



asten people  
上原ひろみ

アステレン meets ぐるぐる  
秋の彩り総菜



今月のキラリ

「女川フィッシュ」という名のキーホルダー。女川(おながわ)で、ほとんどの魚が獲れる日まで、と立ち上げた「小さな復興プロジェクト」の一環。宮城県牡鹿郡女川町は、静岡からなら約8時間、石巻市の北にある三陸の海辺の町。3.11震災で家屋の7割近くが全壊し、人口約1万人のうち千人を超える人たちが亡くなっている。東北のキラキラした豊かな恵みへの誇りと明日へ向かう強い力が小さな木の魚に込められている。何かしたい、と思っている私たちのためにonagawa fishを作ってくれてアリガトウ。  
撮影協力/ことり tel: 054-635-4111

特集

## ここが私の、働く場所。

お出かけグルメ

しずおかキッチン  
淡雪かぶら碗、菊の舞

すくすくボード  
こだわりSELECTION

毎月第一土曜日発行  
静岡新聞 広告特集

**時之栖** 大人の癒し処 温泉施設 静岡 駿府天然温泉

10-11月限定 秋プラン限定 3名様より承ります/要予約

**秋満喫プラン** 天神の湯 入館・入浴料込み **2,600円** (お一人様(税込))

**秋満喫弁当** **秋鍋** 2時間 飲み放題 (プラス) **1,500円** (税込)

**忘新年会プラン** 6名様より承ります/要予約

**鍋** 10種の中から 2種のスープ!! シメも選べる 雑炊orうどん 3,500円 (お一人様(税込))

**バラエティ** 手巻き寿司をお好みで!! 3,500円 (お一人様(税込))

**天神の湯** 500円割引券

**お酒の販売** 始めました

駿府天然温泉 静岡市駿河区曲金5-5-1  
TEL.054-287-1126  
天神の湯 AM10:00~翌AM9:00(23時間営業)  
年中無休 駐車場有 約200台

**天神の湯** 全浴槽 天然温泉100% 加水一切なし!!

朝風呂も AM6:00~AM9:00まで入れます  
年中無休 23時間営業  
入浴 AM06:00~AM9:00  
時間 AM10:00~翌2:00

炭酸泉風呂が大人気!!

手ぶらでお越しください

入浴料に全部含まれます

入浴料金	平日	土日長休祝日
1日券 (10:00~翌2:00まで)	1,500円	2,000円
立寄りコース (50分)	1,000円	
夜間券 (18:00以降~翌2:00まで)	1,300円	1,500円
オーバーナイト割引券 (翌朝2:00以降~9:00まで)	+2,000円	
早朝券 (5:00~9:00まで)	1,000円	

川根本町 IN **モリへく** 紅葉を見に行きか!!

**もりのくに紅葉コテージ 平日宿泊キャンペーン**

もりのいずみ入浴無料券付 (コテージ定員分)  
※水曜はもりのいずみ定休日となります。

特典1 テニスコート1時間、又はバーベキューハウス使用3時間 どちらかのオプション無料

特典2

区分	大人	小人
10~17歳(1泊1人)	1,000円	800円
17歳以降(1泊1人)	800円	400円
団体	900円	700円
	700円	300円

TEL.0547-59-3800

**静岡ホテル時之栖**

9階建 136室

会議室 フィットネスルーム

コインランドリー 浴場

マッサージ機3台 自動販売コーナー

天神の湯 斜向い 東静岡駅より徒歩8分

TEL.054-285-0001

日々忙しく働く中で  
「私、どうしてこの仕事してるんだろう？」  
「そもそも「自分らしく働く」って何だろう？」  
そう思うことはないだろうか。  
ときには立ち止まり、足元を見つめ  
「働く場所」を見つけた女性たちの姿は  
しなやかで、力強い。



世界中を  
飛び回る。

もあったが、6年目を迎え「山の仕事をひと通り覚えたとこらだ。

杉を苗から植え、人が大事に手入れをして山を育て、間伐して丸太が売れるようになるまでに50年以上かかる。成長を最後まで見届けられることは叶わないが「50年後が楽しみです」と本戸さんは言い切る。「山で働くようになって、時間に対する意識が変わった」とも。「今私たちが伐採している木は、100年前に植え、大切に育てられたもの。今度は私が100年後のために残していかなければという責任を感じます」

林業と、山をとりまく環境について知ってもらうため「林業女子会@静岡」で代表を務める。本戸さんの話を聞いて「私も興味がある」と同世代の女性から声をかけられることも。森林に導かれるように歩んできた道が、あとに続く人に切り拓かれる。

年間15回以上も旅行会社のツアーコンダクターとして海外へ赴く鈴木美津子さんは、40歳を目前にその職に就いた。

福岡県出身の鈴木さんが夫の仕事の関係で来静したのは15年ほど前。それまで12年間、公務員として忙しく働いていたが、静岡では専業主婦として暮らした。子育てサークルに携わったりした後、2人目の子どもの小学校入学を機に再就職を目指して「自分を棚卸し」した。

39歳。特別なスキルも資格もない。好きなものを書き出してみた。旅行が好き。人が好き。自己分析してたどり着いたのがツアーコンダクターだった。採用年齢35歳までと記されていたが、思い切って電話をかけた。「普通、面接では何でもやりやすって言いますよね。でも実際、家庭があるからできないこともある。それを正直に話し、それでも長く働きたいと伝えました」

静岡市内の旅行会社で、データ入力などの内勤から再出発。かつては月200時間も残業した経験を持ち、社会人としてのプライドもあったが、ここでは自分よりずっと若いスタッフに「教えてもらう立場」に。でも「それが現実」と受け入れ仕事を覚えた。ツアーコンダクターに必要な資格も1つずつ取得。最初は国内から、そして海外ツアーへとフィールドを広げていった。ツアーを滞りなくこなすだけでなく、参加者に歩み寄り一緒に楽しむ。そのスタイルが人気を呼び、3年後にはパンフレットに名前が載るようになった。

世界の国々を「職場」として駆け回る鈴木さんだが、心がけていることがある。仕事を家庭に持ち込まないこと。一カ月のうち半月以上留守にしないこと。そして子どもに「やめて」と言われたら潔くやめる覚悟がある。「今でも我慢させていると思いますが、口に出すのは本当に辛いからだと思うので。もちろん、そういう気持ちにさせたくないし、私も辞めたくないで、精いっぱい頑張っています」。夫の都合と自分のスケジュールのすり合わせは「今もバトル」と鈴木さんは笑う。

「どの国に行っても気力体力フル回転で、24時間気が休まりません。でもお客様が「この旅行は本当によかった」と言って下さるとき、ほんの薄紙一枚のうれしさが、大変さを上回るんです」

