

月刊 むるぶ

むるぶTV 配信中!

むるぶTV 検索 murubu.jp 検索

発行/月刊むるぶ編集部 426-0041 藤枝市高柳1-18-23 株式会社共立アイコム内 TEL 054-635-4651 FAX 054-635-4576 2018年(平成30年)2月25日発行

毎月25日新聞折込

むるぶグルメリポート
魚料理特集



志太そご知り物語
葉梨の寶樹山盤脚院



バトンリレー志太人
志太広域事務組合
新斎場整備課長
増田 恵志



志太新名物探訪
蘭字ギャラリー天神カフェ



むるぶ特集
老いない心と体をつくる



素朴に自信あり おいしい魚。

刺身やフライ、
煮物など様々。
自慢の魚を
味わえるお店を
ご紹介。

まぐる茶屋

目利きが厳選、港町の
マグロ問屋直営の店。
濃厚な旨み甘みの天然南
まぐるの中とろを思う存
分に味わうことができる。
見た目にも華やかで贅沢
な丼。シャリ(酢飯)は大粒
で冷めても美味しいこだわ
りの国産品種を使用。お
店で扱う魚は全て天然も
のなので安心して食べるこ
とができる。

極み中とろ丼
1,944円
(小鉢・漬物・味噌汁付)

焼津市翫ヶ島136-26 うみえーる2F
054-270-5811
11:00~15:00、17:00~19:00
月曜日(祝日の場合翌休)
200~300台



平成31年に成人式を迎えるお嬢様

振袖ご購入・レンタルのことなら

貴装の店

わたなべ 焼津店

当地区No.1の販売実績を誇る、「貴装の店 わたなべ」なら
新作振袖 1,000枚が勢揃い!!



※写真のお衣裳はイメージです。

成人式記念撮影のことなら

Photo Studio わたなべ

成人式前撮り・後撮り撮影

ご予約受付中

成人式 持ち込みパック

♥お仕度代
(スタイリング・着付・撮影料)
通常18,000円(税別)のところ

早期予約 キャンペーン につき

0円

成人式 スタジオパック

成人式には出席しないけど
思い出を残したいと
お思いの方へ

♥振袖一式レンタル
♥小物一式レンタル
♥スタイリング
♥着付
♥撮影料

10,000円~



わたなべ 焼津店

焼津市栄町5-10-21 営業時間/AM9:30~PM8:00(火曜火曜定休日)

お衣裳・小物あわせのお問合せはこちら↓

☎054-627-7786

Photo Studio わたなべ

焼津市栄町2-6-10 営業時間/AM10:00~PM6:00(毎週火曜定休)

撮影ご予約・ご来店のお問合せはこちら↓

☎0120-755-812

AOJIMAHIGASHI FOOTBALL CLUB

青島東FC セレステ サッカースクール

練習日 水曜日・木曜日
時間 新1・2年生 15:30~ 新3~6年生 18:45~
会場 青島東小学校グラウンド

練習日・時間 水曜日・木曜日 小学校1・2年生 15:30~ 金曜日 小学校3~6年生 18:50~ 土曜日 小学校1・2年生 9:00~ 年中・年長 10:00~
会場 青島東小学校グラウンド・フットサル場
3月末に 体験会開催予定!

サッカークラブ生募集

随時無料体験実施中!!
どこの小学校の子供も入団可能です。
父兄の方の当番はありません。

お問い合わせ・お申し込み 090-1626-7277(くもん) 青島東FC 検索

茶果菜 研修生募集

JAおおいがわ 研修生募集

JAおおいがわ 研修生募集

募集期間 平成30年1月9日(火)~3月22日(木)

オーディションの詳細はホームページをご覧ください。
JAおおいがわ <http://oogawa.ja-shizuoka.or.jp/>

自然・夢・ふれあい・大切にします
JAおおいがわ

ココロ編
老化しない生き方7カ条

- ものごとの良い面だけをみる**
悪い面に意識が向かうとストレスが増加していきます。
- 他人と比較しない**
自分は自分、他人は他人です。比較は不安や不満を生みます。
- 自分を中心に生きる**
自己中ではなく、他人に迷惑をかけない生き方のことです。
- 来るものは拒まず、去る者は追わず**
人間関係は自然の成り行きに任せ、執着しないことです。
- 家族を大切にす**
心が安らぐ家庭が安定した人生を築きます。
- やりたいことをやる。**
自分がやりたいことを優先し、かつ他人も喜ぶことを選びます。
- 年齢を基準にして行動を決めない**
もう年だからとか今さら恥ずかしいとか壁を作らないことです。

