

asterisk ten
10

アステレン

2012年9月号
vol.83



asten people
竹田 純

アステレン meets ぐるぐる
うどん・そば



今月の★キラリ

どこから見てもマッチ箱。
ただ、これは紙ではなく磁器の作品。
そして本当に火をつけることが出来る。
アクセサリー入れにしてもコロンとして可愛い。
作者は静岡市で作陶している赤堀友美さん。
その昔、マッチ箱にひかれて、
コレクションしていたことがあるという。
火をつける小さな道具。
子どもの頃はポッと灯る炎の不思議が面白かった。
大人になると、火のような寂しさや、
恋する気持ちを覚えていく。
火があるから人間だし、オンナ。

撮影協力/赤堀友美さん <http://www2.odn.ne.jp/ceramicart/>



特集

10年後も、 私らしい家。

何から始める? 賢い家づくり
“安心”がキーワード 賢い住宅ローンの選び方

お出かけグルメ

すくすくボード

こだわりSELECTION

新しい発想の家づくりに注目!

しずおかキッチン

秋ナスの翠ロール

5

毎月第一土曜日発行
静岡新聞 広告特集

〈静岡呉服町〉宝石と真珠の専門店 ルシル-K

ずっと前から 欲しかったんです。



ルシル K 創業 15 周年企画

黒真珠3点セット

限定
10
セット

- ・タヒチ黒真珠 念珠
- ・念珠ケース
- ・タヒチ黒真珠ネックレス

タヒチ黒真珠 ネックレス (8.0~10.0mm)
当店通常価格 198,000 円の品

本数限定販売価格 **99,800 円** (税込)

～真珠の選び方～

真珠のことならお任せください!!

真珠は1本1本同じ物はありません。同じお価格帯でもキズやチリや色目
が違います。
また人も体格やお肌の色や使用用途などが違いますので、実際にご来店
いただき、1本1本試着し自分の目で見て一番ひかれるものをおすすめ
いたします。
ルシル K では、真珠の専門店としてお客様に本当に良い品を、納得して
お求めいただくご提案をさせていただきます。お気軽にお立ち寄りください。

▼ご注文は今すぐお電話で!

☎054-221-1556

静岡 真珠

検索

静岡市葵区呉服町2丁目7-16

営業時間 / 10:00 ~ 19:30

GCA宝飾鑑定士 宝飾鑑別器具設置店



神秘的楽園 タヒチへ

真珠専門メーカーさんが私たちに代表して
黒真珠の産地・タヒチへお出かけ
直接仕入れに行きました。
円高の時に、現金で買付けたため
高品質のタヒチパールを夢の価格で
お届けすることが実現しました。





満足のいく家は、
三度建てて実現する、といわれる。
住んで初めて気づくこと、
時間とともに変わるライフスタイル、
それほどに、家づくりは難しい、ということ。
私にとって、今日も明日も心地よくいられる
「私らしい家」って何だろう？

10年後も、私らしい家。



未来に向け「長く住む」時代。

ほとんどの人にとって、家は一生で最も大きな買い物になるはずだ。ただ、その家に2代3代と住もうと考える人は、どれくらいいるだろう。
「日本の一般住宅の耐用年数は約25~30年でしょうか」そう教えてくれたのは、アクトホーム一級建築士の齋藤光哲さん。アメリカは55年、ヨーロッパだと77年ほどというから、その寿命は意外なほど短い。

理由として、日本の気候風土が高湿多湿であること。また、冷暖房等で内・外気に温度差ができ、壁の内側に結露が発生しやすい。そのため柱の脚元や土台が腐食し、家の寿命が縮むことが挙げられる。
そして「欧米より日本人は新しいものを良しとする気質ですよ」と齋藤さん。「20年ぐら経ってあちこち傷んでくると、古いところだけ直すなら全部新調した方がいい、と考える人が多いのでは」。傷んだら取り壊す。手狭になれば建て替える。ひと昔前はそんな

「スクラップ&ビルド」全盛期だった。しかし今「あるものを長く使う」、いわゆる持続可能な方向へと転換している。「温暖化防止やCO₂削減などエコロジーの観点から、限られた資源を大切にし廃棄物を減らそうという動きが盛んです。日本でも1つの家に長く住み続けることを推奨すべく、2009年「長期優良住宅普及促進法」が施行されました。今や新築住宅の約3分の1は、長期優良住宅仕様です」（齋藤さん）
ライフスタイルの変化に対応でき、長く住まえる家。理想ではあるけれど、

ど、そのためには何が必要なのだろう。齋藤さんいわく「第一に、地震や台風に負けない躯体です」。
建物の外皮となる部分が頑丈で、省エネ性の高い構造なら、ライフスタイルの変化に合わせて内部に手を加え、住み続けられる。それがスケルトン&インフィル住宅でありサステナブルハウス。「年月を経ても価値が持続し、同じ土地で何代も住み続けられる家」。
理想を描いて建てる家が、次の世代にその思いを受け継いで「大切な場所」であり続ける。そのための体制は整っている。

長期優良住宅

劣化対策、耐震性、省エネルギー性等を、次代へ向けて家をできるだけ長く保つために推奨される住宅。「技術基準」を満たし、申請し、行政の認定を受けることで優遇税制等が受けられる。



「今」までと「これから」が重なる家。

今ある住宅に手を加えて、住み継ぐ決心をした人もいます。
静岡市葵区の河村篤哉さん一家は、小学生の長男を筆頭に二男一女の5人家族。そろそろマイホームを…と検討していたとき、インターネットである中古物件が目があった。軽い気持ちで見学に足を運んだところ、その場ではほお持ちが固まってしまうほど、魅力を感じたという。築28年のその家には、河村さん一家が求めていた要素がすでに整っていたからだ。
河村さんの実家から近く、通勤や通学に便利な立地。子供3人を育てるのに十分な部屋数。吹き抜けのある玄関や

特なデザインの出窓。収納も充実していた。「私はピアノを弾くのですが、ピアノ室まであったんです。直感で、ここなら私たちが思い描いている暮らしができるんじゃないか、と」妻の千晶さん。
河村さんが強く望んだのは「家族みんなで過ごせる広いリビング」。2×4のため、間取りが変えられないという制限があったものの、構造上問題ないダイニングキッチンを取り扱うことで広々としたリビングが実現した。床や壁を無垢材に。壁に向けていたキッチンを対面キッチンに。ガラスをペアガラスにしたり、改めて防虫処理を施すなど、中古住宅ならではの施工もあったが、結果的に「今ある良さ」を残しつつ「木のぬくもろふれる家」へ生まれ変わった。河村さん一家が子供たちと暮らし続けていく家として、この家は再スタートを切ったのだ。



直して住まう選択。長く住む

河村さん宅の改築=リノベーションを手がけた福工房リフォーム事業部の吉畑典仁さんは、リノベーションがこれからも注目されると感じている。静岡でも20~30年前に建てられ、比較的いい状態で空き家になっているケースがある。さらに、河村さん一家のように立地や予算を考えた上で、あえてリノベーションによってオリジナリティある家を、と考える人が若い世代を中心に増えているという。
リノベーションのメリットは、新築に比べて比較的予算が抑えられること。そして今ある物件を生かしたプランが可能であること。もちろん耐震

省エネをキーワードに「薪ストーブユーザー」急増中!

薪ストーブ キッキングも充実
週末ユーザー 増えてます
休日の思い出は家の中でも作れる身近なレジャー

親子で一緒に作るちよっと特別な料理は子供の自慢に

子供たちのお城「家の中」に楽しみを

薪ストーブ専門店 FireLife

http://www.firelife.jp
ファイヤーライフ 静岡
〒424-0043 静岡県静岡市清水区永楽町14-18
TEL 054-365-4355 AM9:00~PM6:30 水・木曜日定休

木の家の工務店福工房のリフォーム部
ふくこぼリフォーム

CASE 1
古くなった和室を洋室に。ヒノキの床と塗り壁の効果で四季を通して快適に過ごせます。

私たちの使命は、「家づくりを通して、出会った人を幸せにする」。だから、新築だけでなく、その後の修繕やリフォームも大切な仕事です。「職人の手仕事」「木を使うこと」「適正価格」「家守り」私たちはこういった価値を大切にしながら、リフォームのご提案をさせていただいています。小工事から、設備の交換、リノベーションまでお気軽にお申し付けください。

お問合せ・お見積りはこちらまで
TEL.054-260-7743

福工房静岡店
ふくこぼリフォームショールーム
木の家の体験工房
静岡市駿河区下川原6-26-8
福工房 検索
http://fukukobo-shizuoka.net

あなたを夢を、こいっしょに。
PanaHome
太陽光をかしこく活かす
スマート・パナホーム誕生キャンペーン

1kW=42円
10年間固定
(平成24年7月2日)