「紙1枚分のうれしさが、明日もこの場所に立つエネルギーになる。」



資格を取って  
事務所を開く。

小原恭子さんは「働く場所」を探し続けた人だ。大学卒業後、静岡市内の広告会社に勤務。以降、法律事務所、秘書、IT関連会社で広報、マーケティングなど、いくつもの企業に勤めた。だが「どの仕事もやりがいはあったし、人間関係にも恵まれた」ものの、職場を去らねばならない壁に突き当たった。体調を崩したこともあったし、派遣の契約が半年ごとの更新だったこともあった。リストラにもあった。

「もちろん落ち込みましたよ。もっと長くいたいと思った会社はいくつもありませんでしたから」(小原さん)

結婚しても残業の連続で、夫との会話もままならない。家に帰ってもリラックスできない。体力的にも精神的にも疲れ果て、官公庁の臨時職員に転職。ようやく自分の働き方を考える余裕が生まれたとき、気づいたことがあった。「外

で働くのも人と接するのも好きだけど、家族とともに生きていくには「会話」が必要だ」と。

そして小原さんは1つの目標を立てた。40歳からでも独立でき、女性も活躍できる資格。これまでの社会人経験を活かして自分の責任で時間や仕事がコントロールできる仕事。行政書士になるための勉強を始めたのだ。勤めながらの勉強がどんなに大変でも、夕飯は家族と一緒に食べるようにした。ハードワークで家事も仕事も中途半端になった苦い経験から学んだポリシーだった。そして今年、2度目のチャレンジで合格。これまでのキャリアは職種も業種もさまざま。それでも小原さんは思う。「遠回りだけれど、どれも無駄ではなかった。行政書士として独立してから、これまでの仕事関係の人が声をかけてくれることも少なくないんです。それぞれの会社時代の人脈が、今の仕事につながっている。本当にそう実感しています」

挫折の経験は、その沈み込みが深いほど、回復したときの喜びは大きいし人間の幅も広がる。小原さんが「新たな場所」で見た自分自身の姿だ。



迷いながら、休みながら、  
自分の足でたどり着いた場所。  
回り道の先に、  
きっと「私らしい働き方」がある。

# ここが私の中の働く場所。

森の中で働く。

子どもの頃から山や森に憧れていた。そう話すのは本戸三保子さん。林業家として天竜の山で働く本戸さんの前には、憧れから続く一本の道が伸びていたのかもしれない。

「男の仕事」のイメージが強い林業に、本戸さんが飛び込んだのは5年前。大学3年時のインターンシップで林業の現場を目の当たりにした。林業の目的の多くは、建材となる木を育てること。木がまっすぐ伸びるように、下草を刈ったり枝を

払ったり、間伐をしたり。私もこの現場で働きたいと思った。でも体力も経験もない。「危険がとれない、体力的にも女性には無理」という考えがほとんどだった。それでも「やる気だけはあったんですよ」と本戸さん。

不安よりやりたい気持ちが勝ったこと、そして「女性も山で出来る仕事がある」という先進的な考えの「親方」と出会ったこともあり、新卒で林業家としてスタートを切った。作業着に地下足袋姿で、チェーンソーを担いで山へ入る。最初そ体力がなくてついていけないこと

しずモテStyle × 宝石のルシルK

## しずモテStyle TV番組&WEBサイトにて! Jewelry コーデ

11/2(金) Start!

ジュエリーで女子力UP!

ファッションに合わせてジュエリーやアクセサリもコーデの幅を広げたい! 本格ジュエリーで女子力UP☆ お手ごろな値段だけじゃなくカジュアルなmyジュエリーが欲しい!!

身につけてワクワクするマイスタイルジュエリーを見つけよう!

宝石と真珠の専門店 **ルシルK**

054-221-1556

静岡市駿河区豊岡町2丁目7-16  
営業時間/10:00~19:30  
GCA宝飾鑑定士 宝飾器具設置店

THE WOMAN'S DIAMOND  
働く女性の人気 No.1

Sirena Azurro K18PG ダイヤピンクサファイア ¥84,000  
Sirena Azurro K18PG フラクサダイヤ ¥55,650  
The Heritage of K18YG ダイヤモンド ¥45,700  
The Heritage of K18PG ローズカットダイヤ ¥34,000  
ENJOVE K18WG ダイヤ ¥79,800  
K18PG ダイヤモンド ¥33,000  
女性ならではのこだわりが ippaiのダイヤモンドです。  
The Heritage of K18YG ダイヤモンド ¥49,800  
The Heritage of K18YG ダイヤモンド ¥25,000

子育てママの「知りたい」「学びたい」「働きたい」をサポートする女性のための窓口

## マザーズ ジョブステーション 静岡県

相談無料 託児無料 予約制

働きたいママのこんな声に答えます!

いずれは働きたいけど、何から始めたらいいの? 自分に合っている仕事、できる仕事は? 仕事と子育ての両立って難しそう... 採用されるための面接の受け方や応募書類の書き方って?

子育てもお仕事も大切にしたいあなたを応援します!

「マザーズジョブステーション」は、子育てをしながら就業を希望する女性のための窓口です。就業に関するカウンセリングやセミナーを行い、就職に意欲的な子育てママのお手伝いをしていきます。

無料就業相談・適職診断・スキルチェックなど

相談方法 来所相談はホームページまたはお電話にてご予約ください。 相談受付時間:平日10:00~18:00 第2土曜10:00~18:00 ※託児・スキルチェックなどをご希望の方は、申込時に同時にご予約ください。

来所相談 メール相談

マザーズジョブステーション静岡  
静岡県静岡市駿河区御幸町 8-1 JADEビル5階  
フリーコール:0120-083-733(平日10:00~18:00)  
静岡県雇用推進課委託事業 受託: 株式会社シグマ

静岡マザーズジョブ 検索

ホームページアドレス <http://www.mothers-js.jp>

働くお母さんへ 応援します!

ヤクルト商品と健康、そして、とびきりの笑顔をお届け。

## ヤクルトスタッフ

「お仕事説明会」毎月開催中!

11/3(火) 14(水) 12/4(火) 5(水)

\*時間/10:00(開始)~11:30(終了)  
\*会場/中央静岡ヤクルト販売(株)3階 (静岡市駿河区瀬名川3丁目3-43)

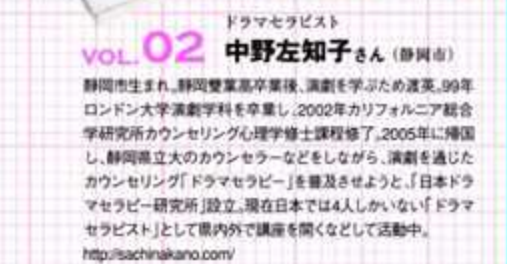
まずは、お気軽にお電話ください!

