

10th Anniversary since 2005 asterisk ten

# asten

12月  
Dec. 2015

花だけでなく木の实や  
小枝や苔や面白いカタチの枯葉で  
埋め尽くされている。  
これほど美しいものが生まれる  
瞬間を知りたいと話聞いた。  
作者の坪井匠さんは学生時代にお花を買い、  
花屋を仕事に選んだ。  
いつも想像以上の花を届けてくた、  
作りながらどんどん自分の世界へ  
入り込んでしまうという。  
森の宝物？赤ずきん？  
何かびったりの名前を付けてあげたくなる。

今月の  
キラリ\*

撮影協力 / flower TAKUMI  
TEL.090-5000-3375



asten people  
May J.



アステン5つ星  
肉料理

ワゴンをのぞけばときめく出会い  
asten×MARK IS 静岡  
クリスマスマーケット

特集

## 切手を貼って、メリークリスマス。

私流、発見 a&b  
コートをもとって旬顔に

淑女検定  
絵手紙

小さな旅  
島田駅北エリア

しずおかキッチン  
カキとトマト、生ハムのアヒージョ

すくすくボード

こだわりSELECTION

**With big love**  
愛もシェアしよう  
"Let's share the love."

**Hope**  
希望は叶うよ、きっと  
"Your hope will certainly come true."

**I LOVE ME**  
まず自分を愛してみよう  
"Just love yourself."

大切な想いを  
メッセージに託して。

伊勢丹クリスマスリスト100  
クリスマスを彩る、伊勢丹の  
オススメアイテムが100点!!  
<http://www.miguide.jp/shizu/christmas100/>  
※WEBサイトは、お使いの端末によりご覧いただけ  
ない場合がございます。  
●12月25日(金)まで ●静岡伊勢丹=各階

〈5108〉メッセージジュエリー  
各3,024円  
□2階=スパイシーマーケット

LIFE IS A GIFT

せかいのすべてが、  
おくりもの。  
christmas-journey.com

this is japan.  
**ISETAN**  
伊勢丹 静岡

※価格はすべて、税込です。  
※数量に限りがある商品もございますので、品切れの際はご容赦ください。  
営業時間:10時-7時30分(8階-レストランシティ)11時-9時30分、ミライは呉服町1階=伊勢丹ギャザ-210時-7時  
尚、12月31日(木)は夜6時までの営業。地階=食品のみ朝9時から営業。

静岡市葵区呉服町1-7/〒420-0031/電話054(251)2211大代表/15

みつかる、いいこと。エムアイプラザ

# MI PLÄZÄ

MITSUKOSHI ISETAN

静岡伊勢丹の小型店  
「エムアイプラザ藤枝」が  
藤枝駅南口「ホテルオーレ」1階にオープン!

※店内が混雑した際は、入場制限をさせていただく場合がございます。予めご了承ください。

## 12.9 WED OPEN

静岡伊勢丹がより身近に。豊富なサービスで便利なこといっぱい!

静岡伊勢丹(本店)お買いあげ品お渡しサービス  
静岡伊勢丹(本店)でお買いあげいただいたお品物、  
お電話でご注文いただいたお品物をお渡しさせていただきます。  
※化粧品につきましては、カタログでの取りとなります。(一部のブランドを除く)

お買いあげ商品 | 電話注文の商品 | 化粧品

ギフト各種承りサービス  
お中元・お歳暮からお礼の品まで、ご要望に合わせてお選びいただけます。

お中元 | お歳暮 | デイリー | 商品券

ご婚礼承りサービス  
お二人の門出をお手伝い。  
静岡伊勢丹ブライダルクラブへのご入会も承ります。

エムアイプラザ藤枝は、朝10時から夜7時まで営業いたします。尚、12月31日(木)は夜6時までの営業。



その人のことを思うと、心がフワリと温まる。  
この世界で私たちが紡いできた  
出会いの糸に感謝して。  
クリスマスの季節だから、  
1枚のカードが  
きっと天使になってくれるはず。

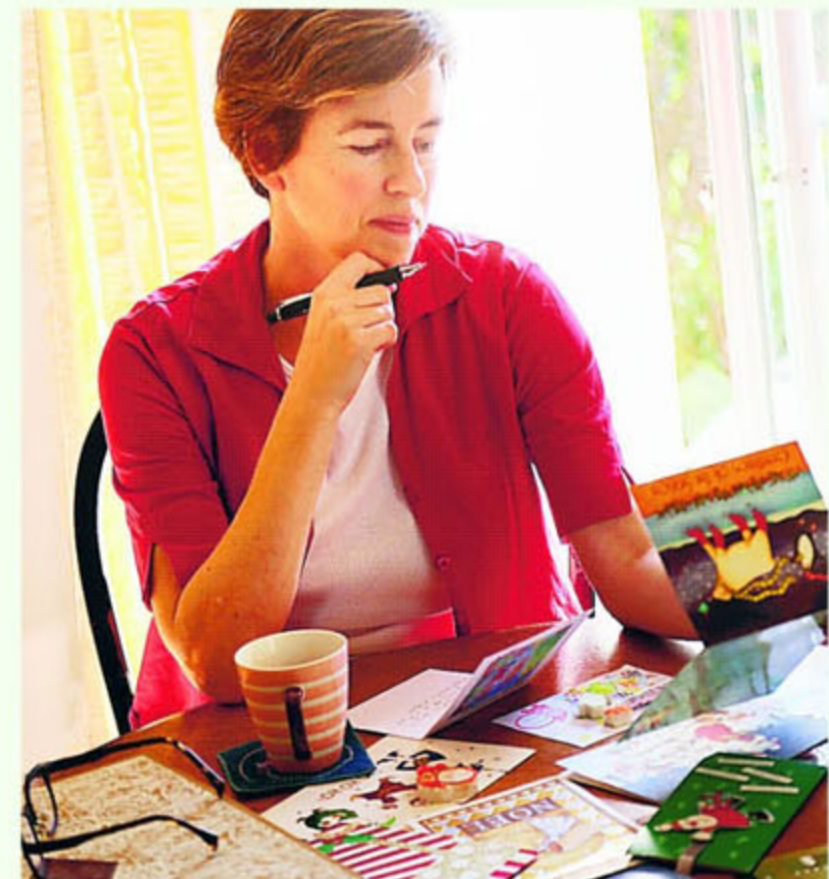


切手を貼って、  
メリークリスマス。

### クリスマスカードの中で、 過去と未来、そして今の私が出会う

藤枝市の英語教師、ジーン・テイラーさんにとって、11月後半から始まるクリスマスシーズンは特別な季節だ。この時期、故郷であるカナダ、ノバスコシア州をはじめ世界のさまざまな街から、それぞれ趣向をこらしたクリスマスカードが、瀬戸川沿いの静かな町に日本人の夫と高校生の長男、小学生の長女と暮らすジーンさんの自宅に届く。

「郵便受けにクリスマスカードが届いていると幸せな気持ちになります」とジーンさん。Eメールは便利だし、よく利用するが、人から人の手によって時間をかけて届けられる手紙が大好きだ。  
「手に持った時の紙の感触や、カードに書かれた文字を眺めているのが好きなんです」  
届いたカードは部屋に飾る。届き始



めの数枚は家族の写真と並べてピアノの上に。12月後半になり、その数が増えてくると居間のドアに貼り、家族でメッセージを共有する。

「お正月にまとめて届く年賀状と違い、1カ月以上かけて、ゆっくり楽しめるのがいいですね」  
カナダでは1月初旬頃までがクリスマスホリデーなので、年を越してからMerry Christmasのメッセージが届くことも。

「日本では12月25日を過ぎると、クリスマスの飾りが取り払われてしまう。それがショックでした」とジーンさんは笑う。雪の降らない藤枝に移り住んで今年で26年。けれどこの季節に寄せる想いは、カナダでホワイトクリスマスを過ごしていた頃と変わらない。

毎年12月になるとジーンさんは、まだ何も書かれていない白いカードをテーブルに置き、今年はどうな言葉を綴ろうかと考えを巡らす。  
「以前、「クリスマスの季節が、今日の喜び、昨日の温もり、明日の希望をもたらしてくれますように」と書かれたカードをもらい、素敵なメッセージだなあと心に残っています。クリスマスカードを読んだり書いたりすることは、私にとって過去と未来、そして今の自分について考えるための大切な時間なのです」

去年からデザインを担当するのは、絵を描くことが大好きな10歳の麗子(Rae)さん。母と娘の合作で、今年も世界に一つしかないジーンさんのクリスマスカードが出来上がり、藤枝から海を渡る。

### メリークリスマス 「星の王子さま」が届ける Joyeux Noël



料理を手作りしてもてなし合おうということになった。  
「デザートメニューはお汁粉にしました。お餅の代わりに何とか白玉粉を再現しようと、中華食材店で粉を何種類も買って、いろいろ試作したことを覚えています」

そんな努力が実り、ひとみさんの作った和食は、空手愛好家のフランス人学生に大好評。ひとみさんはその後から、お礼に1冊の本を渡された。原題で「Le Petit Prince」。この街で生まれた作家、サンテグジュペリの「星の王子さま」だ。美しいイラストの表紙を開くと、見返しの部分に手書きのメッセージが。まるで1冊の本がカードのよう。ひとみさんは、リヨンでのクリスマスの思い出が詰まったこの本を、今でも大切にオフィスに飾っている。

経験や語学力を活かし、静岡とフランスを結ぶ架け橋となっているひとみさんは、今度は現地に留学生を送り出す側でもある。  
「旅立っていった生徒さんたちの不安な気持ちがよくわかるので、フランスから「元気だよ」というメッセージの入ったカードが届くと自分のことのようにうれしいです」

フリーペーパー「エクラタン」の発行やフランス語学校、エスパス・エクラタン代表として活躍する山本ひとみさんには、忘れられないクリスマスの思い出がある。  
ひとみさんは、1997年から2年間、日本の大学を休学し、フランス南東部の都市、リヨンにあるリヨン第2大学に留学。石畳の残る旧市街(Vieux Lyon)の古いアパートマンで暮らした。  
「フランスにはエシジャンジュ(échange)というシステムがあるんです。直訳すれば交換という意味で、それぞれがお互いの言葉を無料で教えます。直訳すれば交換という意味で、それぞれがお互いの言葉を無料で教えます。私はフランス人の男子学生とエシジャンジュをしていました」  
クリスマスの季節。二人は、母国の



うにうれしいです」  
ひとみさんにとってフランスから届くカードは、留学当時の自分と、その頃の夢を一つ一つ実現しようとしている今の自分をつなぐ、かけがえのないエールなのかもしれない。



### 切って、貼って、出来上がり カンタン&お洒落なXmasカードの 作り方、教えます

「紙とカッターとマスキングテープ。これだけそろえればすぐにできますよ」  
文具館コバヤシ馬淵店の小林加苗さんが、プチ工程なのにセンスが光るクリスマスカードの作り方を教えてくれた。

- 材料 ●赤と薄クリーム色の各1枚のキャンソソミタント紙(A4判)  
●20mm幅のマスキングテープ
- 1 洋2サイズの封筒に二折で入る大きさで赤い紙をカット。内側に重ねる薄クリーム色の紙は、赤い紙より5mmほど小さめに。
  - 2 赤い紙の裏紙面をカッターでフリーの形に切り抜く。
  - 3 内側に重ねる薄クリーム色の紙の裏紙に好きな柄のマスキングテープを重ねて貼って、出来上がり。

切り抜いたツリーの周りに事務用の白い丸タックシールを雪のように散らして貼るのもかわいい。  
「文字は筆ペンを使っても雰囲気が出ますよ。書く時は、太い所と細い所のメリハリがあった方がプロっぽく見えます」と加苗さん。  
ラム入りカラーインクの筆ペンがクリスマスにはおすすめです。



聖夜に似合う特別な切手を選んでポストへ  
クリスマスカードを送るなら、切手にもこだわりたい。  
アステンは、エケベリアやセダムなど人気の多肉植物の寄せ植えやリースをデザインした  
2015年版「冬のグリーティング」52円切手シート(12/11発売)に注目。  
真っ白なカードに貼るだけでお洒落度がアップ。



あこがれの薪ストーブをこの機会に  
ギャベの展示販売会も開催

煮込み料理やピザなど、万能調理器具として使えるアメリカンタイプから、リビングに置けるモダンでスタイリッシュなタイプまで、さまざまな薪ストーブを取り扱っているファイヤーライフ静岡。保険の加入、薪(間伐材)集めサポート、購入後のメンテナンスなど専門店ならではのサービスが充実しており、今すぐの申し込みなら年内設置もOK(工事期間約3日)。12/5(土)、6(日)は日頃の感謝を込めて天然ウール100%のギャベ300枚の展示販売会を開催。独自のルートで仕入れた高品質かつリーズナブルなギャベを、さらにお得に手に入れるチャンス。1点ものなのでお気に入りの柄は早い者勝ち!