1,200万円でご提供。
【特別価格/1,142.8万円】(税込)

総タイル貼・フリープラン 建物本体価格
光触媒タイル「キラテック」と、「太陽光発電システム3kW+ハウスマイルナビ」を装備したスマート・パナホームをフリープランの特別価格でご提供する静岡県下限定「1棟」の特別企画。

お申込み期間 平成24年9月17日(祝・月)まで
抽選日/平成24年9月20日(木)

① お近くのパナホーム展示場
② ホームページ(仮申込) www.panasizu.co.jp/

いずれかで申し込みください。

Wチャンス スマートモニター募集! 最大30機

株式会社パナホーム静岡 中部営業部 TEL.054-201-1855
静岡展示場 静岡市駿河区奥町1-1 TEL.054-201-1855 | 榛南展示場 榛南町古田町1-1 TEL.0548-33-0501

補強が必要だったり、基礎や配管を大幅に直さなければいけない物件もあるが「水回りの配管をそのまま、キッチンだけ、あるいはトイレだけ変えるといったリフォーム用のアイテムも充実しています。最新のものと今あるものを上手に組み合わせる。それが、これからの時代の家づくりではないでしょうか」

そして新築でもリノベーションでも、建てて終わり、直して完了にはしないでほしい、と古畑さんは話す。「家は建てた時がスタートライン。日々の手入れをきちんとすることで、確実に長持ちします。苦にならず楽しんで

けられるお手入れをおすすめしています。例えばウッドデッキや床の塗装を、年に一度の家族のイベントにするのもいいですね」

外国の映画にある、家の壁にペンキを塗るワンシーン。あんなふうに、家の傷みががっかりするのではなく、今度はどんな色にしようかと、わくわくする気持ちを家に向けた。年月とともに「わが家色」に塗り替えていけるなら、この家での暮らしは10年先も楽しみにになる。



家の寿命をのばす一番の「特効薬」は日常のちょっとした習慣なのかも。「いつもきれいに整えている家の方が長持ちするような気がします」。そう話すのは二級建築士でインテリアコーディネーターの近藤佳世子さん。家を保つためのポイントを開いた。

外壁 外壁は、塗り壁かサイディングで好みは分かれますが、サイディングの場合、結合部分から劣化するので、ひび割れなどを起こす前に洗浄・修理すると持ちが全然違います。

玄関 明るい南向きの玄関を希望する方は多いのですが、無垢材のドアは、日光や雨で変色したり歪んだりすることがあります。直接日が当たらないよう向きを変えるなど配慮が必要。



床材 温かみのある無垢材は人気。少々の傷は削ればきれいになるし、長持ちします。ただ、定期的な塗装が必要で、木目がそろっていないのが嫌だったりする人にはおすすめしません。天然素材の性質を知った上で、大切に育てていただきたいですね。

自然と家族が集う、火の存在感。



リノベーションでも新築でも「家族が顔を合わせられるリビング」を望む家族が増えているという。静岡市駿河区のKさんは、家の新築に合わせて、リビングに薪ストーブをつけた。冬に家全体を暖めるのはもちろん、友人を招いてピザを焼いたりリコトコト遠慮なく料理を作ったり、何より、やわらかい火のぬくもりに包まれるように、自然と家族が集まるようになった。「テレビを消して、火が燃えるパチパチという音を聞きながら会話やお酒を楽しむように自然と思っています」とKさん。薪を割ったりすすを拭いたりといったプロセスも楽しんでる様子。

この前にあれば自然と心が通う。家族が集うリビングに、薪ストーブはそんな効果をもたらしてくれるのかもしれない。

収納 その収納は本当に必要ですか？使わないものを入れるスペースには、自然と足が遠のくもの。例えば、見える棚に自然と物が収まるような収納を作ること、余分なものを持ち込まない暮らしになります。

サッシ 最近ではサッシやガラスの種類も豊富。遮熱や低放射など高機能のものを選べば、外気温の変化から家を守り、全体のコンディションを一定に保てます。

洗面台、キッチン 水回りは特に傷みやすい場所。洗面台についている蛇口のシャワーホースも、ものにもよりますが7~8年で交換が必要になります。ここを小まめに手入れしていないと、見えないうちに水漏れを起こしていたというケースも。

「住む人の性格やライフサイクルで、家かけられる労力も違います。自分たちがどこまで手をかけられるかを考えて、素材を選びたいですね。家を長く保つには受け身はNG。物の寿命を知って、日頃から苦にならない程度に手入れをすることで「わが家が自慢」をキープしてください」(近藤さん)

プロに聞く！ 次世代へ長く住み続けるための家づくり ONE POINT アドバイス

これから家を建てようと考えているあなたへ

「家守り」ができる住宅会社選びを

福工房 店長 古畑 典仁さん

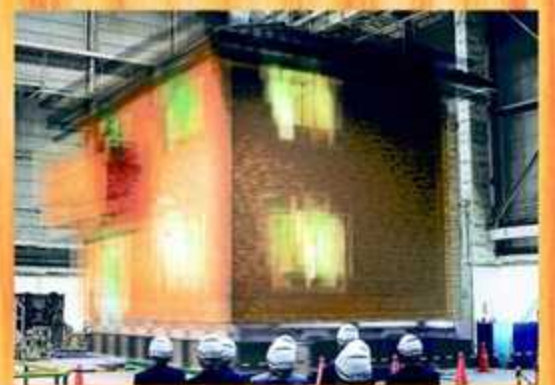
子育て時代に家を建てても、長く住まう中で動線や部屋の役割などは変化していきます。その変化に対応できるよう、躯体をしっかりと作り、そして定期的に点検とメンテナンスができる会社を選ぶことが大切になります。日本の歴史的な建築物に代表されるように、しっかり手を入れていけば、木造住宅は何百年もの耐久性があるのです。また、将来の取り替えへの対応を考えると、耐力壁を外周にバランス良く配置した、「スケルトン&インフィル」の構造がお勧めです。子どもの独立で空き部屋となった部屋を趣味のアトリエにしたり、介護に対応できるように和室を洋室にしたり、適宜手を入れながら「住まうこと」を楽しんでいきたいですね。



災害から大切な家族を守る家づくりを

パナホーム静岡 設計課長(一級建築士) 松本 英利さん

これからの住まいに求められるのは、どんな時も家族と資産を守る強さを持っていることだと思います。たとえば、パナホームの耐震構造「パワテック」は、繰り返し発生する大地震に備え、実験を重ねてきた独自の鉄骨構造で、地震の発生時はもちろん、太陽光発電による非常用電源や食器類の飛び出しを防ぐ耐震ロックなど地震後の暮らしにも配慮した機能を備えています。一生に一度のマイホームですから、良いものを長く大切に受け継ぎ、かけがえない家族の暮らしをしっかりと支えられる家づくりを実現させてもらいたいですね。



可変空間と自然エネルギー利用の住まい

アクトホーム 代表取締役社長(一級建築士) 齋藤 光哲さん



従来の日本住宅は夏の暑さ、冬の寒さをしのぐのに部屋毎に仕切って、暖冷房するのが一般的でした。仕切り壁の多い間取りは便利部分もありますが、改築などに柔軟に対応できないというデメリットもありました。そこで、最近ではライフスタイルの変化にも対応できるSI住宅(構造体と内装・設備等を分離した可変空間の住まい)が注目されています。また、将来的にエネルギー問題も視野に入れた家づくりがますますクローズアップされるようになるでしょう。長期優良住宅のさらに先を見すえた「パッシブデザインハウス」、エアコンのみに頼らず、自然エネルギーをうまく利用し、地球にも住む人にも優しい家、それが本当の意味での「長く住み続けられる家」なのかもしれません。

求められる住宅の省エネ化と断熱性能

大成住宅 専務取締役 望月 久雄さん



3.11震災以降のエネルギー問題が家造りの重要なテーマになってきています。これからの住宅には、住宅の省エネ化と断熱性能が求められています。国土交通省が発表した地球温暖化対策基本法案ロードマップには住宅の省エネ性能の要求品質と年表が示されています。住宅の省エネ化と断熱性能と言われたと分りにくいと思えますが、一口で言えば、家庭で使う光熱費をいかに安くするという性能です。住宅の性能として必要なのは「毎月の光熱費が安い家」「長く住み続ける家」ということになります。大成住宅でも、こうした時代背景に対応した「エコモア」という商品を販売し、なるべくエネルギーを使わない家づくりのノウハウを提供しています。

取材・撮影協力 / アクトホーム TEL.0547-45-3101 福工房 TEL.054-631-5878 ファイヤーライフ静岡 TEL.054-365-4355 カラフルホームスタイル TEL.054-266-5886 大成住宅 TEL.054-254-7471 パナホーム静岡 TEL.054-201-1855

しずもて Style × CENTURY SHIZUOKA

カクテル & パスタメニュー

プレミアム試食会 応募受付開始!