カラダ編
老化しない5つのチカラ

- 持久力**
長時間疲れないで体を動かすことのできる能力です。持久力をつける運動としては、ウォーキングが最適です。無理をせず、習慣化することが大切です。
- 筋力**
老化は脚からといわれますが、ウォーキングが脚を鍛えるだけでなく、胃腸を丈夫にし、心筋を鍛えて全身へ血液を送り出す力を高めます。
- 柔軟性**
筋肉が硬くて関節の動きが良くないとさまざまな不具合が現れます。弾力性のある筋肉とよく動く関節が若い体を作ってくれます。
- 敏捷性**
敏捷性が無くなると転倒しやすくなります。日常的にキビキビした動きを心掛けることが大切です。転びそうになっても転ばない体が必要です。
- 食事力**
好きなものだけ食べない偏食のない食事が大切です。また、食事の時間も規則正しくしないと食欲も栄養摂取能力も安定しません。

老いない 心と体を つくる

私たちは年をとると、どうしても老化が進んでいきます。しかし、普段の生活の中で心掛けていれば、老化を防ぎ、老化を遅らせ、若々しさを保ちながら、健やかな老後生活を過ごすことが出来ます。その心掛けは40代50代からしていくことが大切です。ここでは「老化しない生き方7カ条」「老化しない5つのチカラ」「知っておきたいカラダの数字」を紹介します。

10000

舌の表面には味蕾という10000のツブツブの突起があり、ここで味を感じています。味覚には「甘い」「塩」「酸っぱい」「苦い」の4種類があり、最近では「旨味」も加えられるようです。舌先は甘さ、奥は苦味というように舌の場所によって感じる味が異なります。味蕾は舌だけでなく、食道などにもあり、ビール喉の喉ごしの味というのはここで味を感じるからです。味蕾は10日から20日に入れ替わり、加齢とともに減っていきます。

100000

日本人の髪の毛の本数は約10万本。欧米人は12万本といわれています。2万本も違うのに見た目がそれほど違わないのは、髪の毛の太さが日本人は100マイクロメートル、欧米人は、80マイクロメートルと日本人の方が2割強太いため、量的には日本人の方が多くなる計算です。毛髪の寿命は3年から4年。1日に60本が自然脱毛していきますが、再び細胞分裂が始まり新しい毛髪が生えてきます。男性ホルモンが減ると髪が薄くなります。

90

人間の睡眠は90分周期になっています。睡眠は一定ではなく、浅い眠りから深い眠りへ入り、その後再び浅い眠りへと90分ごとに繰り返しています。浅い眠りを「レム睡眠」、深い眠りを「ノンレム睡眠」といいます。レム睡眠中は脳が記憶の整理などをしています。夢も見えています。一方、ノンレム睡眠はカラダも脳も休んでいます。成長ホルモンが大量に分泌されることで疲労回復し、細胞の修復と再生がおこなわれます。

3000

嗅覚は五感の中で最も敏感な感覚です。匂いの分子は40万から50万種類あるといわれていますが、人間の鼻が嗅ぎ分けられるのは、2000から10000種類です。普通の人は2000から3000種類を、香水の調香師などは10000種類以上を嗅ぎ分けられるようです。男性よりも女性の方が敏感で、特に妊娠期間はより鋭敏になることが知られています。また、臭いの記憶は五感の中で最も残りやすいといわれます。

知っておきたい カラダの数字

1.25



人間の記憶容量はどのくらいあるのでしょうか。レイモンド・カーズウィル氏の計算では、1.25テラバイトだといわれます。DVDにして240枚分です。人間には数秒から数十秒後しか記憶できない短期記憶と、ほぼ永久に覚えている長期記憶があり、脳は常に情報を更新しながら不必要な情報を捨てていくため際限なく情報を記憶できるようになっているのです。かつて円周率を10万桁記憶して世界記録を達成した日本人がいました。

30

受験勉強などでがんばるぞと意気込んでみたものの、思ったほどはかどらなかつたという体験は誰しもお持ちだと思います。人間の集中力はせいぜい30分前後、長くても1時間だけです。集中しているときはβ波が強く脳の必要の一部のみ働いて他の部分は休息しています。ほどよくリラックスしていないと集中出来ないからです。心理学者のライリーの説では、集中力は25分が限度とされ、25分読書法を勧めています。

80

人間には視覚、聴覚、臭覚、触覚、味覚の五感があります。そして何とその80%が視覚からの情報です。例えば会話では耳だけでなく目も活発に働いて相手の表情や動きを捉えています。音声も聞き取りにくければ唇の動きを読み取る読唇術が自動的に働いて耳による音声の聞き取りを助けているのです。面白い実験があります。「が」と発音している映像に「ぱ」と発音している音声を重ねたら、その中間音の「だ」に聞こえたそうです。

中日本バンリースのレンタル収納ボックス

NAKAVAN BOX

24時間出し入れ自由
便利なレンタル収納スペース
藤枝市上青島/岡出山にあります

お問い合わせ・お申込みは、中日本バンリース(ナカバンボックス)
受付時間/平日9:00~17:00 <http://www.nakavan.com>
0120-72-4185

視力回復法 予約制

無料体験会

わ!ハッキリ見える!

