

特集

## 思い出を、カタチに残すウエディング。



asten people  
奥田透



アステテン meets ぐるぐる  
夏の手土産

### 今月の\*キラリ

ウエディングドレスを着る日のために、アクセサリをオートクチュールのようにオーダーメイド。意外ですか。綿(わた)を球にしてコーティングしたコットンパールは、軽やかで、自由度が高く一粒ずつ微妙に異なるニュアンスの輝きが魅力。色で遊ぶ、をテーマに15年前からアクセサリを創作しているラミントン・近藤久美子さんの作品。注文から約10日ほどで、一番幸せな日のあなたにデザインされた特別なアクセサリが出来上がる。

撮影協力/Laminton(ラミントン) laminton118@yahoo.co.jp

### 世界にひとつだけのWedding

しずおかキッチン  
彩り野菜のチャプチェ  
小さな旅  
草薙総合運動場エリア

お出かけグルメ  
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

ST. ALCOTT GARDEN

自分史上!  
いちばん  
ワガママな日を!  
ウエディング the ガーデン  
only one style wedding

ねえ〜どうする?結婚式  
ゆったりお話ししながら過ごすのがいいな  
お庭で踊っちゃうのもいいかな  
映画で見たあんな感じで登場もしたいな  
みんながビックリする演出したいな  
でも、みんなに感謝を伝えたいね  
そうだとオルコットでワガママ聞いてもらおう

- 2人だけの挙式OK
- 少人数挙式OK
- 全館貸切OK
- 挙式のみOK
- マタニティOK
- パパママ婚OK
- ワガママ大歓迎



### 7月・8月 ブライダルフェア

- 試食付きアンドリュースツアー (11:00~16:00~)**
  - 婚礼料理の人気メニューを体験
  - リニューアルしたチャペルの音の響きを体感
  - 会場見学・カクテル試飲・ロールスロイス試乗・DVD上映など
- オルコットウエディングカフェ (10:00~随時)**
  - 会場見学・DVD上映など気軽にブライダル相談会
- 急ぎWedding相談会 (10:00~随時)**
  - 準備期間2週間~の特別相談会
- トワイライトフェア (随時開催/平日17:00~)**
  - お仕事帰りやナイトウエディングご検討の方にオススメ

7月・8月スケジュール						
日	月	火	水	木	金	土
7/6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	8/1	2
3	4	5	6	7	8	9

静岡生まれのアットホームな結婚式場と心に残るウエディングストーリーを私達と一緒に創りませんか?人生の新しいドラマの幕開けをオルコットで...



静岡Love特集

静岡県出身または静岡大好きな皆様にはとっておきの特典があります

祝福に彩られたその日は間違いなく、二人にとってもっとも大切な一日。一生に一度、このひとときを色あせないように取っておくこと。それはきっと、5年、10年、それよりもっと長い時間とともに過ぎていくためのお守りなのではないだろうか。

# 思い出をカタチに残すウェディング。

思いを紡いでゆく「カタチ」。

昨年5月に結婚式を挙げた田中季恵さんと祐輔さんは、「ありきたりではない、二人らしい結婚式を」と準備を進めた。「ゲストみんなに参加してもらえるように」友人たちへ、それぞれのお母さんへ、ほかにもたくさんのお母さんへ、お祝いを盛り込んだ挙式と披露宴。その思い出がギュッとつまんだ品を見せてもらった。一つは当日飾られたウェルカムボード、もう一つはブーケの押し花だ。

「ウェルカムボードは職場の上司からの贈り物。今も家に飾っています。ブーケは、最初は押し花にするつもりはなかったんですけど、想像以上に素敵だったので、取っておきたいと思って」(季恵さん)。

二人の好みをうまくアレンジしたブーケは、新郎新婦を文字通り、華やかに彩ってくれた。押し花は、そのときのまま残る美しい色合いとともに、花を手にしたときの感動や「残しておきたい」と思った心の動きまでもよみがえらせる。

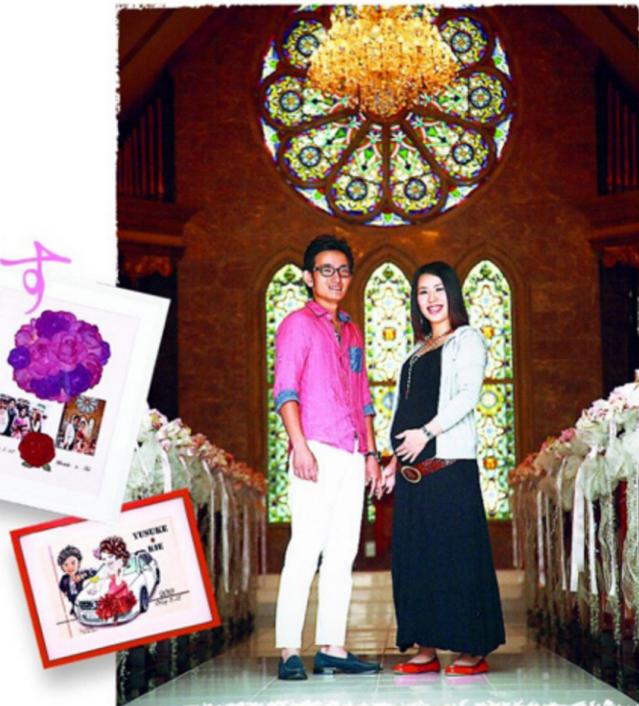
そして、季恵さんと祐輔さんはゲスト

のために「小さな思い出」を式に添えた。一人一人の席札に、名前とともに写真を入れたのだ。一緒に写った一枚、思い出の風景。時にはアルバムに貼ったプリントからも写真を探し出すことは、友人や家族一人一人との思い出をたどる作業でもあった。「うれしかった」「今も取ってあるよ」と教えてくれる人もいるのだとか。手元に残る「カタチ」が二人の思いを確かに伝えてくれたのだ。

## ものには思い出を伝える力がある。

「ものは単なるものではなく、思い出を伝える力があると思うんです。そう話すのは、「セント・オルコット ガーデン」支配人、佐藤嘉之さんだ。新郎新婦の晴れの日は数多く見守ってきた佐藤さんにとって、「人生最高の日」をこの日限りにしたくない、という思いが強くある。

「オープン当初から私たちは、ウエ



ディングドレスはセミオーダーで、その方だけのための一着をご用意し、結婚式後そのままお納めいただく提案をしています。それは、新婦様が自分の娘なら、やはり結婚式には真新しいものに袖を通してほしいから。そして、当日の幸せな気持ちを、ドレスを見るたび思い出してほしいからです。

結婚式は一日の出来事でも、そこからの結婚生活は、二人で長い道歩んでいかねばならない。道のりはおそらく楽しいことばかりではなく、ときにはすれ違ったり悩んだりすることも。そんなとき、「最高の幸せを迎えたあの日に着ていた一着を手取ることで、あのときの気持ちを思い出せる。そうやって思い出

に支えられたり、乗り越えられたりすることがある、と信じています」(佐藤さん)。手元に残るウェディングドレスで、生まれた赤ちゃんのためにベビードレスを仕立てる人も。形を変え、時を経て伝わる幸せがある。