9/30 SUN 18:30~20:30 参加費 ¥3,500

AYUMI & YUI 第2弾

私たちがプロデュース

実りの秋! しずもて女子セット ¥3,500(税込)

販売期間 10/5 fri ~ 11/25 sun

心奪われる上質な食卓

Email

054-289-6414 (直通)

新しい発想の家づくりに注目!

「太陽と暮らす未来の家」びおハウス エコプロジェクト 建築主/募集開始!

アクトホームは島田で創業105年を迎える地元密着型の工務店。良質な大井川の杉・松と、施工の品質にこだわり、住む人の健康や環境にも配慮したパッシブデザインハウスを建てている。特に注目なのはエコプロジェクトとして動き出した「びおハウス」。この家は従来の日本建築の良さを生かしながら、優れた断熱・気密・日射遮蔽・蓄熱性能を備え、風通しにも配慮し、夏は涼しく、冬は暖かく自然室温で快適に暮らせる。また屋根には最新技術として太陽の熱と光を同時利用するWS(ダブルソーラー)システムを搭載。省エネ+創エネする木の家として「ゼロエネルギー」住宅実現を目指す。施工対応エリアは静岡県中部と西部。詳しくは問い合わせを。

●9/8-9(土・日)は「しずおか優良木材の家」の構造建築見学会を開催! 場所:掛川市(見学希望の方は下記まで電話またはメールにて連絡を。当日も可)

アクトホーム 島田市島76-1 TEL.0547-45-3101 7:30~17:30 info@act-home.jp 定休日 日曜、祝日、第2・4土曜、夏季、年末年始

使用したのはこの食材&リキュール

■ブイトニ 色の濃い黄金色のデュラム小豆のモリアを100%使用。高温高圧で乾燥することでコシが強く、表面が光沢のあるとしたどしどし食感と食後の甘い味が特徴の本場イタリア産。スタ、キマッシュルーム、ポルチーニ、トリック、エシャロット、生クリーム、チーズ、カボチャ、ブークハブ

■バルディ クラシック カクテルズモヒート 世界中で一番売れている「バルディ」のラムにイタリア産のグレープフルーツのエキスをブレンドし、自家製で簡単にソーダで割るだけで美味しいカクテルを作ることができ、さわやかな酸味とほのかな甘みが特徴のリフレッシュカクテル。様々なフルーツを使用した多彩なリノベーションも楽しめます。【国産】フレッシュラム、モナコモヒートミントシロップ、自家製、自家製ブルーベリー、クワン、180mlボトルタイプ

「太陽と暮らす未来の家」びおハウス

使い方はアイデア次第。大成住宅から「収納王HOBBY」新登場

家造りでポイントになってくるのが、収納空間の確保。天井が1.4メートル以内の高さなら延床面積にはカウントされず、税金面でもお得なことから広い収納空間を設けるスタイルが人気を集めている。1階と2階の間に巨大収納空間を確保する「収納王」でおなじみの大成住宅から、今年新たに「収納王HOBBY」が登場。今度の「収納王HOBBY」は、1階に収納空間をつくるというもの。最大の魅力は、外からでも中からでも出入りが出来る巨大収納空間。タイル張りすれば土や泥がついてもメンテナンスしやすいスペースに。ガーデニングの道具を置いたり、愛犬との憩いのスペース、バイク・自転車などのメンテナンススペースなど、多目的な趣味の部屋として使えそう。

限定30棟 「3つのセレクトキャンペーン」残りわずか!

大成住宅ではキャンペーン期間中(9/30まで)に成約すると3つのコースから1コースを選べる「3つのセレクトキャンペーン」を実施中。①「県産材づくりコース」は、構造材に静岡県産材「杉・檜」を使用したLVL(構造用単板積層材)を使った住まいが総建築費+1坪(3.3㎡)当り10,500円(税込)と特別価格にて施工。②「太陽光発電コース」は3.18Kw太陽光発電システムが451,500円(税込)でつけられる。さらに、国と県の補助金(予算枠あり)で260,700円(税込)に③「快適&制震住宅コース」はエアコン2台プレゼント&キッチンバス、トイレなどの仕様をグレードアップ&耐震GVA付き。どのコースも内容充実なので、どれを選ぶか悩むどころ。さらに、全コース共通グレードUPとして「高断熱サッシ+遮熱高断熱複層ガラス」をプラス。詳しくは大成住宅まで問い合わせを。

大成住宅 静岡市東区南安泊1-3-10 TEL.054-254-7471 定休日 火曜、水曜 静岡 大成住宅

何から始める? 賢い家づくり

まずは確かな「土地」選びから

「どこに住もうか?」「どんな家にする?」考えるだけで夢が膨らむ住まい計画。初めてのことから、もちろん知らないことがいっぱいなのは当たり前。そろそろマイホームを...と考えている人にぜひ知ってほしい賢い家づくりのポイントを紹介する。

土地選びに時間を掛けて

マイホームを建てようと思ったから、まず最初に行わなければならない情報収集。情報が増えれば増えるほど「広いリビングがいい」「外でバーベキューができる庭がほしい」などマイホームに対する夢や期待は膨らんでいくもの。でも、実際家づくりを成功させる大きな鍵をにぎるのは土台づくり、つまり土地選びなのだ。「新しい土地を探す場合は、家のデザインよりもまず、土地探しに時間を割いて、焦らずじっくりと選んでほしい」と話すのは明和住宅(静岡市葵区)の菊池昭秀さん。日当たりはどうか、地面の下のライフライン(水道管など)は整備されているか、理想の家を建てるのにふさわしい十分な広さは確保できているか。さらには、学校やスーパーなど生活環境が家族構成に合っているかなど数多くの情報をもとにさまざまな角度から検証することが必要だという。

「中には家のデザインに対するイメージばかりが先行し、後で心配した両親が「この土地に家を建てて大丈夫?」と住宅会社に相談に訪れたりするケースもあります。マイホームは一生に一度の買い物ですから、知らないことがあるのは当然。だからこそ、施主のメリットを守る信頼のおける住宅会社を選ぶことが大切では」と話す。

安心感の持てる家づくり

では、どうしたら良い土地を得て、理想の家を建てられるのか。土地建物の「履歴書」の役目を持つ「登記簿」を作成したり、売買の条件に不備不足がない



かなどをチェックするいわば家づくりのサポーター的な役割を持つ司法書士の鈴木昇氏はこう話す。「若い世代の人たちの所得が伸びないのに加え、今の時代は土地を売却したくても購入時よりも高く売れる保証はありません。また、今後予想もしない災害に遭遇することも考えられます。家づくりは「夢」ですから、理想を追い求めることも大事ですが、現在の家族構成や生活環境だけでなく、自分たちの子世代へ譲り渡すのかどうかまで視野に入れつつ、身の丈に合ったものを選ぶことが大切です」。その上で、鈴木氏は「土地について確かな情報を丁寧に教えてくれる信頼のおけるパートナーを探すこと、つまり、自らモデルルームなどに足を運んで話し、信頼のおける住宅会社を選ぶことではないか」と話します。特に、地元の土地勘などに詳しい人などを見つけたら、と強調する。

さらに、「われわれ司法書士や税理士などを含め、家づくりには実に多くの専門家がサポートしています。多くの専門家を味方につけて、理想の家づくりを実現させてほしいですね」と心強いアドバイスもいただいた。

ベストパートナーを探す

実際に家を建てた人に聞いてみた。静岡市葵区在住の佐藤愛さんは、子どもが小学校に上がるのを機に、2年前にマイホームを建てた。「通い慣れた幼稚園のお友達と離れるのが嫌で、これまで住んでいたところに近い場所に土地を購入しました。何軒か住宅会社さんなどをまわって、いくうちに地元で詳しく、土地の情報がたくさんもらえる会社を見つけてそこでお世話になりました。建てている時から安心感があったので、2年後の今でもとても住み心地が良く気に入っています。家づくりは住宅会社の担当者さんとの信頼関係が大切だと思います。」と佐藤さん。

家づくりは、人生で最も華やかな大仕事だけれど、多くの手続き、書類の作成など意外と地味な作業がたくさん。だからといって、ためらうこともない。まずはベストパートナーを見つけることが理想の家づくりへの一歩なのかもしれない。



