

＊
asterisk ten
10

アステン

2014 1 月号
vol.99

特集

母たちの、結婚支度。



asten people
高瀬 慧



アステン meets ぐるぐる
じんわり中華ごはん



今月の＊キラリ

帽子。好きだけど似合わないと思いでない？
ミニトップハットのヘッドドレスは帽子作家イシイアキさんの提案。洋装が瞬でモードになるし、和装に合わせても素敵。思い切りドキドキしよう、幸せを指先からこぼれるほどあふれさせて、パーソンロードを歩こうってまっすぐ前を向く気持ちがわいてくる。だから、頭にのせて、鏡を見てみて。新しい自由な私が見つかるから。

撮影協力/CULTHAT(カルトハット) <http://culthat.exblog.jp/>

私だけのWedding Style

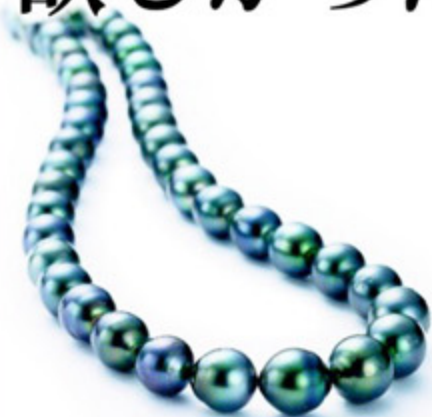
しずおかキッチン
白雪ポテトサラダ

小さな旅
千代田・竜南エリア

こだわりSELECTION
すくすくボード
お出かけグルメ

毎月第一土曜日発行
静岡新聞 広告特集

ずっと前から
欲しかったんです。



限定10セット
本数限定販売価格
タヒチ黒真珠 ネックレス
(8.0 ~ 10.0 mm)
当店通常価格 198,000 円の品
99,800 円 (税込)

4日☺から、限定10本販売!

(ルシルK)
LUCIR-K
SELECT JEWELRY SHOP

ご注文は今すぐお電話で!

☎ 054-221-1556



神秘の楽園 タヒチへ

真珠専門メーカーさんが私たちを代表して
業継真珠の産地・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。

～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テ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。

静岡 真珠 検索

〒420-0852 静岡市葵区紺屋町 1-8

【営業時間】10:30~19:30

【定休日】第2・第3水曜日

GCA宝石鑑定士 宝石鑑別器具設置店

☎ 054-221-1556

真珠フェア 静岡 真珠総合宝飾展

1/17(金) 18(土) 19(日)

●場所 / 静岡市葵区紺屋町 宝石のルシルK ●時間 / 10:30~19:30

定番の真珠のネックレスからロングネックレス、ピアスやイヤリング、真珠のリングやブローチなど、真珠のジュエリーが勢ぞろい! 是非この機会に、お立ち寄りください。

ルシルK
真珠フェア
開催



母たちの、結婚支度。

おそらく、生まれた瞬間から、母たちは想像する。この小さな娘も、いつかは一人の女性として旅立つ日が来る。そしてそのとき、母として何をしてやれるのだろうか。と。清らかな白をまとい、新たな一歩を踏み出すその日は娘を送り出す母にとっても特別な一日になる。

嫁入り支度の記憶は、母の心遣い。

かつてほど結婚が家同士の結びつきを意味するものではなくてきているとはいえ、娘の結婚を控えた母にとって、ただ「うれしい」だけではない思いでその準備をすることに、変わりはないのではないだろうか。アステン世代の母世代にとって、嫁入り支度の記憶といえば、婚礼家具や何枚もの着物、と答える人が多いはず。ひと昔前は、花嫁の荷物には「嫁ぎ先で着物の狭い思いをしなように」との意味合いが込められた。今も、地域によっては嫁ぎ先でたんすを開けて親戚や近所に披露する風習が残るところがある。

着物の着付け教室を訪ねると、生徒さんから「母親が着物を用意してくれた」という話が多く聞かれた。生徒さんの一人は「喪服や訪問着、留袖、付下げ…。そういうものを母がそろえて持たせてくれましたね」。そして「そうやって自分がしてもらったから、今度は娘にしてあげたいと」。最初は成人式の振袖。そこから少しずつそろえて、結婚するときたんすに入れて持たせる。最近では住宅事情や、転勤が多いからという理由で最初からたんすや着物を持たない人も

いるが、それでも「最低限のもの」と考えるのはやはり、結婚してから困らないようにという親心。でも、「ただ物を持っていくだけの話じゃないんですよ」とも。着物を通じて、お手入れはどうしたらいい？小物はどれを使う？というような、物の扱い方や知識を教えたり、喪服を着るのはお義母さんまで、こういうときはお義母さんに相談するのよ、というようなお付き合いのアドバイスまで「娘に教えておきたいことはたくさんある」とは、昔も今も同じ。結婚のときの母から娘への贈り物は「しっかりやらない」というエールなのだろう。

娘の晴れの日に、ひと針ずつ。

一生に一度の晴れの日に、母親が娘のための一着をあつらえる。そんなエピソードを大和屋の鎌谷徳昭さんが教えてくれた。布地や洋服用品を扱う鎌谷さんの店に、時おり娘のウエディングドレスを自分で縫いたい、と足を運ぶ母親がいるという。ウエディングドレスに使うのは、大量のサテン。娘のために似合う生地を選び、デザインを考え、レースやチュールを飾る。「洋服の知識も必要ですし、すぐにできるものではありません。生地もレースも色々ありますが、素材に凝れば、借りたり買ったりするより金額がかかることもあります」。誰でも簡単にできることではないだけに、そこには、単に金額では説明できない気持ちや事情が伴うことも。「相手のあることですから、娘さん本人だけでなく、夫となる男性やその家族の理解も必要です。もしかしたら、お母

さん自身が結婚するとき、同じように送り出してもらったのかもしれないし、逆にご苦労なされた思い出があるのかもしれない。以前には「これぐらいしかしてやれることがないから…」とおっしゃる方もいました。時代背景も変わりましたが、いずれにしても、大切な一日のために、時間と手間をかけて、娘を送り出してあげたいという、強い思いがあるのでしょう。そして、それは結婚式という一日だけのことにとどまらないのでは、と鎌谷さんは言う。「娘さんは結婚式で、母の思いをまもって新しい家庭をスタートさせますが、結婚は長い人生の一つの通過点。大切なのは、その後。自分の娘が生まれてから、20年、30年後、ドレスを作ってあげられるか、作ってあげたいと思える人生を送り、そういう家庭を築けるか、かもしれません。ドレスを通して、そういう思いが、母から娘へと、つなげていけたらいいと、私は思います」

真珠の似合う大人に、の願い。

結婚を機に母からもらったものとして、真珠をあげる人は多い。冠婚葬祭やセレモニーにつけることが多いだけに、真珠をもらうということは、人生の中の大切なシーンでそれを身につけ、大人の女性として振る舞うことを求められる。土屋千代子さんは、成人のときに自分で買った真珠のネックレスを持って結婚した。「若かったで、そのときは深く考えず、これでいいと思っていました」。母である松元芳子さんから「真珠を買ってあげよ」と言われたのは、結婚して15年経った頃だ。「結婚したときに持ってきたものが、15年経った自

分には、少しカジュアルすぎる気がしていたんです」と土屋さん。日々子育てに忙しくする中で、気付けばフォーマルなものが似合う年齢になっていた。一人の大人の女性として家庭を築いている娘の変化を、母はしっかり見守っていたのだ。「娘には、いつか買ってあげたいと思っていました。やはり年相応のものを身につけてほしいし、それを母として娘にしてあげられたのは、とても幸せなことですね」（松元さん）。土屋さんは言う。「自分にも娘がいますが、母からもらった真珠もいつか、娘が似合うぐらいの年齢になったら、譲りたい。今度は私が娘のためにしてあげる番。何年経っても大切に受け継いでいきたいです」



母から娘へ。結婚という1ページは、次なる新しい1ページへとつながっていく。

取材・撮影協力/大和屋 きもの井越 ルシルK 桂由美フィアノ静岡

井越の振袖

お買い上げ振袖フルセット 262,500円*

- 年中無料着付けサービス。
- 東海の名画「浮月楼」での成人記念写真ご優待券プレゼント。
- ネイルサロンご優待券プレゼント。
- 振袖お手入れ&しみ抜きサービス。
- さも井越店内で着付け無料サービス、ヘアメイク(ご優待)ができます。
- 卒業式袴無料貸出。他、卒業レンタル商品は当店通常価格より20%OFFで貸出。

振袖レンタル 50,400円*

- 東海の名画「浮月楼」での成人記念写真ご優待券プレゼント。
- ネイルサロンご優待券プレゼント。
- さも井越店内で着付けヘアメイク(ご優待)ができます。

井越の本気! 年に一度の徹底ご奉仕! **2014 本決算市**

2014年11月10日(金)~30日(日)

毎年恒例の感謝祭ご奉仕。歌しあったモダンな着物や帯、憧れの特選品が半額まで 50~30%OFFにて、特別提供致します。

さらに 期間中お買い上げのお着様に、「日替りリターン」をご贈呈!

