへの読みかせやクリスマスプレゼントとしても最適な1冊。

ナビゲーター/静岡台東児童館 藤田 風間優美

おべんとうの時間

阿部 阿部直美文 2010/本業舎/1,470円

おべんとうハンターとなった夫婦が日本全国を回って見た手作りおべんとうとおべんとうまつりエピソードを紹介。おべんとうを作った人の心遣いやおべんとうを食べる人の幸せな気持ちがのびのびと伝わってくる。普段見ることがないおべんとうの思い出などを見ることができ面白い。

ナビゲーター/静岡台東児童館 藤田 田島由美

astel INFORMATION

アステルおすすめ多品目お祝い券 美人粥 内容量250g/個350円 **好評発売中!**

発売元、女性たちから人気の美人粥。心もおか食料がたっぷり入ったお粥で、身も心もほっと温まる。

各店取り扱い店舗

はぎにしき本店	静岡市西園923	tel:054-281-3622
マツキヤ	静岡市丸の内2丁目4-17	tel:054-259-3838
岩清水商店	浜岡区新島1-4-23	tel:054-252-3923
すまが一本店	浜岡区新島1-1-1	tel:054-252-6006
酒の城くりに	浜岡区大船3-9-30	tel:054-245-5253
長島商店	浜岡区南1丁目12-7	tel:054-245-9260
お米のみら	浜岡区宮本町4-5	tel:054-285-6271
高城製菓	浜岡区東山3丁目8-22	tel:054-245-9827
静岡市地下1階 ふるさと村	tel:054-251-2211 (大代表)	
富士山静岡空港(2階 売店1F)	tel:0548-29-2626	
エスバドリームプラザ	tel:054-354-3360	

ネットで購入! 47CLUB

※トピック2号「美人粥」で検索してください。

しずおか美味二選 **静岡おでん&チーズもつカレー新発売!** 1箱880円

「静岡発 美人粥」の味付けを担いだ「静岡おでん」&「静岡名産物2品をセットにした新商品。食べ方次第で一度も3度もおいしい新しい一品。こちらも一箱いかが?」

お祝い券は店頭または静岡市西園923番 4-5-2と、富士山静岡空港(2階 売店1F)でご利用いただけます。

Japanese-ism「選心」 静岡市浜岡区常盤町2-6-6 モアプレイス1F TEL: 054-221-8828

「気候も温暖で美味しい場所です。東京での下宿生活では思い出しはかりでした。また、静岡県に経済的な町だと思っていましたが、静岡で助け合いの結びつきが強い、暮らしを改めて地元同士の絆が感じられて嬉しくなっています」

ワインショップオーナー夫妻

旅人が行き交った 東海道の町は 今も人情が息づく。

小さな旅 清水区袖前エリア

01 木嶋こうじ店

静岡市清水区袖前町1151-3 tel:054-366-3115

この地で初代こうじや長衛さんが店を開いてから170年。一番人気の白粒みそを買ってほしいし、手作りみそキットでみそ作りをトライするのいい。昔ながらの米こうじがほっと体を温める「甘酒の素」500g450円や緑茶に合う「みそもろりん」(130円)も素敵なお土産。

営業時間:7時~19時、日曜定休。

02 北欧雑貨ショップ FIKA(フィーカ)

静岡市清水区袖前町510 tel:054-366-1132

FIKAとはスウェーデン語でお茶の時間のこと。センスよく温かみのある北欧雑貨を中心に、自然素材のアイテムやキッズ用品も豊富にそろえる。本日12月4日からクリスマスセールがスタート。インテリアを探したり自分へのご褒美、また大切な人へのプレゼント選びに訪れたい。

営業時間:11時~18時、水曜・日曜定休。

03 袖前 寿し館

静岡市清水区袖前町517-4 tel:054-365-5233

厳格なランチは、お刺身・サラダ・選べるデザートが付く。お刺身が780円、本割入る限り、ちらしが各1600円から! 夜は高級魚タタキより美味しいという話題のアラブボウズの鍋(1,600円)で内割から温まりたい。人気のおたまふり(持ち帰りは前日予約)もお忘れなく!

営業時間:11時半~13時半(LO)、17時~22時(LO)。水曜・第4水曜定休。

04 ワインショップモチヅキ

静岡市清水区袖前町445-5 tel:054-366-3829

好みを伝えると、ワインもチーズもぴったりのものを提案してくれる。12月はやはりスパークリングワイン。瓶内2次発酵で優しくエレガントな泡のたつワインが2,000円台から。中でもヌーアサンジョルジョのプロセッコはドライなのに甘みもあり飲みやすい人にもおすすめです。

営業時間:9時半~21時、水曜定休。

Jリーグ 09 [確井 健平]

菅段はのぼん(ハ)マイベースの愛されキャラ

Target GK29 確井 健平 Birthday 1987.5.15 おうし座

Blood Type A型 Height/Weight 181cm/75kg

Character 名前は「うすい」が、キャラ濃いよ! (兵衛選手談) いろいろとがさつなんだよな(永井選手談)

Charm point いろいろな、チームみんな可愛がってもらってます(苦笑)

Love & Hate Q. 最近始めたひとりで暮らし、満喫してますか? 実は結構好きなんです。レンド本を見ながら、この間はじんじんとカエリンの肉巻きを作りました。大学の頃はピザなんかも作ってました。食べるのも好きだけど、品揃えの多い大きなスーパーで買い物のするのも楽しい(笑)。家庭的かも?

J.LEAGUE DIVISION 1 12/4(土) VS ガンバ大阪 / 15:30~アウスタ日本

セントラルスクエア静岡 グルメ館2F **パバゲー** TEL:054-654-3171 ●11:00~22:00

「イタリアンバイキング」ランチ/平日1,344円・土日祝1,440円 ディナー/1,596円(子供料金あり)

イタリアンバイキングは、写真のプレートには、オーガニックマトやタラコなど種類のパスタとニョッキを取り合わせてみました。一度にいろいろな味が楽しめる、スープ、オードブル、メイン、デザートまでよりどりみどりのホウロウのお膳に入った「冬キャベツと三枚肉のブレイク」やハンバーガーもあんです。ランチ時間は90分、ディナーは、平日なら時間制限なし、土日祝は2時間。仲間と一緒にお出かけしてみ!

河内優美子の「グルメ館」でご馳走さま

全国100店舗以上の信頼と実績。だからできる **東京価格で高価買取**

金・プラチナ 時計 バッグ・財布 小モノなど **大黒屋ならこれ、ぜんぶ買取OK!** 査定無料

金相場上昇中!! 今がチャンス!

エルメス・グッチ・コーチ・プラダ・ルイヴィトン・カルティエ・クロエ・ロレックス・オメガ・シャネルなどのバッグ・靴・アクセサリー・ネックレス・金・金庫・プラチナ・洋服・家電・iPad・ゲーム機・デジタル一眼レフカメラ・ビデオカメラ・DVDレコーダー・ノートパソコン...など

宅配・出張買取も受付中!

ブランド & チケット 大黒屋

静岡駅前北口店 10:00~19:00 水曜定休

千420-0857 静岡県静岡市葵区御幸町6-3

古物商免許・静岡県公安委員会許可 第491140003623号

電話:054-653-7311

0120-781-598

冬休み特別企画 羽田空港新国際線ターミナルと 横浜ベイエリアクルージング

オープンしたばかりの羽田空港新国際線ターミナルに約2時間滞在!

横浜中華街の散策やクルーズもお楽しみ下さい。

各地(7:00~8:30)→横浜町田IC→★横浜中華街自由散策、自由昼食→★横浜ベイエリアクルージング(山下公園~(水上)1~乗船約30分)→みなとみらい21(ぶらり橋)→★羽田空港新国際線ターミナル(約2時間/専用ガイドブック付)→東京IC→各地(19:30~21:00)

■最少乗客人員:25名様 ■旅行費用に含まれるもの:バス代、乗船料、バス/バス発着地、税関、静岡駅、清水駅、富士山インター

出発日 **12/19日・23日**

旅行費用 大人 小人(小学生以下) お一人様 **7,800円 5,000円**

飛鳥II プレミアムクルーズ Xmas 清水・横浜クルーズ

~清水から横浜へ、日本が誇る美港をめぐる。富士山が、ベイブリッジが飛鳥IIをお迎えします。~

旅行期間 **12/21** 清水港 17:00出港 **12/22** 横浜港 09:00入港

※夕食はXmasスペシャルディナーとなります。

旅行費用 Fステート CSスイート お一人様(2名) **57,000円~79,000円**

※客室をお一人でご利用の場合、C160%、D-E-Fは130%の増し付け料金となります。 ※このツアーは船中ラベール(船中フリードリンク)です。 ※お子様代金半額(2歳以上12歳以下のお客様は大人代金の50%割引) ※高齢者割引(12月22日の時点で65歳以上のお客様は5%割引) ※最少乗客人員/300名様(船行決定) ※船中乗客、同行いたしません。船中は船内スタッフがお客様をさせていただきます。

旅行代理店 株式会社 飛鳥II (株)SBSプロモーション旅行部 〒420-0855 静岡県静岡市葵区新島1-5-4 静岡駅前SBSビル船客待合室

企画・実施 **SBS ツアーズ** ☎054-254-1552

月~金/9:30~18:00、土/9:30~12:00(日/祝日休業)

忘年会やクリスマスにおすすめ **12月の女子会は、ちょっとリッチな食べ放題**

PERGOLA コーヒーショップ パーゴラ お問い合わせ・ご予約 Tel. (054) 254-4460 (直通)

ランチbuffet 食べ放題 & ソフトドリンク飲み放題

12/1(水)~12/31(金) ※12/12(土)/25(日)はクリスマスメニューがラインアップ

お一人様 **¥2,300** シニア(60才以上) ¥1,980 小学生・中学生 ¥1,300 幼児(3才~小学生未満) ¥700

ディナーbuffet 食べ放題 & 飲み放題

12/1(水)~12/16(木) 12/26(日)~12/31(金)

お一人様 **¥4,000** シニア(60才以上) ¥3,500 小学生・中学生 ¥2,000 幼児(3才~小学生未満) ¥1,000

クリスマスディナーbuffet 食べ放題 & 飲み放題

12/17(金)~12/25(土)

お一人様 **¥4,800** シニア(60才以上) ¥4,300 小学生・中学生 ¥2,800 幼児(3才~小学生未満) ¥1,000

梨杏 中国料理 梨杏(りんか)

梨杏の心は すべて本場香港の料理人による手作り。本格メニュー40品が食べ放題!

