

asterisk ten  
10

# アステテン

2013 6月号  
vol.92



asten people  
Jam9



アステテン meets ぐるぐる  
野菜たっぷりランチ

特集

## 「開いた家」に暮らす。

小さな旅  
焼津・花沢周辺エリア  
すくすくボード  
こだわりSELECTION

お出かけグルメ  
しずおかキッチン  
ロゼ色。美チキン

今月のキラリ  
動物のカラフルなピアスは、  
ランテルナのサファリシリーズ。  
真っ白いTシャツのとき  
耳たぶにのせてあげたら超キュート。  
一つ付けて目を閉じてみて。  
アフリカ大陸の風は気持ちいい？  
のそりのそり、  
猛禽からさめた猛獣たちが  
動きはじめるんじゃない？  
このピアス、小さいけれど小さくない。  
こども心と出会える店、  
テニーネオのセレクト。

撮影協力/TENYNEO(テニーネオ) tel: 054-273-7155

毎月第一土曜日発行  
静岡新聞 広告特集

### LUCIR-K

SELECT JEWELRY SHOP

# 6/1 土 OPEN

ルシルKからLUCIR-Kに変わり  
新店舗に移転

●オープニングフェア開催中  
ダイヤモンド・カラーストーン・GUCCI時計・ブライダルリング etc



Special Guest



6/2 日・3 日  
スペシャルゲスト  
「川崎カイヤ」登場!



LUCIR-K  
SELECT JEWELRY SHOP

☎054-221-1556

静岡市葵区紺屋町1-8  
[営業時間] 10:30~19:30  
GCA 宝石鑑定士 宝石鑑別器具設置店

ルシルK 検索

庭先で自家製のパンを売る。自宅をギャラリーにする。  
 今、暮らしている家の一部を外へと開くことで、  
 自分のやりたいことを実現している女性たちがいる。  
 気負わず、軽やかに、自分らしく。  
 彼女たちにとって、「開いた家」は人生を彩るキャンパスだ。

# 「開いた家」に暮らす。

自称「わがままなパン職人」が出迎える、  
 緑の庭で人と人がつながる家。

今年4月、桜の季節のある日曜日、  
 静岡県駿河区谷田の閑静な住宅地の一角が、いつもと違う華やかにぎわいを見せた。大石昭子さんの自家製パンの店、「AKIKOのパン」が久々にオープンしたからだ。

実は昭子さん、趣味で焼いていたパンが評判を呼び、20年前から週末だけ自宅の庭先でパンを売るように。「無理せず、楽しく、長く続ける」というモットー通り、一昨年、惜しまれつつ「閉店」するまで、休むことなく土曜は仕込み、日曜はパンを焼くという暮らしを続けてきた。知人の鉄職人が作ってくれたという看板は、庭の緑の中で錆と風格を増し、「AKIKOのパン」が愛されてきた18年の歳月を物語る。

勝手を知っているお客さんは、看板とお揃いの鉄製の扉を開き、庭の主役として存在感を放つ桜の木の下のテ

ブルへ。昭子さんは、助っ人として駆けつけてくれたご長男の奥さん、お孫さんに店番を任せ、庭へとつながるキッチンから、古くからの友人でもある「常連さん」たちに淹れたてのコーヒーを振る舞う。コーヒーとパンの香りが漂う日曜日。いつもの日常が、この家でしか味わえない優しい特別な風景になる。

「毎週、店を出すことはもう引退です」と微笑む昭子さんだが、キッチンとリビングを開放してのパン&料理教室は現在も開催中。成長した子供さん達の部屋を利用して、留学生のホームステイも受け入れている。



人は、そんな昭子さんの一番の理解者であり協力者。この家で暮らし始めて今年で22年目という二人の城は、年齢、性別、国境を超えて人と人が柔らかくつながることの大切さを教えてくれる、緑豊かな「開いた家」だ。



## 猫とアンティークと人形と。「非日常」を愉しむ家。

いそべりごさんは、焼津市在住の  
 人形作家。現在、焼津と浜松で開講する人形教室「アトリエベベ」の拠点でもあるアトリエ兼自宅は、いそべりさんの技術やセンスを学ぼうと、県内各地から人形愛好家たちが集う創造的な家だ。

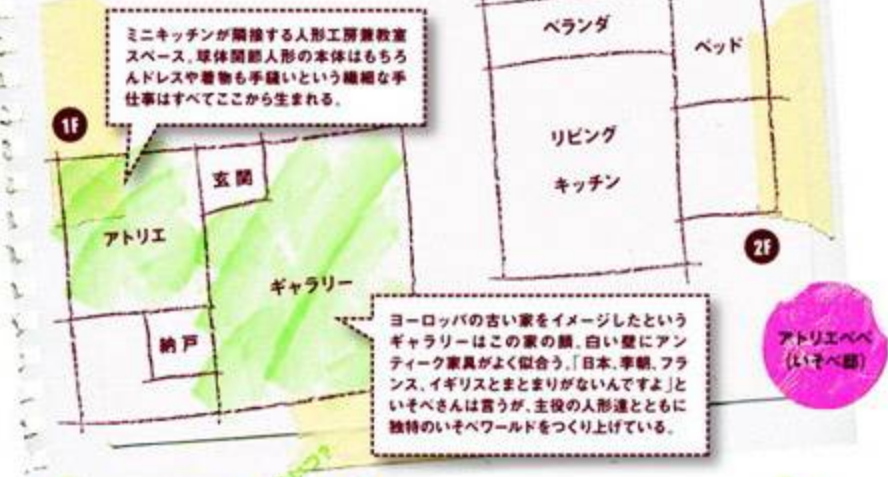
東京で大学時代を過ごした後、就職、1年間のフランス生活を経て、いそべりさんが人形作家として独立したのは1997年。当初はご両親が以前住んでいた日本家屋を教室やアトリエに使っていたが、老朽化が進んだため、思い切って自分の家を作ることに。2005年春に1階がギャラリーとアトリエ兼教室、2階がプライベートスペースという現在の家が完成した。アンティークのステンドグラス、オークの床材に漆喰風の白壁。一般住宅ではあまり使わない店舗用の建材、照明なども用い、自分の作品