受付/10時~17時(月・火・祝休)
0120-04-7065

3月3日(土)
10:00~16:00
藤枝市生涯学習センター
藤枝市茶町1丁目5-5

こんな方はお試しください。
●メガネは掛けたくない
●目が疲れる
●免許の更新が心配だ
●老眼が進んだ
●レニング後、視力が低下した

その場で体験結果が分かる視力回復法!一度確かめてみませんか?

5~85歳の方まで体験しています。
近視の方、全員が回復するとは限りません。当センターの視力回復法を20分試してみ、変化があれば視力回復が見込めます。

山口彩夏さん(10歳)
ものは試しと思い取り組みました。「良くしたい」という気持ちが非常に強く、2か月ほどがんばって続け、その結果0.1も見えなかった視力が0.5までに、本人もとても喜んでおります。(母)

事前予約料をお届け中。

主催 視力ケアセンター 京都市中京区七観音町 623 <http://www.shiryoku-care.com>

「お盆までにお墓を建てたい」と考えている方。これから移転・建替えを考えている方へ。

お墓の相談会を開催します。

全優石のお墓デザインコンテストで7年連続入賞している石材店です。

今度の土・日 県内各地や志太・榛南エリア、牧之原市からのご来場数4600組以上となりました。

午前9時から午後6時まで

このようなお悩みをお持ちのお客様へ
✔ 子供連へ負担をかけたくない方
✔ お墓を準備したいと考えている方
✔ 樹木葬や納骨堂を探している方
✔ 墓じまい・お墓の引っ越し(改葬)のご相談
✔ お墓の修理・修繕(メンテナンス)のご相談

「展示場でスタッフの対応と的確なアドバイスで決めました。」
藤枝市 北川 様

相談会に来てお墓を建てていただいたお客様の声

親戚や住職がほめて下さり、自慢のお墓になりました。
49日までにお墓を建てなければと、奮って見たのが大きな展示場のある牧之原市材でした。お店の雰囲気やスタッフの気持ちよい対応を直に感じ、一生に一度のお墓作りだしに入った所ですらうと思われ、牧之原市材に決めました。私たちでは気が付かない様な事もアドバイスしてもらい、形もシンプルで和型になりました。工事もとても丁寧で思った以上の出来にとても満足しています。完成したお墓を親戚や住職様がほめて下さり自慢のお墓になりました。ありがとうございました。

「お墓のご相談いつでも承ります!」
お墓の専門店
株式会社 牧之原石材

「墓じまい」や「樹木葬」「永代供養墓」など、最初何から手をつけたいかわからない方のご質問にお答えします。今すぐお電話!

0120-148-548
午前9時から午後6時まで。お気軽にご連絡下さい。
— 本社 榛原店も同時開催中! —
本社・榛原店 藤枝市上青島 4209-2 10階 藤枝市立第一中学校正(1) 後方・大井川店 藤枝市上青島 1452-3 3階 150号棟 藤枝市立第一中学校正(1) 後方・大井川店 藤枝市上青島 1452-3 3階 150号棟 藤枝市立第一中学校正(1) 後方・大井川店 藤枝市上青島 1452-3 3階 150号棟 藤枝市立第一中学校正(1) 後方・大井川店 藤枝市上青島 1452-3 3階 150号棟

お役に立ちたい! すぐお電話! 受付時間 9:00~17:00

新聞に載らない 地元の事件簿

情報提供：藤枝・浜津警察署生活安全課
藤枝・浜津地区防犯協会

空き巣が頻発
空き巣は、無断の窓や窓ガラスを割られて侵入されます。お出かけ前にはもう一度戸締まりの確認を心がけましょう。

月日	場所	事件詳細
1月15日	中ノ合 車上ねらい	公共施設駐車場に駐車中、窓ガラスを割られ車内にあった衣服などを盗まれた。
1月21日	大新島 空き巣	外出中、ガラスを破られ室内にあった現金などが盗まれた。
1月24日	大東町 空き巣	外出中、無断錠箇所から侵入され、室内にあった現金が盗まれた。
1月27日	築地 置き引き	遊技施設内のトイレに置き忘れた財布が盗まれた。
1月29日	田沼 部品ねらい	空き巣に置いてあったバッテリー、ホイールなどが盗まれた。
2月 6日	志太 自転車盗難	住宅敷地内に無断錠で駐輪中、盗まれた。
2月 6日	築地 器物損壊	遊技施設に駐車中の車がぎすづけられた。
2月10日	高柳 器物損壊	コンビニ駐車場に駐車中の車のボディがぎすづけられた。
2月10日	水上 車上ねらい	店舗駐車場に駐車中のオートバイのカゴの中の荷物が盗まれた。