司法書士法人 つかさ 会長 鈴木昇氏

取材協力/明和住宅 司法書士法人 つかさ

団らん家族を応援する10の設計ポイント

- 1 基礎ががっちり施工!見えにくいところも安心です。
- 2 高い天井。リゾートホテルのようなリラックス感が味わえます。
- 3 床・壁・サッシなどハイグレードな素材を厳選!
- 4 水回りの機器もハイクラス! 性別の使い心地です。
- 5 人気の土間収納。ベビーカーやゴルフバッグはこちらへ。
- 6 こだわりのキッチン。お料理しながらみんなとお話できるのがいいですね。



- 7 こう配天井でお部屋を広く演出!
- 8 広いベランダ。天体望遠鏡やガーデニングチェアを置いてゆったり。
- 9 畳コーナーがとっても重宝。お茶室、書斎、家事室など、使い方自在!
- 10 リビングとつながる土間。アウトドアリビングの感覚です。

●4人家族にぴったりの3LDK+S (P3台付)
●水道在来工法2階建
延床面積 112.20㎡ (33.94坪)



見て!大リビング。

いい場所、いい基礎、いい設計。3階子をもって初めて納付のマイホームが誕生します。このたびご紹介するのは、20畳近い広さのリビングダイニングルームを中心とした本造2階建。暮らし心地をどこまで追求した夢の設計施工は、ほどこらいっぱい。ささ、ご家族でどうぞお楽しみください。

オープンでリッチ! ぜいたくな空間設計にチャレンジしました。
大リビングの家 完成見学会
9/8(土)・9(日)
10:00~16:00
静岡市葵区新伝馬3-367-12 (プライトガーデン新伝馬内)

やっぱり明和住宅
明和住宅株式会社
静岡市葵区谷倉5-11-5
TEL 054-263-1144
http://meiwa-jk.jp/

“安心”がキーワード 賢い住宅ローンの選び方

住宅購入計画が進んだら、いよいよ住宅ローンの検討開始。各金融機関が特徴を生かした商品を展開している。中には、8つの疾病保障(+2つの特約)付き住宅ローンなど、保障を充実させたものも。じっくりと見極め、後悔のない商品選びをしよう。



進化する住宅ローン

マイホームの購入に際しては、多くの人が住宅ローンを利用するのではないだろうか。その返済期間は、長ければ35年にも及ぶため、商品選びは慎重に進めたい。まず家族構成とその後のライフスタイルを考慮しよう。子どもが小さければ

今後教育費の増大が考えられるし、子どもが高校生や大学生であれば、数年後には教育費がかからなくなり、家計にゆとりが生じる。

また、一般的に変動金利の方が固定金利より低金利だが、変動金利の場合、金利が上昇することで支払額が変わるため、固定金利の方が返済計画は立てやすい。目先の金利にとらわれず、長いスパンで返済計画を立てたいものだ。最近では、取引条件によって、金利が優遇されるものや、各種サービスが受けられるものなども続々と登場。また、手厚い保障が受けられる保険をセットした商品も登場している。こうした最新の情報を積極的に活用し、自分に合った商品を選ぼう。

いま注目は、手厚い保障。

8つの疾病保障(+2つの特約)付き住宅ローンって?

長期にわたり続く住宅ローンの返済。予定通りのライフサイクルで進むとは限りません。健康状態に万一のことがあれば、たちまち返済計画は狂ってしまいます。そのリスクを回避するために、ほとんどの住宅ローンには返済者が死亡あるいは高度障害と診断された場合、事実上、以降の返済が免除される団体信用生命保険がセットされています。しかし、それ以外にも、病気のため長期入院で収入源が断たれてしまったり、返済に行き詰まることも。そこでその保障をさらに手厚くしたのが、8つの疾病に対応する保障付き住宅ローンです。あまり考えたくはないかもしれませんが、もし主人が大きな病気にかかり、働けなくなってしまったとしたら、奥様はご主人の介護をしながら、働かなければならなくなってしまいます。満足に収入が得られない場合、住宅ローンまで抱えた状態では、安心して暮らすことは出来ませんよね。せめて、安心して住み続けることが出来る家さえあれば、その負担はずっと軽いものになるのではないのでしょうか。そのために生まれたのが、この商品です。奥様が病気にかかれた時のための特約もありますので、大きな安心を手に入れることが出来ます。これから住宅ローンをお考えの方は、ぜひ選択肢の一つとして考えていただけたら、と思います。

さまざまな商品の中で、今注目を集めているのが、8つの疾病保障(+2つの特約)付き住宅ローン。静岡銀行ではこの夏からこの商品の取り扱いを開始した。これは県内に本店を置く金融機関としては初。そこで、この商品について、静岡銀行の藤田藍さんに、詳しく話を伺った。

8つの疾病保障(+2つの特約)付き住宅ローンって?

8つの疾病に対する保障が備わった住宅ローン。がんや診断された場合、脳卒中や急性心筋梗塞で所定の状態が60日以上継続した場合、高血圧や糖尿病など5つの重症慢性疾患で就業不能状態が12か月以上継続した場合、さらに余命6か月以内と診断された場合、住宅ローン残高相当額の保険金が支払われてローンを完済することが出来る。さらに配偶者(妻)が女性特有のがん(乳がん、子宮がん、卵巣がんなど)と診断された際、100万円の一時的給付金も特約としてついており、安心が詰まったプランだ。詳しい商品内容は、静岡銀行の店頭窓口で相談を。

8+2	3大疾病	がんや診断 脳卒中・急性心筋梗塞で 所定の状態が60日以上継続	住宅ローン 残高0円 住宅ローン残高が0円 となる場合は、所定の条件あり
	5つの重症慢性疾患	高血圧症・糖尿病・慢性腎不全・ 許難症・慢性肺炎により 就業不能状態が12か月間継続した場合	
	リビングニーズ保障	余命6か月以内と診断	
	配偶者が女性特有のがん	乳がん・子宮がん・ 卵巣がんなどと診断	
			がん一時金として 100万円給付



教えてくれたのは、この人!

静岡銀行 静岡駅前ローソンセンター 藤田 藍さん

相談窓口では、皆さまのライフサイクルに合わせたプランをご提案させていただいています。住宅ローンを選ぶ際、金利だけでなく、近くに相談できる窓口があるところを選んでいただきたいですね。長いお付き合いになりますので、顔が見えるのは安心につながるとも思います。ぜひ最寄りの窓口にお立ち寄りください。

8つの疾病保障(+2つの特約)付き住宅ローン



他金融機関でご利用の住宅ローンを本商品に切り替えることができます。

平成24年9月28日までキャンペーン実施中!
本ローン金利は、通常の住宅ローン金利より年0.3%高くなります。 **今なら年0.15%に!**
※対象となる方 ●平成24年9月28日(金)までにお借り入れの方

先着合計210名さまに
「アステルを見た!」でプレゼント(平成24年9月28日まで)
QUOカード1,000円分プレゼント!
●店頭で事前審査相談票(仮申込書)をご記入いただいた方
●他金融機関からのお借り替えを検討中で、他金融機関のローン返済明細書の写しをご持参いただいた方

※静岡市、浜田市、豊橋市、島田市、牧之原市、吉田町に所在する当行支店・ローンセンターにてお取扱いしています。※店舗によりプレゼントの個数が異なります。プレゼントが終了した時点でキャンペーンを終了させていただきます。※プレゼントは10月中旬頃までに、担当者よりお渡しさせていただきますので、予めご了承ください。

★ご注意ください!

- 告知の内容により、保険会社が加入をお断りする場合があります。
- お申し込み金額は1億円までです。また、3,000万円を超えるときは、保険会社所定の診断書の提出が必要になります。
- 当行所定の審査によりお申し出に添えない場合がございます。
- がん保障は、お借入日から91日目、脳卒中・急性心筋梗塞の保障、5つの重症慢性疾患の保障、奥さまのがん診断一時金100万円は、お借入日から3ヵ月を経過した日の翌日から保障対象となります。
- お借入日から91日目以降に、生まれて初めてがん(悪性新生物)に罹患し、医師により診断確定された場合、診断時点のローン残高相当額が保険金として当行に支払われ、ローン残高が0円になります。
- (皮膚の悪性黒色腫以外の皮膚がんおよび「上皮内がん(上皮内新生物)」は保障の対象外となります。
- お借入日から3ヵ月を経過した日の翌日以降に、脳卒中、急性心筋梗塞にかかり、初めて医師の診断を受けた日から、その日を含めて60日以上、所定の状態が1日以上継続したと医師により診断された場合、診断時点のローン残高相当額が保険金として当行に支払われ、ローン残高が0円になります。
- お借入日から3ヵ月を経過した日の翌日以降に、5つの重症慢性疾患で就業不能状態が2ヵ月以上継続した場合、12ヵ月経過後時点のローン残高相当額が保険金として当行に支払われ、ローン残高が0円になります。
- 住宅ローン契約者の配偶者(お借入時の年齢が満20歳以上45歳以下の女性)が、お借入日から3ヵ月を経過した日の翌日以降に生まれて初めて女性特有のがんに罹患し、医師により診断確定された場合、一時金100万円が支払われます。対象となる女性特有のがんの定義については、「被保険者のしおり」に掲載の「契約概要」必ずご確認ください。