お直し・シミ抜き承ります

TEL:0120-001540

静岡市東区御幸町7(水曜定休)

営業時間/AM10:00~PM7:00

http://www.ikoshi.co.jp

きもの井越はDMや電話による振袖の勧誘はいたしてありません。

◎お母様の振袖やお手持ちの振袖のお直しやお手入れ、コーディネートも承ります。

「冬の味覚フェア」

1/6(日)~2/28(金)

ランチbuffet シェフによるデモンストレーションは1日3回。週替わりでお届けします。

ディナーbuffet 新春にふさわしい、ちょっと贅沢料理がお目見え。サーロインステーキと和食が食べ放題!

ランチbuffet	ディナーbuffet
①11:45~12:15 前菜+スープ	①お一人様 ¥4,500
②12:30~13:00 パスタ(お肉のワンプレート)	②お一人様 ¥4,000
③13:15~13:45 デザート	③お一人様 ¥3,600
	④お一人様 ¥2,000
	⑤お一人様 ¥2,300
	⑥小学生・中学生 ¥1,300 / 幼児(3才~小学生未満) ¥700

お問い合わせ・ご予約 Tel. (054) 254-4460 営業時間/ランチ11:30~14:30(L.O.14:00) デザート17:30~21:00(L.O.20:30)

年に2回のBIGフェア!

♡スペシャルブライダルフェア

2/9(日) 10:00~17:00 入場無料

ご予約いただきますと、スタッフが詳しくご案内させていただきます。

(第1部) 10:00~ (第2部) 13:00~

フェア当日は、自由に見学することができます。お気軽にご参加ください。

11:00~11:45 模範式&セミナー(チャペルクリスタル)	試食もできます!
12:00~12:30 模範式(神殿)	
13:30~14:45 婚約料理試食&模範披露室(披露宴会場「駿府」)	
15:00~15:30 模範式(チャペルウイング)	
15:45~16:15 模範式(神殿)	

お問い合わせ・ご予約 Tel. (054) 254-4140 (フリーダイヤル)

ホームページからご予約いただけます。

アシアン静岡 ウェディング

◎人気最新ドレス・和装展示 ◎最新ウエディングアイテム展示 ◎チャペル・神殿・披露宴会場見学 ◎ヘアメイク・ブライダル展示 ◎有償・引出物展示は別途

ホテルアシアン 静岡 Tel. (054) 254-4141

〒420-0811 静岡県静岡市東区1-1-1 静岡市東区東金町56 http://www.associa.com/sh/

女の子は収納もカワイクかしこく♡

カーライフを快適にする使いやすいアイデアがいっぱい。

静岡クルマ女子の「いいね!」がぞくぞく♡

STELLA

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

低燃費でエコな魅力 乗せてます。

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

静岡県静岡市東区1-1-1 静岡市東区東金町56 http://www.shizuoka-subaru.co.jp

資格の大原

再進学!!

リスタート 応援します

大原は、高校生の進学はもちろん、大卒者や社会人の学び直しも応援します。専門学校再進学で専門的な技術や知識、資格を身につけて就職を目指しませんか。

■入学願書受付中! ■個別入学相談随時受付中(要予約)

パンフレット無料送付中

資格・就職の大原

大原簿記情報医療専門学校 静岡校

大原法律公務員専門学校 静岡校

大原トラベル・ホテル・ブライダル専門学校 静岡校

静岡市東区東木103-1

0120-597-008

http://www.ohara.ac.jp/shizuoka/

大原 静岡

私だけの Wedding Style

astan wedding selection

wedding 01 selection

今年こそ結婚!
婚活トライアル
2ヵ月9,800円

静岡駅から徒歩3分の場所にある結婚相談所エンマレッジの仲人・石上由美子さんは、日本仲人協会でも全国トップクラスの会員数と成婚数の多さから、成婚最優秀賞を今年3年連続受賞。静岡中部に限らず、東部、西部や県外からの入会希望者も、高額だと思われがちな費用も、良心的な価格で婚活をサポートしてくれる。入会に必要な初期費用は37,000円、月額5,500円、お見合い料は無料。何度お見合いしても追加料金は発生しないので、いろいろな人と積極的に会いたいと思う人には嬉しいシステム。また、それでもちょっと不安に思う人には、入会前にお試しできる「婚活トライアルコース」も。2ヵ月9,800円で期間中なら何度でもお見合い可能。婚活トライアルの条件は、真剣に結婚を考えている、独身の女性40歳まで、男性は45歳まで(本告知は1月末まで有効)。

静岡の婚活事情など、読むだけでも参考になるブログも好評。結婚が一切ないのも安心!

静岡の結婚相談所 エンマレッジ
静岡市駿河区
南町19-10
サウスガーデン
南町201
TEL: 054-374-3229
不定休 11:00~20:00(予約制)
http://enmarriage.com/

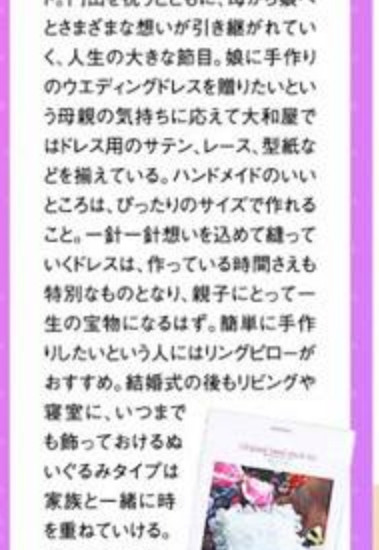


wedding 02 selection

それぞれの想いを伝える
ウェディング

ウェディングはゴールではなくスタート。門出を祝うとともに、母から娘へとさまざまな想いが引き継がれていく、人生の大きな節目。娘に手作りのウェディングドレスを贈りたいという母親の気持ちに添って大和屋ではドレス用のサテン、レース、型紙などを揃えている。ハンドメイドのいいところは、ぴったりのサイズで作れること。一針一針想いを込めて縫っていくドレスは、着ている時間さえも特別なものとなり、親子にとって一生の宝物になるはず。簡単に手作りしたいという人にはリングピローがおススメ。結婚式の後もリビングや寝室に、いつまでも飾っておけるぬいぐるみタイプは家族と一緒に時を重ねていける。ウエルカムボードのキットも取り揃えている。

●JR清水駅前ビル「えりあ」北口が駐車場の入口。20分まで駐車無料。
大和屋
静岡市清水区辻1-2-1
えりあ1F(清水駅西口徒歩2分)
TEL:054-366-1216 10:00~20:00
第3水曜定休 駐車場あり
http://www.3tokai.or.jp/yamatoya/



wedding 03 selection

心に響く演出とセンスで
結婚式に新しい提案を!

二人のストーリーを大切に、ウェディングプランを提案してくれる「ブライダルプロデュース アンバーサリー」。富士山、駿河湾を一望できる豪華客船「オシャンプリンセス」によるクルーズウェディングや、季節ごとのリゾート感あふれるウェディング、家族や親族だけのアットホームなレストランウェディング、二人の思い出の場所でのロケーション撮影にも対応。二人らしい会場選びからグッズまで幅広く提案してくれる。式場選びから当日までのプロデュースはもちろん、ケーキやブーケなどのアイテムやBGMなど演出の相談だけでも気軽に迎えてくれるのもうれしい。

ブライダルプロデュース アンバーサリー
静岡市駿河区川合1-2-1
TEL:054-264-7213
11:00~19:00 水曜定休(祝日は除く)
http://www.4anniversary.net/

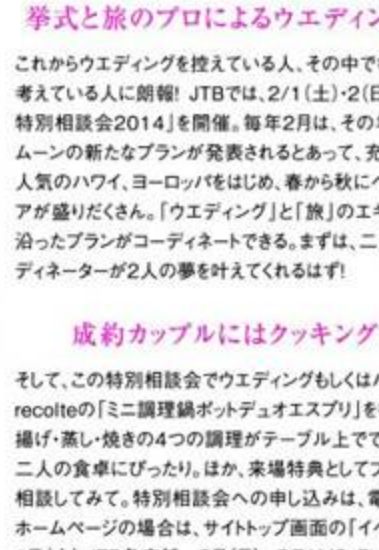


wedding 04 selection

挙式と旅のプロによるウェディング&ハネムーン相談会

これらウェディングを控えている人、その中でも特に、今年の春から秋にかけてと考えている人に朗報! JTBでは、2/1(土)・2(日)に「JTBウェディング&ハネムーン特別相談会2014」を開催。毎年2月は、その年の春から秋のウェディング&ハネムーンの新企画が発表されるとあって、充実した内容から選ぶことができる。人気のハワイ、ヨーロッパをはじめ、春から秋にベストシーズンを迎える魅力的なエリアが盛りだくさん。「ウェディング」と「旅」のエキスパートだから、トータルで希望に沿ったプランがコーディネートできる。まずは、二人の希望を伝えてみよう。専門コーディネーターが2人の夢を叶えてくれるはず!