1月12日 飯淵 車上ねらい 住宅敷地内に無断錠で駐輪中、車内の腕時計が盗まれた。
1月14日 相川 車上ねらい 住宅敷地内に無断錠で駐輪中、車内の現金などが盗まれた。
1月18日 利右衛門 車上ねらい 住宅敷地内に無断錠で駐輪中、車内の現金が盗まれた。(2件)
1月20日 西焼津 自転車盗難 アパート駐輪場に無断錠で駐輪中、盗まれた。
1月22日 藤守 器物損壊 会社駐車場に駐車中、サイドミラーなどが壊された。
1月24日 道原 自転車盗難 ゲームセンター駐輪場に無断錠で駐輪中、盗まれた。
1月24日 西焼津 自転車盗難 駅駐輪場に無断錠で駐輪中、盗まれた。
1月29日 北新田 車上ねらい 住宅敷地内に無断錠で駐輪中、車内の車検証が盗まれた。
1月30日 鯉ヶ島 自転車盗難 住宅敷地内に無断錠で駐輪中、盗まれた。
2月 6日 小土 車上ねらい 学生5名の自転車のカゴから現金が盗まれた。
2月 9日 高新田 空き巣 自宅のガラスを割られて侵入され、現金が盗まれた。

津波からの避難 語り合わせ
たすどく

人身交通事故発生状況 (平成30年1月1日～1月31日) ※増減比は前年との比較

藤枝	増減比	浜津	増減比		
件数	93	-5	件数	82	-3
死者	0	0	死者	0	0
負傷者	122	+7	負傷者	111	+3

東日本大震災が発生した3月11日を含む10日間を津波対策推進週間としています。津波の危険が予測される地域の皆さんは、津波避難訓練に参加し避難場所を確認しましょう。

INFORMATION

『マクベス』

原作：W・シェイクスピア
演出：又木 克昌

2018.3.21 [水・祝]
開場/14:30 開演/15:00

S席 一般/2,500円 事前講演会を開催
高校生以下/2,000円 ["劇的"に楽しむマクベス]
A席 一般/2,000円 2018.3.9(金)
高校生以下/1,500円 開場/18:00 開演/18:30
会場/市民会館1Fロビー 入場無料

会場・問合せ ■藤枝市民会館
TEL.054-643-3931 ■藤枝市民会館 藤枝

藤枝総合運動公園催し物案内

スペシャル『パークdeフェスタ』[3月25日(日)]
午前だけ、午後だけでも参加費は同じ500円!!500円で一日中運動公園で遊んじゃおう!
対象者:どなたでも(約50名) 参加費:1人500円

誰でも早くなる! 学んで実践! ミニ消防車乗車体験
はしご車・レスキュー車・白バイ・カーなど緊急車両がやってくる。
時間:9:30~11:30(9:00受付開始)
※事前申込です。ご予約をお願いします。
時間:10:00~14:00

スポーツチャレンジ大会!
会場:陸上競技場 時間:13:00~16:00
※当日参加OK!!奮ってご参加ください。

パブルサッカー体験
会場:陸上競技場 時間:13:00~16:00
※当日参加OK!!奮ってご参加ください。

パークdeマルシェ
会場:中央広場 時間:10:00~14:00

詳細はホームページ・フェイスブックをご覧ください。
または直接お問い合わせください。
[054-646-6100]

3/1 GRAND OPEN

木 POLITE

美容一筋20年のオーナーが丁寧に対応します

オープンキャンペーン
新生活のスタートに新しい自分を演出してみませんか?
平日限定 カットされた方のみ 初回のみ カットされた方のみ

予約時に「みるぶ見た」で

メンズカラー ¥3,500 → **¥980**
レディースカラー ¥4,000 → **¥2,500**
※価格はすべて税抜価格となります。

MEMU
カット&ブロー 一般 ¥3,500 高校生 ¥2,900 中学生 ¥2,500 小学生 ¥1,900 シャンプー +¥500
カラー メンズ ¥3,500 レディース ¥4,000 Wカラー(ブリーチ)+¥4,000 ハーブカラー ¥4,500 全頭ワイパー ¥4,500
パーマ ベーシック ¥8,000 特殊パーマ ¥9,500 ポイント ¥5,500~
縮毛矯正 ショート ¥15,000 ミディアム ¥16,000 ロング ¥18,000
炭酸スパ ¥500 インブライム ¥1,500 コンボジョブ ¥2,500 (お持ち帰りトリートメント付)

hair & spa POLITE ポライト
藤枝市高柳4丁目10-31 ヴィアラ高柳1F
TEL:054-625-8757
090-9892-7429
営業時間/平日 10:00~20:00 土・日・祝 9:00~18:00