- ※1 所定の状態とは ●脳卒中、悪性腫瘍、運動失調、麻痺等の恒久的な神経学的後遺症が継続した場合。 ●急性心筋梗塞、労働制限を必要とする状態が継続した場合。
- ※2 就業不能状態とは ●入院または医師の指示による自宅療養等により、本人の経験・能力に応じたいかなる業務にもまったく従事できない状態。

重要事項のご説明について
本商品でご加入いただく保障の詳しい保障内容や、保険金・診断給付金による返済が受けられない場合(免責事項)など、お客さまの不利益となる事項については、「被保険者のしおり」に掲載の「契約概要」「注意事項」必ずご確認ください。また、本商品でご加入いただく保障の引受保険会社は、カーディフ生命保険会社・カーディフ損害保険会社となりますので、保障内容に関してご不明な点は「被保険者のしおり」に掲載のそれぞれの問い合わせ先へご連絡ください。

おまちガイド

今月のおまち「両替町」

街にはさまざまな顔がある。
人でにぎわう街の顔、静かな日常生活の顔、
そして歴史に刻まれた顔。
街をもっと深く知れば、もっと街が好きになる。

深夜まで明かりが灯され、人々ににぎわう「両替町」。静岡市の中心地だが、その町のルーツは意外と知られていないかもしれない。町名は慶長11(1606)年、この地に日本で2番目に銀貨を製造する銀座役所が設けられ、金や銀の両替商が軒を並べていた金融街だったことから付けられた。6年後の慶長17年には徳川家康公が銀座を江戸に移し、当時は「新両替町」という名で呼ばれていたが、明治に入って「銀座」が正式名称に。つまり、東京・銀座のルーツが実はここ静岡にあったことになる。もう一つ、両替町といえば、本通りに面した両替町1丁目に「東海道中膝栗毛」の作者として知られる十返舎一九の生誕地があったとされる。それを示す碑がビルの谷間に今も立ち、当時の街の風情を感じることができる。



取材協力/静岡ウエイブ

asten INFOMATION

静岡「空」に近い場所で楽しむバイキングランチ

毎年大好評の長寿タワー24階グランドエールスカイランチもスイーツ(キヤンパ)が、この夏は2周年の感謝企画で、グランドエールランチに50種類以上の多彩なメニューに加え、2周年記念として女性に人気のサラダスムーサー3種が登場。9月は期間限定メニュー、女子会や子ども連れでもゆっくり楽しめそう。9月28日までの平日限定なのでお早めに、事前予約も、詳しくは電話で問い合わせ。

グランドエールプラザ 静岡市東区東藤原17-1 長寿タワー内
TEL:054-273-5225(代) 営業時間/11:30-14:30(L.O.14:00)

津波シェルター「PUCA PUCA」30日まで展示中!



三保原屋LOFTは30日まで、津波シェルター「PUCA PUCA(プカプカ)」を展示している。同シェルターは、強化繊維プラスチック製の製造販売を手掛ける「トノクラフト」(牧之原市)が津波から大事な家族を守る「トノクラフト」に開発、中には大人が3-4人入ることができ、床下に食料などが収納スペースも、実際に津波シェルターに施されている。機会があるのでぜひ足を運んでみて。

三保原屋LOFT 静岡市東区両替町2-4-1
TEL:054-251-1771 http://www.mihoharaya.co.jp/

アステックリニック 18

astec clinic

静岡レディースクリニック
内田律子院長

Q. 結婚した娘が2年たっても子どもができません。何かアドバイスはありますか?

2年とのことですが、子どもがほしいのにできないのか、それとも計画的に避けているのかによって対応は異なると思います。計画的なものであればいいのですが、もしそうでなければ、その原因の確定をしていただいた方がいいでしょう。また、不妊に隠れた深刻な疾患が見つかる可能性もありますので、病院で検査を受けるようにすすめていただきたいです。中には「不妊治療」というと、自然に反し、医療の手を入れるということで風気がある方もいらっしゃると思いますが、医療はアドバイスや手助けを行うだけで、不妊治療の主体はあくまでもご夫婦です。医療機関を賢く利用され、夫婦が協力して子どもを授かるように、温かく見守っていただけたらいいのではないのでしょうか。

婦人科の素朴な疑問にお答えします。
質問は「アステックリニック」astec@shizushin.comまで
※なお、具体的な症状や個人的な事情にはお答えできませんので、ご了承ください。

美容師の熱戦を親に行こう!

第27回ミツイヘアドレッシングアワーズ2012 入場無料

美容師の熱戦を親に行こう! 第27回ミツイヘアドレッシングアワーズ2012を開催する。[チャレンジが男女(ひと)を美しくする]をテーマに「カットウィッグ」「トータルドレッサー」「カットモデル」「メイクアップ」など9部門があり、決められた時間制限の中で美容技術や表現力、創造性を披露する。美容業界に興味のある人はもちろん、一般の来場も歓迎。緊張感あふれる会場で、ファッションショーさながらの熱戦が繰り広げられる。観戦してみても、来場者が審査員となって投票する「フォト部門」「ネイルアート部門」も行われる。詳しくは下記お問い合わせを。

日時 9月17日(土) 9:30(開会式)~16:15(閉会式)(予定)
会場 グランシップ 大ホール 静岡市東区東藤原池田79-4
問い合わせ ミツイコーポレーション TEL:0120-173-882
http://www.mitsui-corp.co.jp/hda/index.html

あらなみ先生に教わる 女性のための漢方レッスン

第9回

Q. 舌の苔が多く、真っ白です。病気でしょうか?

人間の体はほとんど水でできていますが、舌の形は主に体内の水の状態を反映します。舌が細いほど体内の水は足りなくなっており、腫れているほど水が溜まりダブついて、腫れが酷くなると辺縁に歯形がついてしまうようになります。また舌には少しぶつぶつした苔みたいなものが付着していますが、色が白ければ体内は冷えており、体内に熱がこもると、白から黄色に変化していきます。白い苔が厚いほど体内には水が溜まっており、逆に苔がないほど水分不足です。苔の状態により漢方薬を決めていきます。もし胃もたれがあり、白い苔がピシッついているなら、胃に水が溜まりすぎなので、水はけを良くする漢方薬を飲んでいただくとともに、摂取水分量や冷たい物を減らして頂きます。

あらなみクリニック院長 荒浪峻彦
慶應義塾大学漢方医学センターの非常勤講師、著書「漢方でお灸!アトピー性皮膚炎」他

Q. 皮膚と内臓は何か関係ありますか?

「皮膚は内臓の鏡」という言葉があります。確かにストレスで神経がやられたり、便秘したり、生理中ホルモンバランスが変わると、アトピーやニキビが悪化したりします。皮膚科ではデルマトロームと言って、ある種の皮膚病が内臓疾患のサインとなることも分かっています。私は漢方治療を行うようになってこの言葉の意味を実感しました。胃腸の悪い人、ストレスで神経が痛んでいる人、生理不順などにそれぞれを整える漢方薬を飲んでいくと、内臓の症状と伴って皮膚病も消えていくことが多いのです。逆に皮膚病が漢方薬で良くなってきたら、内臓も健康になって来たと考えてもいいと思います。誰が言い始めたのか?「皮膚は内臓の鏡」とは、言い得て妙、凄いな言葉だと思います。

あらなみクリニック

一般皮膚科/アレルギー科/漢方皮膚科/美容皮膚科/小児皮膚科

【静岡院】島田市中瀬町1294-1 TEL:0547-34-5522
【千葉院】千葉県船橋市本中山3-22-1 TEL:047-314-8707

パソコン用 <http://aranami.typepad.jp/> 携帯はこちら

桂由美 フィーノ静岡

fino Wedding

フィーノ・ウエディング

Vol. 3

【テーマ】
ドレスの基本形③
ビッグライン

お姫様風のシルエットは女性の憧れ

キュッとしばったウエストに、切り替え部分から豪華に広がるスカート…。お姫様を想像させるビッグライン(プリンセスラインとも)は、ウエディングドレスの人気No.1。なかでも桂由美デザインのビッグラインはデザイン、シルエット、素材、ディテールのすべてにこだわっているから「どんな体型の人でもきれいに着こなせる」と評判だ。それでも「くびれがない!下腹もぼっこり気味」と心配なら、高弾性ベチコート「キレイウォーカー」を着用してみれば? 加圧性の高い生地がウエストからヒップ、太もものラインを整えて、同時に姿勢や歩行をサポート。その効果に、華式後も愛用する人が多いとか。360度美しい花嫁を目指す人はぜひ、フィーノ静岡に相談してみてください。