成約カップルにはクッキングツールをプレゼント!
そして、この特別相談会でウェディングもしくはハネムーンを成約したカップルには、recolteの「ミニ調理鍋ポットデュオエスプリ」をもらえるプレゼント。煮るだけでなく、揚げ・蒸し・焼きの4つの調理がテーブル上のできるコンパクトクッキングツールは、二人の食卓にぴったり。ほか、来場特典としてランケットを用意。この機会にぜひ相談してみよう。特別相談会への申し込みは、電話かホームページで受け付け中。ホームページの場合は、サイトトップ画面の「イベント予約」をクリックして。場所は、1日(土)JTB各店舗 2日(日): DEAMS FLEX-MUNCHEN(ディームスフレックスミュンヘン)。時間は10時、12時、14時、16時の4部制で開催。

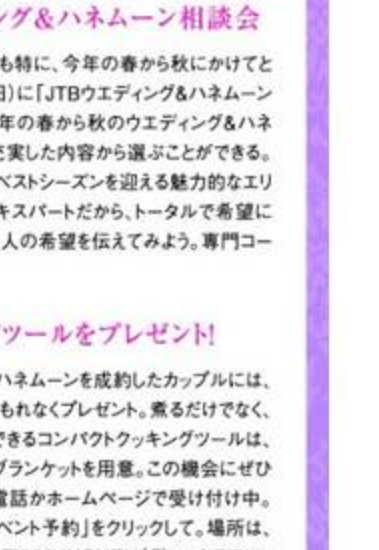


vol. 64

今月のイケメン

携わる人すべてが楽しくなる「おもしろいこと」を発信

産業消毒剤から一般向けの除菌消臭ミストなど「消臭のプロ」といえるのが、ハルインダストリ。2年前に入社した清水優佑さんは、入社以前、学生時代のアルバイト先でもあったケーブルテレビ局で「おもしろいものをつくりたい」という思いがあり、同局の正社員募集が出るまでの間「いろいろな経験をしておこう」と、さまざまな仕事を経験したそう。そして、社会人として基礎を築いておきたいという思いから、県の雇用創出事業で半年間学んだ際、訪れた会社でここだった。研修終了後にタイミングよくケーブルテレビの募集に応募したものの最終面接で夢破れてしまったそう。そんな時、「おもしろいことをやりたくないか」と部長から掛けられた言葉が入社する決め手になった。現在配属されている企画室は、「おもしろいこと」をやりたい清水さんにぴったり。キャンペーン企画を練り、チラシを自らデザインし、写真を撮り、ターゲットに響くコピーを考えている。「このチラシを見る人はもちろん、それを使ってくれる人も楽しい気分になってくれたらと考えながら作っています」と清水さん。大学で情報デザインを学んだ知識が生かされているよう。「おもしろいこと」を発信する現場は、のびのびと過ごせる気持ちいい環境だ。今後も新鮮なアイデアでみんなを楽ませてくれることだろう。



150種類のデザイン
成人式 予約会
あなただけのコーディネートを...
静岡会場 1/31(金)・2/9(日)
清水会場 2/15(土)・16(日)
衣装レンタルサービス! 前撮り撮影 衣装代無料

レンタル振袖 ¥54,000~
男性紋服 ¥21,600~
お祝い合せ先【ビュール】
お祝い合せ先【清水ビュール/エリヤ1F】
TEL:054-202-3331 TEL:054-366-3339

お二人の素敵な夜を演出
プレミアムカップルディナー
1/16 (Mon) 2/14 (Fri)
お誕生日や結婚記念日、お祝いやプロポーズなどにお勧めのコース
2名様 ¥25,000

女子会ディナー 2014年1/16 (Mon)~
コース内容
1名様 ¥5,000

拝見!
ザ・シーズン静岡の
こだわり
エクステリア
& ガーデン
第1回【H様邸】
Presented by The Season

視覚効果を利用して、イメージ通りのアプローチが完成

白×茶の外壁に、鮮やかな緑が映えるH邸。新築する際、さぞかし住宅とエクステリアのバランスを考慮したのだろうと思いきや、「アプローチ部分のご依頼は、建築後だったんですよ」と、チーフデザイナーの大場亮太さん。「雑木林を抜けて行くようなイメージ」というHさんからの要望に、建物のカラーと調和する白の塗り壁とダークブラウンの板張を設置。「壁の位置を道路ギリギリではなく、ワンクッション家側に下げること、空間に奥行きとゆとりが生まれます」。そこに、アオダモ、ヤマモミジ、ヤマボウシなど山で見られる木々を植え、さらにツツジ、トクサ、ヤブコウジなどさまざまな形状の草花を配した。出来上がったのは、まさに雑木林の小道。限られた空間でも夢が叶う好例といえるだろう。

新着 過年玉キャンペーン
カーポート・樹脂デッキ・テラス、金メーカードでも通常値引きからさらに3%off!!
ザ・シーズン静岡
静岡市駿河区中田1-4-1 アヴェニューコート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/

astan column
アステンコラム
プロに訊く! 心得
ウエディングの
第6回
今月のテーマ
海外ウエディング
ハネムーンの半日を使って、一生思い出に残るウエディング。
ウエディングのスタイルはさまざま。予算が合わなかったり、遠距離恋愛でなかなか時間がとれない、年齢が多くなってからの結婚なので披露宴は恥ずかしい、再婚やおめでたの理由で披露宴を諦めたり、断念しているカップルも。なんだか一般的な結婚式がしっくりこないという場合は、海外ウエディングはいかがだろうか。例えばなかなか時間がとれないカップルなら、ハネムーンを兼ねて旅先で挙式をする、というのも手です。弊社での一番人気はハワイ。言葉が通じる現地スタッフがいるだけでなく、ドレスなどの事前試着なども可能です。意外に知らないというのですが、ウイグルは旅行代理店機能も持っているため、デスクで旅の予約と、現地チャペルなど結婚式の手配が同時にできるというのも忙しい人にとっては便利なお手助けです。またハワイのビーチでのフォトウエディングは、リムジン送迎、ドレスとタキシード、ヘアメイク、生花ブーケ、プロカメラマンが撮影したフォトデータ100枚、日本人アテンド1名付きで10万円を切るプランも。3週間前まで予約可なので、時間がない場合でも相談してみてくださいね。

運命の一着
のを見つけ方
VOL.7
花嫁を最高に輝かせてくれて、新郎もゲストも笑顔してくれる...そんなウエディングドレスのを見つけ方をご紹介します!
今月の花嫁
貴之さん&優佳さん
優佳さんが運命のウエディングドレスに出会ったのは、フィニー来店4回目。「王道のAラインにしようと思ったのですが、一口にAラインといってもドレスによって印象が全然違う。かなり迷いました。でも、担当の鈴木さんがこのドレスを見てくれた瞬間、ピンときたんです」。当初の希望通りAラインだったことに加えて、レースとラメが贅沢にあしらわれているところが決め手になったという。その選択が正しかったことは、ドレスをまとい、新郎・貴之さんの隣で微笑む優佳さんを見れば明らか。上品な中にも華のあるデザインは、優佳さんにとってもよく似合っていた。
私がお手伝いさせて頂きました!
何を着てもお似合いの優佳さんですが、気品あるAラインとレース&ラメがご本人の美しさを引き立てています。カラードレスは普段はあまり着ないというピンク系をチョイス。大人のかわいらしさを演出しました。
コーディネーター 鈴木美智子さん
1/4~1/31に開催! fino couture
1/4~1/31はfino couture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あり。ぜひ来場して。
桂由美フィニー静岡
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/

ウエディングスタイルはいろいろ。2人に合ったカタチで思い出を残してください。
ウエディングアドバイザー 12年の経験 山崎子さん。結婚のことから結婚のことでさまざまなことに答えてくれる。
結婚式場案内&プロデュース ウィンクル静岡店
静岡市駿河区新通1-4-22
TEL:054-652-1115 火曜定休 11:00~19:00(土日祝10:00~) 駐車場あり ウィンクル
Information
本日1/4(土)~1/13(祝)まで海外ウエディングの無料相談会を開催! 支店があるハワイの現地情報から、その他リゾートまで何でも相談(予約優先)

アステン MEETS ぐるぐるマツ Gourmet Collection

☆☆☆

じんわり中華ごはん

お正月が明けて、おせちやお餅料理とは違ったものがほしくなる時期。ちょっと目先を変えて、中華はいかが？ 本格中国料理からオリジナル中華まで、一皿で満足できる中華ご飯をご紹介します。おなかをすかせて、召し上がれ。

石焼おでげの五目あんかけごはん ¥930

テーブルに運ばれてきた石焼の器の中には、表面を焼いておこげを作ったご飯が。目の前であんをジュワーッとかけてくれるパフォーマンスに、思わず歓声が上がります。しょうゆベースの甘酢あんは、豚肉や魚介類のほか白菜、大根、チンゲンサイなどの野菜がたっぷり。器、ご飯、五目あんのすべてがアツアツだから長時間冷めず、寒い日も体の芯からホカホカ温まること請け合いです。「油は少なめ、季節の野菜たっぷりの体にやさしい料理コンセプト」とオーナーの菅原崇さん。和と洋のテイストを加えたオリジナル中華を楽しんで。

1 新中華 華花(HANA+HANA)

藤枝市田沼1-15-6
tel / 054-689-2339
営業 / 11:30~14:30(14:00L.O.)
17:30~22:30(21:30L.O.)
休 / 月曜(祝日営業、翌日休み)
P / 4台+2台駐車場あり

海の幸入り塩味あんかけ御食飯 ¥1,200

エビ、イカ、ホタテに旬の野菜をたっぷり。鶏と豚をベースにしたスープに塩と紹興酒を加え、鶏油で香りのアクセント。素材の持ち味を生かすあっさりした味が、幅広い年代に好評です。人気の「海老老の四川チリソース煮」1,650円、「麻婆豆腐」1,100円などおなじみの四川料理と組み合わせるのもよし、辛いものはちょっと苦手という人にもオススメです。ガラス張りの店内は、明るく開放的な雰囲気。個室や宴会場もあり、気軽なランチから大切な人との会食やお祝い、記念日のディナーまで、いろいろなシーンで重宝しそうです。

PICK UP VOICE

コチラも読者おススメ中華ごはん!