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

冬の夜空に広がる満天の星をあなたに  
ペリテが贈るクリスマスコレクション

クリスマスプレゼントの定番は、やっぱりアクセサリー。パールシェ2階「ペリテ」から、夜空をイメージしたクリスマスコレクションが登場。おすすめは、やや大ぶりな三日月をモチーフにしたネックレスと、美しい雪の結晶と満月のフォルムをエレガントにミックスしたネックレス。どちらも特許技術によって、胸の鼓動や呼吸に合わせてダイヤモンドがダンスするように美しく揺れながら輝く。冬の夜空を飾る星のようにセッティングされたダイヤは、控えめなサイズでありながらもまばゆく光り輝く「ハート&キュービッド」カット。がんばった自分へのご褒美に、家族や友人への感謝の証に、大切な人へ贈る、とっておきのプレゼントを見つけて。

- QIREINI ダンシングダイヤモンドクレストムーンネックレス
- QIREINI ダンシングダイヤモンドフルムーンネックレス 共に59,800円
- JR静岡駅ビル パルシェ**  
静岡市東区黒金町49 TEL:054-255-1081(代)  
10:00~20:00(食器館9:30~21:00、6Fダイニング11:00~22:00)  
駐車場あり(有料) http://www.parche.co.jp



創業70周年を迎える  
森下木工所・家具屋校倉の半期に1度のお得なセール!



**森下木工所・家具屋校倉(あざくら)**  
静岡市駿河区中島2811  
TEL:054-286-3203  
9:00~18:00 無休 駐車場5台

技で語り、心で創る手作り家具の「森下木工所・家具屋校倉」が12/13(日)までの期間中、冬の特別セールを開催。展示現品に限り通常より8~50%オフ(除外品あり)。熟練の指物職人が手がけたテーブル、チェア、ソファ、たんすなど一生ものと思える家具との出会いがここにありそう。半期に1度のこのチャンスをお見逃しなく! また、いつでも特注家具の制作や修理などの相談にも親身に答えてくれる。思い入れのある家具を信頼して託すことができるのも、森下木工所ならではの安心感だ。店内にはギャラリースペースもあり、セール中は「キリムと手織りのじゅうたん展」を同時開催。  
●5,000円以上の購入で、もれなく限定版海野弘光版画カレンダーをプレゼント

12/12(土)、13(日)「家具のアウトレット」開催!  
良質の家具が通常より40~80%OFF!

年に2回の大人気企画「家具のアウトレット」がいよいよ開催。2日間限定で全商品を通常価格の40~80%OFFで販売する。10年以上続く人気の理由は安さだけじゃない、良質の家具だから。たとえば、東京の高級家具店や人気の通販ショップ、県内家具メーカーの旧モデル品やいいキズ品など、品質は折り紙つき。商品は盛りだくさんだけど、1点ものが多いのでお早めに。また、屋外では楽しいマルシェも開催。クリスマスのお菓子を詰めたお楽しみ袋や地元の新鮮野菜、スイーツなどを販売する。家具を1万円以上購入するとマルシェ専用お買い物券が当たる空くじなどの福利もあるので、要チェック!

**静岡家具工業団地協同組合**  
藤枝市八幡508-2 (国道1号線沿い)  
TEL:054-641-2087  
(月~金)8:00~17:00  
●12/12(土)・13(日)「家具のアウトレット」  
9:30~17:30(マルシェは16:00まで) 駐車場あり  
会場/静岡家具団地(家具・メーカー直売場)(藤枝市八幡・国道1号線沿い)



人気のプリザを気軽に作ってお持ち帰り  
12/12、13はツインメッセ静岡へ

インテリアやブライダルに人気のアミティエのプリザーブドフラワー。その手作り体験が12/12(土)、13(日)の「クリスマスフェスタ」(ツインメッセ静岡)で開催されるというから見逃せない。体験は四つ葉のクローバーのストラップをはじめ、おしゃれなフレーム、クリスマスのプチアレンジなど、予約なしで気軽に作れるタイプが5種類(1,300円~)。普段お家でしか習えないプロのレッスンを気軽に体験できるから試してみても、お店では「缶入り豆チョコ」(756円)やクリスマスのプリザなども充実。贈り物やお部屋の演出にいかが?

●12/12(土)・13(日)「クリスマスフェスタ」  
ツインメッセ静岡「108」ブース 9:00~17:00  
**Amitie nori (アミティエ ノリ)**  
静岡市駿河区曲金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://amitie-nori.com/  
アミティエ ノリ



冬季限定「パリチョコ」入荷!  
アステンを見た一言で10%OFF

クリスマスプレゼントや忘年会の景品、年末のごあいさつなど、12月は贈り物が増える時季。何をチョイスしようか悩んだら藤枝にある「Annyのお気に入り」へ。オーガニック調味料、おもちや、コスメ、タオルなどかわいい雑貨がずらりとそろう。店内で見ているだけでもワクワクするほど詰込み。出産祝いにもぴったりな「おむつケーキ」や、暖かくて機能性もある「裏フリースエプロン」が特にイチオシ。そして毎年この時季を楽しみにしているファンも多いフランス直輸入の「パリチョコ」が、ついに入荷! なめらかな口どけとカカオが薫る極上のチョコを、ぜひ味わってみて。ラインナップは4粒、10粒、24粒の3種類。かわいいパッケージでクリスマスプレゼントにぴったり。「アステンを見た」でパリチョコが通常価格の10%引に(12月未まで)。

**Annyのお気に入り 藤枝店**  
藤枝市田沼2-20-22 TEL:054-634-0970  
10:00~20:00 無休(12/31~1/2は休み)  
駐車場あり http://www.annyshop.jp/  
Annyのお気に入り



ネーム入りの万年筆で  
プレゼントに差をつける

今、再び脚光を浴びている万年筆。なめらかな書き味はもちろん、持っているだけで大人の雰囲気を出せるアイテムを、今年は何れも大切な人へのクリスマスプレゼントにしてみませんか? 文具館コバヤシ(馬淵本店、若松店、豊田店、城北店、長田店、焼津店)では12/25(金)まで3,000円以上(税別)のペンを購入すると、無料で名前を入れてもらえる「名入れ彫刻サービス」を実施中(※納期は約1週間~一部除外品あり)。名前が刻まれたことで、より特別感が増してきっと印象深いプレゼントになるはず。今は手帳に書きやすい細字がトレンドだけれど、たくさんの種類に何をしたらいいかわからないという人も大丈夫。知識豊富なスタッフがその人に合った万年筆を提案してくれるので遠慮なく相談してみてください。

**文具館コバヤシ 豊田店**  
静岡市駿河区豊田1-2-5  
TEL:054-288-0067 9:30~20:00  
年中無休(馬淵店のみ日・祝休み)  
駐車場あり  
http://www.kobayashi.net  
文具館コバヤシ

**わが子がイキイキと輝く  
英会話教室**  
今や小学5年生から英語が必修科目となり、ますます必要とされる英語力。幼いころから英語に触れさせたいと思っている家族におすすめなのが、静岡市にある「英会話スマイル」。一番の特徴は、オールイングリッシュであるということ。「トイレに行きたい」というような日常の動作もすべて英語なので、本当に使える英語が自然と身につく。繰り返し使うことで英語を自分のものにすることができる。子どもの発達段階を知り尽くしたBenesseのカリキュラムとネイティブの発音を使いながらも、講師は日本人のため日本文化に即した内容で学べるのもメリット。ただいま年少~小6までの生徒を募集中。クラスや授業の詳細は問い合わせを。無料体験も受け付け中。

**英会話スマイル**  
静岡市駿河区中田2-1-10  
TEL:054-283-1101  
http://www.urban-inc.jp/smilekids/  
英会話スマイル



★ Beauty Topics ★

スキンケアカレッジ  
小林ひろ美の  
**キレイの種明かし**  
講座  
~毎日のお手入れで肌が面白いほど変わるコツ教えます!~  
協力:ファンケル化粧品

講師  
**小林ひろ美さん** Hiromi Kobayashi  
美容家、美・ファン研究家。自らの肌トラブルの経験から、身近にあるもので気軽にできる美容術を世の中の女性たちに伝える。テレビや雑誌などのメディアでも活躍中。

年を重ねてもいつまでもキレイでいたい。そんな女性たちを応援するイベントが静岡市で開催された。日々忙しい彼女たちに届けられたのは、身近なものを美容アイテムにするアイデアやキレイに近づくひと手間など、すぐに役立つポジティブな話だ。

す・フタをする」のレッスンは、それぞれのアイテムの役割と大切さを解説した上で、モデルを使って丁寧に実演。汚れが溜まりやすいところは円を描くように念入りに、といったテクニックに加え、「クレンジングオイルを顔だけでなく頭皮の毛穴つまりや背中の黒ずみにも使う」「化粧水の横付け・垂直付け、手のひら密封」といった裏ワザも種明かし。会場からは「なるほど!」という感嘆の声も。

**美肌への近道は「美容を楽しむ!」**

毎日のスキンケアを漫然とするのではなく、自分に合ったスキンケアで、しっかり落とし、角層まで浸透させるように潤すこと、そして水分を逃がさないこと。何より「楽しみながら続けることが美肌への近道」と繰り返す小林さん。

「口角をキュッと上げて笑顔で。美容で楽しい!」と脳に思い込ませることでみるみる実感できますよ。そんな小林さんの言葉、参加した女性たちにはエールのよう

ほどの肌トラブルに見舞われたり、エステや高級コスメに飛びついたり...  
30代前半で訪れた転機、そのきっかけは1本のスプーンだった。「身の回りのもので美肌になれる」、実際にスプーンを使って肌をパティングする方法をレクチャー。ペンやマグカップなど、家にあるもので簡単にできる目からウロコの「キレイの種明かし」に、参加者の表情も一気に明るくなった様子だ。

**教材として使用したのはファンケル無添加スキンケア**

第2部では「面白いほど肌が変わる! 毎日のお手入れ法」として、基本のスキンケアの3ステップ「落とす・潤

この日、教材として参加者に配られたのは「ファンケル 無添加スキンケア」。肌にストレスになるものが入っていない分、肌が本来持っているエネルギーを引き出せるのが魅力。健康な肌にはアクティブに働き目が届く、優しいのにたのしいコスメです」と美容家ならではの視点で教材となった商品について語った。

スキンケアの3ステップ「落とす・潤す・フタをする」は、化粧水でしっかり潤す。そして乳液でフタをして外的刺激から守る「スキンケアの3ステップ」。プラスアルファの「ちょっとしたひと手間」でキレイへ邁進!

講師は美容家の小林ひろ美さん。第1部で小林さんが登場すると、白く透き通るツヤ肌会場が騒然。51歳という年齢が伝えられるとますます騒然!

しかしトークで語られたのは、美容家の母、小林照子さんに反発し、サーフィンに明け暮れた20代の日々。日焼けでガン黒になり「肌のパンカー」と言える

「面白ほど肌が変わる! キレイの種明かし講座」でも大好評! 今ならオトクに試せるチャンス!

**FANCL**  
Beautiful Answer

肌本来の美しさを引き出す  
無添加エイジングケア

余計なものを一切含まず  
厳選された美容成分をギュッと凝縮!

●「アクティブセラミド」が肌のキレイを引き出す!  
●ふっくらしたハリ肌のために独自の「適応型コラーゲン」配合

★防腐剤・香料・合成色素・石油系界面活性剤・紫外線吸収剤 不使用 ●年を重ねた肌にはハリツヤも奪われること  
※1 マンチール、マリンセラミド(スフィンゴ脂質) (保護) ※2 加水分解コラーゲン(保護)

【お届け】ご注文後、2~3日でお届け。【お支払い方法】商品到着後10日以内にコンビニエンスストア・郵便局で、(手数料当社負担)【送料】ご注文金額3,000円(税込)未満の場合、360円(税込)申し受けます。お宅までお届け【商品・交換】が、商品に二重封じした付かない場合は、無償で商品・交換を承ります。【送料】当社負担 ※お客様の個人情報は、その職責が保持されるよう、厳重な管理体制のもとに保護しております。なお、商品のご注文や、資料のご請求をいただいたお客様に、ファンクラブよりご案内やお知らせをお送りする場合がございます。※ご注文先・お支払い先は(株)ファンケルとなります。

株式会社ファンケル化粧品 〒231-8528 横浜市中区山下町 89-1

新発売!

「面白ほど肌が変わる! キレイの種明かし講座」でも大好評! 今ならオトクに試せるチャンス!

**FANCL**  
Beautiful Answer

肌本来の美しさを引き出す  
無添加エイジングケア

余計なものを一切含まず  
厳選された美容成分をギュッと凝縮!

●「アクティブセラミド」が肌のキレイを引き出す!  
●ふっくらしたハリ肌のために独自の「適応型コラーゲン」配合

さあ肌を目覚めさせ、ふっくらしたハリとうるおいに満ちた肌へ!

3つのプレゼント  
大人気の洗顔も試せる!!  
今だけプレゼント  
数量限定  
上品で使いやすい  
オリジナルポーチ

2本(化粧水・乳液)で  
通常3,672円(税込)を  
1本分の1,830円(税込)に!

