

あの子に 1 つ贈り物

初登場は1985年。以来、MADE IN JAPANを守り続ける人気の高いおもちゃのピアノ。今年7月にリニューアルし、屋根の開かないグランドピアノが登場した。鍵盤は32、倒れにくい4本足、正確な音程は、さすが、ピアノの大手の河合楽器製作所。音源にアルミパイプを使用し、耳に優しいクリアな音。カラフルな音の世界が、あの子の心にポエムを生んだり、夢や物語を届けてくれる。色は赤・白、木目調のナチュラルや屋根の開くタイプもそろう。

ミニピアノP-32

(赤・白)14,904円
(ナチュラル)17,064円

カワイ静岡ショップ

静岡市葵区呉服町2-4-1(野澤屋ビル2・3F)
TEL.054-273-3950



サブリーな 1 pose

- ① 割座(正座からすねを外に出しお尻を床に付けた座り方)で座る。
- ② 背側に手をつき、肘をつき…と段階的に上体を後ろに倒していく。膝が浮かないように、楽な幅に開いて。
- ③ 背が床に付いたら呼吸を繰り返し、力を抜いていく。2、3分キープ。

食後におススメ。
ももの筋肉を
ほぐしたい時にも
サブリーな
ヴィラアーサナ



起き上がる時も勢いを付けず、逆の手順でゆっくりと!



グランツ
ヨガインストラクター
YOSSY先生

お得な入会キャンペーン実施中!

WEBをチェック!「アステンを見た」で
1日体験通常2,700円→0円

グランツ フィットネス・スイミング
静岡市駿河区敷地1-18-28
054-260-7235(フィットネス・カルチャー)
054-237-1076(キッズスイミング)
<http://glanz-sc.com/>



とっさの 1 フレーズ

! 怪しいぞ?!

サウンズ フィッシー!
Sounds fishy!
「怪しいぞ?!」



Point

Fish は魚ですが
Fishyで「生臭い」という意味があります。

#日本語でも怪しいことに対して「臭い!」とは
言いますが、魚は使いませんよね。
「何かおかしい=臭うぞ!」ユニークな表現です。

全日程英語教育のプリスクール
静岡市駿河区中田本町6-3 tel: 054-202-9555

NBインターナショナルキンダーガーデン
NB International Kindergarten



はじめましてのLGBT展

あざれあ図書館は11/9(木)まで「はじめましてのLGBT展」を開催。同性愛者などの性的少数者を指すLGBT。知らずに誰かを傷つけてしまわないように、まずは知ることから始めたい。DVDの上映(12:30~14:30)も予定。

県男女共同参画センターあざれあ図書館

静岡市駿河区馬淵1-17-1 2F ☎054-255-8763
平日9:00~18:00、土日祝9:00~17:00(期間中11/5は休業)

季節限定! こだわりのそばパン

新そばの季節到来…と言ってもそば屋さんでなくパン屋さんからの新商品。プレーンベーカリーがソバ粉、ソバの実、ソバ茶をふんだんに使った季節限定商品「こだわりのそばパン」を発売。香りと甘みを楽しんで!



PLAIN BAKERY(プレーンベーカリー)

静岡市清水区江尻台町22-34 エスジーポート「アンドカフェ」内 ☎054-345-6820(予約専用)
10:00~20:00(パンの販売は12:00~ ※売切れ次第終了) 月・火曜定休