ランチオーダーバイキング [食べ放題]

12/1(水)~12/31(金)

お一人様(平日) **¥2,300** (土日祝) **¥2,600**

小学生 ¥1,500 小学生未満 ¥700

お席に付いたままご注文いただくバイキング。できておあつをお待ちします。

お問い合わせ・ご予約 Tel. (054) 254-4470 (直通)

ホテルアソシア 静岡

JR静岡駅北口より徒歩1分のおもてなし Tel. (054) 254-4141 (代表) [ホテルアソシア静岡] 検索

週末は、電車に乗ってアソシアへ。 静岡駅までの「JR往復きっぷ」とホテルアソシア静岡。静岡駅、アソシア静岡内の各店舗でご利用いただける「お買いもの券1,000円分」がセットになったお土産きっぷです。

土曜・休日および年末年始 12/28(日)~1/3(月) ※1/1は休業いたします

【有効期間】発売当日限り 【発売場所】富士・島田駅の各駅(静岡駅を除く)および、JR東海ツアーズ清水支店 【ご利用施設】ホテルアソシア静岡(レストラン及びスパエリア)、静岡バルシェ内の各店舗(一部を除く)、アソシア静岡内の各店舗(一部を除く) ※お買いもの券と現金との交換及びご利用のお支払いのご連絡はできません

詳しくは駅係りの専用チラシまたは JR東海ホームページで (http://jr-central.co.jp)



女性にうれしい...デザート充実の忘新年会プラン!

カフェ・ミクニを貸切で使う、優雅なお食事はいかが? MENUはデザートが充実したカフェのディナーコースが5,000円、スパークリングワイン、白・赤ワインなどのドリンクセットが2,500円。10名以上で貸切OK。贅沢な空間をプライベート感覚で楽しめる。今年の忘新年会は、ラグジュアリーなムードで盛り上がり! 今なら資料なし。また、豊富なテイクアウトケーキが揃うパティスリーでは、クリスマスケーキの予約も受付中。

カフェ・パティスリー・ミクニ
静岡市清水区港町2-8-1
TEL.054-355-3921
11:00~17:00 駐車場あり

レストラン エスプリ・ドゥ・ミクニ
静岡市清水区港町2-8-1
TEL.054-355-3920
L 11:30~14:00 (LO) D 17:30~20:30 (LO)



一口食べれば夢心地...しっとり濃厚なリーベンバウム

味わうごとに、奥深さが口に広がるリーベンバウム(1ホール1,580円 1カット630円)。静岡産の茶葉とルテイン豊富なマリーゴールド配合の餡料で育った鶏卵と、芳醇な香りの発酵バター、厳選バナナを使っているから、しっとりした食感と素材が織りなす豊かなハーモニーが楽しめる。カフェでは、バウムクーヘンをアレンジしたスイーツが充実。記憶に残る味との出会いを楽しんで。

Lieben rosa (リーベンローザ)
藤枝市青木2-35-30
TEL.054-668-9871
10:30~20:30 (LO19:30)
月曜定休
駐車場あり

昼は豪華にランチ 夜はお得な飲み放題コース

JRからも、静鉄からも近い静岡109の6Fで、持ち合わせにも便利な味処・吟治では只今忘新年会の予約を受付中。「選べる鍋コース」は季節の創作サラダ、お造り盛り合わせ、杜鰈の豆乳グラタンなど旬の食材をふんだんに使った贅沢な全8品。海鮮寄せ鍋やふぐ鍋など5種類の鍋から好きなものを選んで、仲間の好みに合わせてチョイスして。女性グループにおすすめなのが、デザートを目の前で仕上げられるプレゼント付きの「創作和食コース」。おしゃれな演出にいつもの飲み会ももっと盛り上がりそう。週末は特に込み合うので早めの予約がおすすめ。一方、優雅なお食事を過ごしたいママに好評なのがランチ「わっぱめしセット」1,890円。8種類から選べるわっぱ飯の中でもダントツ人気のものが、サケとイクラなんだそう。「アステルを見た」の一言でスペシャルデザートが付くというからお楽しみに。

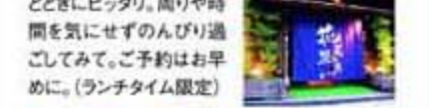


選ぶ鍋コース(飲み放題付き)
海鮮寄せ鍋(写真) 5,000円。
あんこ鍋 6,000円。
すばん鍋 7,000円。
ふぐ鍋 8,000円。
地どりのもつ鍋 6,000円

味処 吟治(うんじ)
静岡市駿河区仙馬町6-1
SHIZUOKA109ビル6F(6Fへは1Fからの直直エレベーターで)
TEL.054-252-3200 年中無休
昼11:00~15:00
夜17:00~23:00(日・祝は22:00迄)

お昼の時間帯で奥様の忘年会ができる。3980円のコースが登場!!

静岡花高風月で、昼の時間帯でも忘年会ができる特別企画が登場。なかなか夜に出歩けない方々には、うれしい企画。ランチ忘年会(写真)は、3,980円(ドリンク飲み放題付/お酒も含む)のコースで、全品8品と新鮮なお刺身から焼物、焼き物、揚げ物、お鍋、デザートまで夜の忘年会に出かける料理とひけをとらない。店内も個室(2~8人)もあるから、親しい友人との憩いのひとときにピッタリ。周りや時間を気にせずのんびり過ごしてみよう。ご予約はお早めに。(ランチタイム限定)



静岡 花高風月(しずおか かつらうふうげつ)
静岡市駿河区相屋町14-1 2-3F
稲森パーキング8号向かい TEL.054-266-3300
11:00~15:00 15:00~翌2:00 月曜日ランチ休み
ライフシナジー

元祖にきまき本舗 静岡店
静岡市駿河区仙馬町8-1 サンローゼビル1F
TEL.054-251-1129
11:00~20:00
年末年始のみ休業
http://www.nikumaki.com/



宮崎グルメ「にくまきおにぎり」1周年記念の大抽選会

話題の宮崎ご当地グルメにくまきおにぎり。その発祥のお店「元祖にきまき本舗」のFC静岡1号店が12/12に1周年を迎える。これを記念し12/11、12の2日間に「大抽選会」を実施(500円以上購入が対象)。特賞は有名テーマパークのペアチケットなど、豪華商品が当たる。秘伝のタレに漬けた豚モロ肉で巻いたおにぎりを、オープンで焼き上げているから、芳ばしくジューシー。この機会にぜひ味わって!

にくまきおにぎり300円 チーズにくまきおにぎり350円
月見にくまき350円(NEW)



食べて思わず「ありがとう」。冬の限定「杜鰈そば」

今や不動の人気店として老若男女から愛されている蕎麦屋「神楽」。この時期のオススメは11月~2月限定の「杜鰈そば」1,570円。プリプリとした食感の後にジワッとにじみ出る浜名湖産杜鰈の旨みは、最初の一口で蕎麦気分。その余韻とともに上質な蕎麦を味わえば、心も幸福感が満たされる。「今年一年ありがとう」。そんな気分がさせてくれる絶品メニューだ。1日10食限定。杜鰈好き、蕎麦好き、神楽ファンは問答無用で必食!

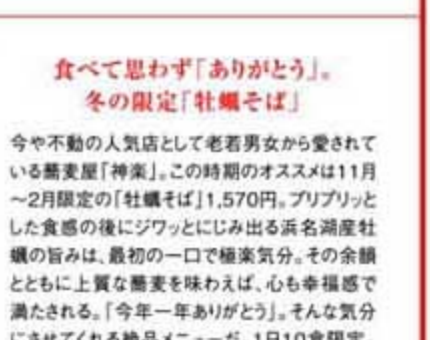
キッチン夢屋
静岡市駿河区山崎1-33-19
若杉ビル1F
TEL.054-278-8118
11:00~14:30
17:00~22:00(LO21:30)
火曜定休(祝日営業)
駐車場あり

カラーゲンたっぷり!フカヒレ鍋! 焼きタラバ付 平日4,200円コース!

無庵の「フカヒレとタラバ蟹の冬の無庵会席」は天然ミネラルと由比地魚のお造り、フカヒレと帆立豆腐の鍋、焼きタラバ蟹、パッパと椎茸の押寿司、甘鯛河焼きなどで平日限定1名4,200円(税込・別席)。さらに日曜から木曜限定の飲み放題付プランはオール込みで6,300円(10名以上)とお得。今年はちゅびり豪華にグループ・友人とプレミアム忘年会を企画してみよう?