や趣味のアンティーク家具の似合う家づくりを目指したという。「住宅メーカーさんからアドバイスを受け、1階がダークブラウンの床に白い壁とコントラストが強い分、2階のプライベートスペースはナチュラル系の優しい内装にしました。仕事を場所とくつろぐ場所、二つの雰囲気を変えることで自然と切り替えても満足しています」(いそべりさん)

デザインだけでなく、ギャラリーとアトリエを連結するようにウォークインローゼット式の収納スペースを設けるなど、機能性にもこだわった。

「教室で先生や他の生徒さんと過ごしている、日常から離れて、あっという間に時間が過ぎてしまうんですよ」と



9月末までに契約を済ませれば、消費増税後も5%  
 いつか家を建てようと考えている人たちの多くが「いつか今である」と感じている。近頃、そんな声を耳にする。SBSマイホームセンターの今年の来場者数も、1〜3月期で62,304人と前年の同時期よりも増加傾向を示している(前年比107.7%)。「予想される消費税率の引き上げや、住宅ローン金利の上昇傾向など、最近の経済情勢が少なからず反映しているように。実際、3%から5%に引き上げられた過去の増税時にはかなりの駆け込み需要があり、一時は職人さんが不足するという状況も。今回も増税を前に住宅取得を考えたお客様は、かなりいらっしゃると思います」とSBSマイホームセンター株式会社常務取締役営業部長の村山晴彦さん。ちなみに注文住宅の場合、今年9月末までに契約を済ませれば、増税後も住宅購入における消費税率は現行の5%のままでよいという措置が既に定められている。住宅は高額ゆえ、その差は大きい。いつかは自分の家を。そう考えるなら、増税の経過措置も視野に入れ、賢い家づくりに取り組みたい。

取材・撮影協力 / AKIKOのパン アトリエベベ SBSマイホームセンター

**PanaHome**  
 静岡県下 ご新居応援特別企画  
**パナホーム創業50周年記念**  
**キャンペーン**

静岡県下  
**抽選1名様**  
 平成25年6月9日(日)まで

パナホーム静岡のホームページでお申しいただけます。  
 パナホーム静岡 検索 [www.panasizu.co.jp](http://www.panasizu.co.jp)

株式会社 **パナホーム静岡**  
 中部営業部 〒422-8046 静岡市駿河区中島252-1  
**0120-87-1057**

下記A~Dの4タイプから1タイプをお選びください。

A フリープランコース	B プラン選択コース
ご要望に合った、思い通りの間取りを自由設計!	各タイプを下記の建物本体特別価格でお選びいただけます。
<b>建築資金 1,000万円</b> プレゼント(割引券)	<b>C 2階建【兼世帯用】プラン</b> 1,480万円 (税別価格1,400.5万円)
<b>太陽光発電システム + HEMS</b>	<b>D 2階建【二世帯用】プラン</b> 1,980万円 (税別価格1,895.7万円)
太陽光発電システム + HEMS	<b>B 平屋建プラン</b> 980万円 (税別価格933.3万円)

【応募要項】●当選者数/全てのご応募より抽選1名様●応募期間/平成25年4月27日(土)〜同年6月9日(日)●応募方法/パナホーム静岡のWebサイトよりお申し込みいただけます。●当選発表日(抽選日)/平成25年6月13日(水)●発表方法/パナホーム静岡のWebサイト上で発表いたします。●市区町村までのご住所と姓名を掲載●ご当選者にはパナホーム静岡より直接ご連絡いたします。●対象商品/パナホームの最新一戸建商品。●アパート・特殊建築物(特種)・増改築(リフォーム)・建売分譲住宅を除きます。●応募条件/パナホーム商品は平成25年9月末日までに着工(上棟)可能な方。パナホーム静岡の施工エリア内に建築可能な敷地をご用意いただける方。土地取得予定及び借地の方もご応募いただけます。●広告有効期限/平成25年6月9日

【注意事項】●ご応募は1世帯1件とさせていただきます。(複数のご応募された場合は全て無効とさせていただきます)●既にパナホームと工事請負契約締結されている方は応募資格外となり当選権利は無効となります。●パナホームグループ各社の社員及びその家族の方はご応募できません。●贈り物・贈り金・プレゼント・抽選による贈り物や抽選による当選者本人に限ります。(当選者以外の方への譲渡、金銭及び物品への引換はできません)●工事費金銭が別途必要な場合でのご当選者へは別途お支払いとなります。●建物本体工事以外の外部設備工事、屋外電気工事、室内ガス工事、基礎掘削工事、外構造り工事、造成工事、造成工事、造園工事、照明器具、設備機器等設置費、登記費用等は別途お見積りとなります。●本企画とパナホームグループが実施する他の商品企画、認定商品販売を兼ねてのご利用はできません。(応募可)●当選者には本企画特典の贈り物以上の割引を受けることはできません。●贈り金金銭に当選者本人の印鑑(一捺)を添付し、ご応募の建物設計図及び当選条件に添付して、お送りさせていただきます。●贈り金商品が該当敷地に建築可能な場合は、敷地調査の上にお送りさせていただきますが、敷地形状、地盤、施工条件により別途費用がかかる場合があります。

同時開催 **タイルの邸宅 Wチャンス「スマートライフ・モニター」募集!** 県下先着・抽選各30様

静岡西営業所  
 054-620-8746

静岡展示場  
 054-633-0501

静岡展示場  
 054-201-1855

静岡展示場  
 054-258-6113

**Rコンセプト誕生 Rconcept**  
 家族で暮らすことの楽しさや安心感、つながりを大切にしたい間取り。  
 癒しの時間を育む「R」曲線の家。

Newモダンデザインとラグジュアリーな印象  
**新商品モニター募集** 期間限定 6/30まで

全国抽選  
**限定10機 特別価格 999万円** 6.9%より  
 & **初期フリー発電 0円**  
**スマイル ママいえ**

ご来場プレゼント  
**子育てママのまぐり**  
 株式会社ユニバーサルホーム 社長 加藤 充著

家族の安心・快適に貢献する  
**地熱床システム**  
 地中の熱地熱の恩恵をうける独自の基礎「地熱床システム」。夏涼しく冬暖かい地熱の活用で、室内が快適なのはもちろん、地震や津波にも強い。方々の実情から大切な家族や住まいを守ります。