その時間、過ごしたみんなの笑顔を残したい。

今年2月に結婚した中野裕貴さん、美波さん。二人が初めて結婚式の打ち合わせに訪れたときの様子を、「ホテルアンピア松風閣」のウェディングプランナーで、ミセス日本グランプリの田島尚子さんは今も覚えている。「打ち合わせの場面も含めて、結婚式のことすべてを残したい、とカメラを持参されたんです。新婦様の気持ちを本当に大切に感じている、と感じましたし、そんな新郎様を見守る新婦様の優しさにも胸を打たれました」

両家のおじいちゃんおばあちゃんの席に新郎新婦が向き、自分たちで選んだプレゼントを手渡したこと。美波さんが、裕貴さんのために、ピアノを演奏したこと。友人たちからも親戚からも、心あたまるサプライズが次々と届けられる。3時間以上に及ぶ披露宴は終始、笑顔と感動の涙にあふれていた。そ

の瞬間、瞬間を余すところなく記録したい、というのが、二人の願いだった。友人に撮影を頼み、当日の朝、準備からカメラを回したのも、そのためだ。



数百枚にも上る中から、アルバムに納める写真も二人で選んだ。選ぶ基準は「来てくれた人、みんなが写っているように。写っていない人がいないように」(美波さん)。披露宴の間、150人ものゲストのテーブルを一つ一つ回ったテーブルフォトは、全員がちゃんと写真に納まっているか確かめた。

「自分自身も、子どもの頃から両親の結婚式の写真を見ていたんです。子どもが生まれたら、こんなにたくさんの方が来てくれた、いい結婚式だったと話しながら見せたいですね」と裕貴さん。

そのときの幸せな気持ちは、アルバムのすべてのページにあふれる笑顔が物語ってくれている。



年に一度、初心に戻るための時間。

「一番幸せな記憶」を、ゆっくりあためるように思い出に育てていければ、どんなにか素敵だろう。ともすれば忙しい日常に紛れてしまいがちな「その日」。田島慶人さんは「大切な節目」として、夫婦で英タワーのレストラン「ヴォーシエル」を訪れる。

「1年目の記念日にお願いしたんですが、二人ともロケーションと料理が気に入って、結婚して3年になります。3回とも同じところで記念日を過ごしています」

毎年同じ日、同じ場所。窓の向こうに輝く夜景も同じ。それが田島さんにとって「原点に戻るきっかけになる」という。「普段は意識していなくても、また1年経ったんだな、ということを実感できますし、そのことで、初心を思い出せる。大切な区切りの日として、これからも1年1年、積み重ねていければいいですね」

取材・撮影協力 / セント・オルコット ガーデン ホテルアンピア松風閣 グランディエール ブクレーカイ ヴォーシエル

scroll Presents

スイーツ付き! アステル読者先着各回30名様ご招待!

プロに学べるチャンス

知ってトクする賢いマネーの殖やし方

総合通販のスクロールが女性のための無料マネーセミナーを開催!

将来へ向けて、お金を計画的に貯め、ふやしていく必要性は多くの方が感じています。「どうすればお金がふやせるの?」「老後の準備は何をしたらいい?」「具体的な取り組みが分からない!」という方のために、女性向け通販のスクロールが、好評のマネーセミナーを無料で開催します。くつろいだ雰囲気の中でファイナンシャル・プランナー (FP) から学ぶことができます。さらに希望者には後日FPとの無料個別相談が予約出来る特典も! 商品の勧誘やセールスとは無関係なので安心してご参加ください。

7月21日 10:30~12:30 26日 14:00~16:00

会場 ホテルセンチュリー静岡 (21日)/4F ミモザ、26日/3F プラタナス JR静岡駅南口徒歩1分

マネーの基礎知識、賢い保険選び、年金問題、プロの貯め方・ふやし方、老後の資金づくりなどのセミナー

株式会社スクロール マネーセミナー事務局

0120-155-114

スクロール マネーセミナー

Bridal Fair 開催中

7月7日は、エンゲージメントデー。七夕は想いが届く日。大切な人に、大切な気持ちを伝えよう。

ふたりの夢を叶える星のダイヤモンド WISH UPON A STAR

小さな星は「今」の私。大きな星は、夢を叶え「未来」に輝く私と愛する人たち

7.5 ブライダルジュエリー「IZUMO」誕生!

結婚して知られる「出雲大社」に、「Wish upon a star」ダイヤモンドを奉納いたしました。その記念ブライダルジュエリー「IZUMO」の発売です。出雲大社の象徴を美しいデザインとして盛り込みました。今始まったおふたりのご縁が、これからたくさんのお幸せな瞬間とつながって、大きく輝き放つことを願ってご提案いたします。今年には神様の御利益が倍増するとされる「おかげ年」ぜひ、良いご縁を結んで下さいね。

ハートの短冊イベント同時開催! 5日・6日は、ショップへGo!!

フェスタリア ビジュソフィア 静岡パルコ店 静岡市葵区船場町6-7 静岡/リコ 1F TEL. 054-903-8646

ドゥミエール ビジュソフィア マークイズ静岡店 静岡市葵区榎木191 マークイズ静岡店 1F TEL. 054-207-8591

THE TWINKLE HILLS

おふたりにぴったりなウェディングをご提案いたします

7/13日 Bridal Fair

10:00~19:00 無料・予約優先

トウインクルヒルズ ブライダルフェア

- ワンプレート試食会 【10名様限定】 12:00~13:30
- ヘアメイク体験会 【10名様限定】 11:30~15:00
- デザートbuffet試食会【数量限定】 12:30~14:00
- チャペル・神前式見学
- モデルルーム見学 11:00~19:00

ご成約特典! 憧れのラグジュアリーシップ「飛鳥II」クリスマス 1nightクルーズプレゼント!

ファミリー婚 & マタニティー婚 憧れの結婚式を安心サポートでお得に実現!! ゼロ婚プラン「ハピネス」Happiness

サンクスプラン「ブリリアント」 Thanks Plan Brilliant

厳選された地元産材で彩る人気のメニュー。フランク上の料理でも、こだわりのプランです。

ホテルアンピア松風閣

TEL.054-628-3316



# さわやかな声援が響く街 夏の風物詩を間近に感じて



甲子園を目指す  
球児たちの熱い夏がやってくる。  
女子生徒たちの応援の声に、  
高校時代の甘酸っぱい思い出も  
よみがえりそう。  
そんな気持ちを胸に、  
周辺を散策してみよう。

## 01 ひより工房

ドアを開けると、小麦粉とバター  
の香りがふわり。「小麦粉」  
の香ばしい感じが好きなんです  
という小田巻絵理子さんが6年前に  
オープンしたこの店は、焼ききたスコーンやタルト、  
クッキーなどの焼き菓子専門店。国産小麦やキビ  
砂糖を使い、体にも優しい味にこだわった。種類は  
定番ものに加え、季節ごとに限定商品が登場。この  
時期は桃のタルトやブドウのタルトがおすすめ。

静岡県駿河区豊一色421-1 054-279-8505  
10:00~16:00 休/日・月・火曜  
<http://ameblo.jp/hiyori工房>



## 02 Hearty nose

スタイリッシュで、それでいて心温まる暮らしを提案  
するHearty nose。自分のスタイルを持った人た  
ちが、愛犬との暮らしを楽しむためのグッズやパ  
レを扱う。店頭には並ぶのは、こだわりの商品ばかり。  
リードやハーネス、マナー  
ポーチはもちろん、オーガニック  
ドッグフードも人気。沼津からわ  
ざわざ訪ねてくる人もいのだ  
そう。ペット用だけでなく、メン  
ズ・レディースのファッションも!