無庵
静岡市駿河区昭和町1-4
TEL.054-273-8855
ディナータイム17:00~22:30



心こめた手作りケーキで、笑顔こぼれるクリスマスパーティー

夢屋では、ふんわりスポンジにフレッシュな苺をサンドした生ケーキや、キュートにデコレーションしたロールケーキなど豊富なバリエーションのクリスマスケーキを用意。さらにデザインや食材などにこだわったオリジナルケーキも対応可能。個性的なケーキをプレゼントしてみたいか、食事も冬季限定メニューがラインナップ!どちらも見逃さない。
・生ケーキ 15cm 3,000円 / 18cm 3,500円
・ロールケーキ 15cm 2,800円
※デザイン変更の可能性あり
※予約受付12/19まで、数量に達したら受付終了

蕎麦屋 神楽(かぐら)
静岡市駿河区中野新田262-2
TEL.054-288-5752
11:00~21:00
定休日無し
駐車場あり

美 LESSON ナチュラルな香り編

時代の一步先ゆく 香りの「おもてなし」とは

若い主婦を中心にアメリカ生まれの香料入り柔軟剤が人気を集め、空間にアロマを漂わせるイベントなども注目を集める現在。身にまとう香りや、更に生活を楽しくすることはできるだろうか。万人が感じるいい匂い、いやな臭いとはなにかと問うと、意外にもそのようなものは存在しないのでは? と答えたのは、株式会社ハル・インダストリー代表取締役、松浦令一さん。たとえば近年雑わがちな



今月のレッスン1,2,3

ニオイをめぐるとは? 生活の中でニオイと上手に付き合うためにはどうすればいいの? 簡単に実践できること、まずは3つ。ぜひトライしてみてください。

な雑草のニオイでも、恋人の吸っている煙草の匂いだけは例外で大好きという女性だっているかもしれない、と笑う。逆に安眠やリラックスするといわれているラベンダーの香りを苦手な人だっている。その時の体調や、空腹(または満腹)度、状況によって人の好みはあっさり変わる。まして万人受けのする香りなど特定できないというわけである。

それを踏まえ、不特定多数の人が集まる空間ではかえってニオイのしない状態がおもてなしになるのではないかと松浦社長は話す。「消臭したあとの空間では、モノの持つ本来の香りも味わえるのです。たとえばアロマも一段といい香りになります。同じ匂いが好きな人たちが集まるのなら、一旦消臭した後でその香りを漂わせればいいというわけだ。

自然の香りで 繊細な「五感」を取り戻す?

一方で自分の発するニオイを気にする人も。ちょっと気にしすぎかも、というのは石けんアドバイザーの田辺直恵さん。どこまでがエチケットでどこまでが過剰

なのか、その線引きはなかなか難しい。無臭のはずの無添加手作り石けんでさえ、油脂のニオイが苦手と指摘する人もいるのだ。田辺さんいわく「お日様に干したらほとんど消えてしまうようなニオイなんですけどね」。自分が発しているニオイを気にする人は、他者のニオイにも敏感であることが多いのだ。でも、ニオイを消すために過剰に香料を香らせるのは本末転倒な行為であることは否めない。

もっと自分の五感を大切にしたいのには田辺さん。よく干したあとのお布団のにおいや、夕方の住宅街に漂うどこかの家の夕食のにおい。ノスタルジックで幸福につながる。「街路樹や花の香りで季節を感じるのもいいですね。私はみかんの産地に住んでいるので、みかんの花の香りには親しみを覚えます」。自然の香りを楽しめば、知らず知らず過剰さはそぎ落とされてゆく。そういえば日本古来の文化である香道も、銘木を燃やして香りを聞くということでも繊細なもの。

もう一つ、考えたいのはエコ。「当社の消臭アイテムは、100%植物由来であるの

な部位を使うように心がけているのです」と松浦社長。田辺さんの提唱する石けんも、人工香料を使用していないことはもちろん、自然の油脂を用いてヒトの肌にも優しく、排水にも配慮している。香りは嗜好。文化が成熟した現代では不特定多数の場では控えめに、個人的に楽しむものと捉えた方がよいようだ。



取材協力/株式会社ハル・インダストリー tel.054-284-7081 石けんアドバイザー-田辺直恵さん

1 ニオイを断つ! 整理すること

2 香りを楽しむ(初心者編) 洗濯にプラス

3 香りを楽しむ(上級者編) 石けんを手作り

空間独特のニオイは、ほとんどが、モノが残ることによる複合臭だと話す松浦社長。消臭のために効果的なのは、なんとお片付け。「ニオイは日々生産されてしまうもの、ニオイの根源を断つことが重要です。家ならコンロを煮く、生ごみは口を閉じて捨てる。不要なものは置かない、まずはそこから。

環境問題も考えれば合成界面活性剤を使わない粉石けんでの洗濯が望ましい。「どうしても油脂のニオイが気になるのなら、仕上げのときに自分好みのエッセンスを洗剤に混ぜたらいい」と田辺さん。エッセンスオイルは効果も考えて使おう。

お出かけグルメ



期間限定!食べ放題、飲み放題の忘新年会コース

今年の締めくくりは、わいわいと焼肉パーティーで盛り上がる。90品のメニューとドリンクが、120分食べ放題、飲み放題で4,000円(90分LO)。骨付きカルビ、極厚キングカルビなどの新鮮な肉をはじめ、ユッケ、石焼ビビンバ、デザートなど魅力的なメニューばかりでオーダーに迷ってしまうほど。本日12/4~1/16までの特別コースなので、見逃さないで。このほかレギュラーの食べ放題プランもあるので、詳しくは電話で問い合わせを。

◆忘新年会コース 90品食べ放題+お酒飲み放題(90分LO、120分利用) 4,000円
※大人6名以上、前日までに要予約

焼肉さんく藤枝店
藤枝市瀬戸142-3
TEL.054-647-7755
11:30~24:00
12/31、1/1休 駐車場あり
http://www.yakiniku-king.jp/hv/



お得なランチ、始めた

人気の「そば処 やぶ」で、とてもお得な平日限定ランチを始めた。せいろとかけから選べる、いなり寿司セット(500円)と揚げ立ての天ぷらセット(730円)の2種類。男性はそば1.5倍増量、女性はそばプリンの無料サービスまで付く。夜訪れるなら、豊富に揃った純米吟醸の地酒と、冬季限定のお鍋で晩酌はいかが。またポイントカードは500円で1P、10P貯まれば500円引きに。さっそく出かけよう!

そば処 やぶ
静岡市駿河区中田4-10-27
(中田小通り沿い、消防署近所)
TEL.054-260-7331
11:30~14:30(LO14:00) 18:00~21:00(LO20:30)
月曜定休(祝日場合は翌火曜) 駐車場20台

ファンの声に応じて今年も登場! MOIZUMIのXmasディナー

毎年クリスマスの期間にしか味わえない特別なコースが、今年も12/17~26までの10日間限定で登場する。新鮮な真鯛とサーモンの上に完熟アボカドを添えたカルパッチョ、ふくらと厚みのある濃厚なフォアグラ、ほんのりと酸味の効いたレドソースをかけたオマール海老、コクのある旨みが増える合鴨のローストなど、贅沢な品々。さらにとろけるガーショコラとフルーツのデザート盛り、パン、コーヒーが付いて8,400円。

ラグジュアリーな手作り「フレンチおせち」

レストランの味をギュッと重箱に詰めた、シェフ手作りのおせち。保存料を使わず、受け渡し直前に完成するから、美味しさをそのまま家に持ち帰れる。上段にはローストビーフ、味噌味の鴨コース、鱈のパイ包みなど20種。下段にはMOIZUMIの人気メニュー、牛ほほ煮込み、海の幸グラタンなど温かい煮込み料理がずらり。上下をそれぞれ単品で購入することもOK。受渡しは12/31 10:00~13:00まで。フレンチスタイルで迎春なてお洒落かも。

和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI (モイズミ)
静岡市駿河区谷ヶ谷7-5 TEL.054-247-1338
11:00~14:00 17:00~22:00(土日ランチあり)
水曜定休 駐車場6台+提携あり



・お得なセット(上段+下段 重箱付き) 26,250円
・オードブル20種盛り(上段 重箱付き) 15,000円
・温かな煮込み重(下段 重箱付き) 12,600円
(昨年購入者は2日前までに重箱を持ち込むと一段に付き通常価格の1,000円引き)

焼肉さんく藤枝店
TEL.054-647-7755
11:30~24:00
12/31、1/1休 駐車場あり

本日、子育てびより。 Vol.21

はじめての持久走大会。すくすくボード

「あ、あれ?」
「あ、あれ?」
「あ、あれ?」

「あ、あれ?」
「あ、あれ?」
「あ、あれ?」

「あ、あれ?」
「あ、あれ?」
「あ、あれ?」

アステンセレクト! 贈り物 21に

ホーランド生まれのカラフルなマグカップ。ホウロウ雑貨のメーカーとして10年以上の歴史を誇るブランド、エマリアのクックウェア。鉄にガラス塗装されているホウロウは、丈夫さと光沢が特徴で、使い込むほどに独特の味わいが出る。手になじむふくよかなフォルムが何となくいえない温もりを感じさせてくれる。

扱っているのは、新ストア「専門店ファイアーライフ静岡」ホウロウだから、新ストアの上に乗せておけるし、端っこに置けば、ほこはこと50℃に保温しておけるんです。よとオーナーさんが楽しんでおられるのを見たいな。全9色/何色にしよう!

ファイアーライフ静岡
静岡市清水区永通町14-18
TEL:054-365-4355
(水・木曜、休)

「ヘリドマグカップ」(0.35L)
全9色/各945円

KIDS こころの救急箱 ③

「指差し」は魔法の力

まだ、十分に話し言葉で自分の気持ちを表現することのできな子どもは、例えば「あっち行く!」「あれ何?」というときに、ことばの代わりに指を指します。この「指差し」という行為は、「ことばの前のことば」と表現する研究者がいるほど、子どもの発達において、とても大切なことといわれています。

指差しには、大きく分けると二つの働きがあります。一つ目は、大人の体を動かす働きです。例えば「あれをとって欲しい」というとき、子どもは指を差し、大人の大きな体を動かしてしまいます。そして、二つ目は共感を求める働きです。例えば窓の外を指差すことで「ねえ、あれを見て!僕のびっくりした気持ちを分かっ!」と大人に要求し、大人の気持ちを動かそうとします。

こんな風に指差しができるのは人間だけ。ことばを使えるのが人間だけであると同様です。1歳を過ぎた子どもは、まるで魔法のように、指一本で大人の体と気持ち(こころ)を動かし、自分の願いを叶えてしまいます。大人も指差しを使うとはいえず、特に赤ちゃんの指差しパワは強力だと思いませんか。生きていくためには保護者の力が必要な赤ちゃんは、その力を引き出すすこい力の持ち主でもあるのです。