GOOD DESIGN AWARD 2012

0120-87-1057

静岡南店 ☎054-268-1141  
 静岡市駿河区東新田2-15-15

焼津店 ☎054-623-6505  
 静岡県焼津市東町130-3

島田店 ☎0547-30-5556  
 静岡県島田市南町1350

# 古い時代の東海道を歩きながら 夏の訪れを楽しむ旅

astén 小さな旅 焼津・花沢 周辺エリア

JR焼津駅から車で約10分のところに「隠れ里」といわれる「花沢の里」はある。古き日本の伝統的な家々や水車小屋がひっそりと立ち並び、独特の風情を醸し出している。少し車を走らせれば、大瀬海岸や焼津港など観光スポットがたくさん。この夏のドライブコースに加えてみては。

**01 M's cafe**  
マンションの一角に愛らしい雑貨ショップ「エムズ・カフェ」を発見。オーナーの鈴木麻紀さんが、全国各地のクラフト、ハンドメイド作家たちから集めた「一点もの」の革・布小物、陶器、アクセサリーなどを展示販売している。ステンドグラスやブリザーブドフラワーなどの体験教室も随時行っている。気になる人は鈴木さんのブログをチェックしてみて。場所は花沢の里から車で約20分。

**02 Gemma**  
花沢の里から車で約5分、2年前にオープンした本格ナポリピッツァを食べられる店「ジェンマ」。イタリアで修行を積んだ店主の山本雄紀さんが、石釜で焼くピッツァは、もちもちで何枚でもいけそう。おすすめは「マルゲリタ」(27cm、1,750円)と「バーニャカウダソースを使った「ジェンマ」(27cm、1,900円)。ドルチェやドリンクなどが付いたお得なランチセットメニュー(1,200円)もある。夜は居酒屋としても利用できる。

**03 花沢の里**  
「万葉集」にも詠まれた奈良時代の東海道「やきつべの小径(きこみち)」の途中にある集落。奈良から平安時代に栄えたという街道沿いには、今では珍しい門の扉口の両脇に部屋が連なる「長屋門造り」の家々や水車小屋を見ることが出来る。ここ花沢の里を出発点としたハイキングコースもあって、満喫コースを行けば、晴れた日には静岡市や焼津市、駿河湾の美しい景色が一望できる。

焼津市焼津3丁目11-20-106 10:00~18:00 休/日曜 <http://igokochi.eshizuoka.jp/>

焼津市花沢445-1 1F 054-639-5239 休/月曜 火~水 日曜 11:30~14:30 18:00~22:00 金・土 祝日の前日 11:30~14:30 18:00~23:00

焼津市観光協会 054-626-6266

協力/静岡スバル

## アステックリニック 27

不妊治療を今後、続けていく自信がありません。

不妊治療は、長く先の見えにくいトンネルのように感じられることがあります。行き詰まりを感じて、どのように治療を進めたいかわからず思い悩む人も増えていきます。このような患者さんが少しでも前に進むためには、医師だけでなく、さまざまな分野の専門家によるチームサポート体制が必要不可欠だと書かれています。その一環として、院内で鍼灸の施術(保険適用外)をしています。体質改善のきっかけとし、不妊治療を含めた全般的なサポートを行うのが目的です。それだけでなく、治療を通して患者さんと関わりを持ち、精神的にサポートしていくのも役割の一つだと思っています。気軽に声を掛けていただけたら嬉しいです。

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」[astén@shizushin.com](mailto:astén@shizushin.com)まで  
※なお、具体的な症状や個人的な相談にはお答えできませんので、ご了承ください。

## astén NEWS CLIP

### 起業へのチャレンジを応援!

志士エリアで起業をめざす人や経営者を応援する「シダビジネス」。その第1回イベント「Shida real business link」が開催される。今回はファシリテーターの「店舗応援団」玉本潤一郎代表によるビジネスセミナーのほか、第11回SOHOしずおかビジネスプランコンテスト入賞者3名を招き、それぞれの分野でのリアルなチャレンジ体験談を聞く。起業して間もない人、いつか起業したいとプランをたためている主婦や子育て中の人も、夢に向かって頑張りたい人なら、きっとパワーをもらえるはず。交流タイムもあるので、新たなネットワークを切り拓くことで可能性を広げることができそう。

日時 6月18日(土) 18:30~21:00  
会場 藤枝市文化センター1階ホール (藤枝市駅前2-1-5)  
定員 100名(先着順) ※50名以上参加必要

申し込み/問い合わせ  
藤枝商工会議所 054-641-2000 <http://www.fujieda.or.jp/>

※上記HPまたは、氏名、会社名、電話、ファクス、メールアドレスを明記の上、FAX(054-643-2000)へ申し込む。

## 教えて! ガーデン&エクステリア

Presented by The Season 第6回

デザイナー 黒田純代さん

### 「水」が広げるガーデンライフ

エクステリアの世界では、私たちの暮らしに身近な「水」も立派な演出ツールのひとつ。使い方はさまざまで、流す・落とす・滑く・溜める・映すなど、つくりたい庭のイメージに合わせて水の動きや音を考えてみよう。「以前、里山をコンセプトにした庭を手掛けた際は小さな滝をつくり、滝口の近くには大きな石を配し、高低差をつけることで荒々しい水の流れに。下手は小さな石を配し、小川のせせらぎを思わせる水の流れを表現しました」とデザイナーの黒田純代さん。まるで野山にいるかのような、癒やしの庭になったことだろう。写真のモダンなタイプは、涼を感じたい夏には少し多めに、冬場は少なめに、登泉から落ちる水量をコントロールできるのがうれしい。また、ウォータライトでライトアップすると、水の揺らぎが壁に映し出されて幻想的な雰囲気を醸し出す。水を使った庭づくりは、一畳分のスペースがあれば可能だという。また、ガーデニングを楽しむ人におすすめなのが、雨水タンク。花の水やりに使えば水道費の節約に。水と上手に付き合って、素敵なガーデンライフを楽しんで。