みるぶ 読者プレゼント

映画招待券ご入浴券

官製はがき(FAX・メール)に答えをお書き頂き、アンケートにもお答え下さい。正解者の中から抽選で、藤枝シネ・プレゴの「映画招待券(3D不可)」、「焼津笑福の湯ご招待券」をプレゼントします。応募人数によりどれかになります。

おハガキで応募の方、お名前などを忘れず!

◆今月の記事からクイズ
輸出用茶箱に貼られたラベルの呼称は?
〇〇(漢字2文字)
1. クイズの答え
2. 今月号で行ってみたいお店、食べてみたいもの
3. 今月号で参考になった記事
4. テーマに取り上げてほしいもの
5. 平昌五輪で印象に残ったシーンは?
6. ご希望のプレゼント券(上記のどれか)
7. その他、ご意見ご感想など

◆応募先
426-0041 藤枝市高柳1-18-23 ㈱共立アイコム内
みるぶ編集部プレゼント係
FAX 054-635-4576
メルメ murubu@kpnnet.co.jp

◆締め切り 3月5日(月)
(当日消印有効) FAX・メール必着

CINE PREGO FUJIEDA

藤枝駅前南口から徒歩2分 BIVi藤枝4F/年中無休/平日9:30~ 土日祝9:00~

藤枝シネ・プレゴ 映画情報

上映案内 TEL.054-668-9533
※営業時間は変更になる場合がございます。

3/10 去年の冬、きみと別れ
3/10 北の桜守
3/30 ウルヴァンノキの魔性の親世

最強にギャラクシーで!

読む見る遊ぶ みるぶ

月刊みるぶ編集部 054-635-4651

江崎新聞店 054-641-0537
数崎新聞店・育仲社 054-641-0053
いけたに新聞店 054-643-1000
太田新聞店 054-667-0117

共立アイコム 054-635-4651
長崎新聞店 054-629-2002
長倉新聞店 054-629-1220
塩川新聞舗 054-629-2055
土井新聞店 054-622-0632
大井川新聞販売 054-662-2611

有志者有志 志大情報創造ネット
〒426-0041 藤枝市高柳1丁目18-23(共立アイコム内)

編集長後記
先月の私の選歴記事に沢山の反応を頂きましてありがとうございました。読者の皆様のご感想が面白かったです。いつもオリンピックの映像を見ているのですが、何故か自分でも考えられないほど体が力が入ってしまいます。きっと全世界の人々も同じように全身に力を入れて見ているのだろうと思い、全部見たらどの位のパワーになるのかと想像しながら見ていました。(小嶋良之)

みるぶ 検索・みるぶ Facebook

春のおすすめ講座 Spring Course

NEW 4/10(火) スタート **もう一度学ぶ基礎英語**
英語を一から始めたい方、中学校で習ったけれど忘れてしまったという方、文法から基礎を学び直しませんか?
■5條 博子 (元中学校英語教師)
■第2・4火曜日 13:30~15:00
■10,368円(3ヵ月・6回)
■2,400円(初回のみ)

NEW 4/12(木) スタート **はじめての囲碁**
碁盤をはさんで人とふれあひながら、面白さ、奥深さを味わってみませんか?
■伊月 黎 (元SBSアウンサー 日本心理学 認定心理士)
■第2木曜日 10:00~12:00
■12,960円(3ヵ月・10回)

NEW 4/12(木) スタート **実践スピーチ**
「話下手」を克服! 話の組み立てを実践で学べます。
■村上 裕子 (元SBSアウンサー 日本心理学 認定心理士)
■第2木曜日 19:00~21:00
■12,960円(6ヵ月・6回)

NEW 4/11(水) スタート **はじめての韓国語**
韓国語講師によるゼロからの入門講座。韓流情報も今からゆっくりはじめていきます。
■金 順子 (韓国語講師)
■第1・2・3水曜日 13:30~15:00
■17,496円(3ヵ月・9回)
初回は別途テキスト代がかかります。

NEW 4/12(木) スタート **シニアのはつらつ英会話**
60才からでも遅くない... 今からゆっくりはじめていきます。
■邑松 亨子 ((公)国際交流協会・ボランティア情報誌編集委員)
■第2・4木曜日 10:00~11:30
■11,988円(3ヵ月・6回)
初回は別途テキスト代がかかります。