お話 静岡大学教育学部特別支援教育・吉野 野 先生

まちの子育て応援 ニュース

情報をお寄せください FAX054-284-9129 asten@shizushin.com

- 毎月第1または第3月曜10:00~11:00 参加費1回500円
「子育て中のお母さんのための体操サークル わかばくらぶ」
エアロフィットセラピーや、腰痛・肩こりにいいストレッチをインストラクターを呼んで行っています。子連れOK! ※12月は6日、1月は17日。
所:静岡市健康文化交流館 第2-2(静岡区小島2-25-45)
問い合わせ: http://x41.peps.jp/wakabaclub7id-wakabaclub&guid-on
- 毎月15:00~15:25 参加費無料・申込不要 「すくすくタイム(体操・紙芝居など)」
子どもと一緒にくつろぎたい時、気軽に来てください! 身体測定の日もあります(第1・3金曜10:30~11:30、14:00~15:30)。
所:静岡市清水区中央子育て支援センター子育て交流サロン(清水区島崎町223) 054-355-3366
- 12/12(日) 10:30~19:30
「スポーツ&健康フェスタinふじえだ2010」&
「てーしゃばクリスマスファンタジー」
キッズキックターゲット、トランポウォークなど、元気に遊ぼう。18:00~は105仮装Xmasパーティー!
所:静岡市健康文化交流館(静岡市島崎町2-10-1)・園芸新館 てーしゃばストリート105 054-645-1555
- 12/21(火) 10:30~ 参加費無料・申込不要 「クリスマス会」
子どもと、子どもを育てる人たちを応援! 今年はサンタさんがどんなプレゼントを持ってきてくれるかな? あそびの会は毎日11:00~11:30、15:00~15:30です(行事等でお休みもあり)
所:静岡市中央子育て支援センター4F子育て交流サロン(清水区島崎町2-1-1) 054-254-2296
- 12/31(金) 20:00~ 入場無料・申込不要
「カウントダウンライブinやいづ」
静岡駅地下ストリートで歌う「ホトリカ」と仲間たちがパフォーマンス! 年越し蕎麦や甘酒もご用意。
所:東洋トラコ総合企画kamaVOX(中環2-6-1F)
問い合わせ:090-6643-9045 http://26.xmbs.jp/hotorika/

あなたと家族の健康を応援します!

中央静岡ヤクルト販売株式会社
0120-86-8960
http://www.cs-yakult.jp

【ミルミルS】
4週間お試しキャンペーン
初回お申し込みの方に限り
通常2,340円~2,100円でお届け!

「Tom Sawyer!」の家族モデルを大募集!

撮影にご協力いただいたご家族には、藤栄堂の全ロールカメラマンが撮影した写真をプレゼントします。名前、住所、電話番号、家族構成、年齢を明記の上、家族の写真をお送りください。

応募先は下記「Tom Sawyer」まで
【メール】asten@shizushin.com
【郵送】〒422-8670静岡新聞社 アステン編集部

御座る市印野1388-43 ☎0550-88-0330 照 http://www.otainai-onsen.gr.jp/
10:00~16:00(15:00受付終了) 日・火曜定休(祝祭日は営業、翌日休業)
1セット(2人以上)2,000円~ ※予約がおすすめ

「今年、年越し蕎麦は自分で作る」の巻 TOM SAWYER!

家族みんなで過ごすことのできる貴重なひととき「大晦日」。手作りの年越し蕎麦で、家族の絆を深めてみよう!

家族揃って過ごす休日が貴重と語る花井さんファミリー。パパの成典さん、ママの知美さん、慎輔(まっちゃん)ちゃん。

この作業は、生地がツヤが出るまで400回ほど繰り返される。乾燥しないように、スピードで行うのもコツ。

丸く広げる基礎は、ふちが割れないように手首で調節して、最終的には1mm程度の厚さで、90cm四方に形成。

たくみの郷 数地内にある、御座る市指定有形文化財の古民家を見学。室内に入ると見学する場合は1人150円。

色づいた庭園の木々を眺めて、高地の涼しい空気を満喫できる。近くには日帰り温泉施設もある。

「Tom Sawyer!」の家族モデルを大募集!

撮影にご協力いただいたご家族には、藤栄堂の全ロールカメラマンが撮影した写真をプレゼントします。名前、住所、電話番号、家族構成、年齢を明記の上、家族の写真をお送りください。

応募先は下記「Tom Sawyer」まで
【メール】asten@shizushin.com
【郵送】〒422-8670静岡新聞社 アステン編集部

御座る市印野1388-43 ☎0550-88-0330 照 http://www.otainai-onsen.gr.jp/
10:00~16:00(15:00受付終了) 日・火曜定休(祝祭日は営業、翌日休業)
1セット(2人以上)2,000円~ ※予約がおすすめ

つげ汁はカツオと昆布で出汁をとった、少し辛味のあっさりとした味。山芋の風味が利いた蕎麦と相性がよい。先生があみだした秘密のレシピによるもの。

う。それ聞いて3人の手がスピードアップ!先生の手の借りながら生地をひたかたにしたら、ここからが正念場。耳たぶの柔らかさになって、モチモチとした状態になるまで、ひたす。慎輔ちゃん、成典さん、ママの手に生地を添えながら知美さんが、円く平らに伸ばす。一番苦心したのは、角だという四角に形成する作業。先生のレクチャー通りに生地に巻きつけて伸ばしていくもの。なかなか四角にならない。先生の演技で仕上げたら「凄くあっという間に四角になったよ」と、丸く花井さん一家。いよいよ生地を包んでカットしていく。先生のお手本を見ながら、慎輔に包丁を授け、慎輔ちゃんは「重いな。あれ?太いかな」と苦悶。成典さんと知美さんは、心配そうに見つめていた。

3人の分担作業で無事切り切れた生地は、茹で上げるとキレイに透き通るような蕎麦に。よく見ると太さバラバラ味があるが、花井さん一家は大満足!「きもちいいな。でも美味しいよ、上出来!上出来!」と笑顔がこぼれる。「今度は家で、できるかな?」と蕎麦をすすりながら思案する、仲むつまじい家族の光景があった。

キラキラ・スマイル クリスマス

ASTY Christmas Festa'10

アスティクリスマスフェスタ'10

12/1 WED ~ 25 SAT

【抽選期間】12/21(火)~25(土) 5日間!!
時間/10:00~20:00 会場/アスティ静岡西館特設抽選会場

Happy Xmas プレゼント大抽選会

12月1日~12月25日のフェスタ期間中、アスティ静岡西館にてお買い上げ500円以上には抽選権利が付き、4抽(2,000円分)に1回抽選が出来ます。

抽選で1,410名様に豪華賞品が当たるチャンス!!

- キラキラ賞 10名 オーディオ i pod touch 8GB
- スマイル賞 10名 ツアーズ旅行券 30,000円分
- クリスマス賞 50名 クリスマスケーキ
- アステイ賞 300名 アステイ券 1,000円分
- アステイ賞 40名 アステイ券 500円分

※ ASTY Xmas Illumination ※
Xmasイルミネーション開催中!
今年もアスティは「SIMPLE&ELEGANCE」をテーマにXmasイルミネーションを開催中!!

★冬のオススメ商品が満載!! XmasCake/Xmasグルメ&グッズ/忘新年会のおすすめグルメ/グッズ&サービス

7-ポーン お得なクーポン使っちゃおう!

※この内容はフェスタ期間中、店内で配布のパンフレットをご覧ください

ASTY 054-282-5896
〒420-0851 静岡県静岡市葵区黒金町29番地
http://www.asty-shizuoka.co.jp/

読者モデルのご家族にロールケーキをプレゼント!

www.roll-cake.com

藤栄堂 Shizuoka Shimizu Fuji

人気です! ヤマハ大人の音楽レッスン 「私の時間」

「昼レッスン」はじめての3ヶ月コース

すみやグッディ「おとサロンSBS通り」「おとサロン清水春日」「私のおとサロン」「おとサロン静岡駅前」の各会場では、只今秋の入会受付中。午前中から夕方にかけての時間を活かした「昼レッスン」が特にオススメ!中でも「私の時間」はお試し月2回3ヶ月コース、フルート・アコースティックギター・ドラム等人気のコースをご用意し、さらに12月末まで入会金・施設費無料の期間限定特典があります。定年後に興味で何かやってみたい方、家事がひと段落した後の時間に楽しんでみたい方にオススメです!まずは気軽に無料体験レッスンへ。

12月の無料体験レッスン日程

コース	開催日	時間	コース	開催日	時間
おとサロン SBS通り	ドラム	10日 金 13:00	私のおとサロン	フルート	20日 月 13:00
	サクソ	16日 木 15:00	静岡ミュージックセンター	フルート	28日 火 16:00
	アコースティックギター	17日 金 16:00		フルート	16日 木 15:00
	フルート	18日 土 16:00		サクソ	19日 日 14:00
おとサロン 静岡駅前	サクソ	7日 火 14:00	おとサロン清水春日	アコースティックギター	20日 月 14:00
	フルート	8日 水 15:00		ボーカル	21日 火 13:30
	ボーカル	17日 金 15:00		エレキベース	29日 水 16:00
	アコースティックギター	27日 月 15:00			

お電話またはインターネットで、お気軽にお申込みください。見学だけでもOKです!