マルドクレンジングオイル 洗顔パウダー1つり  
20mL(約10回分) 30mL(約15回分)

乳液1つり  
30mL(約1.5ヶ月分)

通常3,672円が  
今だけプレゼントも付いて  
特別価格 送料無料で  
**1,830円(税込)** 限定

この広告で  
ご質問の方  
に限り

ご注文は必ず商品番号 3502-28 とアステンを見たをお伝えお選びください。

0120-48-2222

通話料無料 年中無休 9:00~9:00

パソコン・携帯サイトでもOK! www.fancl.co.jp/exb



チェスターコートに重ねたワントーンコーデは、毛足の長いモヘアニットとストライプのミモレ丈スカートでトレンド満載。ラインを強調し、全体をすっきり見せる効果も、縞柄りが良くあがけた印象を与えられるシルバークレーは通勤着にもピッタリ。トップスをなめらかに着るシフォンブラウスにチェンジすれば、年末年始のあいさつ回りにも、コートの中は薄手のアイテムで「できる女性」のしとやかさと抜け感を表現しよう。



コート/¥39,000 (マリン フランセーズ)  
 ニット/¥19,000 (Harley of Scotland)  
 クロップドパンツ/¥14,000 (マリン フランセーズ)  
 マフラー/¥8,800 (ROBERT MACKIE OF SCOTLAND)  
 手袋/¥3,800 (ROBERT MACKIE OF SCOTLAND)  
 バッグ/¥14,000 (Laura Di Maggio)  
 スニーカー/¥9,000 (spring court)  
 ソックス/¥2,800 (BONNE MAISON)

コート/¥44,000 (FABRIQUE en planete terre)  
 ニット/¥17,000 (mimilRoger)  
 スカート/¥15,000 (arcature)  
 バッグ/¥16,800 (ANNVOCEUR)  
 ローファー/¥13,800 (ANN polka)  
 ネックレス/¥6,000 (encachette)

Soeur de Chouette  
 静岡市葵区南替町1-4-4 赤上ビル1F  
 tel.054-274-0520  
 営業/平日10:30~19:00、  
 土日祝11:00~19:00 休/水曜  
 http://www3.tokai.or.jp/chouette/

# Merry Xmas

All Day Dining The Terrace

2週間前までに  
ご予約いただくと、1組につき1つ  
ホテルオリジナルのプチクリスマスケーキを  
ささやかですがプレゼントいたします。  
デザート時には  
記念のフォトサービスも!

クリスマスディナー2015  
お一人様/ ¥14,500 (税込)

12/22@-12/25@

オールデイダイニング「ザ・テラス」(ご予約・お問い合わせ) TEL:054-335-1157

chambre de nimes 静岡店  
 静岡市葵区長原町1-7 静岡伊勢丹2階  
 tel.054-205-4705  
 営業/10:00~19:30  
 休/静岡伊勢丹休業日  
 http://press.innocent.co.jp



コート/¥17,000 (mimilRoger)  
 スカート/¥15,000 (arcature)  
 バッグ/¥16,800 (ANNVOCEUR)  
 ローファー/¥13,800 (ANN polka)  
 ネックレス/¥6,000 (encachette)

フレッチェイストのアンカー柄裏地が心くすぐる濃紺のダウンコートは、きれいなカジュアルの王道アイテム。視線を集めるビビッドなピンクのインポートニットを合わせて、かわいらしさを演出しよう。マフラーと手袋は同じトーンの柄使いでワクワク気分上昇、流行を押さえたフラノ素材のワイドパンツにタッセル付きのバッグを持たせ、大人の落ち着いた取り入れられる。こんな女子度の高いコーディネートなら、寒い日でもきっと楽しく過ごせる!

## 12月のおすすめランチ

日本料理 富貴庵

【昼食】金目鯛の煮付膳  
 2015.12/1@~2016.1/31@ お一人様/¥5,000 (税込)

お献立 季節の逸品 二種・金目鯛の煮付・白飯・お椀・香の物・甘味

高級魚として名高い金目鯛は、静岡が誇る名産物。脂ののりきったふふふの身は舌の上でとろける絶品。その口にした瞬間あわせが満ちあふれます。旬の味覚を上品な味わいの煮付にて、ご賞味ください。

日本料理「富貴庵」(ご予約・お問い合わせ) TEL:054-335-1155

# The Season

こたわりエクステリア&ガーデン 第12回(T様)



## 目的別の外壁・フェンス使いで暮らしやすい住まいを実現

エクステリアのリフォームを手掛けたT様邸は、外からの視線が気になっていたリビング前に少し高めの塀を設置。外壁の一部は目隠しを兼ねたフェンスにし、重なりがちな印象が回避されている。また、塀の位置を外周から少し内側にして外に線を敷くことで、道路から見た時にもすっきり、リビングと同じ高さのデッキによって周囲の目が気にならないガーデンリビングが完成した。また、今まで雑草の手入れに苦労してきたとあって、デッキ横のスペースは人工芝で悩みを解消。車通りが多く、傷が付きやすかったという外壁部分は、ドライバーからの見通しがいよいよロートアイアンを使用。部分的に交換できるから修理が必要な時も安心。住まう人にも優しいエクステリアが完成した。

施工例はこちら <http://www.the-season.net/shizuoka/> シーズン静岡 作品集 掲載

web予約でクリスマスプレゼント!  
 ホームページから来店予約をした方にクリスマスプレゼントをご用意。その場でラフデザインを描き上げるので、具体的にイメージできますよ。

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  
 10:00~18:00  
 水曜定休

# MARK IS News

vol. 8

SHOP INFORMATION  
 2F ミルフローラ・ドゥ  
 TEL:054-655-5777 <http://www.as-estelle.co.jp/>

## 頑張った自分にご褒美ジュエリーを

毎年この時期になると、頑張った自分へのご褒美にジュエリーを購入する女性が増えるそう。価格帯は10万円代が主流と、少し高価な気もするけれど「1年間のご褒美だから良いものを」と旦那さまやお友達に内緒で購入するという。教えてくれたのは、ミルフローラ・ドゥMARK IS 静岡店の星野店長。今年は、10個のハート型に刻まれたフォーエバーテンダイアモンドのネックレスが一時押しだそう。プラチナのチェーンに輝くトップは、やさしく上品でワンランク上の印象に。モチベーションも上がるから、2016年のスタートにぴったり。

MARK IS 静岡 今月のイベント

12/25まで [金] **みんなでつくる ハッピーマイルクリスマス!**  
 ▶詳細はホームページをご覧ください。

12/13まで [日] **すみれコレクション クリスマスプレゼントキャンペーン**  
 女優・歌手のすみれさんが選んだプレゼントとサイン入りクリスマスカードが当たる、ワクワクドキドキなキャンペーン。

12/18~20 [土][日][月] **クリスマスマーケット** ①②③  
 ①②③メインコートインフォメーション付近 ▶詳細は16ページをチェック!

12/25まで [金] **フィンランド・サンタクロース中央郵便局特設コーナーが MARK IS 静岡にやってくる!**  
 ③④ アスビーキッズ前 10:00~21:00

イルミネーション点灯中 ①②③④ ①②③④ ①②③④  
 ①②③④ ①②③④ ①②③④ ①②③④  
 日没後~23:00まで

あなたが見つけた「いいね!」

MARK IS 静岡  
 「館内のあるこちらにソファがあって、休憩できて助かります。駐車場からすぐに店内に入れるのがとても便利!」(静岡市 60代 男性)

MARK IS 静岡  
 静岡市葵区中田1-4-1  
 TEL:054-297-3000  
<http://mec-markis.jp/shizuoka/>

●他にもみんなの「いいね!」facebookで公開中です!

## 「モンマルシェ」からのおいしい贈り物 第7回

モンマルシェの「一押しアイテム」

バルシェ店は年末年始無休! 年明けの福袋もお楽しみに

年末年始のギフトシーズンが到来! この時期、静岡バルシェ店は休みなく営業しているからちょっとした土産が急に必要になった時でも安心。特に外食などが多くなりがちな季節とあって、「野菜をMotto!!」シリーズのスープは喜ばれるはず。国内の産地限定野菜をたっぷり使ったスープは、厚生労働省が推奨する「1日の野菜の摂取目安350g」の不足分を手軽に補ってくれる上、何より美味。もちろん、化学調味料、合成着色料、保存料も不使用。同じく素材・製法にこだわったツナやオイルサーディンも静岡土産としてぴったり。3,000円以上の購入で県内送料無料(詳細は店舗まで)。webでは、会員登録すると300ポイントプレゼント中!

モンマルシェの簡単レシピ  
 ツナ&ミネストローネ  
 作り方と材料はサイトへどうぞ。  
<http://shop.mon-marche.jp/recipe/main#no.4>

モンマルシェ  
 ●静岡バルシェ店 JR静岡駅バルシェ1F 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 土日祝休

今月の試食  
 バルシェでは、「野菜をMotto!!」シリーズの5種類全店のホットスープの試食を毎日実施中! 気軽に声を掛けてみて。

オンライン注文はこちら! <http://shop.mon-marche.jp>

## ウエディング相談室

今月のテーマ  
 ふたりらしいスタイルを見つけよう①

Q ホテルウエディングのメリットを教えてください!

A 近年、ホテルウエディングを希望する人が増えている。人気の理由は、新郎新婦はもとより遠方からのゲストも宿泊できる、行き届いたおもてなしを期待できる、人気の和婚にも対応可能など。さらに! プライダルバンクに会場と衣装の手配を依頼すれば、結婚式と2次会を同じホテル内で行う場合に限り、挙式または披露宴で着た衣装を2次会でも着用できる。レンタルドレスの場合、挙式または披露宴以外での着用はNGな場合が多いので、このサービスはうれしい(要相談)。ホテルウエディングを検討している人は、本格カフェドリンクが評判の同店にぜひ足を運ぼう(予約制、相談無料)。

今月のPOINT  
 話題のネイルの予約受付中  
 fino静岡では、つけ外し自由な&半永久的に使えるジュエリーネイルチップ「ブランド」Luxe」の予約を受付中。興味がある人は問い合わせ。

ウエディング相談 プライダルバンク  
 静岡市駿河区中村町55 フィノ静岡内  
 TEL:054-280-2525  
 11:00~18:00 水曜定休  
<http://www.fino-bridal.jp/>  
 プライダルバンク





**小さな旅 島田駅北エリア**  
 2011-2015  
 ASTEN

## 華やか島田大祭が代名詞 脈々と“大人のおしゃれ文化”

東海道の中でも川越しの宿場町として独特の文化をはぐくんできた島田。来る新年は島田大祭まつりの年。粋を楽しむ気質が脈々と受け継がれる街をゆくりと訪ねてみては?



### 01. こんけい

昭和元年創業の京染呉服店。引き戸を開けると…反物に加えTシャツや革小物がずらり! 島田の法被は柄で、裏地は好みにあつらえる人が多いそう。3代目石野公一さんが法被圖案で培った技が手描きTシャツに光る。石野さんが自分のために作り始めたという和ろはシャツはすべて、本場アロハのルーツ正絹生地にはワイ産ココナツボタン。手描きタグが目印!

島田市河町1945  
0547-37-3955 <http://konk.jp/>  
和ろはシャツは着物からの立役りも可能

### 02. KENKEN DANCE FACTORY STUDIO

ジャズ・バレエ・ヒップホップなど多種ダンスを展開する一方で、体幹を鍛え心身の軸を整える体操「ピラティス」も静かな盛り上がりを見せている。老若男女誰もがいつでも始められるスローなエクササイズは、幅広い年齢層の美と健康意識向上をサポート! 何回行っても月7,000円。1回のみ1,500円で体験が可能なので気軽に試してみませんか?

島田市本通2-2-6横山ビル2F  
0547-35-5770  
<http://kenken-dance.com/>



### 03. 宮の小径

スタイリッシュな横丁、宮の小径。ちょっと背伸びして和ディナーを…という日には「食彩美酒 侘助」へ。串揚げ会席や溶岩石板ステーキをはじめ旬の料理が手頃な価格でいただける。野菜たっぷりランチが人気の「din/g.place (ダインプレイス)」も。新メニュー、フローズンフルーツプレートは、焼き立てさくさくビスケットとアイスが絶妙にマッチ!

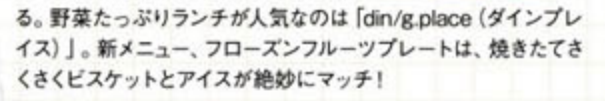
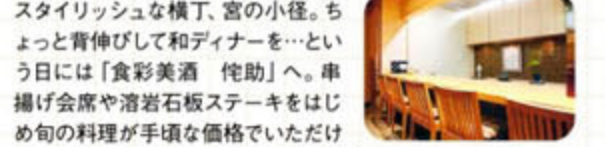


島田市本通1-1-10  
「食彩美酒 侘助」0547-37-1234 17:00~22:00(LO)  
月・第2、4火曜定休  
「Cafe&dining din/g.place」0547-35-5005  
10:00~17:00(LO) (予約制で~21:00、土日祝8:30~) 月曜定休

### 04. 小さな雑貨屋 ほっけ

寒い季節は雑貨で部屋を飾ったり部屋着をかわいくしたりして気分を上げたい。クリスマスプレゼントを選びながらつつい長居してしまいたいようなほっけ。アウトレットの陶器が豊富で、飲食店関係者も来店するとか。アパレルは90cmを中心に子ども用もあるので、お正月に会う小さなお客さまへの贈り物にいかが?

島田市中央町15-9  
0547-54-4426 10:00~19:00  
火曜定休



## asten INFORMATION

### 美しい夜景とフレンチフルコース スカイスイートXmasディナー



ホテルセンチュリー静岡は12/23(水)~25(金)の3日間、新たなバンケット「スカイスイート」誕生を記念してクリスマスディナーを開催! 厳選食材によるフランス料理フルコースを18階からの美しい夜景とともに楽しめる。ソムリエセレクトの豊富なワインも特別夜をかぐわしく演出。17:30~21:30(20:00LO)の完全予約制、乾杯シャンパン込みで12,000円。

ホテルセンチュリー静岡  
静岡市駿河区南町18-1 ☎054-289-6410 (「ザ テーブル」で予約受付)

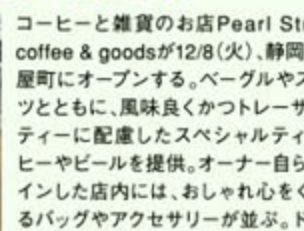
### コーヒーとセレクトアイテム 新たなくつろぎスポット



コーヒーと雑貨のお店 Pearl Street coffee & goodsが12/8(火)、静岡市紺屋町にオープンする。ベージュやアイズとともに、風味良くかつトレーサビリティに配慮したスペシャルティコーヒーやビールを提供。オーナー自らデザインした店内には、おしゃれ心をくすぐるバッグやアクセサリーが並び、ドリンク・フードはテイクアウトもOK!