NEW 4/17(火) スタート **己書(おのれしょ)**
己書とは筆ペンで絵を描くように文字を描く書です。筆ペンで味のある字を書いてみましょう。
■赤羽 良子 (芭芭ら 道場師範)
■第3火曜日 10:00~11:30
■6,480円(3ヵ月・3回)

NEW 4/20(金) スタート **俳句をはじめてよう**
俳句を始めてみたいけれど作り方が分からないという方、基本から学び、句会の楽しさを味わってみましょう。
■間島 あきら (全国誌「風土」編集長)
■第3金曜日 13:30~15:30
■6,480円(3ヵ月・3回)
■1,000円(教材費)

NEW 4/9(月) スタート **ゆっぴい〜のバルーン教室**
イベントに大活躍! 憧れのキャラクター作品にも挑戦できます。
■ゆっぴい〜 (リルンアーティスト)
■第2月曜日 19:30~21:00
■8,100円(3ヵ月・3回)
■2,700円(ポンプ代他)

NEW 4/14(土) スタート **やさしいソーパークーピング**
石けんにナイフで彫刻するタイ伝統工芸です。石けんの香りに包まれインテリアやプレゼントにも最適です。
■福島 みどり (Voice ホビー倶楽部講師)
■第2月曜日 10:00~12:00
■6,480円(3ヵ月・3回)
■1回につきおおよそ500円

NEW 4/16(月) スタート **暮らしを彩るつまみ細工**
小さな四角い布を折りたたんで作っていく伝統工芸です。服やバッグ、ヘアアレンジにも使えます。
■加藤 一代 (つまみ細工工房「小花日和」主宰)
■第3月曜日 10:30~12:30
■8,100円(3ヵ月・3回)
■1回につきおおよそ500円

NEW 4/17(火) スタート **オートクチュールビーズ刺繍ジュエリー**
立体ブラワールのシルクオーガンジーを張って、縫い針で刺繍したブローチです。パール系もあります。
■松久 昭子 (アトリエMatsunaga主宰)
■第3火曜日 10:00~12:00
■8,100円(3ヵ月・3回)
■別途教材費(作品による)

NEW 4/11(水) スタート **庭木の手入れ<初級>**
第2・4土曜日クラスは、お問い合わせ下さい。
■良知樹園緑グリーンアカデミー 事業部講師
■第2・4水曜日 13:00~16:00
■24,840円(6ヵ月・10回)
■別途テキスト代1,512円
道具レンタル代500円/回(希望者)

NEW 4/3(土) スタート **楽しいウクレレ**
楽譜が読めない方でも年齢に関係なく始められます。
■金田 雅行 (音楽広場 主宰)
■第1・3火曜日 10:00~11:30
■12,960円(3ヵ月・6回)

NEW 4/17(火) スタート **楽しいハーモニカ(入門)**
やさしい音色のハーモニカを始めてみませんか。初めての方も楽しくアンサンブルしましょう。
■浅原 浩一 (ハーモニカ振興会 認定指導員)
■第1・3火曜日 15:30~17:30
■9,720円(3ヵ月・6回)

NEW 4/20(金) スタート **懐かしのリコーダー**
子供の頃の懐かしいリコーダーを思い出し、基本の指使いから始めましょう。
■浅原 浩一 (リコーダー 講師)
■第1・3金曜日 13:30~15:30
■9,720円(3ヵ月・6回)

映画上映会

かみさまのやくそく
~あなたは親を選んで生まれてきた~
Dr.池川 胎内記憶講演会

13:00~15:00 (開場12:30) 4/14(土) 15:30~17:00

胎内や出産時の様子を幼児が見る胎内記憶研究の第一人者の池川明医師。長年の研究を基にしたドキュメンタリー映画「かみさまのやくそく」は国内外で観客動員数12万人を超えています。胎内記憶に隠された人生の目的や意味についてお話しします。

私たちは何のために生まれてきたのか? 胎内記憶研究にそのヒントが隠されていました。映画をご覧になり、あなたの人生の目的を知ることができ、取って下さい。

講師:池川 明 (池川クリニック院長・医学博士)
2,160円(高校生以下1,080円)

映画と講演会 セットで3,240円 (高校生以下1,620円)

会場 静岡産業大学 藤枝駅前キャンパス (BIVi藤枝1F JR藤枝駅南口より徒歩2分) BIViキャン

4/2(月) ガラス絵で富士山を描こう
ガラスの裏側からアクリル絵の具で透明感のある作品に仕上げます。下絵があるので絵心がなくても初めての方でも大丈夫です。
■金 順子 (韓国語講師)
■10:00~12:00
■2,160円
■1,000円くらい
■東海ガス くりびープラザ (藤枝市青木)