おとサロン SBS通り 054-284-0061 054-255-3443 054-254-2372 054-353-3588
静岡市清水区中田町56-5 静岡市清水区高島町1-5-13 静岡市清水区新島1-1-1 静岡市清水区島田1-4-15
営業時間10:00~22:00 営業時間10:00~20:00 営業時間10:30~21:00 営業時間10:00~22:00

ホームページではお申し込みも出来ます! http://www.sumiya-goody.co.jp/

今月のイケメン vol.31

オールラウンドに活躍する究極のジェネラリスト

シックな顔とニヒルな笑顔のイケメンは、飲食店やアパレルショップを業内中心に展開するタイタコーレの飲食事業部 統括マネージャー、近藤雄介さん。10軒を超える店舗を統括し、200名ほどの部下を束ねる。それぞれジャンルが違う店舗の運営、企画、スタッフの育成などを担う近藤さんは、ライフスタイルも思考回路もハイパー・スタップの上に立つポジションである以上、誰よりも理解し、調理も上手でなくてはならないとの信念を持つ。だからタイタ料理店でピザを焼き、和食処では魚を卸して刺身を握り、カフェではスイーツを作り、コーヒーを淹れる。マネージングだけでなく、厨房、ホール、の仕事に完璧にこなす。初めから終わりまでを知っていれば、課題が生じたときに何をしたらよいかすぐに判断でき、実行のスピードも早まるからそう。「僕は何でもやれたがりなんです。常に完璧であり、ジェネラリストでありたい」とあっさり対応してくれたが、10店舗以上の仕事を全て把握するのは至難の業だ。これだけでも超人的な存在と思えるのに、さらに驚くのは食材のルート開発にまで意欲的なところ。今年オープンした「静岡肉肉センター」では、卸したホルモンの当日に届くよう尽力をついた。翌日入荷するのが一般的だが、新鮮なホルモンの本当の美味しさを味わってみたいという熱意が、多くの人を動かして実現した。この人は、静岡の食文化にさらなる変革を起こしてくれそうだ。

タイタコーレ株式会社 飲食事業部 統括マネージャー 近藤雄介さん

もっと知りたい、子宮頸がんのこと。

年間15,000人が罹患するといわれる子宮頸がん。医療は日々進化し、生存率なども高まってきている一方で、心のケアを必要とする患者たちは多い。今回は、患者の支援やサポートについて特集する。

患者会がつかなく辞

静岡県で生まれ、活動を続ける「女性特有のガンのサポートグループ オレンジティ」。発起人で、現在理事長を務める河村裕美さんは、11年前に子宮頸がんの宣告を受け、手術をした「サバイバー」の一人だ。現在、年回の定例会と県東部・中部・西部・東京での11回の「おしゃべりルーム」を開催している。

「がんになって最初にしなければならぬのは、自分の状況を把握することなんです」と話すのは河村理事長。同じ病気にあった仲間と会うことで、自分の状況を客観的に見ることができ、気持ちを整理することができるのだという。「術後は不安におそわれます。後遺症は医療ミスが原因ではないかと疑ったり、家族との関係がギクシャクして落ち込んだり。それが、自分だけではないと知ることで、自分の状況と折り合いをつけることができます」

現在、この「おしゃべりサロン」には毎回10名前後が参加している。患者同士だからこそ、医療者にはできないリアルな悩みや

改善方法などについて、お互いに話し合うことができる。また、「先輩」と触れ合うことで、自分の将来についても具体的なイメージができるようになるという。この会には、時に術後の患者のみでなく、治療を控えた患者も参加することがある。結婚予定の彼同伴で訪れた女性は、この会に参加したことによって、彼と向き合うことができ、今後について前向きな話ができたといい、

河村さんは「患者さんは受け止める力を持っています。だからこそ、こういった場が必要なんです」と話す。症状を緩和させたり、今ある問題を解決する場とはなり得ないけれど、心の整理を支援するセルフヘルプグループとして、大きな役割を担っているのだ。

自分の健康に関心を持って

活動をはじめ多くの患者と接してきた河村さんは、残念ながら亡くなる患者にも多く出会ってきた。「治療にはお金と時間が分かかります。そのために命をあきらめてしまう人もいます」という衝撃的な話をしてくれられた。例えば、病院が近くにない人は、治療

を受けるために長距離を走らなければならない。自営業だと仕事を休まざるを得ず、それは収入がなくなることを意味する。そのことを負担に思い、治療を断念するケースがあるのだという。「そのために、保険に入るなど、健康なうちからリスクマネジメントすることは重要です」

これ以上患者を増やさないために自分たちに何が出来るのだろう、と考え、次に取り組んだのは、啓発活動だった。研修でアメリカに渡った際、目にしたのが、子宮頸がんを表すティール&ホワイトリボン。これを子宮頸がんの検診、予防のシンボルとして日本国内でも広めようと、2009年に「ティール&ホワイトリボンプロジェクト」を設立し、各地で啓発活動を積極的に行っている。

もう一つ、河村さんが患者となって気付いたことがあるという。それは、知らない弱者を守るということの大切さ。これから風邪やインフルエンザがはやる時期となるが、抗がん剤治療をしている人は、免疫力が低下しているため、普通の元気な人が自分では大したことがないと思っている風邪

子宮頸がん啓発キャンペーン



でも、たまたま近くに抗がん剤治療中の患者がいれば、その人の命を危険にさらすことになるかもしれない。「自分がインフルエンザにならないためだけでなく、周りにうつさないためにも、予防接種は受けてほしい」と河村さんは切実に訴える。

まずは自分の体に関心を持つこと。そして、周りの人の健康に関心を持つこと。そして、みんなが健康で過ごせる社会をつくってきたい。

アステンでは子宮頸がん啓発キャンペーンの一環として、シリーズで子宮頸がんについて紹介します。今回は新春特別編をお送りします。

冊子制作募金にご協力を。

静岡新聞・静岡放送、オレンジティでは、「静岡県、子宮頸がん啓発キャンペーン」の一環として、子どもたちに子宮頸がんのことを知ってもらうための小冊子を作成し、静岡県教育委員会を通じて公立学校の生徒に配布を予定。その制作サポートとして募金活動を行っている。詳しくはキャンペーンサイト▶http://www.shizukawoman.jp

募金取扱金融機関：「J」静岡銀行本店 普通預金 111-1543044 三浦水産銀行本店 普通預金 251-2491699 「S」スルガ銀行静岡支店 普通預金 723-289925 「しずおか信用金庫本店 普通預金 029-1042705 ※「しずおか」は「子宮頸がん啓発キャンペーン」基金。静岡興産信用組合本店 普通預金 9405967 口座名「静岡県婦人協会 子宮頸がん啓発キャンペーン」

アステンでは、下記協賛団体とともに、子宮頸がん啓発グッズ「スワロフスキーチャーム」(1,500円)を販売している。チャームを携帯することで、子宮頸がんに対する意識を広めるのが目的。売り上げはすべて社団法人ティール&ホワイトリボンプロジェクトに寄付され、子宮頸がん啓発活動に使われる。

取り扱い施設・店舗：静岡市葵区/静岡レディースクリニック、富松レディースクリニック、静岡市清水区/まりこレディースクリニック、静岡市清水区/おおいレディースクリニック、ツギジヤーズ、静岡市/いしかわレディースクリニック・SLIDERZ surf shop (順不同)

電話相談など一切いたしませんのでご安心ください。無料お試しプレゼントは初回申し込みの方に限りさせていただきます(1つの住所につき1回まで)。

こだわり Selection



だからいつもの2倍! 乾燥した肌には「水」のクリーム

乾燥したお肌に必要なのは、「油」ではなく「水」。エマルジョンクリームは「水」が80%。乾燥が気になる冬こそ、水生まれのエマルジョンが活躍する季節。ジェルクリームを、さっとひと塗りすると、乾いた肌のすみずみまで保湿成分が届き、お肌が「ぶるぶる」と弾むようなハリと、みずみずしい潤いに、うるうる感が持続して、メイクのノリもキープ。しかも化粧水、乳液、美容液、クリームの機能を備える優れもの。洗顔したら、エマルジョンを塗るだけのシンプルケア。これ一つで、キメ細やかなツルツル肌を目指す。なんと今回は、じっくりと試してもらいたいから、いつもの2倍の6袋プレゼント一度試してみよう!

ココに注目! 先着100名にエマルジョン3g×6袋無料お試しプレゼント(送料別)。

電話相談など一切いたしませんのでご安心ください。無料お試しプレゼントは初回申し込みの方に限りさせていただきます(1つの住所につき1回まで)。

ココに注目! 修了生90万人の実績を誇るニチイでは、現場最新情報を講座に反映。学習サポートを充実!

今、求められている資格 ホームヘルパー2級講座の無料体験説明会開催

テレビCMでも馴染みのニチイが「ホームヘルパー2級講座」の無料体験説明会を開催する。ホームヘルパーは、幅広い年齢の女性に注目を浴びている人気の資格。説明会は現役スタッフによるミニレクチャー、実際に使われる福祉用具を使った体験も含まれ、とても充実した内容。また講座修了者で1年以上実務経験がある人は「介護職員基礎研修講座」で更新スキルアップを目指してみるのもいい。仕事だけじゃなく、家族のために介護の知識を学んでみよう。

●「ホームヘルパー2級講座」無料体験説明会日程
静岡駅前教室 12/17(金) 17(金)
静岡駅前教室 12/22(水)
清水駅前教室 1/9(日)
藤枝まじま教室 12/20(月) 1/8(土)
各教室とも時間は10:00~11:30
予約なしで参加可能



ココに注目! ライター自身もコレットのファン。カットした直後はもちろん、日を追うごとにニュアンスの変化が楽しみ、長持ちするスタイルが魅力。

ココに注目! 修了生90万人の実績を誇るニチイでは、現場最新情報を講座に反映。学習サポートを充実!



自分らしさに自信を持つ、オリジナリティーを感じる「私的スタイル」

奇抜なスタイルには抵抗があるけれど、みんなと同じにはなりたくない...それが乙女心。ナチュラルなテイストに、エッジやキュートさをプラスして自分の魅力をもっと引き出してみよう?建築学を学んだスタイリストが、頭の骨格や髪質に応じて立体的にカット。その人だけが持つニュアンスを上手に引き出してくれるから、日常の動きの中で、さり気ない色気や、可愛らしさが見られる。自分が気づいていない、隠れたチャームポイントが発見できるかも。新年に向けて、内に秘めた輝きを解放しよう!成人式のヘア&メイクの予約受付中。年末年始の休業はWebでチェックして。

ココに注目! ライター自身もコレットのファン。カットした直後はもちろん、日を追うごとにニュアンスの変化が楽しみ、長持ちするスタイルが魅力。

ココに注目! 修了生90万人の実績を誇るニチイでは、現場最新情報を講座に反映。学習サポートを充実!