6/8(土)・9(日) 12:00~19:00  
22(土)・23(日) 10:00~19:00  
エクステリア&ガーデンリフォーム無料相談会  
ラフプランや予算の見積もりまで提示してもらえるから、住宅団画があれば持参しよう。

ザ・シーズン静岡  
静岡市駿河区中田1-4-1 アヴェニールコート1F  
フリーダイヤル0120-989-685  
10:00~19:00 水曜定休  
<http://www.the-season.net/shizuoka/>  
ザ・シーズン静岡 検索

## 桂由美 フィーノ静岡

# fino Wedding

フィーノ・ウエディング Vol.12

【テーマ】ドレスの基本形 <番外編> 親族の衣裳選びのコツ

黒留袖で祝福と感謝の気持ちを表わそう

新郎新婦用の衣裳だけでなく、和装から洋装まで、親族用のレンタル衣裳が充実しているのもフィーノ静岡の特長。身内の結婚式に列席する際の衣裳選びは、ぜひ同店に相談してほしい。コーディネーターの望月さんいわく「特に既婚の女性には黒留袖をおすすめしたいですね。一番格が高い礼装なので、新郎新婦をお祝いする心と、新郎新婦を祝ってくださるゲストの方々への感謝の気持ちを表わすのにぴったりです」とのこと。最近の黒留袖は文様も色違いもモダンだから20~30代の女性にもよく似合う。「先日、29歳の女性が黒留袖を着られました。が粋でとても素敵でした」と望月さん。帯や小物のコーディネートも提案してくれる。フィーノ静岡で選んだ衣裳で身内の大切な結婚式をお祝いしよう!

6/8~16に開催 finoブライダルコレクション  
6/8~16はfinoブライダルコレクション開催。桂由美の新作ドレスのほか、特別企画商品の発表もあり。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  
10:00~19:00  
水曜定休  
<http://www.fino-bridal.jp/>  
ステキブライダル 検索

## astén INFORMATION

「花鳥風月」の初夏の会席ランチは特別価格3,300円

花鳥風月は、初夏の会席ランチ(11:00~15:00)がスタート。夏野菜豆腐や桜海老湯葉巻揚げ青豆など季節を感じる料理(全14品、3,300円)は、見た目も華やか。癒やし処として人気の個室で、友人や家族と優雅なひとときを、完全予約制。「アステを見た」一言を添えて予約を。

静岡 花鳥風月 静岡市駿河区紺屋町14-12-3F 福島パーキング8号向かい  
054-266-3300  
11:00~15:00(ランチ) [平日]15:00~24:00 [金・土・祝前日]15:00~翌10時 月曜ランチ休み

センチュリーで今年もビアガーデン開催

ホテルセンチュリー静岡は9月30日まで、6階パーティオで食べ放題、飲み放題のビアガーデンを開催中。おつまみや食事のbuffetに、ビール、ワイン、カクテル、ソフトドリンクが90分食べ放題で一人3,500円、月曜は3,000円に、木曜は女性だけ3,000円になる割引も。料理は時期によって変わるので、何回も利用しよう。

ホテルセンチュリー静岡 静岡市駿河区南町18-1 054-289-6414  
17:30~22:00(LD21:30) ※雨天の場合は屋内スペースで実施

## Shida real business link

日時 6月18日(土) 18:30~21:00  
会場 藤枝市文化センター1階ホール (藤枝市駅前2-1-5)  
定員 100名(先着順) ※50名以上参加必要

申し込み/問い合わせ  
藤枝商工会議所 054-641-2000 <http://www.fujieda.or.jp/>

※上記HPまたは、氏名、会社名、電話、ファクス、メールアドレスを明記の上、FAX(054-643-2000)へ申し込む。

## astén column

### アステンコラム

### ツキジフーズでみつけたおいしい話 第3話

静岡のおいしいを贈る、ひと味違うお中元

そろそろお中元の準備が気になりはじめるこの季節。お世話になっている人へのギフトだから、やっぱり喜んでもらえるのが一番。そして、送り先が県外であれば、静岡の魅力も伝えたいところ。ツキジフーズの自社製品「オーシャンプリンセスホワイトツナ」シリーズは、鰹菜油、エキストラバージンオリーブオイル、そして今春登場したばかりのヘルシーな水煮と3つの味が、「一本釣り夏ビシ長鮪」という良質素材にこだわったもの。ツナ缶の贈り物として話題性も抜群! また、旨み・甘み・酸味のバランスがとれた静岡県産ブランド「あかみトマト」の朝採れをキュッと絞った「あかみトマトジュース」も無塩・無添加という清潔さ。それができるのも、味に自信があるからこそ。産直商品の中でもインパクト大なのが「静岡クラウンメロンのそのまますティックアイス」(今月のプレゼントにあり)。カットした完熟の袋井産メロンにスティックが付いたアイスは、食べ頃を気にせず好きな時に楽しめる。少人数家族にも気兼ねなく贈れるのがうれしい。まだまだ書き切れないほど豊富なおいしさを取り揃える店舗へぜひ足を運んでみて。

期間限定大特価!  
「オーシャンプリンセス・ホワイトツナ」鰹菜油のフレックスタイプ1ケース(24缶)が8/31まで期間限定で、通常5,544円→4,800円に。しかも全国送料無料!

「あかみトマトジュース」も無塩・無添加という清潔さ。それができるのも、味に自信があるからこそ。産直商品の中でもインパクト大なのが「静岡クラウンメロンのそのまますティックアイス」(今月のプレゼントにあり)。カットした完熟の袋井産メロンにスティックが付いたアイスは、食べ頃を気にせず好きな時に楽しめる。少人数家族にも気兼ねなく贈れるのがうれしい。まだまだ書き切れないほど豊富なおいしさを取り揃える店舗へぜひ足を運んでみて。

## astén column

### アステンコラム

### BRIDES STORY

### ブライズストーリー

新郎新婦から新婦の妹へ 幸せ&感動のセレモニーをバトンタッチ!