静岡県駿河区豊一色45-1 本内ビル1F  
054-262-7620 11:00~20:00  
休/不定休 <http://www.heartynose.jp>

## 03 THE NORTH FACE

夏到来。フェスやキャンプなど、アウトドアに  
出かけるなら、まず一度のぞいてみたいのが、  
こちら。THE NORTH FACEの直営店で、  
キッズ、レディースも揃う。この時期一押しが、  
薄手のコンパクト防水ジャケット。パステルカ  
ラーで、アクティブでありながら女性らしさも  
キープして、Stepup for Mt.Fuji-Twilight  
Hike-近日開催決定。事前予約制なので、詳し  
くは、店頭または電話で問い合わせを。

静岡県駿河区豊一色654-8 054-208-2000  
12:00~20:00 休/不定休  
<http://goldwin-blog.jp/tfn-shizuoka>



## 04 末永園

大正時代に創業し、昨年、無添加味噌に特化し  
た店舗に一新。北海道産大豆と国産米を、独自の  
米麹で発酵させて作られるのは、静岡味噌とも  
いわれる相白(あいじろ)味噌。少し甘めで、麹の  
香りが楽しめる。焼津の海洋深層水から取った  
塩を使った商品も登場。また、「飲む点滴」ともい  
われる甘酒も。夏バテ予防に、  
冷たくして召し上がり。



静岡県駿河区国吉田4-12-6 054-262-5281  
8:00~18:00 休/不定休 <http://suenaen.com>



## ZOOM & ZOOM

マネーのプロに聞いてみました!

# 賢いマイホーム資金計画大作戦

このごろは共働きの夫婦が若いうちに共同名義で  
一戸建てを建てるケースが増えているみたい。  
早く建てればその分ローンの返済もラクにできるのは魅力。  
そこで、若くても無理なく夢のマイホームを手に入れるコツを  
静岡銀行沓谷支店の鈴木淳史支店長に教えてもらった。

## えっ、住宅ローンが 保険になる!?

家は人生最大級の買い物。大金を借りて  
果たして返していけるのか、この先の人生  
を考えると不安になるのも確か。ところが  
最近、その不安を軽減してくれる、すごい住  
宅ローンが登場している。なんと住宅ロー  
ンが生命保険代わりになるというのだ。  
「住宅ローンのお借入れ時には、お借り  
入れされている方が亡くなるなどした  
場合に住宅ローン残高が0円になる団体信  
用保険にご加入いただけますが、この保  
障内容を充実させた住宅ローンが出てきて  
います。保障内容は金融機関によってさま  
ざまでありますが、当行の場合ですと、がんと診

断されたら住宅ローン残高が0円になる※  
など病気やケガへの保障が手厚く、幅広い  
病気に備えられる「しずぎん新8疾病ブ  
ラス」がお客様から高い評価をいただ  
いています。つまり、がんと診断されたその  
時点から、毎月返済していたお金を治療費  
に回せるというわけだ。「当行ならではの  
保障もありますので、詳しくはぜひご相談  
いただきたいですね。また、お借入れを機  
にこれまでかけていた生命保険の保険料  
を抑えられれば、さらにマイホーム資金を  
増やせます。そうした保険の見直しも当行  
の専門家に相談いただけますよ」

## 無理なく ローン返済するコツは?

住宅ローンが保険になると考えれば、  
借入額を抑えるために無理やり自己資金  
を増やさないでもいいかも。ある程度  
自由にお金を残して無理のない返済  
計画を立てるのが賢いやり方だ。鈴木支  
店長もこう話す。「一般に住宅ローンは他  
のローンと比べて低金利。将来、教育や車  
の購入のために、より高い金利で新たな



ローンを組むくらいなら、ゆとりをもって住  
宅ローンを組んだ方がいいですね。それ  
に、住宅ローンには減税制度など税制上の  
優遇もあります。うまく使えば、住宅ロー  
ンは暮らしの味方になってくれるのだ。  
では、無理のない返済ってどのくらい?

「ケースによりますが、一般的には、住宅ロー  
ンを含めたお借入れの毎年のご返済額を  
税込年収の概ね30%以内にとどめるのが  
理想です。そこから借入れ額を推算し、出  
せそうな自己資金を足せば、だいたいのマイ  
ホーム予算が分かります。その金額を目安に、良  
い物件を見つけることから始めよう。

※借入日から91日以内に生まれて初めてがんに罹患し、医師により診断確定された場合。  
その他、保障には所定の制限条件があります。また、住宅ローン金利は通常より高くなります。  
詳細は静岡銀行ホームページ(<http://www.shizuokabank.co.jp/>)をご覧ください。



明和住宅専任 菊池昭秀さん

## 住宅のフロから一言アドバイス

住宅会社を選ぶのと同じように、資金を相談する金融機関をどこにするかも迷いますよ  
ね。実は同じ地方銀行でも、借入れる方の年収や家族構成、お仕事形態などによ  
って、受けられるメリットは各行さまざま。当社のように信用金庫なども含めた幅広い金  
融機関と取引している住宅会社でしたら、中立的な立場からご本人に合う金融機関探  
しをお手伝いできます。一緒にベストな借入を目指し、贈れる味方になりますよ。

取材協力/静岡銀行・明和住宅

モンマルシェ便り 2

### 野菜をMotto!!

グルメギフトもセンスで選ぼう

花束を贈る時みたいに、グルメギフトだって  
自分らしく選ぼう! こだわりの野菜をふん  
だんに使った「野菜をMotto」シリーズの冷  
たいスープ。目上の方へは上質な箱入りで、  
大好きな友達には可愛くラッピングして、い  
いものを選ぶセンスの良さも贈りましょう。

～おいしい健康をお届けします～  
モンマルシェバルシェ店  
バルシェ食彩館 9:30~21:00 無休  
●清水本店 清水区本町1-7  
TEL 054-352-5515 9:00~18:00 土日休

バルシェ試食 毎日12:00~18:00  
おいしいすぎるツナ缶「オーシャンプリンセス」をはじめ、  
モンマルシェ自慢の味わいをお試しください。

### asten INFORMATION

生花から誕生した長持ちの仏花

7月14日、  
アスティ静岡グランドオープン!