●「桃花園」のチャーハンが最高です(島田市・会社員) ●「桂花」(静岡市・保育士) ●「紫雲城」(葵区・主婦) ●「味守香」のカニチャーハン(葵区・主婦) ●「大元」のマーボー丼(清水区・保育士) ●「小台湾」の豚角煮丼(清水区・主婦) ●「中国パレス」のふかひれ丼(島田市・パート) ●「会飯よこ多」(藤枝市・パート) ●「フクヨ」(島田市・学生) ●「島田」 ●「進栄楼」(島田市・主婦) ●「橋本楼」チャーハンがとてもおいしい(島田市・会社員) ※口コミ情報ですので、情報に変更がある場合があります。

飛龍炒飯 ¥700

静岡発本格炒飯専門店の看板メニュー。具材は、エビ・チャーシュー・ひき肉・青ネギ・白ネギ・タマネギとシンプルかつ王道のラインナップ。パラッと炊けるように吟味された独自ブレンドの米を使用し、強力な火力で一気に炒め上げる。脂っこくなく、しっとり感も残した仕上げは、定番炒飯の底デカラを感じさせてくれる。「半炒飯」400円が、通常の中華屋さんのボリュームで、このレギュラーサイズは約1.5倍の量だから、腹ペコさんも大満足。いずれも+280円でサラダと杏仁豆腐or餃子or唐揚げをセットにできる。土鍋炒飯など冬限定メニューも登場するので、お店でチェック!

1 飛龍-フェイロン-

静岡市駿河区有東3-3-18
tel / 054-266-4661
営業 / 11:00~15:00(14:30L.O.)
17:00~22:00(21:30L.O.)
休 / 水曜
P / 6台

エビチリ煮 陶板オムライス ¥1,260

「アジアの国にある洋食屋さん」を目指したオリジナルメニューがそろそろ。白いご飯の上に、トロトロ半熟卵をのせ、甘めの濃口に仕上げたエビチリソースをジュワーッとかけた「陶板オムライス」は、昼も夜も人気の一品。ランチセットは、選べる前菜1種+スープ+選べるランチドリンクorデザートがついて1,260円。キャラメルミルクやアジアのコーシー牛乳など、ドリンクやデザートまでほとんどが自家製なのが嬉しい。夜も、単品はSサイズや、お得なコースも+1,050円からオーダーOK。フォンドボーとブイオンをベースにした「トロトロ牛スジの四川風辛口陶板丼」ランチセット1,155円も、ここでしか味わえないオリジナルメニューでオススメです!

1 アジア洋食厨房

静岡市葵区千代田7-2-24
tel / 054-263-7255
営業 / 11:30~14:00L.O.
17:30~21:30L.O.
(日・祝-21:00L.O.)
休 / 水曜、月1回水曜休みあり
P / 15台

静岡ぐるぐるマップ No.125 保存版 グルメ総カタログ 「夜ごはんの本。」 定価1,260円

気軽に訪れる店からプチ贅沢デザイナーまで、県中部のおいしい夜ごはんを紹介したグルメ総カタログの最新号。路線表や静鉄沿線企画、ちよい飲みガイドなど特典も充実!

好評発売中!

腋臭症(わきが)・多汗症でお悩みの方

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 (当院 平野 温子)

www.sc-clinic.jp

ケイタイサイトへアクセス! 医療情報を見られます!

院長 平野 温子
1969年生まれ。富士市出身。静岡雙葉高校卒業(第19回卒業生)。平成6年 東京女子医科大学医学部卒業。東京女子医科大学付属麻酔科第二病棟で形成外科(美容皮膚科)・麻酔科勤務を経て、平成12年 静岡市葵区麻酔科にて「医療法人美静会スキンケアクリニック」開業。今年で13年目を迎えます。現在も静岡市で非常勤麻酔科医も兼任中。

メディカルスキンケアなど様々なスキンケア中心の美容上の悩みをご相談ください。

月 火 水 木 金 土 日
○ ○ 休 ○ ○ ○ ○ ○ ○

診療時間 10:00~18:00 ●水曜・夜間・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)

静岡市葵区具原町2-8-1 アイランドプラザビル4階

治療時間 / 60分程度
治療目安 / 1回 ¥400,000(+税) ・ 2回目以降 ¥250,000(+税)
◆自費診療となります。 ◆治療方法、詳しくはクリニックにて相談ください。

あなたと夢を、ごいっしょに。

PanaHome

2014新春特別企画
パナホーム創業50周年記念
スマート・パナホーム
福袋

「今年こそ家づくり」の夢を叶える、静岡県限定の新春特別企画。

平屋建・二世帯向け2階建・二世帯向け2階建の選べる3タイプのスマート・パナホームを福袋3大特典をお付けして、静岡県限定の新春特別価格でお届けします。

お申込み期間 平成26年2月16日(日)まで

静岡県下 抽選1棟

建物本体特別価格

福袋3大特典付 スマート・パナホームをフリープラン

税込/消費税8%

980万円

【税別価格 907.4万円】 ※平屋建タイプ/84.93㎡の場合

福袋3大特典 スマート・パナホームにふさわしい「福袋3大特典」をご用意しました。

福袋巻 太陽光発電システム3.0kW
屋根にフィットするデザインの太陽光発電システム。光熱費の大幅節約を実現し、電力が余ったら電力会社に売電。

福袋式 先進の省エネ設備 エコパッケージ
パナホームのエコ性能をさらにアップさせる先進設備をパッケージングした、エコパッケージをご用意。

福袋巻 スマートHEMS (AISEG)への対応
家全体のエネルギーの「見える化」と、対応家電を省エネ制御するスマートHEMSへの対応。省エネ意識を高め、便利ならしを実現します。

平屋建プラン例 980万円 (税込/消費税8%)
延床面積 84.93㎡ (25.69坪) 太陽光発電システム 3.0kW搭載

2階建【単世帯向】プラン例 1,480万円 (税込/消費税8%)
延床面積 155.17㎡ (46.94坪) 太陽光発電システム 3.0kW搭載

2階建【二世帯向】プラン例 1,980万円 (税込/消費税8%)
延床面積 180.74㎡ (54.67坪) 太陽光発電システム 3.0kW搭載

同時開催 スマートライフ・モニター募集

お申込み受付会場

静岡展示場 カワテラ ☎(054)201-1855 ソルビオ ☎(054)258-6113
静岡市駿河区橋本1-1(SBSマイホームセンター内)

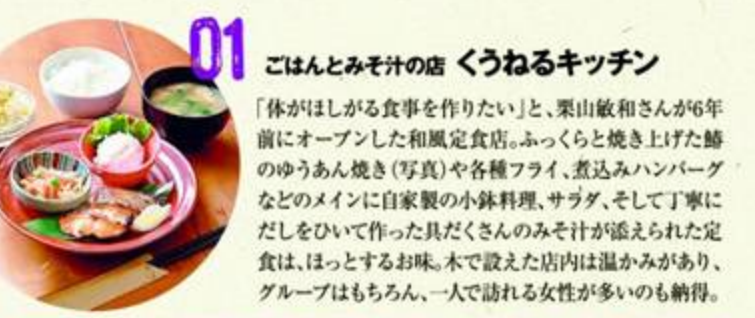
橋南展示場 ☎(0548)33-0501
橋南町古田町180-1(SBSマイホームセンター内)

静岡西営業所 ☎(054)620-8746
焼津市三ツ木1776-3

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

すがすがしい1年の初めに
「ほっとする場所」を探す旅

大型店が立ち並び
幹線道路から一本中に入ると、
のどかな田園風景と閑静な住宅地が
広がる千代田・竜南エリア。
近くには厄除けで有名な天壽寺も。
今年一年、幸せに過ごせるようにとお参りした、
その後足を延ばしてみたいか。



静岡市東区千代田4-1-32 054-246-0238 平日11:15~13:30(LO)、18:00~20:30(LO)
(土日祝は11:30、17:30~) 休/月曜 <http://www.coo-net.com/> (ブログも要チェック)

Kanon(カノン)