4/5(木) ~オモニの家庭料理~ キムパブを作ろう
海苔で米飯を巻いて作る韓国料理です。本場韓国オモニの味をぜひご家庭で楽しませてください。
■金 順子 (韓国語講師)
■10:00~12:00
■2,160円
■1,000円くらい
■東海ガス くりびープラザ (藤枝市青木)

SBS学苑 SBS学苑 藤枝校 054-644-5103
〒426-0034 藤枝市駅前3丁目4-4 江崎毎栄ビル1F
受付時間/10:00~20:00(土10:00~16:00)日祝休
静岡新館リチャージャーセンター
SBS学苑入会金/3,240円 1日講座は入会金不要です。(3年間有効、70歳以上は無料・中学生以下は半額) 管理運営費:レギュラー講座54円/回 1日・体験講座108円/回

2018. 3月 予定表

弥生(やよい) March

フリーダイヤル
0120-37-4646

江崎新聞店

フリーダイヤル
0120-19-0843

育伸社 (株) 藤枝営業所

フリーダイヤル
0120-046-004

いけたに新聞店

フリーダイヤル
0120-66-7027

(有) 太田新聞店

月 MON 火 TUE 水 WED 木 THU 金 FRI 土 SAT 日 SUN

ワンフロア500㎡の広さと品揃え
「よし」が3つで **好光**

よしみつ人形 **検索**

TEL:285-7206 JR静岡駅南口から徒歩2分

<p>1 友引 春の全国火災予防運動 (~7日)</p> <p>志太天神ひな街道 (旧東海道藤枝宿~4月7日)</p> <p>青木・瀬戸新屋・水上・緑の丘 末広・光洋台・上青島・下青島 島田市岸町</p>	<p>2 先負</p> <p>前島・高岡 忠兵衛</p>	<p>3 仏滅 ひな祭 耳の日</p> <p>白子100円笑店街 (白子名店街・10:00~15:00) ひな祭り着物ショー (郷土博物館エントランスホール) 11:00~11:30・13:30~14:00 大人の方は入館料が必要 中学生以下無料</p>	<p>4 大安</p> <p>ひなまつり御茶席 (郷土博物館エントランスホール) 11:00~16:00 当日の入館者(150席限定)</p>			
<p>5 赤口</p> <p>音羽町・原・茶町 旭が丘</p>	<p>6 先勝 啓蟄 不成就日</p> <p>内瀬戸・駿河台 南駿河台</p>	<p>7 友引 消防記念日</p> <p>志太・新南新屋 南新屋</p>	<p>8 先負 国際婦人デー</p> <p>高柳</p>	<p>9 仏滅</p> <p>むるぶっ発行日</p> <p>兵大夫・与左衛門・大新島 上新田・上小杉・宗高・上泉</p>	<p>10 大安</p>	<p>11 赤口 三りんぼう</p> <p>第25回ふじえだマラソン (藤の瀬会館スタート・ゴール) 玉露の里 椿まつり (玉露の里・10:00~14:00)</p>
<p>12 先勝</p> <p>青葉町・青南町 久市・島田市東町</p>	<p>13 友引</p> <p>田沼</p>	<p>14 先負 不成就日</p> <p>小石川・東町・駅前 築地・築地上</p>	<p>15 仏滅</p> <p>高田・清里・中敷田・上敷田 下敷田・南清里・西方・北方 中ノ合・下之郷・花倉・本町</p>	<p>16 大安</p> <p>五十海・時ヶ谷</p>	<p>17 友引</p>	<p>18 先負 彼岸入り 不成就日</p> <p>陶芸まつり (陶芸センター・9:00~15:30)</p>
<p>19 仏滅</p> <p>泉町・大東町 高洲</p>	<p>20 大安</p> <p>源助・五平・善左衛門 弥左衛門・大洲 大西町</p>	<p>21 赤口 彼岸中日 春分の日</p> <p>葉梨アーモンドまつり (白ふじの里・10:00~13:00) 伝統芸能「江戸大神楽 獅子舞・曲芸」 (郷土博物館前広場) 14:00~14:45</p> <p>瀬戸ノ谷・滝沢・寺島 本郷・宮原・助宗 瀬古・堀之内・谷稲葉</p>	<p>22 先勝 NHK放送記念日</p> <p>大手・郡・田中 立花</p>	<p>23 友引 世界気象デー 三りんぼう</p> <p>ふじえだ美酒マルシェ~春のYOZAKURA~ (藤枝市文化センター・16:00~19:00)</p> <p>藤岡・天王町</p>	<p>24 先負 彼岸明け</p> <p>入野・内谷・子持坂・三輪 村良・岡部・桂島・殿・新舟 羽佐間・宮島・玉取・野田沢</p>	<p>25 仏滅 電気記念日</p> <p>わくわく春のわんぱくまつり (大久保ガラスキー場・キャンプ場・9:00~16:00) ゆらく祭り (瀬戸谷温泉ゆらく・10:00~14:00) びく石山開き (びく石山頂)</p> <p>むるぶっ発行日</p>
<p>26 大安 不成就日</p> <p>潮・仮宿・鬼島 水守・八幡・横内</p>	<p>27 赤口</p> <p>上当間・下当間 平島・保福島</p>	<p>28 先勝</p> <p>稲川・岡出山・益津 益津下・緑町・城南 若王子・藤枝・鬼岩寺</p>	<p>29 友引</p>	<p>30 先負</p>	<p>31 仏滅</p>	<p>MEMO</p>