静岡駅の「アスティ静岡」が、西館をリニューアル。さらに便利に楽  
しく利用できる商業施設となり、ついにグ  
ランドオープン! 人  
気のショップや注目のフーズなど、新しい魅力  
あふれる「アスティ静岡」へ出かけよう。

Amite nori (アミティエ ノリ)  
静岡県駿河区曲金3-6-18-3 ☎054-288-1187  
休/日曜  
P/8台 アミティエノリ

アスティ静岡 静岡県駿河区黒金町29  
☎054-282-5896 (平日9:00~17:00受付)  
<http://asty-shizuoka.co.jp/>

## 世界にひとつだけの Wedding

ASTEN WEDDING SELECTION

01 プリザーブドフラワーで作る  
世界に一つのバッグブーケ

ブーケの代わりに、こんな可愛いバッグブーケでキャンドルサービス  
しては? 東京の有名店などのディスプレイも手掛けるプリザ  
ードフラワーの専門店「アミティエ ノリ」のバッグブーケは  
22,000円からオーダー可。バッグの形や花の色や種類まで細かく  
相談してから製作するからドレスや会場にピッタリのものができる。  
もちろん髪飾りやブートニアとセットにでき、想い出として残してお  
けるのもプリザーブドの利点。事前予約でデザイナーと直接打ち合  
わせできるのもいい。教えてもらいながら自分で作ることも可能な  
のでカップルで来る人も。また両親へ贈る花にプリザーブドを使うのも  
ステキ。まずは気軽に相談を。

Amite nori  
(アミティエ ノリ)  
静岡県駿河区曲金3-6-18-3  
(付近の電柱に案内あり、  
場所が分からない時は電話を)  
TEL:054-288-1187  
9:59~18:30(カフェ17:30まで)  
日曜定休 駐車場8台  
<http://amite-nori.com/>  
アミティエ ノリ

02 ふたりの大切なゲストへ  
レストランウエディング  
だからできるおもてなしを...

家族や親しい友人に囲まれた結婚式。真心のこもった「絆」を感じる  
ウエディングを実現させるなら「記念日のレストラン サンマリオ」の  
「レストランウエディング」がおすすめ。少人数でのアットホームなウ  
ェディングや、海外華式後のパーティーなど、二人のスタイルに合わせ  
てプランナーがオリジナルプランを提供(最大60名まで)。大切な記  
念日を輝ける1日へと導いてくれるはず。記念日のレストランだからで  
きる旬の上質な料理に加え、結婚記念日には「帰って来られる大切な場所」にも。予約  
に無料試食付きの見学相談会を平日を含め随時開催中。詳しくは問い合わせを。

記念日のレストラン サンマリオ  
静岡県駿河区豊島2-14-26 TEL:054-654-3060  
11:30~14:30、18:00~21:00  
水曜定休(土日は完全予約制) 駐車場あり  
記念日のレストラン サンマリオ

03 年内に結婚したい!と思ったら  
婚活トライアル2ヵ月9,800円

今年も半分経ったけど、まだ何も出会いがないなら思いきってお見  
合いしてみよう? 毎月100組以上のお見合いを組むなど、県内ト  
ップクラスの会員数と成婚数を誇る結婚相談所「エンマレッジ」(IBJ  
日本結婚相談所連盟に加盟)。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  
50,000円、月額5,300円で、お見合い料は無料! 何度もお見合いし  
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。独身で初婚の40代までの男女。勤務が  
一切ないのも安心! 仲人・石上さんのブログも参考になるのでチェ  
ックしてみてください。※価格は税別

●7/12(土)静岡市内にて婚活セミナーも開催。  
詳しくは問い合わせを。

静岡の結婚相談所 エンマレッジ  
静岡県駿河区南町19-10 サウスガーデン  
南町201(静岡駅から徒歩3分)  
TEL:054-374-3229 11:00~20:00(予約制)  
不定休 <http://enmarriage.com/>

JR静岡駅 徒歩10分  
バス 徒歩5分  
セブンイレブン 徒歩5分  
静岡 徒歩5分  
カナルプレゾ 徒歩5分  
静岡 徒歩5分  
カナルプレゾ 徒歩5分

暮らしをつくる。家族を育む。

# やっぱり明和住宅。

この家で過ごす毎日、くつろぎやすさを感じます

明和住宅株式会社

tel.054-263-1144 明和住宅

〒420-0816 静岡県駿河区沓谷5-11-5

## アステン MEETS ぐるぐる Gourmet Collection

夏の手土産  
大切な人を訪ねるときの手土産。季節感があり、上質なものが...。それでいて、気取らず、私らしいものが、と悩みは尽きないのでは。というわけで、今回はアステンおすすめの夏の手土産をご紹介します。相手の喜ぶ笑顔が見られますように。

### つよい焼き豚

1パック(200g) ¥760(税別)

創業70年の老舗精肉店の看板メニュー。静岡産の豚肉を秘伝のタレに漬けて、家でじっくり丁寧に焼き上げる。鍋で煮込む「チャーシュー(豚肩)」ではなく、つよい焼きのため、脂と水分のバランスが絶妙。豚肉のうま味もギュッと濃縮されている。贈答用なら、スライスや1本丸ごとなど、好みの大きさに真空パックにすることも可能。その場合は冷蔵で2週間ほど持ちます。焼き上がり時間は日によって異なるため、焼きたてが欲しい場合は、事前に電話で問い合わせを。

**1 東区 花城**  
静岡市東区東1-2-11 するがセンタービル1階  
tel: 054-273-8746  
営業/10:00-19:00(先売切れ終了あり)  
休/日曜、祝日  
P/なし

### アメーラトマトのジュレ

¥380(税別)

オープンして丸3年を迎えた「パティスリー グーテ」。アメーラトマトのジュレは、毎年5月頃になるとファンからリクエストされる夏の定番メニューだ。ひとさじ口に運ぶと、トマトの甘みと酸味のバランスがちょうどよく、軽さと透明感のある味わいは一度食べたらくせになつてしまいう。昨年「ブルン」とした感じでしたが、今年は固まるギリギリのやわらかさで仕上げ、食感がよくなりました。とオーナーシェフの長野貴行さん。店舗に並ぶ数に限りがあるため、まとまった数が欲しい時は予約が確実だ。8月末までの期間限定。

**1 パティスリー グーテ**  
焼津市田尻北101-1  
tel: 054-639-5589  
営業/10:00-19:00  
休/火曜  
P/3台

**PICK UP VOICE**  
コチラも読者おススメ夏の手土産!

●「パティスリーオムリブル」の富ロール(東区・主婦) ●「大屋屋」のあんこ玉(清水区・会社員) ●「大屋」のとろころ、弾力があって美味しい(島田市・会社員) ●「竹若堂」のうす茶(駿河区・主婦) ●「新丸正」の焼津かつおせんべい(藤枝市・主婦) ●「清水屋」の黒大豆(島田市・会社員) ●「田子の月」の富士山頂、世界遺産になったので喜ばれます(東区・主婦) ●「かしはる」の水ようかん(藤枝市・主婦) ●「雅正産」の鞠餅(駿河区・幼稚園教諭) ※口コト情報ですので、情報に変更がある場合があります。

### 桜えび 蟹頭 ¥173、どらやき ¥216、上生菓子 ¥270

南幹線沿いに進むカフェのようなお洒落な和菓子屋さん。東京・赤坂で修業を経た店主の加茂祥平さんとまりこさんが作る和菓子が、杉の一枚板のカウンターの前に並んでいる。「作りたい新鮮な和菓子って本当に美味しいんです」と、保存料を使わず、甘さも控えめな和菓子作りがモットー。見た目もキュートな「桜えび饅頭」は、小麦粉の素朴な生地に塩を効かせたあっさり味のこし餡が絶妙なバランス。リピーター続出の人気メニューだ。夏には「水ようかん」や「コーヒー寒天」、底に粒あんの入った「つるんぷりん」各216円なども登場する。