人も地球も健康に 中央静岡ヤクルト販売株式会社

Yakult 0120-86-8960 <http://www.cs-yakult.jp>

# 貴女のおシゴト 道具 VOL.02

真剣なまなざしで仕事に立ち向かう女性って、どこか格好良くて美しい。そんなキラキラと輝くお仕事ウーマンの大切なお仕事道具、見せてもらいませよ!



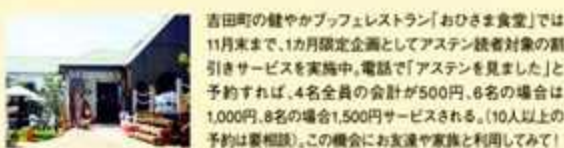
**ドラマセラピスト VOL.02 中野左知子さん** (静岡県)  
静岡生まれ。静岡県立大学卒業後、演劇を学ぶため渡米。99年ロンドン大学演劇科を卒業し、2002年カリフォルニア総合学研究所カウンセラー心理学士課程修了。2005年に帰国し、静岡県立大学のカウンセラーなどしながら、演劇を通じてカウンセリング(ドラマセラピー)を普及させようと、「日本ドラマセラピー研究所」設立。現在日本では4人しかいない「ドラマセラピスト」として県内外で講座を開くなどして活動中。  
<http://sachinako.com/>

## MUST TOOL スカーフ

ドラマセラピーとは、心に悩みを抱えている人が自分の気持ちを物語にしたり、集団で演じたりしながら外に引き出し、解決の糸口を見出す「芸術療法」の一つ。スカーフは、その「舞台道具」として用いられる。喜怒哀楽とその感情の変化を視覚化させるため、色、生地などさまざまなスカーフが必要で、中野さんのお仕事バッグにはいつも鮮やかなスカーフが。日本でまだ新しい研究分野だが「ストレスの多い今の日本人役に立てる」と確信する中野さん。「ドラマセラピーを通して悩みを抱えている人たちに“ありのままの自分”で良い」ということに気付いてもらえたら」と真剣だ。

## asten INFOMATION

### 「おひさま食堂」でアステン読者限定特典



**おひさま食堂** 豊原郡吉田町神戸2143-18 0548-23-9755  
営業時間/11:00~15:30(LO14:30)、17:30~22:00(LO20:30) P/56台  
休/火曜(ディナーのみ、ランチは無休) **おひさま食堂**

### ロイヤルセントヨークに「ケイトハウス」が誕生



**ロイヤルセントヨーク** 静岡市駿河区青町6-14 054-203-3877  
営業時間/10:00~20:00 休/日/毎週火曜(祝日を除く)  
<http://www.royal-st-york.com/>

## アステックリニック ASTEN CLINIC

静岡レディースクリニック 内田玄洋 理事長

フルタイムで働いていて、仕事中心の生活を送っています。年齢を考えるとこの先、妊娠・出産ができるの不安です。

一般的に言われているように、年齢が高くなればなるほど自然妊娠しづらくなるというのは事実ですが、近年は生殖医療の高度化が進み、40歳以上でも妊娠は可能です。当院でも、不妊治療を行った40歳以上の患者さんが、数多く妊娠を果しています。女性の社会進出に伴う晩婚化や妊娠・出産の高齢化で、こうした悩みを抱えている人が増えています。子供を産み育てることは大変重要な社会貢献の一つですが、どちらか一方を選んだり、あきらめたりするのはなく、両立していくことが大切です。ただ、不妊治療については、治療がスムーズに行えるよう生活環境を整える必要があります。ご主人の理解、職場の理解を得ることが重要です。本人だけでなく、周囲も不妊治療についてもっと理解を深め、協力し合える社会を築いていかなければなりません。

婦人科の専科女医にお答えします。質問は「アステックリニック」[asten@shizushin.com](mailto:asten@shizushin.com)まで



**ナポリピッツァはなぜ美味しい?**  
イタリア・ナポリ地方に伝わるナポリピッツァは「コルニョーネ」と呼ばれる楕円の表面がカリカリ、中はモチモチとしているのが特徴で、縁まで全部食べ切るのがイタリア人の特別な文化なんです。そんなナポリピッツァを味わえる「ピソリーノ」(静岡市駿河区)では、新ブランドがこれほど登場し、本格ピッツァの味を思う存分楽しめる。ぜひ家族で出掛けてみて。

**ナポリピッツァ食べ放題セット** ※祝日祝日120分  
2,079円 税込 (小学生1,050円、未就学児無料)  
本館新登場のナポリピッツァ約20種類が次々とテーブルに運ばれるパイクック。セットには、サラター、バスタ、野菜スープ(各自が飲み)ドリンクバー付き。デザートも12種類ソフトクリームが食べ放題!  
イタリア原産 ピソリーノ 静岡宮竹店  
静岡市駿河区宮竹1-1-1  
営業時間/11:30~16:00(15:00LO)  
17:30~22:00(21:00LO)  
※金・土曜日は~23:00(22:00LO)  
定休日/年中無休 TEL/054-236-7878

## あらなみ先生に教わる 女性のための漢方レッスン 第11回

**Q** 漢方薬は長く飲むほどいい?  
薬膳は医食同源(健康維持には食事が重要)という考え方から、薬草や体によいとされる食材を使って創造された食事。そういったさまざまな薬草を食事に入れるのではなく、そのまま調合したのが漢方薬です。だから私は漢方薬を飲むことは、毎日薬膳を食べるのと同じことだと考えています。これが漢方薬を飲むことで健康を維持できると私が考える1つの根拠であり、漢方薬は長く飲むほど良いという質問に対する回答です。また漢方薬を長く飲んでいて体に悪影響はないかと質問を受けますが、以上述べたように薬草中心の薬です。適切な漢方薬であれば安心して飲み続けてください。ただし不適切な漢方薬は有害になりますので、漢方医学に精通した医師の処方が大前提です。



**Q** 「未病を治す」という意味とは?  
未病とは病気にまではなっていないが、このまま放置すると病気になるという状態です。漢方薬は未病を治すのに創られた薬でもあります。例えば胃の調子が悪く、内視鏡で診てもらっても異常がない場合、現代医学的には正常ですが、本人にとっても、漢方医学的にも異常です。検査で明確な異常がみつかる前段階、胃もたれや食欲不振などのさまざまな不調を治して病気にならないようにするという考え方が漢方医学にはあり、そのために創られたのが漢方薬なのです。

**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】島田市中溝町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.5  
【テーマ】ドレスの基本形⑤ 2WAYスタイル

**ドレスはそのままで大変身!**  
「お気に入りのドレスだから挙式から披露宴まで長く着たい。でも印象は変えたい」。そんな願いを叶えてくれるのが桂由美の2WAYドレスだ。例えば、写真上のドレスはそのまま着ると上品さが際立つ袖ありのAラインだが、実は、このオフショルダー部分は着脱可能。一瞬にして、写真右のようなワンショルダーのAラインに変身する。さらに、ワンショルダーのリボンを取り外せばビスチェタイプになり、取り外したリボンはヘッドアクセとしても使用可能。素材からデザイン、製法までこだわったクオリティはそのままに、1着のドレスで2WAY以上のバリエーションを楽しめるのは桂由美デザインだからこそ。ほかにもいろいろな2WAYスタイルのドレスがあるので、詳しくはフィーノ静岡にお問い合わせを。