●キレイウォーカー 12,600円
サイズS、M、L
カラー白、スキャン、黒

9/8-9/17は
finoオータムフェア!
9/8-9/17にfinoオータムフェアを開催。新作ドレスのほか、特別企画商品の発表も、ぜひ会場まで。

桂由美フィーノ静岡
静岡市東区中村町55
TEL:054-280-2525
水曜定休 10:00-19:00
http://www.fino-bridal.jp/
ステキブライダル

ツキジヤーズ

アステック主婦のアイデアを紹介

じたんかんたん おうちレシピ Vol.6

ツナのステーキ風グリル

【材料】(2人前)
オーシャンプリンセス ホワイトツナ (エキストラバージンオイル100%ソリッド)
野菜 (パプリカ、ペペリーフなどお好みで) 適宜
ブラックペッパー 少々

【作り方】
1. 野菜は食べやすい大きさに切る。
2. フライパンにオーブオイルツナを入れ、中火にかけて蓋をする。そのまま動かさずしばらく焼き色が付いたら蓋をひく。
3. 蓋の中のオーブオイルをかけ、好みでブラックペッパーをふる。

【ポイント】
※電子レンジのフライパンをご使用の場合は、油なしでもまぜてください。
※焼いている最中に油がはねやすいので注意。

静岡市在住 平井紀子さん

素材の味が引き立つ、究極のシンプルレシピ
オーシャンプリンセス ホワイトツナ(エキストラバージンオイル100%ソリッド)の新しい食べ方をご紹介します。オーブオイルツナを焼くだけの簡単レシピ。これだけで、ツナのうま味とオーブオイルの風味が香ばしく加わって、ついおかわりしたくなる逸品に仕上がります。このおいしさは厳選された素材を使っているからこそ。約5分で完成するので、忙しい日の朝食にもぴったり。

vol.6 あなたのレシピを! 大募集!

「オーシャンプリンセス」を使った、簡単レシピを募集。調理写真とレシピ、氏名、連絡先を明記し、本店へ郵送かメールすると、もちろんオーシャンプリンセス ホワイトツナ(プレーク)3缶セットをプレゼント。

今月のイケメン vol.49

行商の良さを伝承する 若手ホープ

最近では珍しくなった行商スタイルの「三島とうふ工房 佐原庵」。国産大豆の甘みと、無添加にこだわった手作り豆腐を軽トラックで販売している。営業真生穂さんはまだ24歳という若さながら、1人で行商をこなす佐原庵のホープ。日々お客さんと接しているせいか、とても聞き上手で笑顔がステキな青年だ。「この会社に入るまでは、何をやっても続かなかったタイプ。でも社長から食や行商について教えてもらって、得るものは多いです」と真生穂さん。行商仲間から教わることも多いという。「行商では、今までやってきたことや自分が全部出してしまうと思うんです。僕の同期に40歳の方がいるんですけど、すごく売れるんですよ。僕は「師匠」って呼んでるんですけど、同じ豆腐を売っているのに何が違うのか知りたくて、秘密を教えてくれたら心からお客さんに感謝することって、あっけないくらい普通の答え。「わざわざ呼びとめてくれて、今どき350円もする豆腐を買ってくれる。そんな人に感謝しなくて、どうする」と師匠に言われてハッとしました。それまでの僕は「もったくさん買ってほしい」と思っていた。その心をお客さんに見透かされていたんですね。気持ちを入れ替えて働くようになったら、本当に売り上げも変化したんです。ある日、それまで無愛想だと思っていた常連さんが去り際に「今日も1日頑張ったね」と言ってくれて、これからは、ちょっと感動でした。物を売るのはテクニクじゃなくて、気持ちが大切。目標の売り上げにはまだ遠いけれど、行商で売れるようになれば、どんな道にも通じると思っています。

三島とうふ工房 佐原庵
営業真生穂さん

H25年度中学生、超早期ご予約セールはじまりました!

学生服のやまだは、お客様のご意見のもと、商品開発にこだわり、オリジナルの高品質な生地で良い制服づくりを心がけております。

卒業式用ブレザー お貸しいたします

大好評 今年も新作入荷いたしました!!

【豊富な種類の中の一例です。】

サイズ	ブレザー	スカート
140cm	150Bサイズ	ウエスト 60cm
150cm	160Bサイズ	ウエスト 65cm
160cm	170Bサイズ	ウエスト 70cm
170cm	180Bサイズ	ウエスト 75cm

※なお出張採寸もお受けしております。

実績のある やまだなら安心です! 資料請求

お問い合わせは下記のホームページ、TEL、FAXまたはQRコードでどうぞ

学生服のやまだ
Tel.(054)255-2551 Fax.(054)252-0083
E-mail:info@ex-yamada.co.jp
新静岡センター前通り
〒420-0839 静岡市東区藤原1-4-10
学生服のやまだ 検索 <http://www.ex-yamada.co.jp>

その魔法には、タネと仕掛けがあります。

タネと仕掛け①、ストレッチ性
「ひきまするに、すぐくらく」
《小学校教員 59歳》
若くなく、快適なタネコ 300度ストレッチ。

タネと仕掛け②、ヒップアップ力
「ヒップを隠さず堂々とできる!」
《主婦 62歳》
ポケット位置を巧みに設定するなど、視覚的にも工夫を。

タネと仕掛け③、キレイが長持ち
「クリーニングいらすずうれしい!」
《主婦 41歳》
シワになりにくく、家で洗ってお手入れカンタン。

タネと仕掛け④、ベイスリーは全商品、「ベイスリー」実用研究所からお届けしています。

●感想には個人差があります。

B³B-Three.
お近くの店舗で、まずお試し! 魔法のパンツは、ベイスリー。

Present! 秋の体感キャンペーン! /30%OFF
期間中店舗でパンツをお買い上げのお客様に、パールミニケースをプレゼント!
※数量限定あり。9/19まで有効です。

・静岡バルシェ店(2階) Tel:054-221-8688
静岡市東区東金町49 OPEN:10時~20時
オンラインSHOP▶<http://shop.b-three.jp>

ベイスリー 魔法のパンツ 10,395~17,745円 ホームページがリニューアル! <http://www.b-three.jp>

こだわりグルメの専門店 ツキジヤーズ

●本店 静岡市清水区本町1-7
9:30~20:00(土日祝営業)
フリーダイヤル0120-285-530
9:00~18:00 土日祝定休
駐車場あり

●静岡バルシェSSKプラザ店
9:30~20:00(土日祝営業)
info@tsukijyafoods.co.jp
ツキジヤーズ

イケメン情報 大募集!

あなたの周りにはイケメンの情報を教えてください。応募は下記「イケメン」まで
【メール】astec@shizushin.com 【郵便】〒422-8670 静岡新聞社 アステック編集部
※応募の際は応募者の連絡先とイケメンの写真を添付してください。
採用の場合、編集部からご連絡させていただきます。

本日、子育てびより

Vol. 42

エアコンを新しくしたらリモコンと新しくしたリモコンを一緒に使おうと、というものがついてきた。

音声で操作できるらしい。

冷房開始。

オンドラアゲマス。

オンドラサゲマス。

あひっ。

オンドラアゲマス。

オンドラサゲマス。

あひっ。

さすがに対応できない。

アステンセレクト!

あの子に贈り物 42

形で遊べるおしゃぶり ひいふうみい (長さ約90mm以内×厚さ25mm) 3,150円

家具・玩具工場 HAND WORKS FACTORY 藤枝市丸島700 TEL:080-5135-0650 http://hwf05work.exblog.jp/ 販売:上記工場(事前に電話) ことり(藤枝市054-635-4111) 百町商店(静岡市054-251-8700)

木で出来たおしゃぶりを見つけた。素材はブナ系のビナ材。形が面白い。わっかは、藤枝の博物館で見つけた。首飾りから。木がまたまは陰陽の、プロペラは植物の一部のようにも見える。それぞれとて、有機的。木は、温度も固さも軽さも手触りも、すべてが人間にとってちょうど良い。工房を主宰する久留ひさとめ、夫妻。形に心ひかれるだけでなく、触ってみると、ずつと撫でていたくなる気持ち良さ。どうしてかな。木も人も同じ地球の生き物だからかな。赤ちゃんとだけに独占させておくのはもったいない。けれど、出産のお祝いに一番の人気の者!

asten people vol.83 竹田 純さん

バレエの基礎レッスン「パオソル」を使ったダイエット法を日本で普及させ、テレビや雑誌で活躍する国際的バレエダンサー。17歳で習い始めたクラシックバレエですぐに才能が開花し、本場ヨーロッパでも舞台上立つなど天才肌の竹田さんは、静岡市清水区で生まれ育った生粋の静岡人。竹田さんに、バレエダンサーとしての情熱や将来の目標を語ってもらった。