扉を開けると、ふわりと花の香りが。雑貨好きが高じてお店
を開いたという村本恵子さんの「好き」が詰まった、
こだわりのお店だ。店内にはバラや動物モチー
フの雑貨や洋服などが集い、まるでイギリス
の田舎にあるお店に迷い
込んだかのよう。ラプリー
ティストが好きな女性は
もちろん、そうでない人
も、きっとやさしい気持ち
に包まれるはず。

静岡市東区竜南3-10-16
054-209-1538 10:30~19:00 休/水曜・第2火曜



03 ぱんだぱん

添加物を使わないという自然派パン屋さん。
富士山の溶岩を使った石窯で焼き上げられ
たパンは、外はカリッと、中はふんわり。火の
通りが早いからなせるワザなのだとか。何と
いっても、人気はパンダの顔をしたぱんだぱ
んと、極(きわみ)食パン。「生地の良さを味
わってほしい」と森正彦さん。一度その
こだわりを味わって。

静岡市東区竜南3-9-37 054-270-5835
9:00~19:00 休/日曜日

アステッククリニック 34
astec clinic
静岡レディースクリニック
看護師 茅本千明さん

Q. 結婚を間近に控え、
妊娠できるか心配です。

一般的に、不妊治療は2年間普通に生活をしていながら自然
妊娠ができない場合に、開始することが多いのですが、その
ほかにも治療を受けた方がよいケースもあります。例えば、無
月経や生理不順の方は、排卵がうまく行われていないことも考
えられますし、子宮筋腫や子宮内腺症の位置によっては、卵
子が受精しても着床しにくくなることもあります。これらの
症状があっても、必ず不妊となるわけではありませんが、ま
ずは病院で診てもらった方が安心です。もう一つ、ご自身が
チェックしていただきたいのは、基礎体温です。しっかり二
層性にならないと、無排卵の可能性もあります。また排卵
のタイミングが分かりますから、排卵出血していた場合も、そ
れが排卵時出血だったのか不正出血なのか判断しやすくな
ります。結婚するという節目のタイミングですので、ぜひこれ
を機会に自分の体を見つめて直してあげてほしいです。

私たちと一緒に働いてみませんか?
看護師 臨床検査技師 不妊コーディネーター 心理カウンセラー 受付 事務
補助スタッフ募集
詳しくはHPを★ <http://www.astec-clinic.com/> 静岡レディースクリニック 職員募集 快活

astec News

静岡市駿河区に初出店!
保険の新常識をチェックして
賢い保険選びを。

持病があっても加入できる、
非喫煙者優遇など保険の内
容は常に進化し、見直しを
する人も増えているそう。あ
なたの保険、今のままで大
丈夫? 12月にオープンした
「ほけんの窓口」静岡南店は
全国450店舗以上展開する
業界大手の来店型保険理
ショップ。複数の保険会社
を取扱ひ、保険のスペシャ
リスト(男女)が不安や疑問
に答えながらその人に合っ
たプランを一緒に考え、提
案してくれる。相談は無料。
直接来店がOKだが、すぐ
に相談したい人は予約を。
プライベートが守られる空間
キッズコーナー完備



ほけんの窓口 静岡南店
静岡市駿河区大坪町3-20 はいからさん通り1F
☎054-202-7860
【ほけんの窓口 焼津店】
焼津市小川8-11-14
☎054-621-5180
【ほけんの窓口 藤枝店】
藤枝市前島1-7-5 BEビル1F
☎054-634-1620
※全店共通/駐車場あり 無休
募集代理店:プラス株式会社 SL13-5631-2350

本日、子育てびより vol.58
お風呂そうじ 今日はお風呂を一緒に
お風呂そうじ。今日はまたと一緒
きょうきょうちゃんもい
きれになるね! きれいになるね!
「守りたいの未来」と
ちがった未来の未来と
メッセージしているア
ンティのプリステイン
ンド。眺めて、撫でてみるだけ
は、ほっとさせてくれるのは、正
的に無垢で清らかなから。あ
の子のいのちのように。

ホントに大きいホコリ
出てくる出る出る!
ママ、この扉の
すきまのホコリ!
ホコリは、
ホコリではなくて...どうやら
防水のパッキン...
一生懸命防水パッキンを
全て取ってしまったら良かった...

浴室から出ると...
お風呂のホコリは
ホコリではなくて...どうやら
防水のパッキン...
一生懸命防水パッキンを
全て取ってしまったら良かった...

アステックセレクト!
あの子に
贈り物 58
オリジナルコットン
さらし木綿

懐かしくやさしい白い布。さらし木
綿。あの子のお風呂の手ぬぐいにし
たら、うっとりした顔をしてくれるだろ
うと、想像するだけで楽しい。チクチ
クと手縫いしてオムツを作ってもい
いし、キップンで、すりおろしたリン
ゴを包んでしぼってジュースにし
たら、とびきりおいしいに違いない。さ
らし木綿の用途はいろいろ。一巻きア
メートだから、必要などきいづつで
も必要な長さをカットして使えら
る。100%、製造は浜松。
「守りたいの未来」と
ちがった未来の未来と
メッセージしているア
ンティのプリステイン
ンド。眺めて、撫でてみるだけ
は、ほっとさせてくれるのは、正
的に無垢で清らかなから。あ
の子のいのちのように。

プリステインオンラインショップ
TEL:03-3226-7795
<http://www.pristine.jp/>
さらし木綿(33cm×7m)
3,990円

子育て応援 BOX vol.10

季節の行事を通じて
子どものワクワクを大切に

クリスマス、お正月、大人にとっては何かとせわしない時期ですが、
子どもたちにとっては一年で一番ワクワクするときです。
保育園のクリスマス祝会では劇や合奏、歌などの発表があります。なかでも
年少さんの頃から憧れていた年長さんの聖夜の劇(クリスマス生演劇)、11月に役をも
らうと早速セリフを読み始め、読めない字も格闘しつつ一生懸命練習して、本番で
は大きな声でお父さん、お母さんたちの前で言えるようになりました。合奏も初め
はバラバラだったのがみんな揃って出来るようになりました。そして何日も前から願
っていたサンタさんのプレゼント、朝、何時もより早く起き枕元に置いてあるのがう
れしかったようです。



そして数日後にはお正月、家族と一緒にお餅を食
べたり、ゲームをしたり、お
年玉も貰って、まるで夢のよ
うな毎日です。こんな子ども
たちの思いを大切に守り、
育んでいきたいですね。
相生保育園 園長・吉野恵子

子連れて WAKU WAKU NEWS

静岡市 英スクエアスケートリンク 1/13(月-祝)まで 15:00~20:00
土日祝は10:00~
子供400円・大人700円・親子セット900円(レンタルシューズ込)
特殊樹脂マジックアイスのリンクだから転んでも濡れません。"おまち"で使える
クーポン券付! ※雨天休業
所:青葉イベント広場 英スクエア(英区英区町2-5-14) 問:Loveしずおか協議会 054-252-7720

牧之原市 大鐘家(おおかね) 雛のつるし飾り展 1/10(金)~5月中旬まで 9:00~17:00
子供300円・大人500円
戦国武将大鐘家の家伝だった大鐘家。重要文化財の母屋を可憐に飾りつるし雛が飾ります。
所:大鐘家(片浜1032) 問:0548-52-4277

川根町 みのりにイルミネーション 2/2(日)まで 16:00~20:00 ※水曜日は点灯お休み
土日祝はもちやちや菓子の露店が出現! 心も体も温まる白沢温泉や大井川鉄道もぜひどうぞ。
所:みのりのみず(奥原840-1) 問:0547-59-3800

子どもをまかせ術 vol.5

絵本好きになる術教えます!
2~3歳の子どもの絵本を読んであげる時、大切なのは
リズム! 絵の内容以上に、ママの強弱やジェスチャーが子
どもの心をつかみます。保育士の学校では、年齢に合った絵本の
選び方や読み聞かせが学べます。空いた時間でプロの子育てス
キルを磨ける上、ママのキャリアアップにもつながりますよ。

保育士の勉強で
子育ての達人に!

2回生の履修で保育士になろう。
第一学院専門カレッジ
www.daiichigakuin-college.jp
0120-936-422
★学費は月1.5万円から ★働きながらでも短期間で学べます!

astec INFORMATION

光きらめく焼津に出かけよう
焼津駅南口周辺が美しく彩られる「焼津イルミネーション2013」が今月13日まで開催中。今年のテーマは「富士山と焼津」。駅前広場の雄大な富士山や、体験型イルミネーション「光の万華鏡」が設置されたシーガルブリッジなど、光の織り成す幻想的な世界に足を運んでみて。点灯時間は17時から21時まで。詳しくは、HPをチェック!