Pearl Street coffee & goods(パールストリート)  
静岡市駿河区紺屋町7-14 小籠ビル2F  
営業時間/11:00~22:30(LO)(日のみ~20:30) 月曜定休

### 今週末、来週末はヤナセのフェアへ



創立100周年を迎えたヤナセは、12/5(土)6(日)に「新型Aクラスデビューフェア」、12(土)13(日)に「クリスマスフェア」と年内最後のフェアを開催する。新型smart(ラバオレンジ199万円、ミッドナイトブルー~204万円)からメルセデスの技術を集結させたハイエンドモデルまで多彩なラインナップ。smartはメンテナンスサポートや特別金利も、この機会にぜひヤナセへ足を運んでみて。

ヤナセ神奈川静岡営業本部  
静岡支店 静岡市駿河区長沼703-1 ☎054-261-4100  
焼津支店 焼津市焼津島368-1 ☎054-629-0831  
営業時間/9:30~19:00 祝日をのぞく月曜定休

## 竹内純子の エネルギーの玉手箱



### 聞き得! エネルギーの玉手箱

電力自由化で電気代は下がる? いまご家庭の電気は、地域の電力会社以外から買うことはできません。どんな商品もサービスも消費者が選ぶのが当たり前、電気は選べないなんて理不尽だと思っていた方も多いのではないのでしょうか。こうした声に応え、2016年4月から電気事業の小売り全面自由化が行われます。今まで電気事業には国が多くの規制を行っていました。特に電気料金は国民や産業に与える影響が大きいので、値上げは国が審査し認可しなければなりません。こうした規制を撤廃し、多くの事業者が電気事業に参入し、料金も自由に設定できるようになります。様々な企業が電気の販売をするようになれば、消費者の選択幅が増え、競争が起きて電気料金も引き下げられると期待されています。

※燃料価格などが影響  
 とはいえ過度な期待は禁物です。実は電力全面自由化を行った諸外国では自由化当初は事業のスリム化による電気料金低減効果が見られたところ



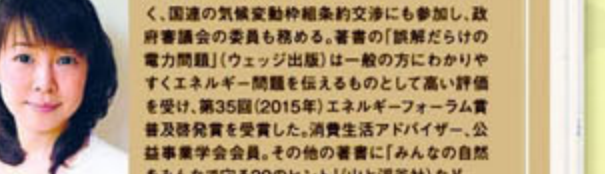
### 竹内 純子 (たけうち すみこ) Sumiko Takeuchi

NPO法人国際環境経済研究所理事・主任研究員 地球温暖化問題や環境・エネルギー政策に詳しく、国連の気候変動枠組条約交渉にも参加し、政府審議会の委員も務める。審議の「脱炭素だけの電力問題」(ウェッジ出版)は一般の方にもわかりやすくエネルギー問題を伝えるものとして高い評価を受け、第35回(2015年)エネルギーフォーラム賞普及啓発賞を受賞した。消費生活アドバイザー、公益事業学会会員。その他の著書に「みんなの自然をみんなで守る20のヒント」(山と溪谷社)など。

もあります。規制のもとで背負った供給義務を果たすために大幅な設備余剰を抱え込み「メタボリック」になった電力会社が多かったため、自由化によるダイエツト効果が当初は認められたのです。しかし長期的に見ると、規制緩和による影響が大きくなることなどから、電気料金が上昇してしまっているところが多いと見られます。2003年と比較すると2010年の電気料金は英国では約1.8倍、ドイツでは約1.6倍になっています。電気料金上昇の要因を分析しても、自由化による電気料金引き下げ効果は認められませんでした。

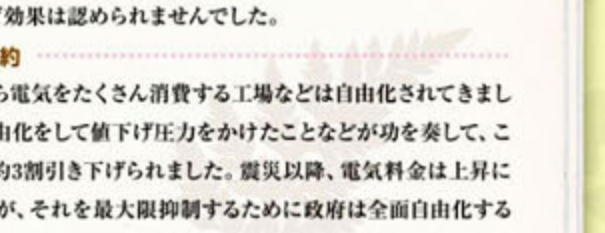
※まずは省エネで節約  
 日本では2000年から電気をたくさん消費する工場などは自由化されました。また、部分的に自由化をして値下げ圧力をかけたことなどが功を奏して、この30年間で電気代は約3割引き下げられました。震災以降、電気料金は上昇に転じてしまっていますが、それを最大限抑制するために政府は全面自由化することを決定しました。ですが、諸外国の事例を見ても真に消費者にメリットがあるのかという不安も消えません。自由化には過度に期待せず、省エネなどできる取り組みをしていきましょう。 ※「諸外国における電力自由化による電気料金への影響調査」より

### 200円の金券がもらえる! 「お客様感謝祭」12/23(祝)まで



年末恒例の「お客様感謝祭」を開催中! 税別1,000円の購入ごとに200円の金券がもらえるこの期間に、賢くまとめ買いを。品評会入賞の銘茶やロングセラーの「お茶つみダックワーズ」はもちろん、冬季限定の新商品「ゆず緑茶ダックワーズ」120円(税別)にも注目。米粉と牧之原茶を使用した生地に国産ゆずクリームをサンド。ゆずの香りとほろ苦さがさわやかな味わい。甘さ控えめだから飽きずにくいでも食べられそう。さらに12/24には「チョコダックワーズ」を販売開始。今後旬の食材とダックワーズのコラボが続々登場予定!

### 土日祝&年末年始は毎日販売お買物がたらお茶つみソフトを(本店のみ)



本店に足を運んだら、ぜひ味わってほしいのが「お茶つみソフトクリーム」。濃厚ミルクのソフトクリームに、牧之原茶or玄米茶orお茶つみクッキーを食べる直前にブレンドするから、茶葉の食感も香りも新鮮そのもの。土日祝に加えて、年末年始(12/27~1/3)は毎日販売。暖かい店内で食べるソフトはまた格別!

●「お茶つみソフトクリーム」93円(税別)~。本店のみ販売  
 ●発売から5年で100万個以上も販売! 「お茶つみダックワーズ」(緑茶・紅茶)1個96円(税別)  
 ●品評会入賞銘茶(各80g) 「鶯」800円(税別)、「香」600円(税別)

高橋製茶  
 ●牧之原本店 牧之原市藤田2310-4 ☎0548-27-2325  
 平日9:00~17:30 土日祝9:00~17:00  
 ●イオン焼津店 焼津市赤島555 イオン焼津ショッピングセンター1F ☎054-656-2413 9:00~22:00  
<http://www.makinohara-cha.com/> 2店舗とも365日営業



### 中島屋 テラスレストランで特別なクリスマスを キャンドルナイトフレンチ(12/19~25)

テラスレストランのクリスマスディナーは、創業時より受け継がれる伝統の味を堪能できる洋食フルコース(全9品)。エトワール8,640円・ノエル6,480円の2コースで、エトワールは牛サーロインとフォアグラのロースト、手長エビと真鯛のムニエルをメインに、地元で取れた新鮮野菜をふんだんに盛り込み、特別な夜を華やかに演出。プライベート感覚でつろげる半個室は、大切な人とゆったり過ごせそう。

### おでかけ派もホームパーティー派も!

楽しいクリスマス。これから計画する人はおひさま食堂をチェック。たとえば、ホームパーティーなら、華やかなオードブルやビッグサイズのピザなど、わくわく盛り上げるパーティーセット(要予約)がおすす。おでかけしたい人はおひさま食堂で! ぶりぶりのカキフライやうなぎのパエリアをはじめ、12/19~25限定でローストチキンも登場。12/13、26のディナーはジャズライブも開催。いつもの料金でおいしい料理とJazzyなひとときを。

●「ジャズライブ」12/13(日)18:30~、12/26(土)18:00~



### キャンドルナイト開催中(12/25まで) コーヒー豆20%OFFラストセールも!

クリスマス色に染まるこの時季。葉山珈琲のむくむくでは、キャンドルのやさしい炎に包まれるキャンドルナイトを開催中。カッパルはもちろんファミリーにもおすす。ロマンチックな雰囲気を感じ上げてくれる。また、これからのパーティーシーズンにおすすなのが、テイクアウトできる手作り本格ナポリピッツァ。コーヒー豆が通常価格の20%OFFとなる年内最後のセールも開催(12/11~12/14)。こちらもお見逃しなく!

葉山珈琲 くるむ焼津店  
 焼津市西小川1-11-9(ユニクロ南側・焼津信用金庫裏)  
 ☎054-626-8886 7:00~21:30(LO21:00)  
 日あり(24台) 年内無休



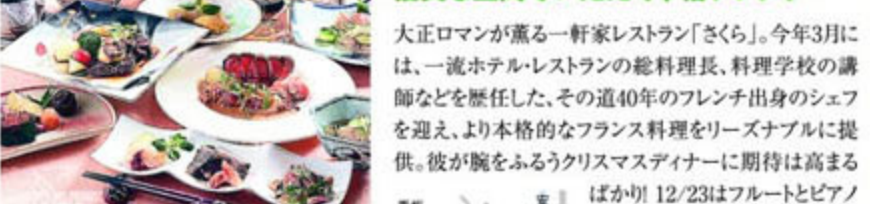
### 飲み放題プランにあの銘酒が仲間入り。さらに、アステン限定の特典も!

いろいろなタイプが集まる忘年会は、あれこれ味わえるビュッフェが便利。Tembooなら上質のビュッフェに、アルコール飲み放題やメイン料理(ソフトドリンク飲み放題付き)を組み合わせたから、飲める人も飲めない人も満足できる。しかも、アルコール飲み放題は今年から「緩い自慢」が仲間入り! 人気の「Xmasディナー」は12/24のみ。一夜限りの豪華なビュッフェとメイン料理、17階からの夜景がもてなしてくれる(要予約)。

●「アステンを見た」の一言で飲み放題プラン(2時間)を3時間に。

Café&Restaurant Temboo(テンブー)  
 静岡市駿河区登呂3-1-1(静岡新聞社ビル17階)  
 ☎054-260-7623 日、第1・3次定休 日あり  
 ①11:30~15:00 ②18:00~22:30

### クリスマスまでの限定商品! ホワイトキャラメルバウム1,200円(税別)



毎年大人気のホワイトバウムが「キャラメル味」で登場。キャラメルソースを練り込んだバウムクーヘンを口溶けのよいホワイトチョコレートでコーティング。楽しみにしているファンが多いので早めの予約がおすす。このほか「治一郎のしよらラスク」も新発売。表面のチョコクランチとカカオニップのざっくりとした食感が新鮮! ほんのりコーヒーのほろ苦さが口に残る大人のチョコスイーツだ。

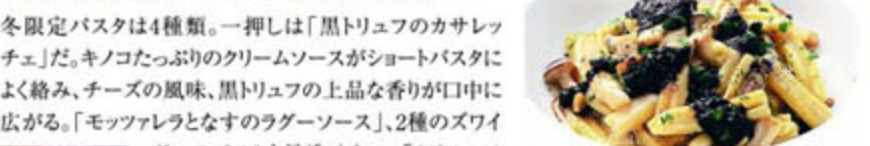
治一郎 中田店  
 静岡市駿河区中田4-2-6 10:00~20:00 第3次定休  
 ☎054-669-4450 <http://www.jichiro.com/>

### 特別な聖夜にふさわしい 優美な空間でいただく本格フレンチ

大正ロマンが薫る一軒家レストラン「さくら」。今年3月には、一流ホテルレストランの総料理長、料理学校の講師などを歴任した、その道40年のフレンチ出身のシェフを迎え、より本格的なフランス料理をリーズナブルに提供。彼が腕をふるうクリスマスディナーに期待は高まる

ばか! 12/23はフルトとピアノの生演奏も楽しめる(19時~)

●「クリスマス特別ディナー」  
 8,000円(税別)  
 5,000円(税別)



### 黒トリュフのぜいたくパスタが新登場! 夜景とともに「クリスマスディナー」も!

冬限定パスタは4種類。一押しは「黒トリュフのカサレツェ」だ。キノコたっぷりのクリームソースがショートパスタによく絡み、チーズの風味、黒トリュフの上品な香りが口中に広がる。「モッツアレラとなすのラグーソース」、2種のズワイガニのパスタも見逃せない。「クリスマスディナー」(12/23~25)は、パスタ、チーズフォンデュ、スペシャルの3種類(2,280円~)。スペシャルのメインは牛フィレとフォアグラ。きらめく夜景を眺めながら素敵な聖夜を。意欲は早めの予約がおすす。

ルイジアナ ママ 金谷店  
 島田市金谷富山見1681-88 駐車場あり  
 ☎0547-46-2263 11:00~22:00(LO21:30)  
 ※①11:00~15:00(土日祝もOK)  
 月1回不定休 ルイジアナママ金谷店

### 本格フレンチのフルコースで ワンランク上の大人のクリスマスを!

カジュアルなバルもいいけれど、年に1度の特別な夜は、本格フレンチのフルコースで、ワンランク上のぜいたくを堪能しよう。12/18(金)~25(金)限定のクリスマスディナーは、活オマール海老、フランス産鴨肉、フォアグラなど、高級食材をふんだんに盛り込んだスペシャル感あふれる内容。MOIZUMI自慢のソースのバリエーションも堪能できる!