11/10~18は fino ニュードレスコレクション  
11/10~18にfino ニュードレスコレクションを開催。桂由美の新作ドレスのほか、特別企画商品の発表も。ぜひ来場して。  
桂由美フィーノ静岡  
静岡市駿河区中村町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

## 美容皮膚科・脱毛・形成外科・美容内科

# ココロ×カラダ

## La Clínica Shizuoka

ラクリニカ シズオカ  
女性専用美容クリニック

★初診料、カウンセリングは無料  
※自由診療のため保険は適用されません。

美容皮膚科	シミ、しわ、たるみ、ニキビ、ホクロ、スキンケア
医療脱毛	
美容内科	注射(プラセンタ、ヒアルロン酸、Q10、疲労回復・肌質注射)、各種点滴、ビタミン剤処方
形成外科	

ラクリニカ シズオカでは、診療・カウンセリングから手術、検診まですべて院長が診察させていただきます。  
院長 武中 晩  
日本外科学会認定 外科専門医  
国立東京医科歯科大学医学部卒業  
相談・ご予約をお待ちしております。  
**0120-108-300**  
電話相談・予約受付時間 10:00~19:00(水曜休診)

The 5th anniversary  
ラクリニカシズオカは  
おかげさまで開業5周年  
医療法人社団静美心会  
ラクリニカ シズオカ  
静岡市駿河区福川2丁目2-1 5F

## 浄水器とボトルウォーターサーバーのいいところが合わさりました!

水道に直結して美味しいお水をつくる、浄水冷温サーバー「クリアエコ」の登場!!

- 水道水を使用するからとても経済的。料理や炊飯にもオススメです!
- 重いボトルをセットする必要や、蓋が閉まらないことがあります。
- 浄水フィルターの交換だけだから、注文や受け取りの手間がない!
- 面倒なフィルターの交換は専門スタッフがいたします!
- いつでも冷水と温水が使えます(浄水器ではありません)

水道直結式 浄水冷温サーバー「クリアエコ」  
月額 2,980円のみ  
【サーバーレンタル料、フィルターカートリッジ代別]  
Lサイズ:310(W)×380(D)×1100(H)  
Sサイズ:310(W)×380(D)×530(H)  
※設置時に保証金1万円をお預かりします。  
※お問い合わせ後、一度訪問説明に伺います。  
※アフターメンテナンスもお任せください!!  
設置後は3ヶ月に1度訪問しフィルターを交換。  
フィルター交換は月額利用料に含まれているので、交換の度に費用がかかることはありません。

水道水が美味しくなるのは、4つのフィルター!!

- ①セディメントフィルター 浮遊物、塵、不純物などを落とします。
- ②活性炭フィルター 臭気、雑味、有機物及び悪臭やカルキなどを取り除きます。
- ③ナフィフィルター 塩分やミネラル、カルシウムなどのミネラルを分離させます。
- ④ブロックカーボンフィルター 中空糸膜のフィルターを通して水を安定的に供給し、水をまるやかに。

株式会社 桜ヶ丘流通 ウォーター事業部 藤枝営業所 藤枝市藤枝南461-14  
ご注文はお電話で! 受付/平日9:00~18:00 **0120-710-119** <http://cleareco.net/>

## ツギジフーズのちょっといい話 第2話

本題の前に、第1話で紹介したとまどジュースの話を少し。一時売り切れ状態が続くほど好評を得た「あかみとまどジュース」。ようやく生産が追いつき、現在はwebでも予約を再開したそう。寒さが増すにつれ濃厚になるトマトの味を堪能したい。さて、今回は熟成するほど美味しいツナ缶について。

**熟成するほどおいしいツナ缶って知ってた?**

ツギジフーズのオーシャンプリンセス・ホワイトツナはツナ缶の高級原料といわれ、鮮度が良く脂のった「一本釣り夏ビン長鯖」(通称「夏ビン」)のみを原料に使用。この鯖を丁寧に加工して鯖実油に漬ける。この油、たとえば高級料理や、気の利いた天ぷら屋さんなどで使われているもの。この鯖と油の組み合わせだからこそ、じっくり時間をかけ缶の中で熟成させた方が脂が油に馴染み、旨味が増すという。まさにヴィンテージな味わいのツナ缶。そのまま食べても美味しいけど、オムレツやサンドイッチにしても美味しく味わう美味しさからおすすめ。店頭で並ぶリボンをかけたパッケージは、手土産にもいい。3缶〜24缶まで各種詰め合わせセットもある。最近では人気女性誌やラジオでも静岡県のギフトとして注目された。実は、日本初のツナ缶生産の地がこの清水。その伝統製法を今でも貫いているというも驚きだ。

お歳暮やギフトにもぴったり! 1缶ずつが大きい缶210円と、かたよりのソップ263円がある

こだわりのグルメの専門店 ツギジフーズ  
●本店 静岡市清水区本町1-7 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/バリエーションSSKプラザ店 9:30~20:00(土日祝営業) [info@tsukiji-foods.co.jp](mailto:info@tsukiji-foods.co.jp) ツギジフーズ

## 今月のイケメン vol.51

公私ともに 食にこだわる営業マン

静岡の人に「サラダを美味しく食べてもらいたい」とスーパーを回り、ドレッシングやマヨネーズの営業活動に勤む「エスエスケイフーズ」の笠井さん。プライベートでもよくスーパーに通い、自分が担当する商品を消費者目線で買ってみるというほど仕事熱心な笠井さんは「食通」としてもお客さんから評判だ。たとえば、この夏の終わりに発売された新商品「タコサラダドレッシング」は、店頭でアポカドと一緒に並べることで、美味しい食べ方をアピール。商品開発の際にはメキシコ料理店に足を運んだり、リサーチにも余念がない。営業とは、まるで開発チームのような熱心ぶり、その理由を尋ねると、大学時代からデパ地下など、食に関する場所でのアルバイトが多く、コンビニでも「いかに唐揚げを上手に揚げるか研究していたね」と当時を熱く語る。また、プライベートでは高校サッカーファン。年末年始に行われる全国選手権では、毎年初戦から観戦に足を運ぶそう。「特に個人技が光るプレイヤーのファンです」と今年も予定を空けて楽しみにしているそう。「自社製品の売り上げを県内No.1にすることが使命だと思っています」と語る笠井さん。春と秋、年に2回新商品が発売される時期、スーパーに足を運ぶのが楽しくなりそう。