志太二市広域連絡協議会・焼津市
<http://www.yaizu.gr.jp/illumi2013/index.html>
点灯期間:1/13(日)まで 時間:17:00~21:00

午年(うまどし)のこと始めに、乗馬に挑戦
県立美術館の奥、平沢駅近くにある「平沢ライディングガーデン」では今年の干支にちなんで体験乗馬初回限定5,250円を特別価格2,014円に(月、水、木、日曜日のみ・2014年1月未定)。子どもから大人まで楽しめる、初心者でもマンツーマンで丁寧に教えてくれる。趣味や健康増進のために夫婦で乗馬を始める人も増えているそう。詳しくはHPを。

乗馬スクール 平沢ライディングガーデン 静岡市駿河区古宮17-1(平沢緑地の奥)
☎054-262-5470 9:00~17:00 要予約 火曜定休(祝日の場合は営業) 駐車場あり
平沢ライディングガーデン 検索

編集部オススメ お出かけグルメ

MOIZUMI 和牛ホホ肉の柔らかさ 2,100円
お出かけランチ & ディナー
和牛ホホ肉の柔らかさ 2,100円
オードブル6品、スープ、パン、デザート、コーヒー、デザート付き

昨年10月鷹匠にオープン! ありそうでなかった 夕方5時まで味わえるランチに注目!
昨年10月、新静岡セノバ改札口の目の前のビル「サンディア」の2階にオープン! シンプルでいてパワーを感じるアートギャラリーのような大人空間で、イタリアンを中心とした料理を「気取らず」に「しっかり」楽しめる。宴会コースにメニューはなく、予算や好みに合わせて柔軟に対応。また、働く女性にゆとり味わってほしいからと、ランチタイムは夕方5時まで。ストーリーな「ありそうでなかった」サービスをかなえてくれ!
●丸魚のアクアパッツァ 1,200円~

和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI (モイズミ)
静岡市東区油ヶ谷7-5
TEL:054-247-1338
11:00~14:00 17:00~22:00
(全日ランチ+デザート+ドリンク)
MOIZUMI 検索

ストーリー cafe&dining bar
静岡市東区鷹匠1-7-13
TEL:054-260-7552
月曜、第2火曜定休
(祝日営業、翌日休み)
ランチタイム11:30~
ティータイム17:00~
ディナー17:30~23:30 ※日曜~22:30
<http://story-hawk.com>

編集部オススメ お出かけグルメ

藤枝四川飯店&ガーデンズ
中華×ワインのマリアージュに出合え!
光と緑が降り注ぐ店内は、街中に佇むリゾートレストランのよう。「料理に合うワインをご提案します」とはソムリエの小林支配人。美と健康をテーマにした「楊貴妃ランチコース」(2,100円。写真2名分)には白の甘口がおすすとか。「15種類以上の旬菜を、さまざまな味付けと食感でお楽しみいただけます」とは大石副料理長。辛子味噌や酢漬唐辛子など四川のランチの効いた味わいは、ヘルシーでいてお腹も心も満たしてくれる!

おおいさてんご盛りの新メニュー 「菜の花弁当」2014年スタート!
上品な折り箱に付属よく並ぶのは、味付けも風味も多彩な6品。人気の「菜の花御膳」をリニューアルしただけあって、1,050円とは思えないボリュームと品揃えに、定番人気メニュー入りの予感。予約不要、終日OKなので、食べたい時に食べられるのも魅力のひとつ。また、辛党に評判の高い夜メニューも、今後さらに充実させていく予定。日本酒3種を飲み比べできるセットもあるので、憧れのそば屋みかみデビューにもおススメ。

手打ちそば 菜の花
静岡市東区古宮10-1 TEL:054-264-7701
【昼】平日11:00~14:00 - 静岡 北東通
土日祝11:00~15:00
【夜】17:00~21:00 (LO20:30)
<http://www.facebook.com/nanohansoba>
駐車場あり 月曜定休(祝日の場合は営業)

中島屋ホテルチェーン
藤枝四川飯店&ガーデンズ
藤枝市田沼1-23 TEL:054-634-4000
11:30~14:30(LO14:00) ※土日祝~15:00(LO14:30)
17:30~21:00(LO20:30) 無休 駐車場あり
藤枝四川飯店 検索

編集部オススメ お出かけグルメ

女子会から会社全体、大切な取引先との新年会も!
2014年のスタートは、年末年始で疲れた胃にもやさしい「梅の花」で新年会を。大広間は椅子席で最大56名まで、掘りごたつ和個室は最大26名まで、個室は2名から利用できるので、女子会から会社全体、大切な取引先との新年会まで、幅広く楽しめる。料理内容も予算や好みに合わせて組み立てられるから、まずは相談してみて(飲み放題は+2,000円で懐石・ランチの揚げ物と変更可)対応可。

「大創業祭」特別限定メニュー!
湯葉の贅沢しゃぶしゃぶが味わえる「梅美人」が初登場!
年に一度の「大創業祭」が1月14日からスタート(2月末日まで)。今回初登場の「梅美人」(平日昼限定、3,000円)は「大創業祭」だけの特別限定メニュー。豆乳を温泉湯で割ったスープに、湯葉をしゃぶしゃぶしていただく贅沢なコース。ほかにも、名物「とうふしゅうまい」や「生鮭田楽」など、ヘルシーな食材を多彩な味と食感で楽しめるから、満足度も満足度もバッチリ!

湯葉と豆腐の店 梅の花 (松坂屋静岡店 本館6階)
静岡市東区御幸町10-2 TEL:054-653-1700
11:00~16:00(LO15:00)、17:00~22:00(LO21:00)
※個室 平日昼2,600円~、平日夜、土日祝3,600円~
食事・宴会に利用可 契約駐車場あり
梅の花 静岡 検索

編集部オススメ お出かけグルメ

世界各地を味わう旅するビュッフェ 1月は「韓国×フランス×日本」へトリップ!
いつまでも旅を続ける女性たちへ。2014年のスタートにプチ・ヴァカンスはいかが? 美を求めて韓国へ? それとも憧れのフランス? 迷ったらTembooへ。ここなら2カ国を満喫できる。新フェア「トラベル」旅する料理~はランチ&ディナービュッフェが2か月ごとに世界各地を旅するプラン。本格的な魚、肉、パスタ料理など6種から選べるメイン料理に加え、前菜からスープ、デザートまで約30~40種が揃う「2カ国+日本」の料理をビュッフェスタイルで好きなだけ味わえる。12月と1月は韓国×フランス×日本の異色コラボ。「グラントフィア」(フランス地方ジャガイモのグラタン)の隣に「ケランチュム」(韓国風茶碗蒸し)が並び、これまでにないビュッフェスタイルは、見るだけで心が躍る。17階からの眺めと美食に舌鼓。フット心が開放されて別世界へといざなってくれる。
●ランチ2,440円~、ディナー3,150円、時間無制限

Café&Restaurant Temboo(テンボー)
静岡市駿河区豊島3-1-1 (静岡 新聞放送会館17階)
TEL:054-260-7623
ランチ11:30~15:00
ディナー18:00~22:30
月曜定休 駐車場あり

新春プラン! 食べ過ぎが気になる人に
「5回集中冬太りリセットプログラム」
特別価格の5回で9,000円に!

年末年始は、つい食べ過ぎが気になる…。新年こそはスリムボディを手に入れたい! 「ハートアンドビューティ」では、「5回集中冬太りリセットプログラム」(通常60,000円相当)を9,000円で提供する。スゴ筋スリミングマッサージや、人気のよもぎ蒸し、脂肪対策マシン、筋肉運動マシン、リンパケアなどの豊富なメニューの中から、一人ひとりの体質や希望に合わせて、あなた専用のシェイプアッププランを作成。必要なケアだけを組み合わせるため、効率よくサイズダウンできそう。集中部分シェイプや体脂肪ダウンを狙うなら「部分痩せキャビテーション体験コース」1回3,000円を。乾燥、毛穴ケアには「潤い美白小顔コース」(通常1回約60分15,000円相当→2,000円)をどうぞ。各コースとも予約、初回限定、20歳以上、コース併用不可、アステン読者限定、1/31(金)まで。



ココに注目!
「5回集中冬太りリセットプログラム」(1回約60分)5回60,000円相当→5回9,000円で、今年こそ憧れのスリムボディを!!

ハートアンドビューティ 静岡店
静岡市東区御幸町6-11 一瀬ビル3F
フリーコール:0800-111-3436
平日13:00~21:00
土曜11:00~20:00
祝日10:00~18:00
日曜、水曜定休
年始は毎日営業
http://h-and-b.jp/



1/7より新春セール!
初日のみ「福袋」20個限定販売!

いよいよ新年がスタート。洋服や雑貨など身近なアイテムを新しくして気分を上げていこう。グリーンに囲まれた心安らぐ生活を提案する雑貨ショップ Garden Teimu では、1/7(火)~12(日)まで New Year Sale を開催(8日定休日)。洋服や雑貨、アロマグッズなど定番もトレンドも通常価格の20~40%OFF(一部除外品あり)。3,000円以上購入の人には特別プレゼントも。また、初売りの7日(火)は、4~5万円相当のファッション福袋を1万円でお値下げするというから見逃さない。中身は、スタッフおすすめのスタイルがトータルコーディネートで入っていて写真付きなので確実。限定20個、これは絶対にゲットしたい。

ココに注目!
New Year Saleは冬物割引はもちろん、春~秋の活躍アイテムも登場。かなりお値打ちになるの見逃さないで!