### 数量限定! 早々完売必至! 洋風オードブルおせち予約スタート!

限定数の8割が常連客の予約で埋まってしまっているおせち。素材と手作りのこだわりはもちろん、31日の引き渡しギリギリに出来るように調理されているので、無添加で美味しさも新鮮さもキープ。上段にはローストビーフや桜海老のキッシュなどオードブルが20種、下段には牛タン柔らか煮など温かい料理が。子どもからお年寄りまで家族全員で楽しめる!

●「おせち」お得なセット(上段+下段、重箱付き)24,500円(税別)。オードブル20種盛り重(上段、重箱付き)15,000円(税別)。温かな煮込み重(下段、重箱付き)12,600円(税別)。前年の重箱・ココットを持ち込むと1段につき通常価格の1,000円引き。予約受け付けは12/20まで。

和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI(モイズミ)  
 静岡市駿河区港台7-5 ☎054-247-1338 11:00~14:00 17:00~22:00(土日ランチあり) MOIZUMI 日あり  
 ※定休 日6台+提携あり

## 編集部 オススメ おでかけ GOURMET

### 野菜が主役のやさしい食卓は 冬の香りがいっぱい

開店前から待合席がいっぱいになる人気のビュッフェレストラン 葡萄の丘から、冬のおすすをご紹介。一押しは「もつ鍋」はカラーゲンたっぷりのぶるぶるのもつを使用。あっさり風味でありつつも奥深い味わい。「筑前煮」は待望の復活メニュー。大胆にカットした根菜を汁気がなくなる直前まで煮込んだ渾身の一品だ。このほか、「みかんのバルサミコモリネ」や「風呂吹き大根」、「鮭の白菜蒸し」など、心まで温まるやさしい料理が充実。料金は大人ランチ1,280円、ディナー2,052円。

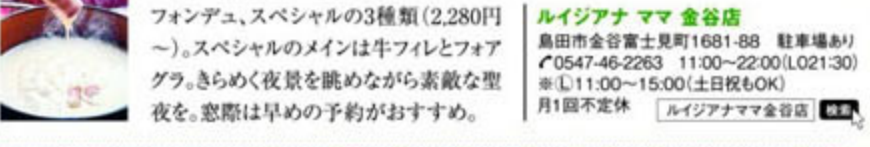


### やさしい食彩 葡萄の丘 草履店

静岡市清水区草履1-28-1  
 ☎054-204-9311 年中無休  
 ①11:00~16:00(LO15:00)  
 ②18:00~22:00(LO21:00)  
 ※ディナーオープン 土日祝17:30~

### 黒トリュフのぜいたくパスタが新登場! 夜景とともに「クリスマスディナー」も!

冬限定パスタは4種類。一押しは「黒トリュフのカサレツェ」だ。キノコたっぷりのクリームソースがショートパスタによく絡み、チーズの風味、黒トリュフの上品な香りが口中に広がる。「モッツアレラとなすのラグーソース」、2種のズワイガニのパスタも見逃せない。「クリスマスディナー」(12/23~25)は、パスタ、チーズフォンデュ、スペシャルの3種類(2,280円~)。スペシャルのメインは牛フィレとフォアグラ。きらめく夜景を眺めながら素敵な聖夜を。意欲は早めの予約がおすす。



ルイジアナ ママ 金谷店  
 島田市金谷富山見1681-88 駐車場あり  
 ☎0547-46-2263 11:00~22:00(LO21:30)  
 ※①11:00~15:00(土日祝もOK)  
 月1回不定休 ルイジアナママ金谷店

### 200円の金券がもらえる! 「お客様感謝祭」12/23(祝)まで

年末恒例の「お客様感謝祭」を開催中! 税別1,000円の購入ごとに200円の金券がもらえるこの期間に、賢くまとめ買いを。品評会入賞の銘茶やロングセラーの「お茶つみダックワーズ」はもちろん、冬季限定の新商品「ゆず緑茶ダックワーズ」120円(税別)にも注目。米粉と牧之原茶を使用した生地に国産ゆずクリームをサンド。ゆずの香りとほろ苦さがさわやかな味わい。甘さ控えめだから飽きずにくいでも食べられそう。さらに12/24には「チョコダックワーズ」を販売開始。今後旬の食材とダックワーズのコラボが続々登場予定!

### 土日祝&年末年始は毎日販売お買物がたらお茶つみソフトを(本店のみ)

本店に足を運んだら、ぜひ味わってほしいのが「お茶つみソフトクリーム」。濃厚ミルクのソフトクリームに、牧之原茶or玄米茶orお茶つみクッキーを食べる直前にブレンドするから、茶葉の食感も香りも新鮮そのもの。土日祝に加えて、年末年始(12/27~1/3)は毎日販売。暖かい店内で食べるソフトはまた格別!

●「お茶つみソフトクリーム」93円(税別)~。本店のみ販売  
 ●発売から5年で100万個以上も販売! 「お茶つみダックワーズ」(緑茶・紅茶)1個96円(税別)  
 ●品評会入賞銘茶(各80g) 「鶯」800円(税別)、「香」600円(税別)

高橋製茶  
 ●牧之原本店 牧之原市藤田2310-4 ☎0548-27-2325  
 平日9:00~17:30 土日祝9:00~17:00  
 ●イオン焼津店 焼津市赤島555 イオン焼津ショッピングセンター1F ☎054-656-2413 9:00~22:00  
<http://www.makinohara-cha.com/> 2店舗とも365日営業





# クリスマスだから ほしいモノ コレクション

暖かいモノ、可愛いモノ、  
キラキラするモノ、楽しくなるモノ。  
頑張った自分や大好きな家族のみんなが「ほしいモノ」って何だろう。  
今年もアピタ静岡専門店会 全館クリスマスチャレンジ!  
多彩な品ぞろえとリーズナブルな価格で、  
一年でいちばんハートフルな12月を応援します。

ふわふわのマイクロファイバーがとっても暖か。パジャマの上に羽織ってもボタン留めてワンピースのように着ても可愛い。おそろいのレップアウターまで更に可愛く!  
MF 無地メッシュ襟付きカウチン & L 着付キレキンス ¥1,184円  
luluanna (リュルアナ) / 054-286-2114

リアルファーのボリュームあるフードや親指が出来る長い袖リブが可愛いポイント。中のボディーカーは取り外し可能。  
2way モコモココート (黒・カーキ・ベージュ) 23,544円  
ZERO luce (ゼロルーチェ) / 054-284-1250

女性たちに今大人気! 胸元で締るように振動していつでもさらめき続け。ミスターアスで可愛いデザインをどうぞ。  
キョービックツルコニア オレンジピンククロス ¥19,440円~¥21,800円  
Milliflora (ミルフロラ) / 054-654-4755

内側ボアで温かさ格別。取り外し可能な中敷はインヒールの作りなので、好みの高さに調整できるのも嬉しいポイント。  
シューズインシューズ オリジナルムートン ¥3,229円  
SHOO-LA-RUE (シューラルー) / 054-202-8112

軽くて温かくてアレンジ自在の大人格ストール。合わせやすいチェック柄はプレゼントにぴったり!  
チェックストール (3色) 4,212円  
SM2 (サマサモス) / 054-289-7022

ファッショントレンドのチェック柄を文字盤デザインに採用。洋服とコーディネートを楽しみたいオシャレさんに!  
Wicca ソーラーチーク電波時計 ¥43,200円  
コレット / 054-284-8480

リアルに近い質感でリッチ感たっぷり。大きめのポケットとフードがカジュアルな印象をプラス!  
ムートン風ダブルコート (白・ベージュ・黒) 26,000円  
SCOTCLUB & LASUD (スコットクラブ・ラッシュド) / 054-202-2360

お手入れの楽なフェイクムートンは実がアイボリーのボア。今年はノーカラーで大人っぽくこなすのがおすすめ。  
ムートン風ノーカラーコート ¥10,789円  
Green Parks topic (グリーンパークトピック) / 054-269-6572

どろけるような柔らかな肌触り。軽くてフワフワ、空気をたっぷり含んでくれるので保温性にすぐれています。  
マイクロフリース ルームウェア ¥5,292円  
アパディン / 054-266-4731

可愛いお人形がぐるぐるりん。やさしいメロディーでくすぐりすぎね!  
(リサイクル品・状態良好) TOMY 社製 ベビーベッド専用 NEW やわらかガラガラメリー ¥2,916円  
ECO & KIDS AKIRA / 054-266-3122

雨でも平気な撥水性を持たせ、滑りにくさもアップしました。パンツやスカートなど、どんなボトムにも決まる秋冬の必須アイテム。  
ムートンタッチブーツ ¥1,965円  
GU / 054-292-5577

シンプルなお作りで使いやすいのが人気。冬の街によく似合うカラー4色。ボディーバッグもおそろいでどうぞ。  
adidas リュック ¥6,372円  
GRAN SAC'S (グランサックス) / 054-654-4355

ぐるぐる巻くと可愛い動物に変身しちゃうブランケットや暖かいスリッパなど、団らんを温めてくれるエコアイテムがぞろぞろ。  
アニマルブランケット ¥1,404円  
スワンキー・マーケット / 054-654-5500

ソフトで光沢感あるハイカウントウールを使用。グレイと黒のヘリンボーンを先染めしやわらかな冬の装いを表現!  
ヘリンボーン・ツイードコート ¥9,389円  
TAKA-Q (タカキュー) / 054-269-6120

これぞ冬の定番。防風機能も付いた暖かいウールジャケット。本物の温もりと快適さをパートナーにぜひ!  
メンズ EDWIN WILD FIRE 厚手 ¥9,936円  
Jeans BAR OSADA (ジーンズバーオサダ) / 054-654-5780

着こなしやすい。シンプルなお作りが魅力。フード付き。内側ボアで、お出かけをいつも温かく!  
ムートン風コート (グレー・ベージュ・キル) ¥10,584円  
meirire (メイリールー) / 054-654-3456

スマホやテレビから出るブルーライトをカット! 医療・教育・企業の現場でも導入されている話題のメガネ。直付きも対応可能。  
JINS SCREEN ¥4,212円  
JINS メガネ / 054-284-4433

ライニングにファーを使った、きれいなシルエットの暖かブーツ。防水・防滑仕様で急な天候の変化にも対応してくれます。  
HAWKINS プリアントブーツ (3色) ¥10,800円  
ABC-MART / 054-202-7790

1枚で暖かい長めのワンピースは大人の必須アイテム。コーディネートに合わせて着こなしやすい、きれいなラインで着こなせます。  
あったかワンピース (ベージュ・黒・グレー) ¥16,200円  
Motion (モーション) / 054-284-4211

フードが取り外しできる2wayなので、可愛くも格好良くも着こなし自在。袖とフードにラビットファー使用。  
フェイクムートンコート (ベージュ・ネイビー・オフホワイト) ¥27,000円  
any SIS/Feroux (エニスィスフェール) / 054-654-4505

さまざまなカラーが作り出す動きのあるデザインが目を惹く。巻くだけでニュアンスをトッピングしてくれる。  
メンズマルチカラーフリンジマフラー (4種) ¥2,700円  
THE SHOP TK タケオキチ / 054-654-5622

グリム童話「ヘンゼルとグレーテル」に登場する魔法の家をモデルにしたお菓子のうちの手作りキット。子どもと一緒に楽しく作ってみて。  
自分でつくる生地からつくるヘンゼルハウス ¥1,200円  
無印良品 / 054-654-3737

成影がラクチンでかわいイオンが簡単にできます。  
・日本一簡単に家で焼けるちぎりパンレシピ ¥1,814  
2F 新屋堂 TEL.054-654-6262

全世代に贈れるクリスマスギフトができました! 日本中に愛される究極のアイスデザート!  
・Dream ~ Disney Greatest Songs ~ 各 ¥2,700  
2F 新屋堂 TEL.054-283-4987

大切なお出かけ前には、足元を美しく! 心ゆくまで靴の修理は当店へ。  
1F サンリペア TEL.054-289-7333

大切なお出かけ前には、足元を美しく! 心ゆくまで靴の修理は当店へ。  
1F サンリペア TEL.054-289-7333

大切なお出かけ前には、足元を美しく! 心ゆくまで靴の修理は当店へ。  
1F サンリペア TEL.054-289-7333

大人気映画「アナ雪」とスマホゲーム「ツムツム」をイメージしたアイスケーキが登場。  
・クリスマスサンデー 各種 ¥580  
・ハッピードール 各種 ¥470  
1F サティワアイスクリーム TEL.054-284-0931

ボリューム満点! クリスマスパーティーにおすすめです。  
・わいわいバック (24個) ¥1,550  
1F 薬地銀だこ TEL.054-654-6622

3~4人前「つばき」とオードブル(小)、数回サラダのセットをお得なプライスで!  
・魚が美味しいわいわいセット 当店通常価格 ¥6,459 → ¥6,135  
※前日までのご予約となります。  
1F 魚がしほアピタ静岡アピタ店 TEL.054-269-6862