**1 かもかし**  
静岡市清水区中之郷1-5-33  
tel: 054-388-9536  
営業/10:00-18:00  
※先売切れ終了あり  
休/水曜、日曜  
P/2台

### 高柳製茶

牧之原市勝田2310-4  
tel: 0548-27-2325  
営業/9:00-17:30  
※土・日曜、祝日は17:00  
休/無休  
P/8台

### お茶のみクッキー

リ-フクッキー 20枚入 ¥500、40枚入 ¥1,000(税別) / ティ-クッキー 30g ¥150、300g ¥600(税別)

明治35年創業のお茶屋さんが作った、お茶の葉入りクッキー。生地に牧之原産の一番摘み茶葉をふんだんに練り込んで焼き上げ、サクッと軽い歯ざわりとともに、口の中にさわやかなお茶の香りが広がる。元々は店でお茶葉子に使っていたものを、自宅用に欲しいという声に応えて発売。今では年間約(ト)以上出荷する人気商品に。「お茶葉子さんでは商品化できない」がコンセプト。試行錯誤の末にたどり着いた、すぐに割れてしまうほどの硬さが美味しさの秘密です」と高柳敬将専務。本店、イオン焼津店のほか、電話やメールで取り寄せもできる。

**静岡ぐるぐるマップNo.127 保存版ランチカタログ**  
「しずおか最新ランチ案内」本体価格1,200円+税  
グルメライターや読者のクチコミ情報を基に、最新エリアの最新ランチ情報を収録。「デザート充実ランチ」「限定朝食1ランチ」「駅近ランチ」「コスバランチ」「ボリューム満点ランチ」など知りたい情報が探しやすい永久保存版。

百二十二年の水きにわたり格別のお引き立てを賜り誠にありがとうございました。きもの井越は、静岡に開店してから多くのお客様に育てて頂きました。移転閉店に伴い感謝の閉店セールを開催させて頂いております。店内全て破格値にて、皆さまをお待ちしております。四代目店長 長谷川眞智子

## 感謝の店じまい

7/21(月)まで

◆超有名作家 京友禅七宝園訪問巻 626,400円 → 189,000円 (70%OFF)  
◆特撰西陣織 本唐織帯巻(香中若竹文) 540,000円 → 183,600円 (66%OFF)  
◆特選創作袖 友禅染訪問巻 537,840円 → 162,000円 (70%OFF)  
◆西陣織 礼装用帯巻 97,200円 → 35,000円 (64%OFF)

【特選】振袖表地 オール50%OFF 七五三お仕立て上がり品 オール50%OFF

【井越セレクト1点物】小紋&袖 5万円均一 7万円均一 10万円均一

## お出かけグルメ

### アステン限定企画 第三弾!!

会席風ランチがさらにお得な2,600円で登場!!

6月からの継続している会席風ランチが大好評のため、引き続き7月も継続が決定。しかもさらにお得な2,600円(税込)! 多くの女性に人気がある「梅貫紀ランチコース」2,160円がおすすめ。「海鮮団子の大業炒め」はエビとイカのプリプリやズッキーニとヤングコーンのシャキシャキなど、食感の違いが楽しい。味つけもさっぱりした塩味から四川特有の辛味まで、パリエーション豊かだからお腹も満足。このほか、エビのチリソースなど定番メニューから選べる「選替わりランチ」1,300円もお得感たっぷり!

※写真はイメージです。  
※会席ランチは、昼の時間(11:00-15:00)のみご利用いただけます。  
※法事料理としてのご利用は不可。  
※会席ランチは、通常の宴会会としてのご利用は不可。

**静岡 花萬月(しずおか かつおふようげつ)**  
静岡市東区東14-1 2-3F  
TEL:054-266-3300  
ランチ11:30-14:30、土日祝11:30-15:00  
ディナー17:30-21:00  
月曜ランチ休み

### 上質な時間が流れる特等空間

箱根富士屋ホテルなど名門ホテルで腕を振るった料理長がもてなす、しっとりとした色気のある日本料理店「ワビスケ」。「駿河湾で捕った鮮魚、鹿児島産の黒毛和牛、黒豚など、こだわりの食材を繊細かつ大胆に仕上げた料理は、日本酒やワインとの相性抜群。2,500円の「車揚げ会席」は旬の揚げ物、先付け、お造り、握り寿司など全7品が堪能できる。明日(7/6)は、隣接する飲食店とともに「宮の小径グルメ食べ歩きイベント」を開催。はしごを楽しみながら、店内の様子をのぞいてみる。

**食彩美酒 焼酎-WABISUKE-**  
島田市本通1-1-10 TEL:0547-37-1234  
17:00-23:00  
月曜、第2、第4火曜定休  
駐車場7台  
http://wabisuke.teimu.com/

### 夏のオススメメニューがスタート!

京昌園のすべてが詰まった「夏祭りコース」

今年で50周年を迎える京昌園では、夏のおすすめメニューがスタート! 恒例の「夏祭りコース」は、三大人気メニューの「タン塩」「和牛カルビ」「やみつきホルモン」をはじめ、「特選大判刺身」「トントロ」、サラダからデザートまで、京昌園のすべてが詰まった全20品に、飲み放題120分がついて1人6,000円(税込)。心置きなく食べて飲んで、お祭り気分が盛り上がる!

今年注目のヘルシーな赤身肉 希少部位が楽しめる!

新作メニュー「赤身肉の三種盛り」は、希少部位「トウガラシ」「ラム」「ク」の食べ比べができる。静岡ではお目にかかれない一品。赤身肉だからさっぱりヘルシー。カロリーが気になる女性や夏バテ気味の人にもおすすめ。昨年人気の「冷やし担々麺」「梅じそ冷麺」、初登場の「バンバンジーサラダ」「サラダうどん」など、サイドメニューも夏全開! みんなでシェアしてすべて制覇したい!!

**焼肉飯店 京昌園**  
http://www.k-shoen.com/  
●銀座町店 静岡市東区銀座町13-2 1階 TEL:054-272-1667  
日~木11:00~翌3:00(休憩なし)  
金・土・祝前日11:00~翌5:00(休憩なし) ●瀬名川店 静岡市東区瀬名川3丁目26-15  
TEL:054-263-9697  
11:00~翌3:00(休憩なし) ※全室個室

### お出かけランチ & ディナー

MOIZUMI de

牛ロースのステーキ(200g) グリル野菜添え 2,990円(税別)  
オートブルもみ、スープ、パセリライス、デザート、コーヒー付

7月のスペシャルランチは、牛ロースのステーキ。ジュシーで柔らかく、しつこくない脂身が特徴。ガッツリ食べた肉食女子も大満足のボリューム。ソースも醤油ベースのさっぱり味だから、最後の一切れまで、飽きずに美味しく食べられる。オードブルはプラス200円で9品。ディナーも同料金というから、大切な記念日にワインと一緒に楽しみたい。予約した人には自家製「大人のしっとりシヨコラ」をプレゼント!

**和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI(モイズミ)**  
静岡市東区池ヶ谷7-5 TEL:054-247-1338  
11:00-14:00 17:00-22:00  
(土日ランチあり)水曜定休  
駐車場6台+提携あり

### 個性豊かな夏限定パスタがスタート!

まずはどれから食べる?