3月の休日緊急医

注) 当番医が変更になる場合があります。
注) 当日、電話確認の上、お出掛け下さい。
※焼津市の耳鼻科は午前8:30~、歯科は午後3時まで

	4日(日)	11日(日)	18日(日)	21日(祝)	25日(日)
外科 9:00~17:00	いわしたクリニック (上青島) ☎631-6660	花岡医院 (岡部町内谷) ☎667-3323	秋山医院 (本町三) ☎641-6175	山崎クリニック (志太二) ☎645-1211	杉田整形外科 (瀬戸新屋) ☎645-8880
内科	(内・小) 横山消化器内科 (焼津市下小杉) ☎622-0045	(内・小) みやはら内科クリニック (小石川町一) ☎647-5670	(内・小) 小石川内科クリニック (小石川町一) ☎644-8800	(内) 吉田クリニック (大洲四) ☎634-0006	(内) サニメディカルクリニック (駅前二) ☎641-2052
小児科 9:00~17:00	(小) 小林小児科 (前島一) ☎635-2620	(内) すみや脳神経クリニック (本町二) ☎647-5511	(内) 青島北クリニック (瀬古二) ☎647-7707	(内) 山崎クリニック (志太二) ☎645-1211	(小) 田熊こどもクリニック (瀬古二) ☎647-5225
	(内) いわしたクリニック (上青島) ☎631-6660	(内) 花岡医院 (岡部町内谷) ☎667-3323	(内・小) にわ医院 (藤岡一) ☎645-2800	(内・小) 藤岡クリニック (藤岡二) ☎641-6288	(内) 井澤内科クリニック (本町二) ☎644-5566

志太榛原地域救急医療センター 054-644-0099

ところ/瀬戸新屋362-1 診療科目/内科・小児科
診療時間/月~木19:30~22:00 金・土・日/19:30~翌7:00
※3日(出)・10日(出)・17日(出)・24日(出)・31日(出)の午後10時~翌日午前7時は、小児科のみ。

	4日(日)	11日(日)	18日(日)	21日(祝)	25日(日)
眼科 9:00~17:00	—	なかかわ眼科クリニック (高洲) ☎631-5571	—	—	—
耳鼻科 9:00~17:00	あまの耳鼻咽喉科クリニック (田中三) ☎646-3313	吉田耳鼻咽喉科医院 (焼津市下小田) ☎623-1187	森耳鼻咽喉科 (大洲一) ☎635-8687	八橋耳鼻咽喉科 (焼津市八橋四) ☎629-5566	村松耳鼻咽喉科 (藤枝五) ☎641-5318
その他 9:00~17:00	—	—	—	(産婦)いしかりレディースクリニック (平島) ☎643-0311	—
歯科 9:00~15:00	スマートデンタルオフィス (音羽町二) ☎644-0264	ホワイト歯科クリニック (薬地) ☎644-8148	いのくま歯科・矯正歯科 (青木二) ☎646-5618	時ヶ谷歯科クリニック (時ヶ谷) ☎644-9300	ふたば歯科医院 (瀬戸新屋) ☎643-6116

五月人形売り出しセール

豊富な中から選べますので
早い方がお得!

島田市駿岸町にお住いの
田中瑛太くんご家族

焼津市北新田に
お住まいの
多福敬太くん

地元で創業50年
ひな人形専門店です。

2行にも
あふれる
五月人形が
揃っています。

ひな人形製造者
藤枝 ひなせい

駐車場30台

電話 (054)641-4936
本店/藤枝市茶町3-2-51 営業時間/9:00~17:00 年中無休
追伸: 良い五月人形から選んでいきますのでお早めがお得です。