野菜と海鮮がバランスよく入った人気メニュー、おいしくてヘルシーだからウレシイね!  
・長崎ちゃんぽん ¥734  
・長崎ちゃんぽんチャーハンセット ¥950  
1F 風まつり TEL.054-283-6230

今年もクリスマス限定商品登場! (12/25まで) 12/26から福袋販売 完売開始お楽しみに!  
1F ミスタードーナツ TEL.054-283-3513

宮崎県産の銘柄鶏、日本鶏を使用。ゴージャスなおいしさをテーブルの主役に!  
・国産ローストチキン 1本 ¥880  
1F 鳥ぶる TEL.054-286-2292

ご契約いただいた方に、2016年アフラックオリジナル卓上カレンダープレゼントお気晴しご来店ください。  
※プレゼントは先着順です。  
1F アフラックサービスショップ TEL.054-283-5783

ご契約いただいた方に、2016年アフラックオリジナル卓上カレンダープレゼントお気晴しご来店ください。  
※プレゼントは先着順です。  
1F アフラックサービスショップ TEL.054-283-5783

ご契約いただいた方に、2016年アフラックオリジナル卓上カレンダープレゼントお気晴しご来店ください。  
※プレゼントは先着順です。  
1F アフラックサービスショップ TEL.054-283-5783

大人気映画「アナ雪」とスマホゲーム「ツムツム」をイメージしたアイスケーキが登場。  
・クリスマスサンデー 各種 ¥580  
・ハッピードール 各種 ¥470  
1F サティワアイスクリーム TEL.054-284-0931

ボリューム満点! クリスマスパーティーにおすすめです。  
・わいわいバック (24個) ¥1,550  
1F 薬地銀だこ TEL.054-654-6622

3~4人前「つばき」とオードブル(小)、数回サラダのセットをお得なプライスで!  
・魚が美味しいわいわいセット 当店通常価格 ¥6,459 → ¥6,135  
※前日までのご予約となります。  
1F 魚がしほアピタ静岡アピタ店 TEL.054-269-6862

野菜と海鮮がバランスよく入った人気メニュー、おいしくてヘルシーだからウレシイね!  
・長崎ちゃんぽん ¥734  
・長崎ちゃんぽんチャーハンセット ¥950  
1F 風まつり TEL.054-283-6230

今年もクリスマス限定商品登場! (12/25まで) 12/26から福袋販売 完売開始お楽しみに!  
1F ミスタードーナツ TEL.054-283-3513

宮崎県産の銘柄鶏、日本鶏を使用。ゴージャスなおいしさをテーブルの主役に!  
・国産ローストチキン 1本 ¥880  
1F 鳥ぶる TEL.054-286-2292

ご契約いただいた方に、2016年アフラックオリジナル卓上カレンダープレゼントお気晴しご来店ください。  
※プレゼントは先着順です。  
1F アフラックサービスショップ TEL.054-283-5783

ご契約いただいた方に、2016年アフラックオリジナル卓上カレンダープレゼントお気晴しご来店ください。  
※プレゼントは先着順です。  
1F アフラックサービスショップ TEL.054-283-5783

ご契約いただいた方に、2016年アフラックオリジナル卓上カレンダープレゼントお気晴しご来店ください。  
※プレゼントは先着順です。  
1F アフラックサービスショップ TEL.054-283-5783

生まれ月別冬の Luckyカラー

3月/シルバー	8月/インディゴブルー
4月/パール	9月/ゴールド
5月/レッド	10月/オレンジ
6月/ブラウン	11月/イエロー
7月/ブラック	12月/ホワイト

※価格表記以外のコーディネートした洋服やアクセサリーなどは別売です。 ※価格はすべて税込です。

話しやすい雰囲気でお迎えします。恋愛・結婚・仕事・人間関係など...何でもご相談ください。

相席対応スケジュール

占い館SYNOS (サイノス) / 070-5404-6780

1F ちゃーれいしゅや武蔵 TEL.054-283-4634

2F ソニー電音タウン TEL.054-654-6511

## astex x APITA 静岡専門店会 ときめく時間をコーディネート♪

大人気映画「アナ雪」とスマホゲーム「ツムツム」をイメージしたアイスケーキが登場。  
・クリスマスサンデー 各種 ¥580  
・ハッピードール 各種 ¥470  
1F サティワアイスクリーム TEL.054-284-0931

ボリューム満点! クリスマスパーティーにおすすめです。  
・わいわいバック (24個) ¥1,550  
1F 薬地銀だこ TEL.054-654-6622

3~4人前「つばき」とオードブル(小)、数回サラダのセットをお得なプライスで!  
・魚が美味しいわいわいセット 当店通常価格 ¥6,459 → ¥6,135  
※前日までのご予約となります。  
1F 魚がしほアピタ静岡アピタ店 TEL.054-269-6862

## FOOD

肉の旨味がたまらない! ところり羊唐揚げとまでさらにおいしい! (温かい冷たいうどんは選べます)  
・牛肉唐揚げうどん 小サイズ ¥450~  
1F はなまるうどん TEL.054-654-5588

見た目も可愛い! クリスマス商品が豊富に揃いました。わくわくドキドキがいっぱいのお店にぜひどうぞ!  
1F カルティコーヒーファーム TEL.054-281-1778

Let's Party! 2015キャンペーン。[パーティーコンボ]または「パーティートレイ」をご購入いただいた方に「トルテアチャプスSUBWAY えびアボカド」がプレゼント!  
・パーティーコンボ ¥1,700~¥1,800  
・パーティートレイ ¥2,400~¥2,800  
1F サブウェイ TEL.054-269-5684

## SERVICE

全世代に贈れるクリスマスギフトができました! 日本中に愛される究極のアイスデザート!  
・Dream ~ Disney Greatest Songs ~ 各 ¥2,700  
2F 新屋堂 TEL.054-283-4987

成影がラクチンでかわいイオンが簡単にできます。  
・日本一簡単に家で焼けるちぎりパンレシピ ¥1,814  
2F 新屋堂 TEL.054-654-6262

大切なお出かけ前には、足元を美しく! 心ゆくまで靴の修理は当店へ。  
1F サンリペア TEL.054-289-7333

## APITA COUPON

**ギョーザ ¥100**  
◎当店通常価格 ¥324 → ¥100  
※期間: 12/25(土)~12/31(木)まで  
※有効期限: 平成27年12月31日(木)まで

1F ちゃーれいしゅや武蔵 TEL.054-283-4634

**メダル貸し出し ¥2,000円分 → ¥1,000**  
◎当店通常価格 ¥2,000  
※期間: 12/25(土)~12/31(木)まで  
※有効期限: 平成27年12月31日(木)まで

2F ソニー電音タウン TEL.054-654-6511

**チキンマックナゲット 15ピース ¥570 → ¥400**  
◎当店通常価格 ¥570  
※期間: 12/25(土)~12/31(木)まで  
※有効期限: 平成27年12月31日(木)まで

1F マクドナルド TEL.054-285-5301

**頭金5,400円割引**  
◎当店通常価格 ¥5,400  
※期間: 12/25(土)~12/31(木)まで  
※有効期限: 平成27年12月31日(木)まで

2F おショップ セントラルスクエア静岡 TEL.054-203-3500

**スマホコーティング 20%OFF**  
◎当店通常価格 ¥2,700 → ¥2,160  
※期間: 12/25(土)~12/31(木)まで  
※有効期限: 平成27年12月31日(木)まで

1F AVANTI TEL.054-289-5151

**全身ほぐし30分 ¥2,160**  
◎当店通常価格 ¥3,240 → ¥2,160  
※期間: 12/25(土)~12/31(木)まで  
※有効期限: 平成27年12月31日(木)まで

2F TAISEIKAN TEL.054-654-6363

**プレミアムコース 20%OFF**  
◎当店通常価格 ¥3,240 → ¥2,592  
※期間: 12/25(土)~12/31(木)まで  
※有効期限: 平成27年12月19日(土)~25日(日)まで

1F ビュークリーニング TEL.054-202-1923

**宝くじ**  
チャンセンター [1F 西側出入口横]



アステン5つ星

堪能! 華麗なる肉料理

ちょっぴりゴージャスにきたいクリスマスシーズン。みんなでワイワイ、2人でしっとり...おなかも心も満たされる肉料理に乾杯!

【和・仏 食彩工房 monsieur MOIZUMI(ムッシュ モイズミ)】の 和牛ほほ肉のやわらか煮

産地から直接取り寄せた上質な和牛のほほ肉を、自家製ブイヨンでコトコト煮込む約4時間。口の中でホロッとろける肉は、女性にうれしいコラーゲンがたっぷり。シェフ特製デミグラスソースを絡めていただく、クラシックなフレンチのひと皿だ。和の食材をアレンジしたオードブル、人気デザート「大人のしっとりシヨコラ」も楽しみのひとつ。ディナーは料理の品数が増えて3,990円になる。

静岡市葵区池ヶ谷7-5  
tel/054-247-1338  
営業/11:00-14:00, 17:00-22:00  
休/水曜  
P/6名+個室あり  
★和牛ほほ肉のやわらか煮  
¥2,300(ランチ/オードブル6品、スープ、デザート&コーヒー/デザート/シヨコラ付き)



【ハンバーグ&ステーキ ぶん】の 昔ながらの極上ハンバーグ シングル



鉄板の上でキラキラ輝くデミソースと、ナイフを入れる前からあふれる肉汁。これだけで十分においしさが伝わってくる。ハンバーグは200gとボリュームたっぷりだが、ステーキ肉の切り落としを使って丁寧に作られたソースが後を引き、べろりと完食できる。粗びきと細びきを合わせた肉を蒸し焼きにすることで、満足感と柔らかさを両立させた。自家製の濃厚な杏仁豆腐もお試しあれ。

焼津市保福島638-3  
tel/054-627-3107  
営業/11:30-14:00, 18:00-21:15, 15:00  
休/木曜  
P/25台  
★昔ながらの極上ハンバーグ シングル ¥950

【ラテンエスニック ORMECART(オルメカート)】の シュラスコ盛り合わせ



8月に新静岡駅の鷹匠口前にオープンした、ラテンエスニックレストラン&カフェ。南米生まれのシュラスコは、鉄串で肉や野菜を刺してグリルで焼く、豪快な料理。肉にハーブをまぶして焼いているので、そのまま食べてもよし、少し辛めのワカモレソース、酸味を効かせたモリヨソースもよく合う。牛2種・豚・鶏の4串と野菜2串の盛り合わせは、3~4人でシェアするとおさそよ。単品は700円から。



静岡市葵区鷹匠1-7-13  
tel/054-266-9789  
営業/11:00-24:00(23:00LO)  
休/火曜  
P/なし  
★シュラスコ盛り合わせ ¥3,500(ディナーのみ)

【リストランテ ダルビーノ】の 若鶏肉のロースト トリュフソース

見るだけで心躍るローストチキンは、骨を取り除きロールした若鶏肉を2日間マリネ液に漬込んでから、1時間以上かけてローストする。季節の野菜と共にじっくり熱を加えることで中心部まで味がしみ、鶏肉とは思えないほどジューシー。限定メニューはトリュフソースのぜいたくな味わいでワンランクアップ。1羽丸ごとの持ち帰りパック(3,200円)はホームパーティーで活躍間違いなし!

焼津市本町1-4-32  
tel/054-646-8946  
営業/11:30-14:00, 17:30-21:00  
休/月曜  
P/7台  
★若鶏肉のロースト トリュフソース ¥1,250  
※クリスマス期間限定メニュー



【MIKUNI SHIMIZU(ミクニ シミズ)】の

蝦夷鹿のポワレ 山ぶどう風味のポワヴレードソース

これまで鹿肉を敬遠していた人も、クセがなくやわらかな「蝦夷鹿」の味わいにはきっと驚くはず。北海道に生息するエゾシカは、静岡ではほとんど見かけない食材のひとつ。繊細な肉質を保つため、契約ハンターが指定の方法で狩ったエゾシカを北海道から直送。鹿肉のフォン(だし)に果物の甘みとこしょうの辛みを加えたソースが、肉の風味をいっそう引き立ててくれる。1月中旬までの限定。



静岡市清水区港町2-8-1  
tel/054-355-3920  
営業/11:30-14:00, 17:30-20:30  
休/火曜  
P/20台  
★蝦夷鹿のポワレ 山ぶどう風味のポワヴレードソース 時価(ディナーのみ・要予約)

【Niku Bar IL TAVOLO(イル ターボロ)静岡呉服町店】の 熟成牛Tポーンステーキ 700g



焼肉の老舗「京島園」グループだけに、仕入れる牛の肉質の高さは最高クラス。熟成牛はその肉を同店専用の「炭蔵」に2週間ほど置いて熟成させ、炭の作用で肉の旨みを引き出しているという。ステーキの王道・サーロインとフィレを両方楽しめるTポーンは、1頭の牛からわずかしか取れない希少部位のため予約が確実。シェフの熟練した技で最適な焼き具合に仕上げられた肉を心ゆくまで堪能して。



静岡市葵区呉服町2-4-6  
tel/054-266-6529  
営業/17:00-翌3:00(翌2:00LO)  
※日曜・祝日は12:00-15:00, 17:00-22:00(21:00LO)  
休/無休  
P/なし  
★熟成牛Tポーンステーキ 700g ¥9,800(税別)

【れすとらん さんしょうてい】の 牛生姜焼き定食



静岡市葵区南町2-2-2  
tel/054-252-2138  
営業/11:00-14:00(土曜祝日 11:00-14:30), 17:00-21:00  
休/日曜・月曜休日の場合は月曜P/なし  
★牛生姜焼き定食 ランチ ¥1,188, ディナーは単品 ¥972



一般的な「生姜焼き」イコール「豚肉」というイメージを覆し、さんしょうていでは県産牛を使う。厚めに丁寧に手切りした上質なフレッシュのランプ肉を、代々受け継ぐ特製のタレで味付けする、老舗にしか作れない一品。一口ごとに奥深い伝統の味を感じられるはず。シンプルながら常連客に人気のカツサンド(1,188円)はテイクアウトもOK(折代別)。家族へのおみやげや入試前のゲン担ぎなど多彩なシーンに!