食欲を刺激する夏バスタが登場! 昨夏好評の「アボカドとエビの冷製パスタティニー」は、ぷりぷりエビと濃厚なアボカドをトッピング。マンゴーとバインのフルーツをきかせた特製マトソースが夏の決め手。このほか、エスニックな香り漂う「ガバオとチキンのエスニック風」や、ホタテの旨味たっぷりの「ホタテ貝柱のジェノベーゼ」と、それぞれ個性のだからすべて食べた。マンゴータルトやレモンパイなどスイーツも夏一色!

**ルイジアナ ママ 金谷店**  
島田市金谷土見町1681-88 TEL:0547-46-2263  
11:00-22:00(LO21:30)  
※ランチタイム11:00-15:00(土日祝もOK)  
1月1日不定休 駐車場あり

### 話題のカフェ「雪ノ下」が静岡初上陸

パンケーキとかき氷のカフェ「雪ノ下」が先月、静岡にオープンした。大阪本店のオープンから、わずか1年半で全国に名を馳せることになったメニュー。その理由は、食材とメニューへのこだわり。牛乳は伊豆の「大美伊豆牧場」、卵は三重県「コケッコ共和国」、フルーツは静岡県産を中心に選び抜いた生産者から直接届く。この材料でつくった「パンケーキ(700円)」は、弾力のある生地で厚く、しっとりとした食べごたえ。かき氷(700円)は、凍らせた果肉を使ったものなど、食材の力が存分に味わえるメニューが集まる。

**雪ノ下 静岡店**  
静岡市東区池田581-2 TEL:054-294-8667  
駐車場あり http://taita-corp.co.jp/



薄毛や肌のたるみ、シワ、シミ、ワキガ、多汗症が気になったら皮膚科へ

約15年前から島田で皮膚科を続けているあなみクリニックでは、長年薄毛治療の研究をしている院長が、薄毛のさまざまな治療法に対して医学的検証を行い、日本皮膚科学会認定皮膚科専門医として薄毛治療を提供している。また美容皮膚科部門もあり、シワやシミ、たるみ、くすみや肝斑、毛穴、多汗症治療の他、ワキガ治療のための塗り薬の研究開発もしている。今まで何をやっても薄毛が改善しなかった人や、肌のトラブルで悩んでいる人は、ぜひ相談してみてください。詳しくは下記ホームページで。

※美容皮膚科部門は保険適用外、麻酔担当医は、日本皮膚科学会認定皮膚科専門医で慶應義塾大学非常勤講師の荒浪峻彦医師。



ココに注目! 荒浪先生は地元出身。だから、不安なことは相談してみよう。

あなみクリニック  
【静岡院】  
島田市中溝町1294-1 TEL:0547-34-5531  
http://www.bihada-clinic.com



天然アロマでつくる  
世界一つだけの香水

12種類の精油を使って、自分だけのオリジナルアロマ香水を作ってみない? 東京・銀座で行われている「アロマブレンド体験」が今回、8月と9月に静岡でも開催することが決定。2014ミスユニバースジャパン ビューティーキャンプの講師を務めた調香師とセッションしながら「非日常を味わえる香り」「自分の魅力を引き出してくれる香り」など、なりたいたい自分やシーンに合わせてあなただけの香水を作ることができる。天然アロマなので優しく、上品な香りも特長。できた香水(15ml/6,000円前後)は持ち帰りができるのも嬉しい。申し込みは054-250-8354へ。人数に限りがあるので早めの申し込みがおすすめ。

●アロマブレンド体験レッスン  
①8/17(日)13:30~16:00 ②8/23(土)10:00~12:30  
③8/31(日)13:30~16:00 ④9/7(日)13:30~16:00  
受講料+教材費 3,500円(税込)

ココに注目! 「夏の涼感アロマスプレー作り」が2時間1,000円で体験できる1DAYレッスンも受付中! (17/18(金)10:00~12:00、17/30(水)10:00~12:00)

アロマ・エステ・食育・調香の総合資格認定校  
アクトインターナショナルスクール 静岡校  
静岡市葵区両替町2-4-15  
静岡ONLINE2F(1Fキルフェボン)  
TEL:054-250-8354  
info@ais-shizuoka.com  
http://www.ais-shizuoka.com  
アクト 静岡

歯のハナシをしよう

第6回 口腔ケアの大切さ

健康な食生活を支えるために、歯と口は大変重要なのですが、実はそれだけでは足りません。きちんと飲み込んだり、唾液の量を増やしたりするのに、口の周りの筋肉(口輪筋)が大きな役割を果たしています。口輪筋は表情筋と呼ばれる顔の筋肉とつながっていますから、「変顔」体操を取り入れたり、筋肉に沿ってマッサージをしたりするといでしょう。歯科医師と歯科衛生士は口腔ケアの専門家ですから、いろいろ相談してみてもいいですね。いつまでも健康でいるために、歯だけでなく口腔ケアも始めてみませんか。



ココに注目! 20分まで駐車料無料。1Fに大和屋が入っているテナントビル「えじりあ」の立体駐車場を利用して。買い上げに応じて駐車券発行サービスもあり。

伊東歯科医院 伊東 哲院長  
東京歯科大学大学院修了、焼津市立総合病院麻酔科非常勤医、日本歯科麻酔学会認定歯科麻酔科専門医。2012年より自由診療専門に。

伊東歯科医院  
焼津市三ヶ倉1249-1  
TEL:054-627-4696  
9:00~13:00、14:00~17:00  
木・日休診 駐車場あり  
http://www.ito-shika.biz/  
●院内セミナーも開催中。詳しくは問い合わせを。  
伊東歯科 焼津

リピーター8割以上の  
人気リラクゼーション。  
7月末までアстен限定特典!

4月にオープンしたばかりというのに、8割以上がリピーターという人気のリラクゼーション「せせらぎ」。やわらかな灯りに包まれた店内は量が数かれ、所々に配されたお花や床下店内に心がすーっとほぐれていく。施術は、心地よいひとときをゆっくりと堪能できる完全個室。その日の体調を確認しながら、じっくり丁寧にはぐしてくれる。さらに嬉しいのが、施術後にいただける京都福寿園の本格高級抹茶をはじめとした京の銘茶と銘菓。運送された心と身体に寛ぎを感じさせる至福の時間…。今までにない幻想の中の本物の癒やし空間へ。 ※全コース男女利用OK  
●料金…せせらぎコース(ボディ)40分4,000円  
全身オイルコース90分9,500円(税別)



ココに注目! アステンを見た一言で、せせらぎコース60分(通常6,000円)が3,000円。全身オイルコース90分(通常9,500円)が6,000円。7月末まで、お早めに!

京風癒やし 手もみほくし せせらぎ  
藤枝市駅前1-15-1  
マークス・サタワ藤枝1F  
(JR藤枝駅から徒歩3分)  
TEL:054-644-8585  
TEL:054-644-8585  
(予約優先)  
10:00~23:00 無休  
駐車場完備



7/21(月・祝)まで「ギャップ展」開催  
お値打ち価格&金利手数料無料!  
ギャップを買うなら今!