今回紹介するのは善博さんと文香さんのブライズストーリー。式場選びに悩んだお二人が「ホテル・ブリヴェ」に決めた理由とは?

今年2月に「ホテル・ブリヴェ」で挙式した善博さんと文香さんは、式場を決めるまでかなり悩んでいたそう。そこで増田さんは、直筆の手紙を添えて資料を送ったり、フェア情報をこまめに伝えたりと「式場選びのお役に立てるようサポートしました」。そんな増田さんの真摯で丁寧な姿勢が評価され、善博さんと文香さんは同式場での挙式を決意したという。式場選びの段階からやりとりしてため打ち合わせはスムーズに進行。二人が理想とする「全員が笑顔になれる結婚式」を実現するために、さまざまなプランを練った。「中でも好評だったのが新郎によるプロコリトーストと、ゲストによるウエディングケーキデコレーションです」。新郎がプロコリトーストを投げ、それをキャッチしたゲストにマヨネーズをプレゼントするという演出に会場は大爆笑。一方、ウエディングケーキは新郎新婦が大好きなフォークデュオ「ゆず」と「清水エスパルス」のマスコットキャラクターを飾っただけのシンプルなものを用意し、ゲストがフルーツで飾り付け。「みなさんとても喜んでくださいました」。

今年6月には、善博さんと文香さんのすすめで、文香さんの妹さんが同式場で挙式予定。もちろん、担当は増田さんだ。

2人のブライズストーリーはまだまだ続く!  
詳しくはWEBで!

「ホテル・ブリヴェ」ウエディングコンシェルジュ増田加奈子さん

お問い合わせ  
054-280-2525  
<http://www.brides-story.net/>

## STELLA

スマートアシスト搭載! エコカー減税 低燃費 29.0km/l アイドリングストップ

衝突回避

時速 30km 以下の低速走行時に起きやすい「うっかり事故」を減らす衝突回避支援システム「スマートアシスト」を軽自動車でも初搭載!

静岡クルマ女子の「いいね!」ぞくぞくと

STELLA スマートアシスト搭載! エコカー減税 低燃費 29.0km/l アイドリングストップ

ステラスマートアシスト 車両本体価格 1,119,500円

静岡スバル スバルの軽

静岡スバル 054-266-3300

## 清涼・ショートサブリーナパンツ誕生

あきらめないで! 誰もが美脚に...

「ヒヤリ」としたあと「ホッ」とした。この差が安心のスマートアシスト

あつーい夏はもう目の前。一気に涼しく、ラクで素敵なおパンツはないかしら? と思っている方も多いのでは? そのお悩み、ストレッチパンツの専門店「ピースリー」ならスッキリ解決してくれます!

「ヒヤリ」としたあと「ホッ」とした。この差が安心のスマートアシスト

ストレッチパンツ専門店 ピースリー

NEW OPEN  
マークイズ静岡店(2階) 054-265-2088  
静岡伊勢丹店(4階) 054-251-4530  
静岡パルシェ店(2階) 054-221-8688

オンラインSHOP <http://shop.b-three.jp>

## ツキジフーズ

静岡のおいしいを贈る、ひと味違うお中元

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

静岡パルシェSSKプラザ店 9:30~20:00(年中無休)  
電話・ネットショッピング可能  
info@tsukiji-foods.co.jp | ツキジフーズ 検索

## astén column

### アステンコラム

### BRIDES STORY

### ブライズストーリー

今年2月に「ホテル・ブリヴェ」で挙式した善博さんと文香さんは、式場を決めるまでかなり悩んでいたそう。そこで増田さんは、直筆の手紙を添えて資料を送ったり、フェア情報をこまめに伝えたりと「式場選びのお役に立てるようサポートしました」。そんな増田さんの真摯で丁寧な姿勢が評価され、善博さんと文香さんは同式場での挙式を決意したという。式場選びの段階からやりとりしてため打ち合わせはスムーズに進行。二人が理想とする「全員が笑顔になれる結婚式」を実現するために、さまざまなプランを練った。「中でも好評だったのが新郎によるプロコリトーストと、ゲストによるウエディングケーキデコレーションです」。新郎がプロコリトーストを投げ、それをキャッチしたゲストにマヨネーズをプレゼントするという演出に会場は大爆笑。一方、ウエディングケーキは新郎新婦が大好きなフォークデュオ「ゆず」と「清水エスパルス」のマスコットキャラクターを飾っただけのシンプルなものを用意し、ゲストがフルーツで飾り付け。「みなさんとても喜んでくださいました」。

今年6月には、善博さんと文香さんのすすめで、文香さんの妹さんが同式場で挙式予定。もちろん、担当は増田さんだ。

2人のブライズストーリーはまだまだ続く!  
詳しくはWEBで!

「ホテル・ブリヴェ」ウエディングコンシェルジュ増田加奈子さん

お問い合わせ  
054-280-2525  
<http://www.brides-story.net/>





## 本日、子育てびより! Vol. 51

スーパーホールすくい 1回100円

PTAの役員で増えたすくい方のコツ

おとなげないおばさん

おにいさん

おとぎ話のすくい方

おとぎ話のすくい方

## アステンセレクト! あの子に贈り物 51

柔らかな晒(さらし)木綿のハンカチ、可愛いでしよう、色に素敵な透明感があるし、手触りなのでライオン、水玉、一羽が描いて、かすれ具合もいい感じ。静岡の布モノ作家 amaoさんの創作。

doma 雑貨店

〒412-1013 静岡県静岡市東区大塚1-10-13 TEL:054-620-5081

10:00-18:00 休日は10:00-17:00

夏の子に贈りたい。

夏のあの子に贈りたい。

柔らかな晒(さらし)木綿のハンカチ、可愛いでしよう、色に素敵な透明感があるし、手触りなのでライオン、水玉、一羽が描いて、かすれ具合もいい感じ。静岡の布モノ作家 amaoさんの創作。

doma 雑貨店のオーナー原口さんが、自分の子供用に使用してとても良かったからと、店に並べてる。晒といえば、赤ちゃんの産着の定番。かつては手ぬぐい、おしめ、三角巾等々で大活躍の和の素材。近頃このちよんぶりレトロな面持ちの晒木綿が人気急上昇らしい。ガーゼよりもしっかりと織られていて、タオルにはないサラリとした感。吸水性に優れているし、乾きも早い。一日何枚もハンカチ替えたいくらいに元気に遊ぶ、初夏のあの子に贈りたい。