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

1/6(月)から
冬のセール開催

静岡市にある婦人靴メーカー「株式会社矢沢」の直営アウトレットショップ「クリムト」。1/6(月)から毎年恒例の冬のセールを開催。全国の大手百貨店に卸しているデザインと製法にこだわった高品質の靴が通常でもリーズナブルに買えるのに、セール期間中はさらにお値打ち価格に! 通靴はもちろん、お出掛けにも活躍のタッセル付きローファーや、スキニーパンツをいして履けるシンプルなショートブーツ、歩きやすいジュエルシューズなどなどラインアップ。写真のブーツは足首ゆったり、牛革の一枚仕立てで春まで履けるのです。



ココに注目!
お店は馬淵ヤマダ電機の近く、新年の営業は1/6(月)から。お間違えなく!

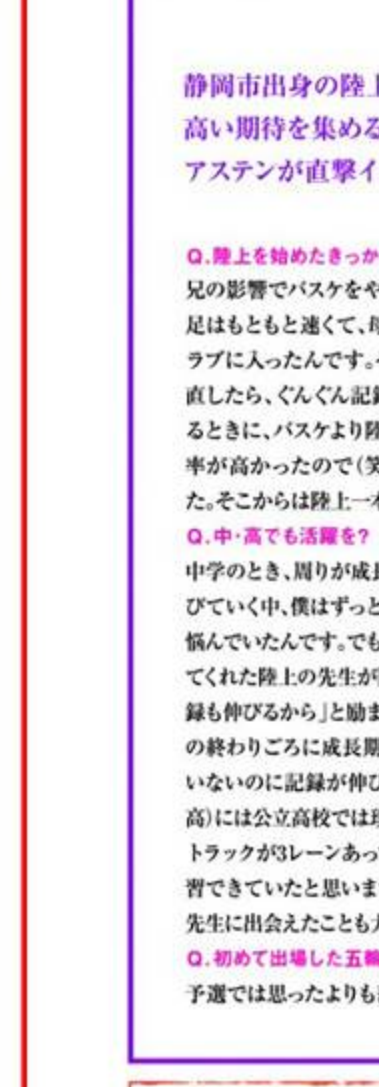
クリムト
静岡市駿河区馬淵2-13-4
TEL:054-282-2405
(株式会社 矢沢)
10:00~16:00
火曜、日曜、祝日定休
駐車場あり
http://klimt-shoes.com/



洗うたびに潤う
素肌が喜ぶ保湿石けん

「スキンケアの8割は洗顔で決まる」といわれ、洗顔料や洗顔方法で肌の状態はかなり変わる。乾燥が厳しいこの時期は敏感肌になりがちなので、質の高い洗顔で美肌をキープしたい。地質石けんは、「アトピー皮膚炎の人も使えるように」と皮膚科医の滝澤先生が中山薬局と開発したドクターズコスメ。古くから保湿に使われてきた地質由来の保湿成分をたっぷり配合するために手作りの種籾石けんにこだわり、60日間かけて熟成させた保湿石けんだ。もちろん、合成着色料や香料、保存料は一切不使用。肌の汚れを落としながら潤いを与えてくれる。洗うたびにしっかりと、健やかな肌を実感できる。

ココに注目!
今なら地質石けん携帯用10gをプレゼント中! 詳しくは「地質石けん中山薬局」で検索しよう。



ココに注目!
今なら地質石けん携帯用10gをプレゼント中! 詳しくは「地質石けん中山薬局」で検索しよう。

1988年静岡市生まれ、国立静岡西高一期天堂大学と進み、2011年より富士通陸上競技部所属。12年ロンドン五輪に初出場し、200mで準決勝進出を果たす。昨年モスクワで開催された世界陸上では、4X100mリレーメンバーとして8位入賞。昨年末には日本陸連が新設したリレーのナショナルチームにも選ばれ、今後の活躍が期待されている。

静岡市出身の陸上選手、高瀬慧さんは、日本の陸上短距離界を牽引する一人として、高い期待を集めるアスリート。ロンドン五輪という夢の舞台での活躍を経て、さらなる高みを目指す高瀬さんに、アステンが直撃インタビュー。少しはかみながらも、少年のような笑顔で、答えてくれた。

Q.陸上を始めたきっかけは。
A.父の影響でバスケをやっていたんですけど、足はもともと速くて、母に勧められて陸上クラブに入ったんです。そこで走るフォームを直したら、ぐんぐん記録が伸びて、中学に入るときに、バスケより陸上の方がめめられる率が高かったんです。陸上部に入りました。そこからは陸上一本です。
Q.中・高でも活躍は?
A.中学のとき、周りが成長期でほとんど背が伸びていく中、僕はずっと小さくて、記録が伸び悩んでいました。でも、小学校の時に指導してくれた陸上の先生が背が伸び始めれば記録も伸びるからと励ましてくれて、実際に中3の終わりごろに成長期に入ったら、練習していないのに記録が伸びました。高校(静岡西高)には公立高校では珍しく、100mのターントラックが3レーンあって、いい環境の中で練習できていたと思います。ここで陸上専門の先生に出会えたことも大きかったですね。
Q.初めて出場した五輪はいかがでしたか。
A.予選では思ったよりも落ち着いていらまし

た。でも、準決勝になったら、競技場の雰囲気にかまれて頭が真っ白になってしまいました。これがオリンピックなんだって、実感しましたね。でも、楽しかったですよ。街全体がオリンピック色で、特別感があった。今度はファイナリストになりたいと思いました。今はその目標に向けて、練習をしています。
Q.静岡にはよく帰ってくる?
A.今は年に1度帰るくらい。だから、この間、マークイズができていてのを見て、ビックリしました。うわー、すげーっ、都会になってるって(笑)。
Q.理想の女性像は。
A.何かを頑張っている女性がいいですね。自分もその思いを共有できますから。
Q.静岡の女性たちへメッセージを。
A.陸上は、テレビで見ると生で見た方が迫力や臨場感がありますから、ぜひ競技場に足を運んでほしいですね。100mのスピード感や200m、400mの駆け引きとか。あとレース前に選手の緊張感も感じることができるといいですね。僕は人の心を動かすような走りを目指しています。まずは5月にエコパで開かれる静岡国際陸上を見に来てください!

5月5日(日)エコパで開かれる静岡国際陸上を見に来てください!

緑の山あいの小さな洋菓子店から
from San Francisco Pie House 05
今頃は田んぼには降りた霜がキラキラ光っていました。くるみをふんだんに使った「チーズケーキクッキー」は、コクがあって、とびきり濃厚なバニラチーズケーキ。しっとりなのに、くるみの歯ごたえもしっかり。サイコロ状やスティック型にカットして、好きなときに好きなだけ食べられます。チーズケーキ好きに気に入ってもらえよう! 9人の女性スタッフが丁寧に作っています。
注文は土日を除く3日前までに、電話・ファクスで。
送料850円・オフィスやご近所でのまとめ買いがおすすめです。
サンフランシスコパイハウス http://sfph.shizuoka.jp
牧之原市勝田858-2 8:00~16:00 土日お休み
Tel.0548-28-0509 Fax.0548-28-0350

グルメ館が **ウオウ!**
新年から登場した特別メニューの「冬の味覚にぎり」は、9種類の旬のネタがずらり! 濃厚な味のあん肝に、クリーミーな白子、穴子や赤エビ、数の子、中トロなど豪華な盛り合わせです。コリッとした食感のトラフグは、すだちとポン酢ジュレ、もみじおろしでさっぱりと。黒ムツや寒ブリなど白身魚は、時期によって内容が変わるそうです。2月末までの期間限定。活きのいい旬の味を、ぜひお試しあれ。
冬の味覚にぎり 1,880円
セントラルスクエア静岡グルメ館1F 沼津魚がし類
TEL:054-654-3220
●平日10:30~21:30 (LO21:00)
土日祝~22:00 (LO21:30)

一年の計は元日にあり。
新年は足裏から整えて快適に歩こう!

寒いと何となく調子を崩しがち。やはり1年の始まりは気分よくスタートしたい。フィッラボは足の悩みに対応するインソールの専門店。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。この店のインソールは、手軽に買える市販の「中敷き」とは異なり、足裏から全体のバランスまでをサポートするというもの。まず全身のバランスや軸のブレを測定。重心のかり方を見たと。薬内に数台しかない高性能の足型成形マシンで足型を取る。それをもとに踵、土踏まずなど細かな部分ごとに張り合わせていく。測定は足裏だけでなく、膝や腰の位置、立ち方や歩き方を見て、痛みが出る場所などによってイチから作る完全オーダー。自分の足に合ったインソールを履くことで全身のバランスと歩き方が変わり、腰痛・七ヶ痛予防や疲労軽減などの効果が期待できるという。



ココに注目!
ライターもインソールを作る過程を試してみても快適さを実感。まずは相談を受けてみて。

FIT.LAB.(フィッラボ) 清水IC下 清水駅前
静岡市清水区天神1-2-1
TEL:054-363-0008
10:00~20:00 駐車場あり
水曜・第1木曜・第3日曜定休
http://www.fit-lab.com

女性なら知っておきたい
お金のキホンをプロから学ぶ

家計を預かる主婦や働く女性にとって未来を支えるお金は大事なことで、でも「お金のことはよく分からなくて」という人も多いのでは? そんな人に必要なプロに聞く「女性のためのお金のそなえセミナー」。講師は日本FP協会の「くらしとお金の相談室」相談員も務めるファイナンシャルプランナーの川島登美子さん(写真下)。日々、多くの女性からの相談に応じているため、さまざまなケースの話ができ、またこの金融機関にも属していないため中立公正の立場で分かりやすく解説してくれる。金融商品のPRや勧誘などが一切ないのも安心。

静岡 新聞放送会館でスイーツとお茶付き
「女性のためのお金のそなえセミナー」開催!
2/6(木)~8(土) 参加費無料!