エスエスケイフーズ 静岡支店 家庭用営業課 課長代理 笠井勇佑さん

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「イケメン係」まで【メール】[asten@shizushin.com](mailto:asten@shizushin.com) 【郵便】〒422-8670 静岡新聞社 アステックリニック 応募の際は応募者の連絡先とイケメンの写真を送付してください。採用の場合、編集部からご連絡させていただきます。

# アステン MEETS ぐるぐる Gourmet Collection

## 秋の彩り総菜

いつも忙しい女性にとって頼りになるのが街のお惣菜屋さん。定番の家庭料理はもちろん、家では調理の難しい個性派メニューまで手軽に味わえるから、平日ランチに、行楽のお供にぜひ利用してみよう。

**オーガニックデリ 大地**  
静岡市駿河区小浜2-1-1  
TEL: 054-284-3474  
営業 10:30-19:00 ※食品がなくなり次第終了  
休 土曜・日曜・祝日  
※10個以上の弁当(500円~)注文は受付可  
P: 有り

## ヘルシーおからサラダ

「おからが苦手な男性にも人気です」と店主の矢部真美さんが言うのとおり、マヨネーズベースの味付けとふんわり香るゴマの風味は、小さい子どもにも食べやすい。おからは近所の豆腐店の、国産大豆100%のものを使用。キュウリ、ニンジン、トマト、そして店で一日がかりで自家製しているこんにゃくも入っていて、繊維たっぷり、他にも旬の野菜は無農薬のもの、玄米や、無添加の調味料を使用するなど、体を気遣いながらおいしく味わえるメニューがそろって、バランスよく色々なおからが入ったワンコインの500円弁当も、昼夜問わず人気。



## 鶏半身揚げ

丸ごとの鶏を縦半分にカットして揚げた「鶏半身揚げ」は、家庭では調理が難しいボリュームメニュー。今年7月にオープンした「鶏半身揚げ」のテイクアウト専門店「グラム」では、昭和町にある姉妹店「ダイニング酒房 穴くら」で一番人気のこのメニューを、自宅で手軽に楽しめる。特別な油で15分間じっくり揚げ、皮はパリッと肉はジューシー、冷めてもおいしいと好評だ。11時30分~13時30分には胚芽パン2個付きで880円のセットがあり、公園でピクニックランチするのにもちょうどよさそう。すぐ持ち帰るには予約が確実だ。

**鶏半身揚げ専門店 グラム**  
静岡市駿河区駿河町7-5 (常盤公園そば)  
TEL: 054-251-0009  
営業 11:00~17:30  
休/水曜(2013年1月~)  
P: なし

## 若鶏と秋の味覚のカキソース炒め

500 静岡グランドホテル中島屋の江戸通り側にある総菜販売コーナー。ホテル内にあるレストランでその日の朝作った和洋中の総菜、弁当、デザートが70種類ほど並び、家庭やオフィスで手軽に本格的な味の楽しめると好評だ。野菜の彩り豊かな「若鶏と秋の味覚のカキソース炒め」は、陣屋一が最高級肉を極める「静岡四川飯店」の一品。レストランにはないデリカだけのオリジナル季節メニューなのでぜひお試しを。定番の「麻婆豆腐」や「小海老のチリソース煮」もおすす。予約は前日15時まで、当日でも数があれば取り置きしてもらえる。

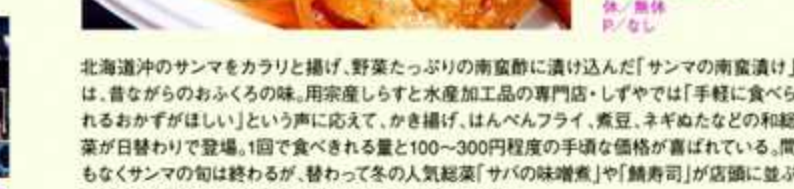


## 中島屋デリカ

静岡市駿河区紺屋町3-10  
TEL: 054-253-1151 (代表)  
営業 11:00~17:30  
休/水曜  
P: 有り

## サマの南蛮漬け

北海道沖のサマをカリッと揚げ、野菜たっぷりの南蛮酢に漬けた「サマの南蛮漬け」は、昔ながらのおふくろの味。用家産しらすと水産加工品の専門店、しずやでは「手軽に食べられるおかずがほしい」という声に応えて、かき揚げ、はんぺんフライ、煮豆、ネギゆたなどの和総菜が日替わり登場。1回で食べられる量と100~300円程度の手頃な価格が喜ばれている。間もなくサマの旬は終わるが、替わって人気の総菜「サバの味噌煮」や「鯖魚の干物」が店頭には並ぶ予定。自慢の「釜揚げしらす」100g300円〜も一緒にどうぞ。



用家産しらすしずや  
静岡市駿河区鷹匠2-10-8  
TEL: 054-273-1660  
営業 10:00~19:00  
休/水曜  
P: なし

### eyecity 接触のアイジティ

No.1 コンタクトショップ

## リニューアルオープン 大特価セール!!

第2弾!

- DAILIES AQUACURE 1,580円
- ACUADESIGN 1,680円
- ACUADESIGN ワンデー フランダーズ 2,480円
- メダリストワンデー プラス 2,000円
- メダリスト プラス 1,580円

有効期限 2012年12月2日(日)まで

### 忘年会ご予約承り中

小杉苑の日本料理をお楽しみください。

## ランチ会席コース

- 2,500円
- 3,000円

## 夜の会席コース(予約制)

- 4,000円
- 4,500円
- 5,000円

電話 054-646-1331 小杉苑 静岡市駿河区丁1丁-6

## 梅の花

### 四季折々の味わいを五感で感じるランチコース

おせち忘年会 予約受付中!

電話 054-641-3117

## 予約なしでも味わえる! 冬の人気メニューが登場!

静岡グランドホテル中島屋 トラストレストラン

電話 054-238-0232



家族が集まる週末に薪ストーブでクッキング

「家族がゆっくり家で過ごす週末には薪を焚く」と、プチイベント的に楽しむウィークエンドユアザーが増えつつある。薪ストーブ。遠赤外線効果で体の芯からポカポカと温めてくれるが、薪はクッキングツールとしても活躍してくれる。薪ストーブは保温はもちろん、オムレツやコトコト時間をかけて煮込むシチューなどの煮込み料理にぴったり。扉を開ければ、ローストチキンやピザが焼け、クッキーは5分ほどで焼き上がってしまう。週末、子どもと一緒にアウトドア感覚で料理やお菓子作りを楽しもう。また、写真のクラシクなデザインは、スタイリッシュな薪ストーブも登場。一度、ショールームに足を運んで薪ストーブの魅力に触れてみて。



購入後のメンテナンスや原木サポート、保険の加入などアフターフォローも万全。

ファイアーライフ静岡
静岡市清水区永楽町14-18 TEL:054-365-4355
10:30~18:30 駐車場あり 水曜、水曜定休
http://www.firelife.jp/