【こもれび食堂】の 牛たんづくし 3点盛り



本場仙台仕込みの牛タン焼きとタン刺し、やわらか焼きの3種類を皿に盛り込んだメニューが新登場。タンの中でも柔らかい部分のみをぜいたくに使用しており、食べ応え満点! ワインを飲みながら数人でシェアすれば、この時期ならではの豪華なおつまみに。がつつり派は定食セットをチョイスして。地元野菜たっぷりのサラダもイチオシ。コースは3,500円(飲み放題付き)から。



静岡市駿河区八幡2-8-1  
tel/054-269-6706  
営業/11:30-20:30LO  
休/不定休  
P/3台  
★牛たんづくし 3点盛り ¥3,000

Pick up voice!

- コチラも! 読者オススメ 肉料理
- 静岡 ●「けやき」(清水区・主婦) ●「Don亭庵」(葵区・パート) ●「金とき」(駿河区・主婦) ●「ル・セール」(清水区・パート) ●「TAVES GUITA」(葵区・主婦)
  - 「ルモンドふじや」(葵区・主婦) ●「ドン・岩崎」(焼津市・会社員) ●「天女の里」(清水区・主婦) ●「ピストロ シェ・ポール」(葵区・飲食店員) ●「ブル」(牧之原市・無職)
  - 「とんかつ五郎十」(葵区・会社員) ●「ステーキダイナーアリオシ」(駿河区・会社員) ●「ROKU」(葵区・会社員)

- 焼津 ●「ステーキ専門2910」(焼津市・介護職) ●「洋食屋じゃがいも」(島田市・無職) ●「藤枝」●「大正亭」(藤枝市・会社員) ●「ステーキハウス成し」(藤枝市・主婦)
  - 島田 ●「カジュアルレストラン グリーンズ」(吉田町・幼稚園教諭) ●「Cafe Zeal」(島田市・主婦) ●「ラグー」(吉田町・会社員) ●「牧之原」●「栗山商店 食道館」(牧之原市・パート)
- ※口コミ情報ですので、情報に変更がある場合があります。

astén セントラルスクエア静岡グルメ館 クリスマスだから おいしい お出かけ

ハートフルな12月にぴったりのメニューが続々! ご家族のお出かけを全館各店チャレンジの味とサービスでおもてなしします。

エビ、ホタテ、アサリ、イカ、彩り野菜がたっぷり。味わい深い逸品。土鍋なので最後まで熱々。美味しく食べられます。

エビ、ホタテ、アサリ、イカ、彩り野菜がたっぷり。味わい深い逸品。土鍋なので最後まで熱々。美味しく食べられます。

【海鮮あなか土鍋ご飯 1,382円】

プリプリのエビと濃厚なソースのハーモニーを楽しんで! ビタミン豊富な新鮮サラダもお好きにどうぞ。 キッチン番/11:00-21:30LO/054-287-7755

海老トマトクリーム 煮込みハンバーグ・ サラダバー付き 1,490円

ラケルオリジナルソースのオムライスにデミグラスソースをかけたハンバーグ。世代を超えた人気メニューです。 ラケル/11:00-21:00LO/054-654-3317

ファミリー盛り(4~5人前)・ 館屋の海鮮ピザ・調製オードブルのセット。わあっと歓声あがること間違いなし! (前日までに要予約) 沼津魚がしほ/11:00-21:00LO(土日祝は21:30LO)/054-654-3220

【魚がしほ パーティセット 10,077円】

女性のためのお得なセット。パスタ・パン・スープは週替わり、ドリンクは10種類から、サラダ付き! (毎週水曜・20食限定) パスタ類一丁目/11:00-21:00LO/054-284-1173

レディース ランチプレート 980円

【四六時中花籠 993円】

Wいちごクラブロール 通常3,400円 3,000円 イチゴをたっぷり2パック使用し、ホイップクリーム・生カスタークリーム・イチゴソース・チョコスプレーを自慢のクラブ生地で三重巻き。長さ30cm以上もあるビッグサイズでホームパーティーにぴったり! (12月25日まで/1日限定10本・前日までに要予約) モンパル/11:00-19:15LO/054-288-7696

【お食事の方に ミニデザート サービス】 ●お一人様1日1回まで 2F/うな TEL.054-288-5703

厳選したお米に揚げたての天ぷらなど、日本のおいしい味をもれなくそろえた花籠。栄養バランスもばっちりです。 日本橋四六時中/11:00-21:00LO(土休日は10:30-) /054-283-3125

【お食事の方に 会計から10%OFF】 ●お一人様1日1回まで 有効期限/平成27年12月31日(木) 2F/ふじの坊 笑露 TEL.054-287-7700 ●お切り取りお持ち帰りください

【お食事の方に 会計から10%OFF】 ●お一人様1日1回まで 有効期限/平成27年12月31日(木) 2F/ふじの坊 笑露 TEL.054-287-7700 ●お切り取りお持ち帰りください

astén トークイベント 暮らしの 参加無料 玉手箱セミナー

お茶・スイーツをいただきながら 当日は講師の書籍プレゼントも!

エネルギーや収納術を学んで、女子力アップ!! MC: 鬼頭里枝

【会場】ホテルセンチュリー静岡 18階 スカイスイート (静岡市駿河区南町18-1) 【定員】50名

第1部 トークセッション 13:00~14:15 「考えよう! 私とエネルギーの未来」 講師: 竹内純子さん

第2部 ティータイムセミナー 14:30~15:30 「美しく暮らすための収納」 講師: 草間雅子さん

応募締切 2016年1月15日(金)必着 申込方法 ①郵便番号②住所③氏名④電話番号⑤年齢⑥性別⑦職業をご記入の上、下記の方法からご応募ください。

お問合せ 静岡新聞社・静岡放送事業部 TEL:054-281-9010(平日9:00-17:00) 協賛:中部電力

母娘で楽しむクリスマス限定スイーツを 楽しむ! 参加無料 要予約

第3弾! 未来の花嫁のためのスペシャルイベント

12/20 (日) 10:00-12:00 (祝) 13:30-15:30

毎回大好評のスペシャルイベント第3弾! 限定スイーツの他、チャペルでの記念撮影や体験ブースなど内容も充実。お母様と一緒にホテルウエディングの魅力を体験してみませんか?

クリスマス限定スイーツ ●チャペルにて記念撮影

体験ブース フラワーケーキ作り/ポイントメイク体験/ハンドマッサージ/チャペル・神殿見学ツアー/衣装展示 など

【ウェディングフェア】 12/13 (日) 10:00-18:00 (祝) 10:00-14:30

ホテルアソシア 静岡 Tel.(054)254-4140











**大人気の水素専門店  
読スバロ体験&セルフ小顔術  
マンツーマン指導**



●11月号で好評につき、10名追加で読スバロ体験(65分)初回体験とマンツーマンセルフ小顔術レクチャーのセット(カウンセリング込みで120分、セルフ小顔術プレート付き)通常22,680円(税込)が7,500円(税込)に!「アステンを見た」の一言を添えて予約を。

静岡圏セノバそばの水素専門店「Suiso Cosme Shop H2(水素コスメショップ)」は、水素サプリメントや水素入浴剤、水素発生美容液など水素商品が満載の水素専門店。さらに水素発生美容液を使用する各種エステコースも受けられる。イチオシなのが水素リフトヘッドスパとフェイスマッサージを組み合わせた「読スバロ」コースだ。この技術は、2014年、東京で開催されたミスユニバース日本大会ビューティーキャンペーンにて全国の代表たちに「セルフ小顔術」指導を行った番場真緒さんの考案によるもので、県外から足を運ぶ人もいます。さらに12/5(土)から、毎年恒例の中身が確認できる福袋も販売する。

**Suiso Cosme Shop H2**  
静岡市葵区佐馬町1-3 サンタマリア1F  
(静岡圏セノバそば通り口すぐ) ☎0120-74-3705  
10:30~20:30(日曜10:30~18:30) 火曜定休 完全予約制

**にんにくの栄養をまるごといただく  
甘くて美味しい「黒にんにく」**

いま健康雑誌で特集が組まれ、注目を浴びている食材「黒にんにく」。静岡パワープラスの「黒にんにく」は、厳選した青森県産のA品L玉にんにくだけを使った品質の良さが特長で、完全無添加のため大人から子どもまで安心して食べることができる。熟成発酵させているため、生のにんにくとは違い食感は柔らかく、まるでブルーのような甘さ。気になるニオイもほとんどないので毎日続けられるのもうれしい。むいた皮に熱湯を注げばにんにく茶も楽しめるのでおすすめ。一袋6玉入り(1カ月分)で3,564円。電話やFAX、インターネットからの注文も可能。美味しい「黒にんにく」を、ぜひあなたの美容と健康に役立てて!



**静岡パワープラス**  
静岡市清水区北脇南448-1  
☎054-348-1129(FAX:054-348-2929) 9:00~17:00  
日曜、祝日、第2・4土曜定休 **静岡パワープラス** 特設

**「プロッサモール」見学会予約をスタート!**

**人気ブランドを集めたドレスサロンも注目!**

道端アンジェリカさんのテレビCMでおなじみの、ホテルオーレのウエディング「プロッサモール」が、いよいよ見学会予約をスタート。話題の屋上ガーデン、開放的なチャペルを体感してウエディングのイメージを膨らませよう。また、直営のドレスサロンも注目。約200着もの新品のドレスや、県内ではここでしか扱っていないジュエリー、全国的にも珍しい「赤無垢」をはじめ、人気デザイナーによる衣装など、運命の一場に出合えるはず。試着付き疑似体験など、毎日多彩なフェア(要予約)が予定されているのでHPをチェックして。



●SALON RELY「リライ」米春オープン!  
「おぐねえ」こと小椋ケイイチがプロデュースするビューティーサロンがオープン。

**ホテル オーレ Blossomole**  
藤枝市前島1-3-1(開業準備室は前島1-7-5)  
☎054-634-2228(フライング専用)  
10:00~20:00 火・水曜定休  
http://www.blossomole.com  
プロッサモール 特設



●初期費用50,000円+月会費5,300円(税別)  
お見合いは何度でも無料!  
●仲人・石上さんのブログや経験者による「結婚作文」も参考に

**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  
☎054-374-3229 不定休(12/31まで営業)  
11:00~20:00(予約制)  
http://enmarriage.com/ **エンマレッジ** 特設

**12/31(木)まで受付中!  
婚活トライアル2カ月9,800円**

全国最大規模のネットワークに加盟し、県内トップクラスの成婚数を誇る結婚相談所エンマレッジ。静岡を中心とした出会いから、医者・弁護士・経営者など全国のハイクラスな出会いまで、ニーズに合わせてコースを選べるのがうれしい。会費内でお見合いは何度でも無料。結婚したい人同士のお見合いだから、恋愛の駆け引きが苦手な人にはぴったり。婚活初心者には「トライアルコース」で気軽に一步を進めて。条件は、真剣に結婚を考えている40代までの独身で初婚の男女。JR静岡駅より徒歩3分と仕事帰りにも寄りやすく、勧誘が一切ないのも安心。年末まで営業しているので、仕事が忙しくて...という人や、親子で相談したい人は、この機会を逃さず!



**asten PEOPLE**  
vol.122

**May J.**

ミュージシャン

映画「アナと雪の女王」の日本語主題歌「レット・イット・ゴー〜ありのままで〜」で圧倒的な歌唱力が広く知られるようになったMay J.さん。11月に発売されたアルバムや2015年の活動についてインタビューした。

**Q.9月にSHIZUOKA COLLECTION2015のゲストとして歌われました。いかがでしたか?**

SHIZUOKA COLLECTIONは初めての参加だったので、どんなお客さまなんだろうとワクワクしながらステージに立っていたかったです。若い女性やお母さんと来ている小さな子...みなさん笑顔が素敵でしたね。女性のお客さまがほとんどで身が引き締まりました(笑)。ファッションのイベントは同性の方から「見られている!」という緊張感があったので、自分も、もっと磨かなくちゃいけないと意識が高まります。実はこれまで静岡に来る機会があまりなかったのですが、今回ステージの前に時間があって、うなぎを食べに行きまして。焼き目がパリパリしていておいしかったです!