ラジオ出演中の婚活カウンセラー、運命の出会いを的確にサポート

SBSラジオ番組「中村こずえのSmile for you」の1コーナー、「婚活」応援相談室に出演している人気カウンセラーの森永さん。ユーモアのあるコメントで、婚活の悩みを的確にアドバイスしてくれる。年間50組以上のカップルを成立させる実力者だ。そんな森永さんが所属する静岡県仲人協会では、近ごろ男性の相談者が増加傾向にある。仕事帰りに立ち寄って、気軽に悩みを相談していくそう。また息子の結婚を心配する両親の代理入会も多いとか。結婚したい気持ちがあるのに、職場やプライベートでの出会いがない。誰に相談したらよいか分からず、と悩んでいる人は案外周りに多いかも。大切なわが子の背中を、そっと押してあげるためにも、ご両親がキッカケ作りをしてみたいかが?森永さんが素敵な出会いのサポートしてくれるはず!



ココに注目! 次回のラジオ出演は12/21(火) 11:35ごろの予定。恋愛や対人関係にも通じる深い一言に、思わず「なるほど」と頷ける。

ココに注目! 修了生90万人の実績を誇るニチイでは、現場最新情報を講座に反映。学習サポートを充実!

取材協力/●女性特有のガンのサポートグループ オレンジティ TEL:090-7434-2002 ●ティール&ホワイトリボンプロジェクト TEL:03-5840-6072

gsk ClassGroupActive

ずーっとトモダチでいたい あの子に、まず知らせよう! 女

しきゅうのお知らせ 検索

子宮頸がんはワクチンと検診で予防できます

TOMIMATSU LADIES CLINIC

子どもを産み育てる役目を担う女性からだと、とてもデリケート…。それだけに、さまざまなトラブルも起こりがちです。気になる症状があったり、小さな不安を感じたら、お早めにご相談ください。当クリニックは、女性の皆さまの健康づくりをサポートいたします。

子宮がん検診について…

子宮がんには子宮頸がん(子宮の入り口のがん)と子宮体がん(子宮の奥のがん)があります。どちらのがんも、内診と細胞検査で発見できます。院長、富松光は日本臨床細胞学会認定細胞診専門医です。

子宮頸がんは予防可能ながんです!

子宮頸がんの原因は、高リスク型HPVウイルス(ヒトパピローマウイルス)であることがはっきりしました。そして、高リスク型HPVウイルスの感染を予防するのが「HPV 予防ワクチン(サーバリックス)」です。当クリニックではサーバリックスの接種、ご相談をお受けしています。

接種料金は、合計3回で、40,000円です(自費診療)。

各種ご相談は当クリニック併設インフォメーションスペース、OC-L(オーシーエル)でお受けしています。

OC-Lとは…

“Oral Contraceptives” 低用量ピルのOCに“Life”のしをプラスしたワード。Life Design DrugsであるOCで、女性特有の悩みから解放されよう! というコンセプトです。

OC(低用量ピル)は、一般的に「避妊薬」という印象があるようですが、実際に避妊目的で使用されている方はごくわずか。ほとんどの方は生理痛の改善や生理周期の改善、ニキビの治療が目的です。その他にも、OCにはさまざまな効果があります。富松レディースクリニックでは、より多くの女性にOCを利用していただきやすくするため、専用スペース「OC-L」を開設しています。また、「OC-L」では、女性達の健康への積極的な取り組み、静岡市のがん検診普及の向上に貢献すること、これも大きな目的です。お気軽にご相談ください!!

富松レディースクリニック

〒420-0801 静岡市葵区東千代田1-1-3 Tel.054-261-1730

OC-L予約専用 Tel.054-261-1116

http://www.tomimatsu-lc.jp

http://www.oc-l.jp

■診療科目
産科・婦人科・内科

■予約受付時間 月 火 水 木 金 土
午前8:00~11:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
午後2:00~6:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○

■休診日
火・木・土曜日午後 日曜日 祝日

今年流行のブーツが続々登場!

百貨店価格の靴がずりりと並ぶアウトレットショップの「クリムT」。必要なのは今年流行のブーツのラインナップ。例えばポアがとってもあったかい2wayポアブーツ(2,600円)は、皮がわりわり中からジュワッと旨味のジュースがしみ出る。野菜と一緒にココト煮込んだチキンのポトフ(2,800円)も、優しく心温まる味。またハンバーグ、パスタ、ナンゴレンなどのメイン1品と、チョイスできるデリ3品、サービストリック飲み放題で1,700円、デザート付2,000円のセットもお得。お土産には、手作りレップリングがおすすめ。人参や玉ネギがベースのほんのり酸味のあるビューレ。サラダはもちろん、肉や魚との相性もいい。まずは、店内でその美味しさを確かめてみて。

Shoes shop KLIMT (クリムT)

有名ブランドのデザイン・製造も手がけているから品質もお届け。思いがけない掘り出し物が見つかるかも!

Shoes shop KLIMT (クリムT)

静岡市清水区馬場2-13-4
TEL.054-282-2405(株式会社 矢沢)
営業日 毎週水曜・金曜、第1・3土曜
9:30~16:00 駐車場あり
http://klimt-shoes.com/(本店)
http://shop.klimt-shoes.com/(通販)
http://www.rakuten.co.jp/klimt-shoes/(楽天市場)

楽しい仲間と集いたい、ゆるやかな空気が漂うカフェのディナータイム

人気カフェAGATHAに新登場したディナーメニューは、みんなで分け合いたいボリュームな料理。国産チキンまるごと1匹を、じっくり焼き上げたローストチキン(2,600円)は、皮がわりわり中からジュワッと旨味のジュースがしみ出る。野菜と一緒にココト煮込んだチキンのポトフ(2,800円)も、優しく心温まる味。またハンバーグ、パスタ、ナンゴレンなどのメイン1品と、チョイスできるデリ3品、サービストリック飲み放題で1,700円、デザート付2,000円のセットもお得。お土産には、手作りレップリングがおすすめ。人参や玉ネギがベースのほんのり酸味のあるビューレ。サラダはもちろん、肉や魚との相性もいい。まずは、店内でその美味しさを確かめてみて。

ココに注目! ローストチキンとポトフは3日前までに予約、テイクアウトもOK。クリスマスのチキン料理にいかが?

Café&Bar AGATHA (アガサ)

静岡市清水区八坂北2-13-21 TEL.054-367-2306
11:30~15:00(LO14:00) 18:00~22:00(LO21:00)
月曜定休、日曜夜休み 駐車場あり

足の悩みに対応するプロ仕様のオーダーインソール

アステンで掲載するたび、大きな反響がある「足の悩み対応ショップ」フィットラボ。外反母趾、X脚、O脚、足の痛み、むくみ、肩こり、腰痛などの悩みなど、これらの原因は身体のバランスの崩れによる場合が多い。そこで注目を集めているのが完全フルオーダーのインソール。「インソールなんて市販のものでも良くない?」と思う人もいるかもしれないけれど、自分に合ったインソールを履くと歩き方が変わり、ヒザ痛予防や疲労軽減などの効果が期待できるそう。「子どもの頃から足の形は徐々に固まりつつあるので、少しでも気になることがあるなら、靴やインソールの見直しは早い方がいいですね」と話すのはオーナーの柳原さん。足の歪みは、歯の歪みなどと似て、バランスが崩れることで「力が入らない」「腰が痛い」といったこともある。なるべく早めに足の専門家に診てもらおうことをおすすめしたい。

子どもや若い女性こそ、足と体のバランスは大切

フィットラボではまず全身のバランスや軸のブレを測定。歩き方のクセ、重心のかり方を見上上で、その場で足型を取る。この高性能の足型成型マシンは案内に数回しかなく、一流アスリートも愛用するプロ仕様。スポーツ選手のココミから、今では足の悩みを持つ一般人の人も多くこの店を訪れているほどだ。取った足型を基に踵、土踏まずなど細かなパーツごとに張り合わせ、自分だけのインソールがその場で完成する。価格はインソールのみで15,000円前後と多少値は張るが、歩く姿勢や健康をサポートしてくれると思えば安いもの。スニーカーやローファーはもちろん、3cmぐらいのヒールのある靴にも対応しており、子供用もある。最新シューズなども入荷しているので、ぜひ一度相談してみよう。

FIT.LAB.(フィットラボ)

静岡市清水区宮加三19-1
エルヴァス102 TEL.054-336-8428
10:00~20:00 駐車場あり
水曜・第1水曜・第3日曜定休
http://www.fit-lab.com

ココに注目! 実はアステンの営業スタッフもこのインソールを使用。足が軽く、姿勢が良くなった感じ!



熟成するほどに美味しくなる
上等なツナ缶「オーシャンプリンセス」

清水港を母港とする、世界のセブが愛した帆船「オーシャンプリンセス」。その名を冠した「オーシャンプリンセス ホワイツナ」は、静岡で誕生したツナ缶の極み。気仙沼産水揚げの鮮度がよく、脂ののった一本夏びん長瓶のみを、サラッとしてココと旨味がある最高級の純美油についた贅沢な品。製造から時間が経つほど、鯖に油が染み込み熟成していく。まるで芳醇な味わいが増していくのが、この品の魅力。12月に新商品も登場した。イタリア産のエキストラバージンオリーブ油100%を使用した、風味豊かな逸品。幅広い価格のギフトセットが揃っているから、ちょっとしたプレゼントやお歳暮にも最適。地方発送も可能なため、遠方の人に静岡の味を送ってみたい？

清水の本店では、特別価格で購入可能。またギフトに喜ばれそうな、グルメ券なども揃う。

ココに注目!
清水の本店では、特別価格で購入可能。またギフトに喜ばれそうな、グルメ券なども揃う。

こだわりのグルメの専門店「ツキジフーズ」

●本店 静岡市清水区本町1-7
TEL:0120-285-530
FAX:054-352-6502
9:00~18:00 駐車場あり
土日祝定休(年内土曜日営業)
●静岡バルシェSSKプラザ店
(食器館2F) 9:00~20:00
ツキジフーズ

輝く明日のヒントを見つける!
静岡エネ・ecoセミナー&シンデレラ風水

私達の暮らしに欠かせないエネルギー「電気」。あたりまえのように使っているが意外に知らないことが多い。エネ・ecoセミナーでは、目からウロコの話がたくさん聞けるから、エネルギーや環境について考えるきっかけになるかも。さらに静岡では初!東京自由が丘にオフィスをかまえる人気の風水心理カウンセラー谷口合氏が「シンデレラ風水」をレクチャー。風水気学に心理学をプラスしたセオリーで、パートナーとのハッピーな関係や今よりもっと幸せになる方法などが学べる。バレンタインを前にこのチャンスを活かして!