今年最後の出会いのチャンス! 幸せへの一歩を踏み出そう

クリスマスや年末年始に向けて「生涯のパートナーに出会いたい」と前向きに行動する人が増える上に、イベントを通して2人の絆が深まりやすい11月~12月は、今年最後の出会いのチャンス。真剣に婚活している人は、今すぐ静岡県仲人協会に問い合わせよう。多くのカップルを成婚へ導いてきたスタッフが、あなたをしっかりとサポート。性格や希望を理解してパートナーをスピーディに紹介してくれるから、1人目の相手で成婚。交際開始から数か月で結婚に至る期待大。また、交際のサポートも充実している。お見合い初心者の人でも運命の人と出会えるはず。入会金はなく、年会費は男女ともに48,000円(お見合い料は1回8,000円・男性負担)という良心的な価格で、厳重なプライバシー管理も心強い。

ココに注目! 両親はもちろん、兄弟姉妹をはじめとする身内の人による代理入会も大歓迎。「勝手に申し込んだ親に感謝しています。」「静岡県仲人協会のおかげで結婚できました。大好きな姉にも幸せになってほしいから、代理で申し込みました」といった喜びの声が多数寄せられています。

静岡県仲人協会
静岡市葵区相模町11-1
浮月ビル4F
TEL:054-275-1122
10:00~19:00
(土曜日は17:00まで)
火曜、水曜定休
http://shizuoka.nakodokuyokai.com

静開発!全国でも珍しいアルミ板加工のウェルカムボード

投票箱やジュラルミンケースを作るアルミの加工会社「向田工業所」が、その技術を生かして一般向けウェルカムボードを開発してメディアが話題になっている。「テレビや新聞の取材もあり、思いがけない反響に驚いています」と向田社長。アルミは軽量な上に、丈夫で錆びない。その特性を生かして、考え出したアイデアがまさに的中。写真をキャンシ、アルミ板に大小の穴を開けることで形を描く。写真さえあれば数日で仕上げるため、内緒で2人にプレゼントしたい場合にもピッタリ。アルミのライトな光沢感、モダンなインテリアとしても使える。



洗って、しっとり、美肌実感 静岡で生まれた「地黄配合石鹸」

加齢による潤いの低下や肌の乾燥など、女性の悩みはさまざまなもの。いつまでも輝く美肌でいたい女性を応援するために皮膚科医・荒瀧先生と石鹸メーカーと共同開発されたのが「地黄配合石鹸」。漢方でも古くから美肌に使われてきた「地黄」と、美容成分もたっぷり配合できたのは、手作りの特産石鹸だからこそ。合成着色料や香料、保存料は一切使用していないのも嬉しい。愛用している人からは「肌にハリやツヤを感じるようになった」という声も。詳しくは下記までお問い合わせを。

中山薬局
千葉県船橋市本中山3-21-5
TEL:047-333-3651
地黄石鹸の中山薬局

11/22(木)~25(日) いい夫婦の日 記念フェア

南幹線沿いのマイウエディング中屋で、11/22~25の4日間、新作ドレスの発表会「いい夫婦の日記念フェア」を開催。スタイリッシュな「エルベロ」、ウィンタージ感漂うキュートな「ジルシュアート」、お馴染み「桂由美」など人気ブランドの新作が揃う。花嫁から圧倒的人気を誇る「シュガーケイ」や個性的な「ピーチガール」も登場。元気の出そうなカラードレスや、エレガントなトレン引きのドレスもラインナップ。的確なアドバイスで人気のドレスコーディネーターが、あなたのスタイルや雰囲気にぴったり合ったドレスを提案してくれるので、 variationalイメージを遠慮なく伝えてみて、人気イベントのため予約は早めに。和装を考えている人もぜひ。



ご契約の花嫁に素敵なおプレゼントあり。

マイウエディング中屋 小黒ショールーム
静岡市駿河区小黒 2-6-1
TEL:054-287-1122
月~金 10:00~19:00
土日祝 10:00~20:00
水曜定休 予約のみ
http://www.my-nakaya.co.jp/

astent アクトホーム

賢く家を建てるコツ しずおか 第2回 家づくり通信



お手本にしたい現代の木の家

U邸は夫妻と3人の男の子と祖母が暮らす木の家。床板、キッチンカウンターやテーブル、椅子まで無垢の大井川杉で大工のお手製だ。「木の手触りや香りが落ち着きます」とUさん。屋根には太陽光発電。表示モニターにより、家族の意図も変わったという。「エアコンの温度を1度変えると、本当に違うんですね。目に見えるので、子供たちがこまめに電気を消したりするようになりました」。間取りもいい。勝手口のすぐ横にはお風呂と洗濯機があり、サッカーで泥だらけになった子供たちはそこから風呂に直行。キッチンから一歩でつながるため、調理の合間に奥さんは洗濯ものも運ばれる。また、優遇制度として長期優良住宅、しずおか優良木材などの助成を使い、賢く建てた好例だ。

アクトホーム
島田市島76-1 TEL:0547-45-3101 7:30~17:30
定休日 曜、日、第2・4土曜、夏季、年末年始
アクトホーム 島田

ダイニングセット探したら まずは個々に合ったイス選びから

自社工場オリジナル家具を製作し、販売する超立木工。今回はその中でもダイニングチェアとしての座り心地を追求した「和坐(わざ)」を紹介。注目したいのは、背もたれのパーツの多さ。10本それぞれ微妙な角度を変えたパーツを並べることによって、背中にしっかりと馴染むようなフィット感に仕上げている。組み立てはホゾと発泡性接着剤を使用。発泡性によって密度が高く、丈夫でシンプルなデザインを実現。材質については選択が可能。職人によって丁寧に作られる一脚は、一生ものになるはず。「自分の生活パターンに合った家具選びを」と、買い物目録で相談のってくれる姿勢も嬉しい。



超立木工(株) オランダ館
静岡市駿河区津島町16-20
南幹線沿い オートバックス西側
TEL:054-287-0500
10:00~18:00
水曜定休



まずは「無料体験レッスン」から。1ヵ月トライアルコースも受付中

英語で考え、英語で学ぶ「COCO塾」では、無料体験レッスンを受付中。まずはカウンセリングでレベルチェックや受講目的、目標などを確認後、レベルに合ったコースを案内。実際のクラスの雰囲気を感じてもらうため、このスクールの特徴のひとつでもある2インストラクター制のグループレッスンも無料体験できる。コースは初心者から上級者、TOEIC対応、早期ビジネス、小学生からグループレッスンなど多岐。コースをじっくり試してみたい人には「大人向け日常生活コース(初級・中級)1ヵ月トライアルコース」41,600円(1回50分×8回)がおすすめ!