**Q.お仕事を振り返って、今年はどういう年でしたか?**

今年日本武道館でのライブに始まり、すぐにツアーの準備に入りました。3か月ぐらいかけて全国27カ所を回って28公演。夏は毎週末、野外のフェスで歌う...という、ライブの機会が多い年でした。それからディズニーソングのレコーディングに入りました。

**Q.11月に発売されたアルバム「May J. sings Disney」は日本語と英語それぞれで歌うことなりの曲数の収録となりました。**

ものすごく楽しかったです! 両親がディズ



**“小さな子からお年寄りまで、聴く人の毎日が輝くことを願って。”**

ニファンだったこともあって、物心つく前から一緒にVHSで映画を見て、そこから流れる曲に合わせて歌っていました。母とハモったり、父がピアノを弾いて、その隣で歌ったり。「身につけている曲」をお仕事として歌わせていただけるのは今までにない経験。1日1曲とるのが普通なんですけど、今回はただただ楽しくて3曲くらいのペースで、曲に詰まっていた思い出や映画のシーンを想像しながら歌っていました。

4歳の時から大好きです。デュエット曲なんですけど1人2役で歌っていました(笑)。「リフレクション」という曲は、小学4年生で「ムーンラン」を映画館に観に行った時にエンドソングでクリスティーナ・アギレラが歌っていたというのには今までの経験。1日1曲とるのが普通なんですけど、今回はただただ楽しくて3曲くらいのペースで、曲に詰まっていた思い出や映画のシーンを想像しながら歌っていました。

**Q.乾燥する季節です。のどや肌を守るために必ずしていることはありますか?**  
やはり加湿器ですね。あとはマスクをつける。手洗いうがい、絶対に寒い格好をしない

...当たり前のことを忘れないようにしています。以前はいろいろこだわって探していたんですけど、オイルを飲んでみるとか。究極に効いていたのが「どんこつラーメンのスープを飲む」というのだったんですけど、最近、心がけて飲んでいるのは水だけです。お肌に潤わせては、お風呂に漬かるのが好きなので水素の入浴剤を入れて入ったり、パックをしたり...とにかく保湿ですね。

**Q.もうすぐクリスマスです。May J.さんのクリスマスの過ごし方は?**

子どものころは、お友だちを家に呼んでプレゼント交換をした思い出があります。ここ数年は、毎年ではないのですがファンクラブイベントをしました。オリジナルカクテルを作って乾杯したりわいわいお話ししたり。もちろん歌も歌うんですけど(笑)。

**Q.今後、取り組んでみたいお仕事はどんなことですか?**

「アナ雪」の曲を歌わせていただいでからライブに来てくださるお客さまの年齢幅が広がったので、子どももおじいちゃんおばあちゃんも楽しめるようなステージをもっとしたいなと思っています。今回のアルバムはびつたりなので、このアルバムでツアーを回れたらいいですね。

**Q.アステン読者の皆さんにメッセージをお願いします。**

アルバム「May J. sings Disney」を聴くことで皆さんの毎日が輝いてくれたらうれしいなと思っています。そして、ライブで静岡の皆さんにまたお会いしたいです!



★PROFILE 1988年6月20日生まれ。O型。2006年、ミニアルバム「ALL MY GIRLS」でメジャーデビュー。日本、イラン、トルコ、ロシア、スペイン、イギリスのバックグラウンドを持つ。

**編集部 オススメ こだわり SELECTION**

**健康につながる正しい姿勢。その土台づくりは足裏から**



フィット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、これらの原因は身体のバランスの崩れによる場合もある。「姿勢の良し悪しが、心や体の健康に大きく関係していることを知っている人は多いのですが、意外と足裏のことは気にされていない人が多いですね。体の全体重を支えているのは足裏で、当然そのバランスが悪ければ歩行の重心もずれ、体の歪みにつながります。土踏まずがあっても、形によっては指先や踵に負担をかけ、体を緊張状態にしている場合も多いんです」と話すのはオーナーの榎原さん。実は榎原さん自身が片足を骨折や骨折、坐骨神経痛、腰痛など一時は歩行困難な時期があった経験から、本当に自分の足のためにいいものを追求し、現在のインソールに行き着いたという。

**自分の足と悩みにピッタリ合ったフルオーダーインソール**

歯がすり減り噛み合わせがおかしくなるのと同じように、実は足も消耗し、変化するもの。「歩きにくい、歪みが出るなど何かおかしいと感じたら、なるべく早めに点検するつもりで相談に来て下さい」と榎原さん。まずは無料カウンセリングを経て全身のバランスや軸のブレを1時間かけて丁寧に測定。重心のかけ方や歩行バランスなどを見た上で、県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パーツごとに張り合わせて完成。楽しく健康にいられるカギとなる足裏。まずはプロにみてもらっては?



●インソールは2万円前後。相談は無料。何でも疑問に答えてくれる。

**FIT.LAB. (フィットラボ)**  
静岡市清水区天神1-2-1  
☎054-363-0008  
10:00~20:00(日あり)  
水曜・第1木曜・第3日曜定休  
http://www.fit-lab.com

**今月のイケメン vol.79**

**専門学校でスキルを磨き  
建築の世界を目指す18歳!**

今春、高校を卒業したばかりという岡田恭祐さんは、静岡産業技術専門学校(産技)建築科に通う18歳。当コーナー史上、最年少のイケメンだ。182cmという身長ながら「まだ伸びて気がしますが」というあたり、さすが10代。高校まではサッカーをしていたとあって「体を動かして働きたい」と、もともと大工に憧れていたそう。高校時代に建築の仕事に興味を持つようになり、大学進学を考えていたものの、通っていた高校のグループの専門科に建築科があるのを知り、一貫コースを選択し進学を決定。入学後は建築を基礎から学び、着実に夢の実現へと向かっている。「今は建築の中でもいろいろある職種のうち、それが自分に向いているのか見極めていきます」と岡田さん。2年生になると建築設計、建築



静岡産業技術専門学校1年 岡田 恭祐さん



**イケメン情報 大募集!**

あなたの周りに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 アステン編集部  
※応募の際は応募者の連絡先とイケメンの写真を添付してください。  
採用の場合、編集部からご連絡させていただきます。

**R&K リサイクルキング** お客さまの前で計量、明確な査定をいたします。  
金・銀・プラチナ・ダイヤモンド・ブランド品・ブランド時計・切手・金券  
**宝石買取**  
無料鑑定いたします。

**宝石・ブランドジュエリー** あなたの宝石・ブランドジュエリーなど無料で鑑定いたします。

Ptダイヤリング	Ptメラルクダイヤリング	Ptセファイヤダイヤリング	Ptルビーダイヤリング
¥290,080	¥265,897	¥109,549	¥159,834

ジュエリー買取査定額UPキャンペーン実施中!

**金・銀・プラチナ** 今が売り買い!金相場が10年前の前3割  
金 4,641円/円  
プラチナ 4,003円/円  
銀 62.43円/円

**ブランド品** ルイ・ヴィトン、シャネルなど

**Aria アリア** 静岡紺屋町商店街店 ☎054-250-0877  
**R&K リサイクルキング** イトーヨーカドー 静岡店 ☎054-654-5100  
**R&K リサイクルキング** ベッドルーム 清水店 ☎054-337-2211

**X'mas Dinner** 2015. 12/19(土)~25(金)  
大切な方と 素敵なひとときを。

**Plan -プラン-**

- ¥13,000 コース (税・サービス料込み)
- ¥16,000 コース (税・サービス料込み)  
【モエ・エシヤンド】乾杯用グラスシャンパン付
- ¥20,000 コース (税・サービス料込み)  
【ドンペリニヨン】乾杯用グラスシャンパン付

残席わずか

**25F Sky Restaurant Beau Ciel** TEL.054-273-5250  
レストラン 清水店  
静岡市葵区紺屋町17-1 25F  
【ご予約受付時間】10:00~21:00【休日】12/30~1/1

4F シンフォニー ランチバイキング 日曜・2015.12.28(日)・29(月)・30(火) 2016.1.2(土)・3(日)  
時間 11:30~14:30  
TEL:054-273-5225 (ランチバイキング受付専用番号)



# 12月はオイルで熱々ぶりぶり しずおか キッチン

今月のしずおか食材  
**カキ**



「海のミルク」と言われるカキは、たんぱく質やカルシウムなどの栄養素が豊富。浜名湖で養殖されたカキは身が大きく濃厚な味で、カキフライや鍋料理にぴったり。加熱用、生食用を上手に使分け料理してみよう。



**point** とにかく手際よく  
今月の先生 **山崎 拓真** Takuma Yamazaki ● サングリア 居酒屋シェフ | tel:054-251-0700  
カキに火を通すぎないため、フライパンに入れてから生ハムを加えるまでは20秒ほど。生ハムもオリーブオイルとなじむ程度にさっと手際よく混ぜてください。時間がかかりそうならフライパンをコンロからおろして作業しましょう。フランスパンでオリーブオイルをすくうようにしてお召し上がりください。白ワインがよく合います。

## カキとトマト、生ハムのアヒージョ

- 材料2人前
- カキ(Mサイズ): 4個
  - ミディトマト: 1個
  - 生ハム: 5g
  - オリーブオイル: 60cc
  - ニンニク(スライス): 10g
  - 鷹の爪1/2本
  - 塩、ホワイトペッパー(下味用): 適量
  - 塩(味つけ用): 適量
  - パセリまたはネギ(みじん切り): 適量

- カキを粗塩でもみ、水洗いして臭みを取り除く。水分を拭き取る。ミディトマトは4つに切る。生ハムを2cm角に切っておく。カキとミディトマトに塩とホワイトペッパーで下味をつける。フライパンにオリーブオイルとニンニク、鷹の爪を入れ火にかける。
- 香りが出たら中火にしてカキとミディトマトを入れる。カキに火が通ったら塩を加える。
- 生ハムを入れてオリーブオイルとなじませたら、お皿に盛り付ける。パセリまたはネギを散らす。

# asten

asterisk ten

asterisk(アスタリスク:\*)はギリシャ語で「小さな星」。asten10(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。

2015.12月号 Vol.122 [2015.12.5発行]  
配布エリア/静岡市、藤枝市、焼津市、島田市、牧之原市、吉田町、川根本町  
●静岡新聞朝刊に併送

木次回(1月9日発行)は「アンティーク」特集

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

表紙: 今月のキラリ  
クリスマスリース  
(直径約20cm) 5,000円  
※数日前に予約注文・サイズや価格は応相談  
問い合わせ:  
flower TAKUMI  
Tel:090-5000-3375



2015 Saint Valentin Christmas The Holy World  
12/13までのご予約で  
ご予約のケーキ  
10%OFF!!  
ウエディングスイーツカフェ  
Café deux Valentin chambre d'hôte  
●● 藤枝美術館 並木通り BUS STOP 前 ●●

## asten enquête

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。  
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送ってください。  
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

- 01 2名様  
ブルーシール クリスマスアイスケーキ [わした静岡] ※写真はイメージです
- 02 10名様  
日清エキストラバージンココナッツオイル、日清ココナッツオイル(プレーン)2種セット [日清オイリオ]
- 03 5組10名様  
藤枝シネ・プレーゴの映画鑑賞券ペアチケット [藤枝シネ・プレーゴ]
- 04 5名様  
野菜をMotto!! 5種の温製スープセット [モンマルシェ]
- 05 12名様  
【日清食品】  
日清ラ王4種セット (賞味ココナッツ油・香熱ココナッツ油・魚介豚骨醤油・淡麗鶏だし)

プレゼント賞品はクロネコヤマトが12月下旬にお届けします **ヤマト運輸**

## Xmasのパーティーにぴったり!!

# おしゃれにココナッツオイルdeスイーツ

★ かわいくラッピングしてプレゼントにも! ★

**ココナッツチョコグラノーラ ~ミルク&ホワイト~** 15分

【作り方】  
①板チョコレートを別々に耐熱ボウルに割り入れ、ラップをして電子レンジ(600W)でそれぞれ20秒加熱し、混ぜてなめらかにする。  
②液状にした日清エキストラバージンココナッツオイルをそれぞれ小さじ1・1/2ずつ加え、混ぜ合わせる。  
③②にフルーツグラノーラを30gずつ加えて混ぜ合わせ、小さなカップに入れて冷蔵庫で30分~1時間ほど冷やし固める。

【材料】(10個分)  
・板チョコレート(ミルク).....25g  
・板チョコレート(ホワイト).....25g  
・日清エキストラバージンココナッツオイル.....小さじ3  
・フルーツグラノーラ.....60g

※ココナッツオイルが硬い場合には、30~40℃のぬるめのお湯で温めると、温かい所に置いて、液状にしてください。

★ りんごの絶品デザート★

**うす切りりんごのソテー** 15分

【作り方】  
①プレーンヨーグルトは、紙タオルを敷いたざるにあけ、15分ほど置き水分を抜く。  
②りんごは5mm厚さのくし形に切り、芯はのぞく。  
③フライパンに日清エキストラバージンココナッツオイルを熱し、②を並べて両面きつね色に焼く。  
④③にグラニュー糖を加えてからめ、器に盛り、シナモンパウダーをふる。  
⑤①と盛り合わせ、はちみつをかけてミントを添える。

【材料】(2人分)  
・プレーンヨーグルト.....大さじ5  
・りんご.....1個  
・日清エキストラバージンココナッツオイル.....大さじ1・1/2  
・グラニュー糖.....小さじ4  
・シナモンパウダー.....少々  
・はちみつ.....小さじ1  
・ミントの葉.....適宜

カラダがよくなる、おいしい新習慣。

**日清エキストラバージンココナッツオイル**  
ココナッツの豊かな香り立ちにこだわったエキストラバージンオイル

**日清ココナッツオイル**  
料理の幅が広がるプレーンタイプ

健康サポートに 毎日、食べる!

中鎖脂肪酸を60%以上含んでいます。小さじ1杯(4.6g)で、中鎖脂肪酸が2.8g摂取できます。