一年を通して心地よく使えるギャップ。触れてみると納得、この時期でもサラッとひんやりしている。上質ウールを使い、一枚ずつ手織りで作られるギャップは高価なイメージだけど、秋山木工は現地の生産者から直接買い付けられているから中間費用が掛らず、良心的な価格で、「なかなか買えなかった…」という人はぜひ! 今回のフェアでは産布回サイズが4,980円〜と、いつも以上にお値打ちなうえ、ヴィンテージ品や最新作などサイズも豊富に約300点を用意。一点もので数に限りのあるギャップを、これだけのなかから選べるのは本当に魅力的。期間中の土日はパリスタのカフェコーナー(無料)も登場。気軽におでかけして。

ココに注目! 期間中、24回まで分割払いの手数料が無料! 大判カバーや、まとめ買いにぴったり。

秋山木工  
藤枝市町1023-1(藤枝北高校南側)  
TEL:054-641-1696 9:30~19:00 年中無休  
駐車場30台

あの葉山珈琲が焼津にオープン!  
オープニングセールも開催

ユニクロ焼津店からすぐ近く。6月にオープンした「葉山珈琲 焼津店」は厳選した豆を職人がこだわって焙煎した、ひと味違う香り豊かなコーヒーを楽しめるお店。焼津店は「気軽に、ちょっとした贅沢を味わえる「ラフアリアー」な空間」がコンセプト。お店は木をふんだんに使ったクラシックなインテリアでまとめられ、BOX席やくつろげるソファ席もあるので居心地がよく、子どもからシニアまで幅広く楽しめる。注目はスイーツ。お店でひとつひとつ作られるケーキは手作りのあたたかみを感じる優しいおいしさ。ぜひ食べてみて。7/10まで葉山珈琲焼津店、静岡店(駿河区曲金)、ドクタービーンズ(葵区佐馬町)の3店舗合同でオープニングセールを開催中。



ココに注目! セール中は、その日おススメのテイクアウトコーヒーが1杯200円に(ICE/HOT)。コーヒー豆も通常の20%OFFで販売(店舗同時開催)。

葉山珈琲 焼津店  
焼津市西小川1-11-9  
TEL:054-626-8886 7:00~21:30(L021:00)  
駐車場あり(24台) 年内無休



この夏、本気で痩せたい人に!!  
「短期集中! 脂肪燃焼コース」  
たっぷり5回通って9,000円!

女性の心と美をサポートする「ハートアンドビューティ」から今年の夏こそ本気で痩せたい女性のための「短期集中! 脂肪燃焼コース」(通常5回60,000円)が登場! スゴ腕スリミングマッサージや、人気のよぎ蒸し、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。自分に必要なコースをたっぷり5回も体験できて9,000円というプチプライスも魅力的! 効率重視なら「部分痩せキャビテーションコース」(通常22,000円)3,000円をどうぞ。各コースとも要予約。初回限定、20歳以上、コース併用不可、アстен読者限定、7/31(木)まで。

ココに注目! 自分専用の痩身コースが、なんと5回も体験できて9,000円OK!

ハートアンドビューティ 静岡店  
静岡市葵区御幸町6-11  
一階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、他定休  
http://h-and-b.jp/

フランス・ミシュランが毎年発表する格付けで常に三つ星を獲得し続けている和食店、銀座 小十。その店主を務めるのが、静岡市出身の奥田透さんだ。このたび「健康寿命日本一レシビ」を考案された奥田さんに、一度は味わってみたいと思わせる繊細な料理の秘訣と、料理に対する熱い思いをうかがった。

Q. 昨年和食が世界無形文化遺産に登録され、注目されていますが、和食って、究極の料理だと思いませんか? 魚介類と野菜中心で素材を生かす料理。そして鮮度がいいまま使うから、生命力が強く、健康的。もう一つは油を使わず完成できる。油を入れれば味にボリュームが出ておいしく感じられますが、和食にはほとんど使わないから、味のトーンが低い。だから、理解されるには少し時間がかかるとも思います。でも、その良さが分かってしまったら、もう戻れない(笑)。  
Q. 和食の世界に入ったきっかけは、最初は小学校の先生になりたかったんです。でも、高1になったところで、事故が起こったかのように勉強が分からなくなってしまった(笑)。その時思ったのは、自分は勉強ができていなくて、人として劣っているわけではない。そもそも人の魅力って、勉強や学歴じゃないって思っていて、それを教師になって教えると思っていたの

が、学校という場で教えることができなくてしまった。だから、今度は人生を通してそれを証明したいと思ったんです。料理の世界では家柄も学歴も関係ない。だから、誰でも入れるし、努力したらだけの成果が得られるんじゃないかと思って入りました。でも、実際は才能があるのとは大きく違いますし、努力しなければ続かない。厳しいプロの世界だと思えます。  
Q. その中で、ここまで上り詰めたのは、僕は自分に才能があると思ったことはありません。その分、お客さんが喜び、おいしいものは何かと死ぬほど考えましたね。あるとき、アマダイの塩焼きを食べたお客さんが目の前で「おいしい」って言うんです。その時は、誰が作っても同じじゃないかと思っていました(笑)。その時思ったのは、自分は勉強ができていなくて、人として劣っているわけではない。そもそも人の魅力って、勉強や学歴じゃないって思っていて、それを教師になって教えると思っていたの

を加えることで、食材のパワーを破壊してしまっている。だから、今度は人生を通してそれを証明したいと思ったんです。料理の世界では家柄も学歴も関係ない。だから、誰でも入れるし、努力したらだけの成果が得られるんじゃないかと思って入りました。でも、実際は才能があるのとは大きく違いますし、努力しなければ続かない。厳しいプロの世界だと思えます。  
Q. 静岡の食材はいいですよね? もともとは静岡県産の食材だけを使った駿河料理の店を出したいと思っていたくらい、静岡の食材には愛情があります。静岡は大きな川が6本あり、日本一深い駿河湾、北には南アルプスがある。もうすべてが揃う、食材の宝庫ですよ。こんなにもいいところはほかにないと思います。  
Q. 最後にメッセージをお願いします。食事は生活にとってとても大事なことです。それを家庭の中で司っている女性たちに、知ってほしいですね。忙しい中で毎日すべて手作りするというのは難しいと思います。1か月に1回でも食事としてしっかり向き合うことができれば、生活は素敵になるんじゃないか。ぜひ静岡の旬の食材を使った料理を作る機会を増やしていただきたいです。



この夏、夢が近づく。  
静岡産業技術専門学校  
夏のオープンスクール開催  
7.21・31 / 8.8・24 / 10.00 15:00  
※詳しくはHPにてご確認ください。  
静岡産業技術専門学校では夏のオープンスクールを開催。当日は各学科の体験実習が受けられるほか、入試についても詳しく説明。学校の雰囲気も味わえるチャンス! ぜひ気軽に足を運んでみて。  
静岡産業技術専門学校 静岡市葵区宮前町110-11  
TEL:0120-618-255 http://www.sangi.ac.jp/

矢野優季の  
グルメ館がCoke!  
うなぎ W 2,480円  
「うなぎ(Wダブル)」のうなぎは、通常のうなぎの約3倍でボリューム満点! 肉厚で脂たっぷり、ふくらみジュースなのが自慢だとか。茶葉を入れた湯で蒸すことで、うなぎの臭みを抑えたり、身の厚みによって蒸し時間を変えたり、工夫もさまざま。クレは愛知県の酒造会社とオーダーし、あっさり味でうなぎと絶妙なバランスに、浜松出身の私も大満足のおいしさですよ!  
セントラルスクエア静岡 グルメ館2F  
うなぎ  
TEL:054-288-5703  
●11:00~22:00 (L021:00)  
SBSテレビ「Sole! いぬい」  
(月~金9:55~)でグルメ情報発信中  
次回放送予定 8/1(金)