COCO塾 静岡校
静岡市葵区御幸町4-1
アーバンネット静岡ビル1階
0120-339-212
9:00~21:00(土日18:00まで)
請求番号 121100163
http://www.cocojuku.jp

いまや世界に名を馳せるアーティストとして活躍する浜松市出身のジャズ・ピアニスト上原ひろみさん。昨年はグラミー賞を獲得するなどその勢いは留まることを知らない。上原さんに新作アルバムについてや12月に開催される地元公演への意気込みを伺った。



Q.8月にファン待望の最新アルバム「MOVE」が発売されました。今回のアルバムのコンセプトを教えてください。

Q.11月から「MOVE」の国内ツアーが始まります。ライブの楽しみは?

Q.海外に行かれることも多いと思いますが、最近印象に残っていることはありますか?

「時間の流れとともに動く、感情の流れ」をテーマに、朝起きてから夜寝るまでの一日の「サウンドトラック」のような1枚にしました。「MOVE」というタイトルには時間の動きと、時間によって動かされる心という意味を含めました。アンソニー・ジャクソン、サイモン・フィリップスとの共演は前作のアルバム「VOICE」に続き2作目なのですが、彼らとはライブを重ねれば重ねるほど、阿吽(あうん)の呼吸が生まれてくるのを感じていて、より良いチームに仕上がっていると思います。新作「MOVE」に収録した曲はその時のツアーでも演奏を重ねてきたので、今回のレコーディングはライブをするような感覚で臨むことが出来ました。ツアーの合間の3日間収録しましたが、とてもライブ感あふれるアルバムに仕上がったと思います。新作「MOVE」は、このトリオの無限の可能性を追求してきた作品ではないかと満足しています。

アルバムを曲を中心に演奏する予定ですが、その前に10月からこのトリオでヨーロッパツアーが始まります。私たちの音楽はライブでやればやるほど、どんどん曲が進化していくのでその変化を逃がさないように持っていくのは難しいです。曲が化学反応を重ねて変化していく様子、私たち自身もとても楽しみにしています。ぜひ「旅」の成果を、日本の皆さんには楽しんでもらいたいと思います。

今年は今まで行ったことのない、オーストラリア、ラトビア、スウェーデンといった国に行く機会がありました。私たちのことをファンが待っていてくれたり、曲を知っていてくれたことがとても嬉しかったです。今までの積み重ねを感じることが出来ました。また、スペインの海辺の街では古いヤマハのピアノに「HAMAMATSU」(浜松)の文字を見つけ、「マイホームタウン!」と現地の人と話しました。

Q.12月1日には富士・ロゼシアター。12月2日には浜松・アクトシティで公演が予定されていますね。

Q.これかやってみたいことはありますか?

地元でのライブは、本当にいつも楽しみです。毎年、戻ってくる度に、お世話になった先生方、小さな頃から応援してくださっている方々、そして家族に成長した姿を見てもらえたらうれしいなと思います。浜松が世界中で一番ホットする場所、ここでライブすることは自分自身へのご褒美です。Q.30代という年代をどのように感じていますか、仕事の上でも人間としても、年を重ねれば重ねるほど、どんどん楽しさが増えていると感じています。

ここ数年でオーケストラと共演する機会が何回ありました。オーケストラの重厚感のあるサウンドが好きなので、これからもオーケストラと共演したり、オーケストラのための曲を書いたりできれば良いと思います。



歯のホワイトニングの料金例
人生は、覚悟を決めて「歯の大工事」をしない方がいいときがあります。毎日休まず歯を、生涯付き合う歯です。ですから、工事にあたっては、歯医者さんの都合ではなく、本人の歯に良いことを最優先に考える歯医者を選びたいもの。まずは、いま自分の歯がどうなっているのか、デンタルオフィスコムカインのカウンセリングでご相談を。

河内優美子のグルメ館!
オープン1周年を迎えたことT's KITCHENの人気NO.1は「ハンバーグ&ビーフシチュー」。ふっくらとした自家製ハンバーグの上に、濃厚な味わいのビーフシチューがかかった贅沢一品です。

アルミのむかひだ
藤枝市岡部町岡部1826-1 TEL:054-667-7000
http://www.artboard.jp/

中山薬局
千葉県船橋市本中山3-21-5
TEL:047-333-3651
地黄石鹸の中山薬局

超立木工(株) オランダ館
静岡市駿河区津島町16-20
南幹線沿い オートバックス西側
TEL:054-287-0500
10:00~18:00
水曜定休

COCO塾 静岡校
静岡市葵区御幸町4-1
アーバンネット静岡ビル1階
0120-339-212
9:00~21:00(土日18:00まで)
請求番号 121100163
http://www.cocojuku.jp

スキンケアクリニックからの独自のスキンケアアプローチ
ドクターズコスメ エニイプラスは、長くお肌にあずきわってきた美容皮膚科医が様々な分野から多角的にアプローチし、開発されたスキンケア。毎日のお手入れでお肌の健康を維持しましょう。

医師法人 美静会
スキンケアクリニック
美容皮膚科・形成外科・産科(妊婦専用)
www.sc-clinic.jp
院長 平野 温子
1969年生まれ。43歳。富士市出身。静岡医業高校卒業(第1回卒業生)。平成6年 東京女子医科大学医学部卒業。東京医科大学入学試験合格。東京女子医科大学付属病院に総合皮膚科(美容皮膚科)・産科勤務を経て、平成12年静岡市立病院産科にて就業。

11月 は、ほっこり温か料理 **「いただきます」まで 30分**

# しずおかキッチン

すりおろしたカブを、白身魚の上に乗せて蒸し、上品なあんをトロ〜リとかけたかぶら蒸し。ふんわりとした口どけと、カブの甘みで、体を芯から温めます。



# 淡雪かぶら碗、菊の舞

**材料4人前** カブ:小4個(聖護院大根なら1/2個) / 甘鯛:120~200g / シメジ(ゆでたもの):1パック / 白身魚のすり身:大さじ4(又は道明寺粉:大さじ1) / 卵白:1個分 / 飾り付け:木の葉ニンジン(蒸)、銀杏、わさびなど適宜 / 水溶き片栗粉:適量 / 食用菊(乾燥):大さじ2(又は生花二つ分の花びら)  
**[A] あん** だし汁:350cc / 塩:小さじ1/2 / 酒:小さじ1 / 薄口醤油:小さじ1 / みりん:小さじ2/3 / うま味調味料:少々

(甘鯛のかぶら蒸し)