開催日時 1/30(日) 13:30~16:00
会場 静岡音楽館AOI(静岡市葵区黒金町1-9)
対象 静岡県在住の女性(参加費無料)
【応募方法】
下記を記入の上、「静岡エネ・ecoセミナーA席」宛に郵便はがきFAXで申し込み
①郵便番号、住所(氏名、年齢)③電話番号
④参加人数(3名まで可、同僚者の氏名、年齢を記入)
【住所】〒420-8733 静岡市葵区本通2-4-1
中部電力静岡支店広報グループ
【FAX】054-251-6830
応募締切 12/20(月)必着
※応募多数の場合は抽選
※当選者には、開催日の2週間前までに招待状を送付。

ココに注目!
風水気学では、2/4が新年のスタートだそう。年の初めに幸運のヒントをつかもう!

中部電力株式会社静岡支店
総務部 広報グループ
TEL:054-273-9004 9:00~12:00 13:00~17:00
土日祝定休(12/29~1/3まで休み)



冬の味覚とともに味わう、
季節限定のお茶

訪れる季節に合わせて、特徴のあるお茶を提供している竹茗堂。一年を締めくくる冬のお茶は、その名も「寒月仕上げ」。昔ながらの炭火入れによって仕上げ、昔の職人が真冬用としていたものを再現している。火入れが強いので香りが際立ち、味の濃いこってりとした冬料理にも負けない。口の中をさらりと清めてくれるお茶だ。贈答用にも適したパッケージなので、冬の挨拶の品にも喜ばれそう。また好きな茶葉を詰められる愛らしいサンタクロースの缶も販売中。色は赤と緑の2色、40gのミニ缶と100g入りがあり、クリスマスプレゼントにぴったり。寒い冬には、感謝の気持ちを添えて、ほっと温まるお茶を贈ろう。

寒月仕上げ
【FAX】054-251-6830
180g梅柄和紙缶入 3,150円(写真)
80g化粧包装×2袋 2,100円
80g化粧包装 1,050円

ココに注目!
寒月仕上げのほかにも、冬にしか味わえないお茶がいろいろ揃っている。ほっと和むお気に入りを見つけてみよう!

竹茗堂(ちくめいどう) 静岡本店
静岡市葵区黒金町2-4-3
TEL:054-254-8888 / FAX:054-254-8889
9:00~19:30 無休

こうなりたい!
今旬ヘアスタイル
カタログ



ふんわり揺れる、
やわらかボブスタイル

トップにボリュームを持たせ、毛先は緩やかなカールを加えた愛らしいボブスタイル。赤みを抑えたブラウン系のカラーが、いっそう柔らかさを引き立てる。定番のボブにニュアンスの出るパーマとカラーをプラスしただけで、いつもとはちょっと違うふんわりヘアのできあがり。甘く入り過ぎず、大人の可愛らしさを演出できる。重みのある冬ファッションとも相性抜群!

【フリーチョイスキャンペーン】 12/4~12/25
カット、パーマ、カラー、シャンプー、トリートメント、スタイリングのうちいくつ選んでも12,600円。
(クニックパーマの場合+1,000円)
※ストレートパーマを含む場合15,750円
(縮毛矯正は対象外)
※カット料金は別途
合言葉「アステン見たよ」を忘れず!

S&F美容室
アビタ店 054-202-1380 大坪店 054-202-2141
豊田店 054-287-1936 瀬名店 054-263-0341
千代田店 054-263-9464 松宮店 054-254-4333
焼津店 054-620-1741 S&F美容室

「食材の王国」から「食の都」へ!を合い言葉に、静岡県が展開する「ふじのくに食文化創造講座」。今回、その講師として来静した料理家・栗原はるみさんは、そのレシピだけでなく、ライフスタイルまですべてが女性たちの憧れの存在。そんな栗原さんに、アステンが直撃インタビュー。飾らない素顔と、料理や家族に対する思いについて聞いてきました。

※下田時代はどのように売ったのでしょうか。
本館に目立たない子どもでもした。すごく勉強をしたわけでもなかった。結婚したら専業主婦で、決めていました。父も私を外に出さずとしないタイプ。お嫁に行くなら下田で、できれば身寄りのない人(笑)。だから、私が主人(栗原玲児さん)と結婚するときは家の中でも居場所がなくなってしまいうらい大反対でした。お子さんがもし結婚したいと言ったら、あんまり反対したらダメですよ。私もあそこまで反対されなかったら結婚してなかったかもしれません(笑)。

※女性たちが憧れるその
ライフスタイルの裏地はどこから?

母の影響が強いと思います。真面目で、家庭のことをきちんとする。それを見て育ったから、主婦というものはそういうもの、という思いがありました。だから夫が帰る前にお風呂を沸かして、食事を用意する。仕事をするなら家事をきちんとやってからという思いは今でも揺るぎません。私の作る料理も、母から学んだことが多かったと思います。それから、静岡は食材の宝庫。例えば、日本料理といえば醤油とおさげ。そのわさびは静岡県がトップです。それ以外にも、静岡は農産物や水産物の品目はトップクラス。しかも高品質。今回も、県内の生産者に直接お話を伺って、あらためてその素晴らしさを実感しました。そういう環境で育ったということも影響しているのだと思います。
※料理の道には、どのように入られたのでしょうか。
結婚して子どもが小さい間ははずと専

業主婦をしていました。でもある日、主人から「僕を待たないでほしい。あなたはあなたの世界を作りなさい」と言われたんです。そのときはすごくショックだったのですが、いま振り返ってみると、やはり背中を押してくれた彼に感謝しなければなりません。それで、36歳のときに、料理番組の裏方の仕事を始め、それがきっかけで、雑誌の仕事をしていただくようになりました。でも、今でも主軸は家庭。私の本で紹介する料理は、必ず家族がおいしい

※料理のアイディアは、
いつも冷蔵庫と冷凍庫をチェックして、そこから何が出来るかを考えます。トンカツが日によっては脇役になることもありますし、小さな海老をまとめて卵と小麦粉をのり状にしてつけ、それらにパン粉をつけて揚げれば、ごちそうになります。残りものから工夫って生まれるんですよ。

と書いたものだけなんです。ただ、家庭料理は分量を気にしないでつくっているの、それをレシピ用にきっちり分量出すのは大変。本当に納得する分量が決まるまで、何十回と試作を繰り返します。私の本を見て料理しておいしいと思わなければ、その方は二度と私の本を買ってくれないと思います。
※今は海外でも引っ張りだこ。海外に行つて影響を受けたことは、日本料理は、日本の調味料がないと作れないと思っていたんです。でも、そ

なことないですね。日本料理は醤油さえあればできます。それは海外に行つて気がきました。酢はなくてもレモンやオレンジで酢の物は作れるし、ワインビネガーでキュウリのたたきを作ることもできる。これは発見でしたね。
※目標やこれからやってみたいことは、今、キッズサーバーというプロジェクトに参加してボランティアをやっています。子どもたちに料理を教えた、一緒に田植えをしたり。そういった活動は続けていきたいと思っています。

※アステン読者にメッセージを。
私自身は夢を持って料理家になったわけではなく、志を持っていたらもっと進めたかもしれないと思うときもあります。だから夢を持ってほしい。それが専業主婦を全うするということが、いいと思うんです。職業を持つことが一番だとは思っていませんから、とにかく一度しかない人生、悔いのないように過ごしてほしいですね。



撮影協力:ホテルセンチュリー静岡

PROFILE 1947年下田市生まれ。73年栗原玲児氏と結婚。料理番組の裏方を経て、92年「ごちそうさまが、きたくて。」発行、ミリオンセラーとなる。94年「ゆりの空間」を設立し、雑誌販売などを手がける。2005年第10回グルメ世界料理本賞グランプリを受賞。06年季刊誌「haru_mi」創刊。07年からは「Your Japanese Kitchen」(NHKワールドテレビ)などのTV番組に出演し、活躍の場をますます広げている。

知って得する!
生活のプロがサポートする人生設計

「自分に合う保険が分からない」、「結婚や出産で、保険を見直したい」など、保険について悩む人も多いのでは。今年9月にオープンしたSun&Sun総合保険事務所静岡葵タワー店では、ファイナンシャルプランナーなどの資格を持つ人生設計のプロ集団が無料で相談に応じてくれる。生命保険など様々な保険についての疑問や悩みを聞いてくれるのはもちろん、収入やライフスタイルに合わせて、分かりやすく丁寧にアドバイスしてくれる。「知って!納得!」の情報が満載で、生活にすぐに役立つから嬉しい。葵タワーの1階にあるので、ショッピングやお出かけの時に、気軽に立ち寄ってみてはいかが。



ココに注目!
予約優先なので、まずは気軽に電話で予約して、Webも合わせてチェック。

(募集代理店)
Sun&Sun総合保険事務所
静岡葵タワー店
静岡市葵区組屋町17-1
葵タワー1F
☎0800-200-5033
TEL:054-266-3336
10:00~20:00 水曜定休
http://sun-hoken.com
さんさん銀行

シングルが一番心地いい
毎日が楽しくなる生活

今月のasten×HINOKI CRAFT
ヒノキクラフト通信

Vol.15



お母さんも使いたくなる
一生モノのヒノキの学習机

シンプルな無垢の学習机は、成長してもずっと飽きずに使えると人気。リビングや階段フロアなどに置いても違和感なく馴染む。ヒノキクラフトでは今年から3月いっぱいまで学習机の全シリーズを一挙に展示。写真の「Siデスク」や、学校と同じサイズのコンパクトな机まで実際に見られる。組み合わせも自由で、好きなアイテムを予算に応じて買い足していける。ハイシーズンの2~3月に入ると売り切れや予約待ちなどで込み合うため、学習机選びは今がおすすめ。休日、家族でじっくり検討してみませんか?