ボトックス注射で  
表情じわとワキ汗を改善!  
日本の厚生労働省の承認があり、日本国内での発売が開始されたボトックス注射の製剤を使用した治療。保険適用外の治療ですが、新しく承認を得られた注射薬として、その安全性や有効性が認められ、ボトックス治療は美容皮膚分野において、効果的な薬剤となりました。  
ボトックス注射は、よく知られているしわの治療だけでなく、ワキの汗を軽減させる多汗症治療にも使えます。半年程度の持続期間がありますので、一年に2回ほどの治療で長年の悩みが改善される断期的な薬剤です。また、承認薬を使用した治療は専門的な技術が必要となることから、取扱いに関する講習・実技セミナーを修了し、十分な知識がある医師のみが使用を許可されています。

表情じわ治療  
ボトックスは表情によって出来る範囲のしわに効果があります。眉をひそめた時の眉間のしわの気になる部分に注射することで「しわを軽減する」効果を生み出します。  
◆表情じわ治療費  
眉間のしわを改善します。詳しくは医師の診察時にご相談ください。治療費は初回の一定注入量(定額)や再注入などの追加注入量と薬剤の量によって異なるため、カウンセリングの際、医師と相談してください。

ワキ汗(多汗症)治療  
ボトックス多汗症治療は、ワキの汗などの汗の分泌を抑制する神経をブロックする注射です。切らずにワキ汗も治療したいという方におすすめです。汗の分泌が抑制されることで、ワキガ(臭気)の症状も緩和されますので、軽度のワキガの方もご相談ください。男女・年齢、季節を問わず治療が可能です。  
◆ワキ汗(多汗症)治療費 両ワキ ¥63,000(+税)  
ボトックス注射を受けることで、多量の汗をかいてくつろぎが改善されます。効果は永久ではありませんが、それでも多汗症を治療するひとつの手段になります。

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(OKW 野野原)  
www.sc-clinic.jp  
ケイタイネットへアクセス!  
医療情報を開きます!  
院長 平野 遥子  
1969年生まれ。富士市出身。静岡聖隷学院高校(第19期卒業)、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 静岡県立総合病院にて「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。現在も総合病院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の業務上の悩みをご相談ください。  
月 火 水 木 金 土 日  
診療時間 10:00~18:00 ●水曜・祝日・第1・3・5日曜日は休診となります。  
ご予約・ご相談はこちらまで 予約制  
tel.054-254-5444  
静岡市葵区真砂町2-8-1 アイランドプラザ604号  
JR静岡駅北口より徒歩7分 静岡駅前静岡駅より徒歩5分

7月 は、スピーディーレシピ 【いただきます】まで 15分

# しずおかキッチン

甘辛い味が、ご飯にもお酒にも合うチャプチェ。  
野菜の下ごしらえが終われば、強火で一気に仕上げられる  
簡単スピードメニュー。ニンニク風味で食欲増進、夏バテ防止にも!



**材料4人前**  
春雨(水で戻し食べやすくカット):400g / 牛肉:50g / ニンニク(スライス):1かけ  
小松菜:50g / 豆もやし:50g / ぜんまいナムル:50g / ピーマン:1/2個 / パプリカ(赤・黄):1/4個ずつ  
ニンジン:1/4本 / シイタケ:1枚 / ゆでタケノコ:50g / キャベツ:1枚 / ネギ:数本  
市販の焼き肉のタレ(ピリ辛醤油タイプ):適量 / 味の素:適宜

# 彩り野菜のチャプチェ

(チャプチェ)

**1** 小松菜(ざく切り)と豆もやしは下茹でし、シイタケはみじん切りに、ゆでタケノコは薄切りにし、その他の野菜はすべて細切りにしておく。中華鍋に油大さじ1杯を入れ、強火にしたらニンニクと牛肉を入れ、香りが出るまでサッと炒める。



**2** ①の中華鍋に、キャベツとネギ以外の野菜を全て加える。強火のまま、ざっくりと炒め合わせたら、水で戻し(時間外)食べやすいようにハサミで切った春雨と味の素を加え、さらに炒める。

**3** ②の中華鍋にタレを入れて、鍋の中で良く絡ませたら、最後にキャベツとネギを加えて、しんなりしたら火を止める。皿に盛り、仕上げにゴマヤノリなどを好みでかければ、完成!



春雨は、戻した後ゴマ油をまぶしておく!



今月の先生  
**白出 栄一郎** Shirade Eichiro  
京島園 静岡著名川店チーフ

春雨はゴマ油をまぶしておく、炒めているときにくっつきにくくなります。小松菜や豆もやしは、時間があれば茹でて水を絞る、塩とゴマ油でナムルにしてもおいしいです。冷蔵庫にあるいろいろな余り野菜を何でも使ってください。チャプチェのタレは、「京島園のみみだれ(醤油)」600円(税別・各店舗で販売中)を使うとお店の味に。  
tel:054-263-9697

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。



vol.105

【配布エリア】●静岡新聞発行に申込  
静岡市、藤枝市、焼津市、島田市、牧之原市、吉田町、川根本町

【2014.7.5】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

※次号(8月2日発行)は「自転車」特集

表紙:今月のキラリ

ラミントンコットンパール  
三連ネックレス 18,000円(税込)  
イヤリング 4,200円(税込)  
販売: Laminton(ラミントン)  
laminton118@yahoo.co.jp



## 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「アステン編集室」  
FAX / 054-284-9129  
Eメール / asten@shizushin.com

**締切**  
2014年7月18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7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7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 たまご料理でおすすめ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  
雑誌シネ・プレゴの映画鑑賞券ペアチケット  
【雑誌シネ・プレゴ】

**02**  
6名様  
日清大王餃子5食パック(醤油・味噌・塩・醤油)  
4種類1セット【冷凍食品】

**03**  
5名様  
野菜もMotto!!  
3種の冷たいスープセット【モンマルシェ】

**04**  
10名様  
おやつみりゃクッキー  
【高橋製菓】



プレゼント賞品はクロネコヤマトが7月下旬にお届けします



## 川根温泉ホテル 7月1日(火)グランドオープン

ゆったりと流れる時間...  
心と体が癒される場所。

ホッとする風景に会いにいこう

川根温泉ホテル 7月1日(火)グランドオープン

※1泊2食付プラン/大人(1人) **9,800円**~ (和室4人利用の場合)  
消費税別・大人1泊1食付

●詳しくはホームページをご覧ください。

川根温泉ホテル 検索

交通のご案内

- 国道1号バイパス西谷IC 約25分
- 国道1号バイパス大代IC 約25分
- 新東名高速西谷IC 約25分
- 新東名高速大代IC 約25分
- 東名高速牧之原IC 約60分
- 富士山静岡空港 約65分
- 浜金谷駅から大井川線川根温泉駅 約35分
- 川根温泉駅より徒歩 約5分

**川根温泉ホテル**  
KAWANE ONSEN HOTEL

〒428-0101 静岡県島田市川根町菅渡195番地の1 島田市指定管理者/株式会社時之栖

☎0547-53-4320