**1** 食用菊はさっと茹で水を絞っておく。カブは皮を剥き、すりおろし、軽く水けを切る。甘鯛は皮目に切り込みを入れ、4枚にそぎ切りにし、塩と酒(分量外)を振り5分ほど蒸す。卵白は泡立てしておく。



**2** 白身魚のすり身(又は道明寺粉)は、だし大さじ1杯ほどを加えながらすり鉢でのぼす。ボウルに①の卵白、のぼしたすり身、シメジ、①ですりおろしたカブを入れて、さっくりと混ぜる。

**3** ①で蒸した白身魚を碗の中に入れ、その上に②をこんもりと乗せ、蓋をし、沸騰した蒸し器に入れ、弱火で5~6分蒸す。[A]を鍋にかけ、沸騰したら食用菊を入れ、水溶き片栗粉でとろみをついたらあんの完成。蒸しが終わった碗に、あんをかけて出来上がり。



欲らく仕上げ上がるよう、蒸しすぎに注意



今月の先生 **朝比奈 潔** Asahina Kiyoshi  
 はれの夢(とき)小杉苑 代表取締役  
 「卵白は塩を一つまみ入れると泡立ちやすいですよ」。食用菊を茹でるときは酢を少し入れて色鮮やかに。聖護院大根が手に入れば最適。お魚は他の白身魚でも代用可。「旬のうまみたっぷりのカブと白身魚は、相性抜群です」  
 tel:054-641-3321

asterisk(アスタリスク:\*)はギリシア語で「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 ten 10 アステン

vol.85  
 【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、川根本町  
 [2012.11.3] 発行/静岡新聞社  
 〒422-8033 静岡市駿河区登呂3-1-1  
 紙面・広告掲載に関するお問い合わせ  
**☎054-284-9236**  
 (平日9:00~17:00)  
**asten@shizushin.com**  
**http://www.asten.jp**  
 静岡新聞購読のお申し込みは  
**☎0120-89-4311**  
 \*次回(12月1日発行)は「クリスマス」特集

表紙:今月のキラリ  
**女川フィッシュ onagawa fish**  
 (ウォルナット、オーク、メイプル)1,260円  
 問い合わせ:  
 ことり tel:054-635-4111  
 ブルクワパ? tel:054-637-2818

**2012 Saint Valentin Christmas The holy world**  
 12/14(土)まで  
 10%OFF!!  
**ウエディングスイーツカフェ**  
 Café deux Valentin chambre d'hôte  
 ●●● 県立美術館 登水通り BUS STOP 前 ●●●

## 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11月16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11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食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11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 焼き菓子のおすすめのお店とその商品を教えてください。
- 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**  
 DVDつき 子宮美人ヨガ (に平美香 著) 【主婦の友社】

**02 5名様**  
 タコサラダドレッシング、SSKマヨネーズのセット 【エスエスケイフーズ】

**03 3名様**  
 リーベンワム リーベンクレーム カフェ リーベンローチェ

**04 3名様**  
 緑茶アルグレイ 南十字星(1.5g×20パック入り) 【藍作園】

プレゼント賞品はクロネコヤマトが11月下旬にお届けします **ヤマト運輸**

**迎春の美食に出逢う。**  
**おせち料理**  
 ホテルアソシア静岡特製  
 新春にふさわしい食卓を彩る 匠の技が織りなす 至高の味をご堪能ください。  
 ●ホテルにてお受取りの方全員に、特製ラスクプレゼント!  
 [予約受付期間] 12/20(木)まで [お渡し日時・場所] 12/31(月) 11:00~18:00 ホテルアソシア静岡3階特設カウンター ※宅配便での配送も承ります。(送料1個につき¥700)  
 お問い合わせ、ご予約 **和** Tel.(054)271-2293 (単席) **中** Tel.(054)254-4470 (梨杏) **洋** 和洋中 Tel.(054)254-4140 (宴会予約席)

<b>和</b> 一段	日本料理 華雲 一段 ¥15,000 (23.5×23.5×6cm)2~3名様分 ●二段¥25,000もございます。
<b>中</b> 一段	中国料理 梨杏 一段 ¥15,000 (25×25×6.3cm)2~3名様分
<b>洋</b> 一段	西洋料理 一段 ¥15,000 (25×25×6.3cm)2~3名様分
<b>和洋中</b> 二段	和洋中折衷料理 二段 ¥35,000 (20.2×20.2×6.3cm)5~6名様分

限定 50席

**Al Porto** イタリア料理 アルポルト静岡  
 ランチコース ~冬の味わい~  
 11/1(木)~12/19(水)  
 12/26(水)~12/31(日)  
 ¥3,500  
 お好きなデザートがお選びいただける人気の自家製デザートワゴンサービス付

**PERGOLA** コーヒーショップ パーゴラ  
 ランチブッフェ  
 11/1(木)~12/31(月)(12/20(水)~12/25(水)はクリスマスメニューが加わります。)  
 食べ放題(ドリンク別付) お一人様(平日) ¥2,300 (土日) ¥2,600  
 シニア(60才以上) (平日) ¥2,000 (土日) ¥2,300  
 小学生・中学生 ¥1,300 / 幼児(3才~小学生未満) ¥700  
 シュエによるデモンストレーション 「スイーツ」「パスタ」  
 ディナーブッフェ  
 11/1(木)~12/31(月) ※12/20(水)~12/25(水)はクリスマス料金となります。  
 食べ放題 & 飲み放題 お一人様 ¥4,000 シニア(60才以上) ¥3,500  
 11/1(木)~11/30(金)・12/26(水)~12/29(土)  
 食べ放題(ドリンク別付) お一人様 ¥3,000 お得な新料金プラン  
 小学生・中学生 ¥2,000 / 幼児(3才~小学生未満) ¥1,000  
 シュエによるデモンストレーション 極上メニュー「ローストビーフ」

幸せが寄り添うアソシアのクリスマス 大切な時間に相応しい、クリスマスディナー  
**Al Porto** イタリア料理 アルポルト静岡 **鉄板焼 那古亭**  
 クリスマスディナーコース  
 12/20(木)・12/21(金)・12/25(水)  
 ¥10,000 / ¥13,000(宴会席)  
 12/22(土)・12/23(日)・12/24(月)  
 ¥13,000(宴会席) 2部制

これから式場をお探しのおふたりへ  
**11/11(日) 10:00~18:00 ウエディングフェア**  
 ◎模擬披露宴 (第1部)10:00~(第2部)15:00~  
 ◎婚礼料理試食(菓子肴) (第1部)10:30~(第2部)15:30~  
 ◎人気ドレス・最新ウエディングアイテム展示  
 ◎チャペル・神殿・披露宴会場・ホテル内施設見学  
 ◎テーブルコーディネート展示  
**入場無料**  
 ご来店特典 ホテル特製パウンドケーキプレゼント!  
 フェア当日は、おふたりだけで自由に見学することも可能です。お気軽にご参加ください。

JR静岡駅北口より徒歩1分のおもてなし  
**ホテルアソシア 静岡**  
 Tel.(054)254-4141(代表)  
**アソシア静岡** **検索**  
 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 | ディナー 17:30~21:00(ラストオーダー20:30)