※Siデスク(Mサイズ)
49,350円(写真上の椅子、クゴ、上置きセットは135,025円)
HINOKI CRAFT(ヒノキクラフト)
静岡市葵区常盤町2-4-5 101
(青葉公園通り沿い、青葉交番斜め裏)
TEL:054-274-1800 火曜定休 10:00~18:00
http://hinokicraft.jp(ショップの場所はHPで確認)



美容のカリスマ田中久子氏がプロデュースする「造顔サロン」

最近、女性雑誌やメディアで目にする「造顔トリートメント」とは、芸能人にも多くのファンを持つ美容家、田中久子氏が考案した美容法。顔の筋肉に、話し、食べたり、何気ない表情を造るために、昼夜を問わず複雑に動き続けている。だから、気づかないうちにそれをためているかも。そんな顔使されたら顔の筋肉に蓄積したのが、造顔トリートメント。「イタ気持ちいい」と感じる適度な圧力で、コリを刺激する。表情が和らぐことで、ハリのある若々しい印象へと導くという。施術するスタッフは、静岡でフェイシャルケア専門店として16年のキャリアを持つ「サロンド・ナチュール」のトップエステティシャンたち。熟練の指先が、絶妙なテクニックを披露してくれる。疲れた表情がリフレッシュできたら、見た目年齢も変わるかも!話題のこの美容法を、いち早く体験してみよう。

60分コース9,450円(当店人気No1コース)
45分コース7,350円

ココに注目!
「初めて造顔トリートメントを受けたときは、感動しました」とエステティシャン歴の長いスタッフも、自らの体験から自信を持っておすすめできるコースだと語る。

造顔専門サロン
ナチュールII
静岡市葵区車町21
パールメンビル102
フリーダイヤル0120-74-3705
TEL:054-273-3705
月~土曜10:30~20:30
日曜10:30~18:30 火曜定休
(駐車場を利用の場合は予約時に伝えて)

結婚するならウインクル

極上の思い出を作るなら
ハワイウエディングがおすすめ!



EVENT INFORMATION

ハワイ・グアム・沖縄・伊豆 リゾート挙式相談会
ハワイ・グアム・沖縄・伊豆など、海外・国内のリゾートウエディングをご紹介。ご予算やご相談なども、スタッフがご案内します。
12月18日・29日(※当日は)

憧れのハワイウエディングを叶えた私たち。現地のスタッフはとて親切で、挙式とビーチ撮影とでヘアスタイルをチェンジしたいという私たちのワガママを叶えてくれたほか、メイクの仕上がりもすごく素敵で感激しました。そしてドレスは何回も試着し、約1年かけてめぐり逢えた大満足の一着。歴史ある教会で行う素敵な挙式はもちろん、遊びや買い物も楽しめて一生の思い出を作ることができました。ウインクルを利用して良かったです。

スグ婚相談会 忙しいおふたりにおすすめ!
情報収集や会場見学など、スムーズにナビゲートします。妊婦様にも負担をかけることなく準備を進めていただくことができます。
12月4日・5日・11日・12日
①会場の空き状況がすぐにご確認いただけます。
②マタニティのり限定の特別プランもご案内。
③ラビアンローゼのドレスルームをご用意。豊富な衣装の中からご試着いただけます!

結婚に関することならお気軽にご相談ください!
Wind HAPPY VOICE
ハワイ最高一歩
景色も良いし、
充実した遊びと
思い出が楽しめます!
結婚式場案内&プロデュース
ウインクル
054-652-1115
静岡市葵区新通1-4-22
【平日】11:00~19:00 【土日祝】10:00~19:00
火曜定休/駐車場完備

しずおかキッチン

クリスマスの大定番、バリバリ皮とじっくりジューシーなお肉のローストチキン。小さなひな鳥を使えば、家でも作れる時短メニューに変身。たっぷりキノコのソースも添えて、聖夜にぴったりの華やかさ。今年ぜひホームメイドにチャレンジ!

材料 4人分
ひな鳥:1羽(骨付きもも肉4本でも可)/オリーブオイル:適量/にんにく:1-2片/ローズマリー:2枝
キノコ3種ほど:1パックずつ/ジャガイモ(ゆでて乱切り、あればインカのめざめを使用):1個
白ワイン:30cc/マデラ酒:30cc(なければ甘口の白ワインで可)/チキンブイヨン:100cc
生クリーム:100cc/バター:20g/塩・コショウ:少々



今月の先生
内之倉 明 Akira Uchinokura
レストランヴォーシェール シェフ
「お店のような大きなローストチキンは家で焼くのが大変ですが、小さなひな鳥なら部位の火の通り方などに気をつけなくても大丈夫。ひな鳥は、精肉店などの専門店に扱っているのでぜひ探してみてください。「ジャガイモの代わりに蒟蒻を使うとさらに豪華です」。キノコのフリカッセ(生クリーム炒め)も、覚えておくと汎用性の高い一品。
tel:054-273-5250

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。

asterisk 10 アステン

vol.62
【配布エリア】●静岡新聞朝刊に折込
静岡市、藤枝市、焼津市、島田市、牧之原市、吉田町、川根町
【2010.12.4】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
asten@shizushin.com
http://www.asten.jp
静岡新聞購読のお申し込みは
☎0120-89-4311
*次回(2011年1月1日発行)は「チャレンジ」特集

黄金色の幸せチキン

(ローストチキン~ローズマリーの香りときのこソースで~)

- ① **ロースト中に、皮にオイルを回しかけてパリッと仕上げて!**
チキンにしっかりと塩・コショウをして下味をする。皮つきにんにくとローズマリーを鍋に入れ、オリーブオイルを入れて熱する。香りが立ってきたらチキンを入れ、表面にこんがり焼き目がつくまで転がしながら中火で焼く。
- ② チキンに焼き目がついたら火を止め、ローズマリーは取り出し、ニンニクはチキンの腹の中に入れる。鍋のまま170℃のオーブンで約15分ローストする。途中で3回ほど、チキンの上にオイルをかけ、皮をパリッと焼く。
- ③ ②のチキンが焼けたら鍋から取りだし、鍋の余分な脂を取り除く。同じ鍋にバターを熱し、きのこをソテー。ゆでたジャガイモと、塩・コショウ・白ワイン・マデラ酒を入れ煮詰める。アルコールが飛んだらチキンブイヨン・生クリームも加え、軽く煮込み、ほどよく濃度がいたらソースが完成。皿にチキンを盛りつけ、周りにきのこソースを盛りつけて、出来上がり!



表紙: 今月のキラリ
【レザアイルランドのベルト】
各8,400円・9,975円(刺繍入)
問い合わせ: ルナティコ
tel:054-345-6224

12/14(日)まで
10%OFF!

asten enquête

アンケートの答え・お名前・年齢・職業・住所・電話番号・既婚か未婚を明記して、はがき・FAX・Eメールのいずれかでお送りください。

〒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

2010年12月17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12月下旬にお届けします。

- アンケートにお答えくださった方の中から抽選で下記の賞品をプレゼントします。
- 01 5名様
ご希望の賞品番号・賞品名は?
 - 02 アステン12月号を見てから「実際にいったお店」と「行った感想」を教えてください。
 - 03 おすすめのタルトがあるお店を教えてください。
 - 04 アステンへのご意見・ご感想をお聞かせください。

01 5名様
アスティ券3,000円分 [アスティ静岡]

02 3名様
バルディビエソ(スパークリングワイン) [ワインショップモチツキ]

03 3名様
清水エスパルス・藤井健介選手サイン色紙 [エスパルス]

04 5名様
焼きドーナツ「にゃんこのしっぽ」7本入り引き換え券 [丸又]

05 10名様
しずおか美味二選 静岡おでん＆チーズもつカレー [Japanese-ism 遊心]

プレゼント賞品はクロネコヤマトが12月下旬にお届けします ヤマト運輸

オーストラリア大地の恵み
純木ユーカリ ECOWOOD
すべて自由な設計
オリジナルデザイン

【ユーカリ木製品のお手入れ方法】
デッキブラシやタワシ(できれば植物性のもの)で洗い流してください。油性の汚れは石けんで汚れを落としてから洗い流します。
※10年経過した木地を洗浄し、市販のカラーステインを研削(サンディング)せず、着色木地にそのまま塗布するだけでもきれいに仕上がります▼

10年経過したユーカリ材
カラーステイン塗布
カラーステイン塗布

【お問合せ & 資料請求先】エコウッド景観協同組合 事務局(株)くらた ☎054-278-5107
◆営業時間 平日 8:00~17:00 ※土日は事前に要連絡
◆本社 & 展示場 静岡市葵区慈恵尾 227 の3
詳しい情報はこちらをご覧ください→
検索ワード ユーカリ くらた
http://www.ecowood.or.jp

清水銀行
www.shimizubank.co.jp/

スーパー定期 1年 2年 3年 もの
+ 10年 0.1%
お取り扱い予定総額 200億円

期間中、キャンペーン定期(期間1年・2年・3年もの、自動継続扱い、元金式または利払式)を新規に10万円以上お預入れいただく、お預入れ時のスーパー定期の店頭表示利率に年0.1%金利上乗せ!

※金利上乗せ期間は、お預入れ時から初回満期日までの当初預入期間のみとさせていただきます。

今回は Wチャンス!
抽選で素敵な賞品をプレゼント!

1等 30本 JCBギフトカード
2等 50本 JCBギフトカード
3等 200本 グルメギフト 5,000円相当
ハッピー賞 800本 おこめ券 2,000円相当

しみず 冬CAN!
good winter
2010 12/10 ~ 2011 1/31

お問い合せは、お近くの(しみず)の窓口
または(しみず)コールセンターまで ☎0120-0-43289 [受付時間] 銀行営業日 9:00~17:00