## asten people vol.92 | Jam9 (ジャムナイン)

浜松在住の3人組「Jam9」。メッセージ性のある歌詞や明るい曲調で、地元のみならず、全国にファンを増やしている。今年の春、初のベストアルバムも発売。そんな3人に地元に対する想いや今後の目標を語ってもらった。

Q. 結成から10年、これまでどんな曲づくりを? PRINCEは「ぶっとんだ世界観」は表現できません。身近にある景色だったり、心の持ち様でいくらか景色が変わる「日常の風景」だったり僕らの目線で、ポジティブに表現してきました。聴いてくれる人たちの日常に僕らの音楽が関わることができ、「明日頑張ろう」と思ってもらえたらいいな。この10年の作品を振り返ってみると、特に意識をしたわけではありませんが、3人共通してそういう曲が作りたかったんだと感じますね。

Q. この春発売されたベストアルバムも「リレキョ」に込める思いは。 PRINCE)曲を書こうと思ったとき、ちょうど僕の妹が就職活動だったんです。履歴書を書くとき、意外と自分のこと知らないなどかかって思いますよね。紙切れ一枚で、自分をまとめるのってすごく難しいけど、人に自分のこと分かってもらうためには、僕自身がわかっていないといけないんだと、実感した経験があって。そんな気持ちを曲に込めました。僕らの世代ってうまくいかない時代のせいにしようと思ったりするんですけど、それも「僕自身の人生なんだ」と同世代に伝えたいですね。

Q. 「Love song2〜遠く離れても〜」の歌詞の中に「大好きだ、忘れてよ?」と浜松の方言も含まれています。 Giz' Mo) 前のアルバム「Love song」の続編なのですが、前曲も遠州弁が入っているんですが、予想以上に浜松の人以外のファンからも多く反響をいただいたんです。その時、標準語や英語をカッコよく使うよりも、アイデンティティとして持っている地元の言葉を使うことで、本当の気持ちになって人の心に伝わっていくんじゃないか感じたので、今回も方言を使いました。

Q. メジャーデビュー後も浜松を活動拠点にするなど、地元に対する愛着を感じられます。 Giz' Mo) えらそうなお話は言えないけれど、世の中にはさまざまな社会貢献の仕方があると思うんですが、僕らにできることって、音楽を通して、夢をきらめかないことや、何かを続けることの大切さを示すことだと思っただけです。これからは自分たちが聞いているという姿を地元の若い人たちに伝えたいと思っています。

Q. 3人とも仲が良さそうですね。 MOCKY) そうですね、とても仲がいいです。僕は御前崎出身、あとの二人は兄弟で浜松市出身なんですけど、もともとGiz' Mo) とは牛井屋のアルバイトで知り合ったんです(笑)。音楽とは関係ないところで、出会ったからか、とても気が合うんです。今は近所に住んでいるので、制作に行き話したときなんか、一緒にボール蹴ったりして遊んだりします。

Q. 最近「AAA」「KARA」など人気グループの楽曲を提供するクリエイターのお仕事もされています。 PRINCE) 楽曲提供のお仕事はこれからも続けていきたいですね。もちろん自分たちが歌う曲も作ってきたいですが、僕らだけでは伝えきれない曲もあると思うんです。音楽って、聴いてもらうもの。僕らの作った歌が、より多くの人に聴いてもらえるように。そんな思いでこれからも作ってきたいです。

## 子育て応援BOX vol.3 「わらべうた」で子育てを楽しもう

「わらべうた」と聞くと、皆さんはどのようなことを感じますか? わらべうたは日本古来より、子どもの話し言葉の延長から遊びの中で生まれ、歌い継がれてきました。

「かごめかごめ」「あんたがたどこさ」など、ゆったりとしたリズムや柔らかなメロディー、乳幼児が歌いやすい音域がわらべうたの特徴です。そして、わらべうたは子どもにとって心地よく、身振り手振りや遊びがあるので、手先を使ったり体を動かすことで、自然に乳児期に必要な身体の発達を促したり、スキンシップを取ることができます。さらに幼児になれば、わらべうた遊びを通して、集団の中での協調性や社会性も学びます。

保育園では保育者が子どもを膝に乗せて1対1でわらべうたを歌っています。すると周りで遊んでいた子どもその声も聞いて、歌に合わせて動きを真似したり、体を揺すったり、「自分にもやってほしい」と要求してきます。

この心地よさとともに愛情をいっぱい感じた子は、情緒も安定し、歌っている大人自身もゆったりと子育てを楽しむ余裕が生まれます。きょうから、親子で楽しく「わらべうた」を取ってみてはいかがでしょうか?