バレエを始めたきっかけは? 中学生の頃、「スパイスガールズ」に憧れてダンスに興味を持ち、電話帳で見つけた森育ダンススタジオ(静岡市)の門をたたいたのがきっかけです。最初はジャズダンスを習っていましたが、17歳の時、森先生から体型がクラシックバレエ向きとすすめられて始めることに。その1年後、東京の名門バレエ団のオーディションを受け、なんと合格。そこからはそのバレエ団を率いる佐々木忠次監督の指導のもとバレエダンサーの道まっしぐらでした。

その後、まもなくパリエ留学されました。ありがたいことに新米ながら佐々木監督から大きな役割をいただき、さらに多くの名舞台を観て勉強するうちに、「海外で踊れるダンサーになりたい」と夢を抱くようになったんです。そこで、アメリカ、スペインなど世界中の劇場を単身で回り、パリエのオペラ座にたどり着いた時、ここだと思い19歳でパリエへの留学を決めました。

Q.単身で留学は? 1人で乗り越えなければならなかったから、なんでも1人でこなせるようになりましたね。自分をそうさせたのも「海外で踊りたい」という夢があったからだし、留学で得た経験は本当にメンタルに強くしてくれました。

Q.帰国後、パリエのダンスを学ばれた。日本女性の美意識について感じることは? 人は年齢に合った美しさがあると思うんです。それなのに、今の日本の女性はファッションにしても化粧にしても若づくりする風潮にあるのが残念です。ダイエットでただ痩せるのではなく、インナーマッスルを鍛えることが大事。日本の女性には体の内面から出る美しさのオーラをもっと大切にしたいですね。

Q.清水のご実家は中華料理屋さんだそうですね。清水のサッカースタジアムの近くで生まれ育ちました。実家は「せい」という四川料理屋をやっています。恩師の森先生と娘さんの理恵さん、地元サッカー選手もよく食べにきてくれます。子供の私が言うのもなんですが、父が作る冷やし中華やエビチリ、麻婆豆腐はすごくおいしいですよ! 中華料理屋の息子がクラシックバレエダンサーなんて、おもしろいですよ? (笑)

Q.最近帰国したことは? 今春、講談社から発売された「1H10分」でやせられるパオソル・ダイエットDVD BOOK(1,890円)がこの夏、パリエのオペラ座のギャラリートでも販売されることになったんです。パオソルを初めて学んだのがパリエだったので感慨深いですし、オペラ座のギャラリートでの販売は日本人では初ということで、パリエの本場で認められたことが本当に嬉しいです。

Q.今後の目標は? 講師としてメディアなどに出演するようになってダンサーとしてだけでなく、表現者としての幅も広がりました。これからは、舞台活動はもちろん、オリジナルのショーを手掛けたり、ダンスのユニットを組んだり、ますます活動の場を増やしていきたいです。実は今、ピアノを特訓中。いつか、チャイコフスキーの「くるみ割り人形」を1人で弾いて踊ってみたいです。

抽選でDVDブックをプレゼント! プレゼントの詳細については最終面をご覧ください。

KIDS こころの救急箱 24

感情のレポートリー

子どもは立って歩けるようになったり、言葉を使えるようになったりすると同じように、感情も成長とともに育っていきます。その成長の一つが感情のレポートリーを増やすこと。「快」「不快」から始まり、やがて楽しさや悲しさを表現できるようになり、次には誇らしさや恥ずかしさを表すことができるようになります。

「快」「不快」は身体的、生理的な感覚に近いもので「お腹空いたよ」「気持ち良いよ」といった自分の身体の声を感じて表します。一方、楽しさや悲しさ、喜び、怒りは自分が今、体験していることを感情的に評価しています。また、誇らしさや恥ずかしさは、他者を意識した感情といえます。つまり「人から見られている」あるいは「見てほしい」という気持ちが背景にあって、社会の中で生活していくことを通して育っていくのです。

このように感情のレポートリーが増えることは、自分の気持ちを細やかに分けられるようになったという成長の証。子どもたちは日常の生活の中で、日々泣いたり笑ったりしながら、次第にその内面に豊かで繊細な感情を身に付けていくものなのです。

心話 静岡大学教育学部特別支援教育・香野 毅 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

静岡市 9/8(土)9(日)10:00~15:00 無料
「たまげたフリーマーケット」
お天気がよければ富士山も見える絶好のロケーション。衣類・雑貨・おもちゃなど、振り出し物を見つけてね!

藤枝市 9/15(土)Aコース/10:00~12:00 Bコース/13:00~15:00 材料費2,000円
「ハロウィンかぼちゃの灯り取り作り陶芸教室」
粘土をコネコネ!お庭に飾れるかぼちゃおぼけの灯り取りを作ってみませんか。
所:陶芸センター(藤枝市1706-1) 申込:電話受付054-639-0148(月曜休診 9:00~17:00)

静岡市 9/16(日)13:00開場、13:30開演 無料
「草薙マンドリンアンサンブル第7回定期演奏会」
童謡、民謡、マンドリンオリジナル曲など、家族みんなで楽しんで!
しずきんホール(ユフオニオ)〔東区迫手町1-13アゴラ静岡8F〕 問:054-364-6162(事務局・佐野)

焼津市 9/23(日)9:00~16:00 無料 「オータムフェスト in やいづ2012」
踊りステージやパフォーマンス、グルメ、八丁櫃、ビール祭りなど、焼津をまるごと満喫!
所:新焼津港「アクアスやいづ」北側広場(観ヶ島) 問:054-628-6251(焼津商工会議所)

静岡市 9/29(土)30(日)10:00~16:00 無料
「よむよむ・わくわく広場 in 静岡」
絵本作家たちの「おはなし会」、食育イベント、木工体験など盛りだくさん!
所:フインメッセ静岡 北館3F4F・中央館4F(駿河区曲島3-1-10) 問:03-3511-7305(日本・東本プロジェクト)
※事前申込はhttp://www.mojikatsu.or.jp/shon-pro.html ※当日会場受付もあり

KAWAI MUSIC SCHOOL

秋の無料1日体験

音楽はお子様の感受性をはくくります。

1歳 プレスクール H23.4.20~23.9.30
ママといっしょにリトミック
ママの声を聞きながらいっしょに音楽を楽しむ。そしてスキップや走ることを安定した心の発達を促します。

1歳児 クーちゃんランド H23.4.20~23.4.18
高きでめぐるいっしょの音楽
かわいくーちゃんと一緒にたたく音、音楽あそびや楽しい活動で「動く力」を大きく育てます。

2歳児 ぐるぐるクラブ H21.4.20~21.4.18
電子でリトミックスタイルの楽しい音楽
元気な音とリズムに合わせて「音楽たたくが、楽しさいっぱい。多彩な楽器も使って豊かな成長を促します。

教室	1歳 プレスクール	1歳児 クーちゃんランド	2歳児 ぐるぐるクラブ
静岡市東区センター教室	9/6(木) 11:00 9/7(金) 11:00	9/6(木) 10:00 9/7(金) 10:00 9/10(日) 10:00	9/10(日) 11:00 9/14(金) 10:45
浜松市東区大塚町教室	9/7(金) 10:10 9/14(金) 10:10	9/5(木) 11:15 9/6(木) 10:10 9/10(日) 10:05	9/5(木) 10:10 9/6(木) 11:00 9/10(日) 11:00
大塚センター教室	9/6(木) 10:00	9/6(木) 11:00	
浜松市東区大塚町教室	9/5(木) 10:00	9/5(木) 11:00	
浜松市東区大塚町教室	9/11(火) 10:00	9/6(木) 10:00	9/6(木) 11:00
藤枝市東区大塚町教室	9/18(火) 10:00	9/7(金) 10:00	9/7(金) 11:00
島田市山崎町教室	9/11(火) 10:00	9/6(木) 10:00	9/6(木) 11:00

※定員がごさいますので事前にお申し込みください。 ※上記日程でご都合のつかない方はお問い合わせください。

カワイ音楽教室 0120-73-8910

リニューアル1周年 プレミアムフェア

9/17(祝) 大塚町店 豪華ランチ 1,500円

9/1(土)~10/31(木)

秋の収穫祭buffet

ランチ 食べ放題 & ソフトドリンク飲み放題
お一人様 ¥2,300(平日) ¥2,600(土日祝)
※ランチ 10:00~18:00

ランチオーダーバイキング

食べ放題 お一人様 ¥2,600
小学生 ¥1,500 小学生未満 ¥700
※ランチ 10:00~18:00

デザート 食べ放題 & 飲み放題
お一人様 ¥4,000(平日) ¥4,500(土日祝)
※デザート 10:00~18:00

ホテルアソシア 静岡
レストラン ランチ 11:30~14:30(ラストオーダー14:00)
営業時間 デイタイム17:30~21:00(ラストオーダー20:30)
※高層階が予約されますので、ご予約をおすすめいたします。
※写真はイメージです。※税別・サービス料別。

結婚が決まったら、歯医者さんに行こう。

歯医者さんを決めよう

真っ白なウエディングドレスを飾ると、歯のくすみや黄ばみが首段以上に目立ちます。気になる人はホワイトニングを。そして、もう一つ、とても大事なことは「妊娠・出産・子育て」の忙しいシーズンに突入する前の歯の健康チェック。歯周病等が出産に与える影響も無視できません。婚約したら、まずはカウンセリングをご相談を。

デンタル オフィス コムカイ dental office komukai
静岡市東区東東町21-3
TEL.054-209-1333
9:15~20:00
完全予約制・各種カード利用可
デンタルオフィスコムカイ 静岡
http://komukai.jp/message/

歯のホワイトニングの料金例
歯のホワイトニング 2回セット/38,000円
※保険適用外となります。

河内優美子のグルメ館が!