そんな「女性のためのお金のそなえセミナー」は2/6(木)~2/8(土)の計4回。各40人の定員で、応募多数の場合は抽選。セミナーでは「私はいくら貯められる?」「老後資金はいくら必要か?」「もう知ったかぶりのない! 金融商品の基礎!」「資産運用を始めるなら知っておくべきポイント」などを学ぶ。さらに、相談事例豊富な小冊子ももらえる。市内を一望する見晴らしのいい場所で人気カフェ「Tembooo」のおいしいスイーツとお茶をいただき、楽しく賢くお金のキホンを学んでみては? (主催:ハママラコンサルティングビューロー 後援:静岡新聞社・静岡放送)

【開催日時】
①2/6(木) 10:30~12:30 ②2/7(金) 10:30~12:30
③2/8(土) 10:30~12:30 ④2/8(土) 14:00~16:00
●定員:各回40人
●会場:静岡 新聞放送会館18F(※地図参照)
【申し込み方法】
①第一、第二希望の講座日時②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦参加人数(同伴者がいる場合は氏名)を明記の上、下記までハガキ、FAX、メールのいずれかで申し込みを。
〒422-8033 静岡市駿河区登呂3-1-1
静岡新聞社・静岡放送事業部
「女性のためのお金のそなえセミナー」係
FAX:054-284-9031
メール:kikaku@shizuokaonline.com

ココに注目!
もっと詳しく聞きたいという人のために、セミナーの後はFPIによる無料相談会の申し込み受付も!

ココに注目!
もっと詳しく聞きたいという人のために、セミナーの後はFPIによる無料相談会の申し込み受付も!

アメリカンピザバイキング Shakey's
Pizza Parlor
食べ放題! ピザ25種類をはじめパスタ・フライドポテト・フライドチキン・カレー・サラダバー・スープ・ドリンクバー・ソフトクリームが90分食べ放題!!
生地は毎日手作りです
パスタも5種類、その他サイドメニューも豊富に
デザートも季節ごとの特別メニューを
キッズコーナー
Since 1954
シェーキーズは1954年、アメリカカリフォルニア州で生まれました。他にはマネの出来ないサクッとしたクリスピーな食感のアメリカンタイプピザを50年以上にわたって提供しています。毎日、生地から手作りのおいしさをお試しください。
平日ディナークーポン
¥1,680→¥1,350
●使用期限:平成26年3月31日
●特典1枚で1グループOK

	大人	シニア 65以上の方	小学生	3才~
ランチ (11:00~15:00)	¥1,280	¥1,000	¥900	¥600
ディナー	¥1,680	¥1,250	¥1,000	¥600



1月 は、ワインのお供 「いただきます」まで 30分

しずおかキッチン

ブルーチーズを使った大人味のポテトサラダ。
マヨネーズが独特のクセを調和するから、
意外と食べやすいのもポイント。
雪山みたいにこんもり盛り付けて、たっぷり召し上がれ。

白雪ポテトサラダ

(ブルーチーズのポテトサラダ)



材料4人分
ジャガイモ(男爵):500g/タマネギ:50g/赤ワインビネガー:25g
ゴルゴンゾーラチーズ(ピカンテ、常温):50g/マヨネーズ:150g/塩・コショウ:少々
【飾り付け】パルミジャーノレジャーノスライス:適量/ミニョネット(粒黒コショウを粗く砕いたもの)少々
ブラックペッパー、エクストラバージンオリーブオイル:少々

1 タマネギは、繊維を断つよう薄くスライスし、赤ワインビネガーに30分以上(時間外)漬けておく。ジャガイモは皮をむき、一口大にカットし鍋に入れ、水をヒタヒタに注ぎ塩を一つまみ入れて、串がスッと入る柔らかさまで、中火で茹でる。



2 ①のジャガイモが茹で上がったら、水を切ってボウルに移し、温かいうちに塩・コショウで味付けし、冷ましておく。常温に戻したゴルゴンゾーラチーズを別のボウルに入れ、マヨネーズを少しずつ加えながら、よく混ぜ合わせる。

3 粗熱が取れたジャガイモのボウルに、水けを絞った①のタマネギと②のゴルゴンゾーラチーズ+マヨネーズのソースを加えて混ぜ合わせる。皿に高く盛り、パルミジャーノレジャーノのスライス・ミニョネット・ブラックペッパーをトッピングして、オリーブオイルをかければ完成!



ワインに合うよう味つけはしっかりと



今月の先生
鈴木雅人 Suzuki Masato
WINE BAR HAGU店長
ブルーチーズのポテトサラダは、開店当初よりあるメニューで、大人気! 赤ワインにもピッタリ。前菜はもちろん、シメに赤ワインと一緒にちまみ食べるのもGOOD! ジャガイモはベスト状の部分と粒感を残した潰し具合をミックスするのが一番おいしいと思います。
tel:054-260-5253

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 ten 10 アステン

vol.99
【配布エリア】●静岡新聞朝刊に折込
静岡市、豊田市、焼津市、島田市、牧之原市、吉田町、川根本町
[2014.1.4] 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
(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(2014年2月1日発行)は「クルマ」特集

表紙: 今月のキラリ
mini-top-hat 16,000円
問い合わせ: CULTHAT(カルトハット)
culthat@hotmail.co.jp



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「アステン編集部」
FAX/054-284-9129
Eメール/asten@shizushin.com
2014年1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1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1月号を見てから「実際に行ったお店」と「行った感想」を教えてください。
- 03 カフェごはんでおすす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 6名様
日本産 大吟醸720ml [日本産]

02 10組20名様
木下大サーカス静岡公演 (2/12まで開催)
平日後期ご招待券 (1/6~2/10利用可)
会場:JR東静岡駅前北口特設会場

03 6名様 [日清食品]
「日清ラ王焼餅5食パック」(醤油・味噌・塩・豚骨4パック1セット)
[日清食品]

04 5組10名様
藤枝シネ・プレゴの映画鑑賞券ペアチケット [藤枝シネ・プレゴ]

プレゼント賞品はクロネコヤマトが1月下旬にお届けします ヤマト運輸

VEZEL <ヴェゼル> 誕生。

生まれたのは、美しくカットされた宝石のように多面的な輝きを放つ、全くあたらしいクルマです。

開口部が「大きくて低い」から、使いやすい。
9.5インチのゴルフバッグも積み込みしやすい。
118cm 最大開口部幅
80cm 室内高 (52歳未満)

乗る人すべてが、ゆったりくつろげるキャビン。
Photo2点:ヴェゼルHYBRID Zボディカラーは、ミスティックグリーン・パール(有料色:3,675万円高)。メーカーオプション(Hondaインテグレーション)22,05万円高)装着車。

Hondaの「ヴェゼル」は「SUV」っぽさと「クーペ」っぽさがギュッと詰まった新しいクルマです。お気軽に当社でご試乗ください。

ハイブリッド車
【メイン写真タイプ】ヴェゼル HYBRID Z
型式:DAA-RUJ 1.5L i-VTEC+DCD
(7速デュアルクラッチトランスミッション+パドルシフト車)FF
車両本体価格 **250.0万円** (消費税抜き 2,380,953円)
※写真の有料色及びメーカーオプションの価格は含まれておりません。

ガソリン車
ヴェゼル G
型式:DBA-RU1 1.5L i-VTEC (CVT(トルクコンバーター付)車)FF
車両本体価格 **187.0万円** (消費税抜き 1,780,953円) **75%**

Honda Cars 静岡

静岡酒落着倶楽部 着付け教室 1月生募集中!

体験入学も可能です

30年以上の実績がある静岡酒落着倶楽部。毎年1回ホテルなどにて盛大にパーティーも開催しています。

受講料
1講座 500円

期間
2014年1月~3月(全10回)

特典
今回入部した方には「便利帯板」「着崩れ防止ベルト」をプレゼントいたします!

入部希望の方にはご案内書を送付致します。まずはお電話でお問合せください。

静岡酒落着倶楽部
☎0120-45-2982
静岡市駿河区石田3-10-33 京徳ビル2F Pあり
営業時間:10:00~17:00 休日:火曜・最終月曜
http://www.wafuku.co.jp/

静岡市清水区 静岡駅 伊豆屋本社 カマウのキタムラ アビタ 静岡市 石田 清水駅 585通り

(株)和田グループ 染織工房 京徳 野高木工 藤屋Co., 藤里そで館 M's Party 藤里YASANSHI 静岡酒落着倶楽部 WILD SILK