あいわ保育園 園長・増田優一

## 子育て WAKUWAKU NEWS

藤枝市 おはなし会 無料

毎月第1水曜 11:00~11:30、毎月第3土曜 14:00~14:30 ※申込不要

水曜/たんばおはなし会(手遊び・絵本・手袋人形など)、土曜/れんげじ池おはなし会(昔話・紙芝居など)。親子でお話の時間を楽しんで。 所:藤枝市文学館・子ども学習室(若王子500) 問:054-645-1100

島田市 ささまほたるの里まつり 無料

6/8(土)~16(日)、19:00~21:00くらい

まもなくホタルのシーズン到来!!川根茶サーブとホタル観賞案内も楽しみに。 所:山科都市交流センターさま(旧香間小学校/川根町香間上394) 問:0547-94-0661

静岡市 子育て親子広場 あちよぼ 6/17(月)10:00~12:00

※1家族200円(傷害保険料)・申込不要

0~3歳児の親子対象に学生たちが遊びを企画。子育て相談もOKです。障害の有無にかかわらずどうぞ! 所:静岡英和学院大学新館1階ラウンジ(駿河区池田1769) 問:コミュニティ福祉学科(永田)054-264-9406

静岡市 企画展「米づくりの今昔」6/30(日)まで

9:00~16:30(休館:月、祝日及振替休日の翌日)

登呂遺跡以上200円・中学生以下無料・静岡市内在住の70歳以上無料

登呂遺跡で田起こしにチャレンジしてみよう。土日は人気キャラクターのトロベに会えるよ! 所:静岡市立登呂博物館(駿河区登呂5-10-5) 問:054-285-0476

焼津市 小中学生対象 夏の体験航海

7/15(月・祝)、8/4(日) 午前の部(焼津漁港~清水港)9:00~11:30、午後の部(清水港~焼津漁港)13:00~15:30

※500円(傷害保険料)・締切7/15は6:20、8/4は7/11

実習船やいっぴで駿河湾を航海してみよう!小学生は引率者(2名まで・70歳以下の成人)同伴で。申込:静岡県立焼津水産高等学校海洋科学科054-628-6148 詳しくは同校HP

ババママ手作りの地域イベントなど身近な情報をお寄せください。 アステン編集室 FAX:054-284-9129 E-mail: asten@shizushin.com

## グリーンのある暮らし - garden story - 雨の庭を眺める時間。

梅雨の一日、何度となく庭に目をやる。雨に濡れたギボウシやアジサイが花を咲かせその様はいつもいやしを与えてくれる。雨の庭。それを眺める時間があなたの暮らしの一部であるように…。庭を造ることは、毎日をつくること。 Garden Teimu はそんな気持ちで庭を造っています。

緑のある暮らしの Story はここから

Plus Style Garden Teimu プラススタイル ガーデンタイム

島田市東町1215 営業時間/10:00~18:00(水曜定休)

Tel.0547-34-4128 http://www.teimu.com

## グルメ館がグルメが

ラクル創業50周年特別メニューの「KUKU プリティッシュ」は、英国発祥といわれるドライカレー、ビーフシチュー、ローストビーフ一度に味わえてボリューム満点!ヨード卵を使ったふわふわオムライスにはドライカレーが入り、まろやかなビーフシチューソースと絶妙に絡み合います。バターで香りたっぷりのパンは、米粉を使った「リスパン」にも変更できるので、ヘルシー志向の人にもいいですね。

「KUKU プリティッシュ」1,134円

TEL:054-654-3317

●11:00~21:30 (土日祝は~22:00, LO21:00)

505テレビソール14号 | 月~金9:55~ | でグルメ情報発信中 次回は6/27(土) 5時

## メラニン色素の深さに応じた治療方法を選択しましょう。

●検査によってこのようなデータが出てきます

### ロボスキンアナライザー(肌診断ドック)

最先端のデジタル画像処理技術によって、肉眼では見えなようなシミや雀斑も自動でお肌の色素沈着の状態をコンピュータ解析します。(詳細は無料カウンセリング) 詳細は無料カウンセリング

比較的、浅めのメラニン色素です。一般的なシミ・ソバカスでこの深さのメラニン色素はレーザーよりもフルフェイスで行う光治療などが適応です。

この深さのメラニン色素は代表が好みます。また、境界不明瞭なフジツバした色素沈着・色素もよく見られます。この深さの場合はフルフェイスのレーザートニングが適応です。

この深さのメラニン色素は一番深くピンポイントのシミになっていることが多いです。これらはピンポイントに照射していくQスイッチYAGレーザーが適応です。

治療法

- フルフェイス治療...31,500円~(税込)
- ピンポイント治療...直径3mm/10,500円~・直径1cm程度/31,500円~(税込)

※料金は医師とのカウンセリングの際に計測して決定します

治療方法は症状によって異なります。一度クリニックにご相談ください。治療はすべて保険適用外診療となります。

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・麻酔科(医師 平野 温子)

www.sc-clinic.jp

ケイタイサイトへアクセス! 医院情報を閲覧できます

院長 平野 温子

1969年生まれ。富士宮市出身。静岡雙葉高等学校(第19期卒業生)、平成6年 東京女子医科大学卒業、東京医科歯科大学付属麻酔科ならびに東京女子医科大学付属第二病院で形成外科(美容皮膚科)、麻酔科勤務を経て、平成12年静岡市東区具原町にて「医療法人美静会 スキンケアクリニック」開業。今年で13年を迎えます。現在も静岡市内で皮膚科専門医も兼任中、メデイカルスキンケアなど様々なスキンケア中心の美容への取り組みを続けています。

月 火 水 木 金 土 日

○ ○ ○ 休診 ○ ○ ○

●診療時間 10:00~18:00 ●水曜・祝日・第1・3・5日曜は休診となります。

ご予約・ご相談はこちらまで

tel.054-254-5444 (予約制)

静岡市東区具原町2-8-1 アイランドプラザビル4階

タカウ堂 東海通 中央通り

サンマルクカフェ 中央通り

NTT 中央通り

PARCO 中央通り

かに本家 中央通り

JR静岡駅 中央通り

JR静岡駅北口より徒歩7分 静鉄静岡駅より徒歩5分

## 新作発表 ご予約START

Free Fitting Fair 6/8・9

Dress & Bridal Attendant

TEL.054-202-3331

ご予約不要

婚式衣装は全国どの会場でもお届け無料

ビュール ウノ

静岡市駿河区宮本町7-13(南静緑通り) ●営業時間10:30~19:00(火曜定休) ●駐車場完備

## 今月のイケメン vol.57

カーライフのサポート力、全国No.1の実力者

静岡市東区日出町にあるトヨタカローラ静岡に、全国一の整備士がいると聞いてやって来た。笑顔で迎えてくれたのは、つなぎ姿の戸井昭仁さん。実は戸井さん、今年4月に開催された「第30回全国トヨタカローラ・サービス技術コンクール」の故障診断競技の部で優勝を勝ち取った人物。全国のトヨタカローラ店74社、8410人の整備士の中より代表が参加したこの大会は、2年に1度開催される。各エリアの精鋭ぞろいの中で、頂点に立った戸井さんは、お客様から故障状況を正確に聞き取り、的確な診断・修理作業、そしてお客様への説明力など、総合的に高評価を得たのだ。「トレーニングを積み、かなりスキルアップが驚きました。今後は後輩に技術や知識を伝えていきたいです」と戸井さん。休日には1歳半になる娘さんと過ごすことが多く、いつか一緒にスノーボードに行くのを楽しみにしているそう。安心・安全を多くの人に伝える熱意の裏に、家族思いの優しさが垣間見えた。

トヨタカローラ静岡 静岡店 サービス課主任 戸井 昭仁さん

イケメン情報を大募集!