人気ナンバーワンメニュー「海鮮にぎわいおひつごはん」
990円

SBSテレビ「Soletいね!」(月~金9:55~)でグルメ情報発信中
次回放送予定 10/5(金)

セントラルスクエア静岡 グルメ館2F 四六中
TEL:054-283-3125
●11:00~22:00

人気ナンバーワンメニュー「海鮮にぎわいおひつごはん」がさらに美味しくなったと聞いてやってきました。ふくらびかき揚げの上には新たに追加した「まぐろのたたき」をはじめ、「海老」や「うに」「いくら」など9種類の海鮮の具が乗っけてびっく。まずは素材の味を堪能して、次に特製香辛「塩ごま油」をかけて韓国風に。最後は白だしでお茶漬けして、このお店ならではの味わい方で「三度美味しい」いただいてお腹も心も満たされました!

簡単! 肝斑チェック

まずは、自分のシミが肝斑かどうか、簡単にチェックしてみましょう。

以下の10項目のうち、自分に当てはまる内容にチェックしてみましょう。

- 30~40代になってシミが急にできた
- 左右対称のシミがある
- シミが地図のように広がっている
- 顔をさわると、こするとかゆい
- スキンケアやメイクを念入りにする
- 妊娠の経験がある、または経口避妊薬(ピル)を服用している
- 日常生活で強いストレスを感じている
- 生理の周期や季節によって、シミがうすくなったり濃くなったりすることがある
- 美白ケアをしているのに、シミがなかなかうすくならない
- 光治療やレーザー治療を受けて、逆にシミが濃くなったことがある

◆あなたの肝斑度は?...

《チェック項目が1~3個》 肝斑の可能性は低いと考えられます。今後、しっかりと対策を講ずることで改善の可能性があります。

《チェック項目が4~7個》 肝斑の傾向は中程度です。肝斑の色がもっと濃くなり、範囲が広がっていき、可逆性があります。

《チェック項目が8~10個》 肝斑が進行している可能性があります。まずは、医師による診断を受けることをおすすめします。

◆治療の流れ◆◆◆
レーザー治療は回数を重ねることにより改善していく治療です。(個人差があります)
クレンジングをしてメイクを落とします。
専門医があつた肌の状態を診断します。
新薬として角質や皮膚の除去治療を併用すると効果的です。
いよいよ、レーザー治療です。約10分程度で終了。
お肌の沈静化と効果の維持のために、肝斑用の薬剤を冷却浸透する治療の併用をおすすめします。
治療後もメイクOK。

重症肝斑集中治療の方は週1回を4回続け、次に1回を4回続け計8回1クルールの治療をおすすめします。通常治療の方は月1回程度の治療をおすすめします。ともに、肝斑内服薬は3ヶ月程度併用します。
治療については、医師が診断し、ひとりひとりに合った治療方法を説明します。
●レーザー治療1回/¥31,500(税込) ※保険適用外のため、自費診療となります。

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・歯科科(当院 平野 温子)
院長 平野 温子
www.sc-clinic.jp
tel.054-254-5444
静岡市東区東東町2-8-1 アライアンプラザ4F

[9月は、野菜の冷たい前菜]

しずおかキッチン

「いただきます」
まで35分!

秋に入って昼夜の温度差が大きくなると、果肉がしまってうま味がギュッと濃縮される秋ナス。森のバター・アボカドでさらにコクを加えてメインディッシュのようなサラダに変身させましょう。

材料 4人前
ナス:3本 / アボカド:1個 / レモン汁:少々 / 揚げきピーナツ:みじん切り少々
[A] カボチャ:5ミリの串切り2切 / チンゲンサイ:1/2束 / インゲン:3本 / ニンジン:1/4本
[B] ロースト菜種油(またはオリーブオイル):大きじ3 / ワインビネガー(又は酢):大きじ1 / 塩:1.5g



今月の先生
茂泉 三男 Moizumi Mitsuo
モイズミ オーナーシェフ
「焼きナスは水につけずに、指の方を氷水につけながら皮を剥くとうま味が残りますよ。ナスの水分は少ない方が巻きやすいが、風味も抜けてしまうので注意を。「バラバラになっても、ドレッシングで和えればサラダとしておいしく食べられます」
tel:054-247-1338

じゅわっどジュシー、野菜だけでちやんと美味しい

秋ナスの翠ロール

(秋ナスとアボカドのサラダ)

① 焼きナスの水分は、搾りすぎないように

[A]の付け合せ野菜はすべて茹でて、カボチャとニンジン角切り、チンゲンサイは1/4に縦切りする。アボカドは種を除き、皮をむき、1/8に串切りにして塩コショウで下味をつけ、レモン汁を振っておく。ナスはコンロで皮を焼き、皮をむいて、布巾がキッチンペーパーで水分を取り、縦半分切り開いて冷ます。

② ①のナスをラップの上に並べ、その上にアボカドとインゲン、ニンジンを重ね、塩を少々振り、手前からグルッと巻いていく。粗熱が取れたら、冷蔵庫で30分〜1晩(時間外)冷やす。

③ [B]をボウルで混ぜ合わせドレッシングを作る。②を冷蔵庫から取りだし、3つに輪切りする。付け合せ野菜とともに盛りつけてドレッシングをかけ、最後にピーナツを散らせば完成。



焼きナスを作り



クルリと巻いて



切って盛りつけ

asten enquête

応募方法 アンケートの答え・お名前・年齢・職業・住所・電話番号・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。
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
締切 2012年9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9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ご覧の賞品をプレゼントします。

- 01 ご希望の賞品番号・賞品名は?
- 02 アステン9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 おすすめのお野菜の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 3名様
1810分でやせられる
パーソナルダイエット
DVD BOOK
[調剤社]

02 2名様
ストーンズパー(ローリングホップ)
(1ケース) [サントリー酒類]

03 10組20名様
「フィンランドのくらしとデザイン」展
ペア招待券
[静岡市美術館]

04 3名様
トルコ手織りの陶器
コースター・ヘア
[アートライン]

05 5名様
「百年乃蘭」
リウムクーヘン
[ケーキと記念日のお店 セテックボンア]



プレゼント賞品はクロネコヤマトが9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。これを発送のため以外で外部に提供することはありません。

!! 工事店選びで、失敗しないための基礎知識を分かりやすく解説!!
無料でダウンロードできるガイドブックには、今まで消費者が知ることもなかった、「なぜ建築業界の人は、一般人よりも2〜3割も安く、自分の家をリフォームするのかな?」と疑問に思っていたり、リフォームの話などが書かれています。また、トラブルが多いとされる外壁塗装工事について、「簡単な問題」により、業者を見分け、手抜き工事を防止する簡単な確実な方法や、業者の言いなりにならないための塗料の選び方など、リフォームを検討している人には、最低限知っておいてほしい情報や基礎知識を分かりやすく解説しております。

数年後にリフォームをお考えの方は、ぜひ無料で受け取り下さい。

「知らない」と後悔する「信頼できるリフォーム会社」の探し方
「外壁塗り替えリフォームで失敗しないための12の自己防衛知識」

ガイドブック2冊セット 無料進呈

「信頼できるリフォーム会社」の探し方
「外壁塗り替えリフォームで失敗しないための12の自己防衛知識」

「信頼できるリフォーム会社」の探し方
「外壁塗り替えリフォームで失敗しないための12の自己防衛知識」

「信頼できるリフォーム会社」の探し方
「外壁塗り替えリフォームで失敗しないための12の自己防衛知識」