あなたの周りにおけるイケメンの情報をお寄せください。応募は下記「イケメン係」まで【メール】asten@shizushin.com 【郵便】〒422-8670 静岡新聞社 アステン編集室 ※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、編集室からご連絡させていただきます。

6月は、簡単本格イタリアン 「いただきます」まで 20分

# しずおかキッチン

フライパン一つで仕上がるシンプルレシピながら、赤ワインのおかげでお肉はとろとろ、ソースは華やか！イタリアマンマのご自慢レシピ、新鮮野菜を添えてどうぞ。

# ロゼ色。美チキン



(鶏の赤ワイン煮込み)

**材料4人前**

- 鶏の骨付きモモ肉(なければもも肉): 4本(4枚) / 赤ワイン: 360cc
- 固形ブイヨン: 5~6個 / ニンニク: 大2~3個
- マッシュルーム(タテ半分にカット): 8個 / トマト(ミディサイズ): 8個
- ルッコラ(又はペピーリーフ): 一束 / マッシュポテト: お好み量



フルボディの赤ワインで大人味に



今月の先生  
**相山 三紀** Aiyama Miki  
オオムラ自転車 アルモカフェ 店長

イタリアに住んでいた時に近所のお母さんに教わった忙しい人にピッタリのレシピです。パンにもご飯にも合う「洋風煮物」のような感覚。ワインは安いもので構いませんが、甘口ではなく重い方がベター。フライパンの大きさに合わせて、量は調節してください。ワインが多すぎるようなら、肉を取り出し、ソースだけ煮詰めて仕上げてください。

tel: 054-334-8656

**1** 鶏肉は、関節部分で2つにぶつ切りする。ニンニクは包丁の背でつぶす。マッシュルームは、縦に半分、トマトは1/4にカットしておく。ブイヨンは包丁で細かくみじん切りにする。



**2** フライパンにオリーブオイル少々(分量外)を入れ、ニンニクと鶏肉を並べる。火をつけ、両面に焼き色をつけるように焼く。

**3** 鶏が色づいたら赤ワインとブイヨンを加え、沸騰後、フタをして中弱火で10~15分ほど煮込む。ワインにトロミがついてきたら、マッシュルームを加え、ソースを回しかけながら、2~3分煮詰める。トマト、ルッコラ、マッシュポテトと共に飾り付ければ完成!



asterisk(アスタリク:\* )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 ten 10 アステン

vol.92

【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

【2013.6.1】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(7月6日発行)は  
「マネーと私」特集

表紙: 今月のキラリ

Lanterna Safari Color Posts  
1,575円(1個)  
問い合わせ: TENYNEO(テニーネオ)  
tel: 054-273-7155  
http://www.tenyneo.com/



## 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** 2013年6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6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6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** 夏の手土産や、おもたせにぴったりのお菓子(和・洋)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** 5組10名様  
書籍シネ・プレゴの映画鑑賞券ペアチケット  
【書籍シネ・プレゴ】

**02** 12名様  
カップヌードルライト 4種類(4個セット)  
【日清食品】

**03** 3名様  
「ディズニーありがとうの神様が教えてくれたこと」  
舞田洋書  
【ソフトバンククリエイティブ】

**04** 4名様  
SOYJOYビーナッツ棒(12本セット)  
【大豆製菓】

**05** 2名様  
静岡クラウンメロンのそのまなスティックアイス(1箱10本)  
【こだわりのフルーツ専門店 ツキジフーズ】

プレゼント賞品はクロネコヤマトが6月下旬にお届けします ヤマト運輸

## 女性専用美容クリニック

医療法人社団 静美心会

# ラ・クリニカ シズオカ

La Clínica Shizuoka  
ココロ×カラダ

美容皮膚科・医療脱毛・美容内科・形成外科

★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** 当院では脱毛部位やお肌の状態に応じて3種類の医療用脱毛機械を使い分けています。
- 美容内科** 注射(プラセンタ、ニンニク、Q10、疲労回復・肌質注射)、各種点滴、ビタミン剤処方
- 形成外科** 医療法人社団静美心会  
ラ・クリニカ シズオカ  
静岡市駿河区稲川2丁目2-1 5F

ラ・クリニカ シズオカでは、診察・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 暁  
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

○当院は女性専用です。ご相談・ご質問・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)

JR静岡駅南口より徒歩約5分  
東名静岡インターより車で約5分  
(コハラサウスサイド5F)

携帯サイト開設  
最新情報はこちらでチェック! →

詳しくはココカラ ▶ クリニカシズオカ ウェブ検索

## 天神の湯 2F

絶品そばから和洋食まで、豊富なメニュー!!

# レストラン「梅干」

UMEBOSHI

## 厳選素材・産地直送

# 本格海鮮料理店「じゃん漁火」

ISARIBI

昼間は定食と丼ぶり  
夜は海鮮居酒屋!!

お食事だけでもご利用頂けます。(1Fフロントにてお手続き下さい)

天神の湯 入館料金  
1日券(10:00~深夜2:00まで)  
■平日: 1,500円  
■土・日・祝・お盆・年末年始: 2,000円

TEL.054-287-1126  
AM10:00~翌AM8:00(23時営業)  
年中無休 駐車場有 200台