新聞購読者のための地域情報紙　読む·見る·遊ぶ

月刊むるぶ

藤枝・焼津版　2022 Vol.169　10 October

発行部数／82,000部

むるぶWeb配信中！
むるぶ 検索　むるぶFb 検索

発行／月刊むるぶ編集部　426-0041 藤枝市高柳1-17-23 株式会社共立アイコム内　TEL 054-635-4651 FAX 054-635-4576　2022年（令和4年）9月25日発行

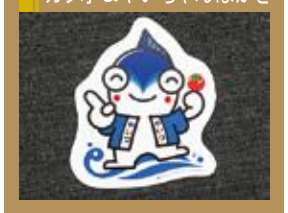
毎月25日新聞折込

むるぶグルメリポート
ラーメン＆餃子特集

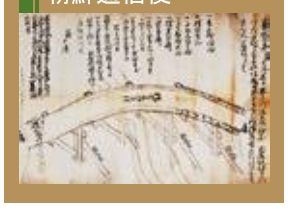
志太そこ知り物語
藤枝唯一の天台宗寺院
安楽寺

バトンリレー志太人
焼津市難聴者・中途失聴者の会 代表
望月　美香

志太新名物探訪
カツオ＆やいちゃんはがき

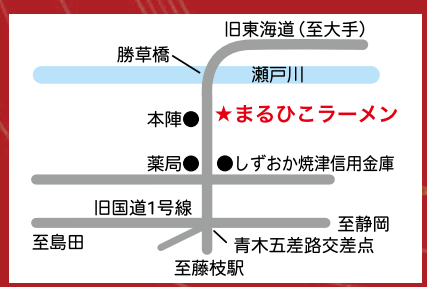


むるぶ特集
藤枝宿を通った
朝鮮通信使



ラーメン&餃子特集

いざ、食欲の秋 黄金コンビ集合！



藤枝市志太4-3-8　054-643-0014
11:00～14:00、17:30～20:00
休 月曜日は午前のみ営業
火曜日（祝日の場合は翌日）
P 店舗前

※価格は全て税込です。
※掲載内容は取材時（9月上旬）のものです。
価格、店舗情報などが変更となっている場合があります。

まるひこラーメン

昔ながらのラーメンにガツンとギョーザ！

澄んだ色の醤油スープは、鶏や豚をベースに、煮干しやかつお節、椎茸、昆布、野菜や生姜などの素材を生かした、油分も少ないやさしい味。伸びにくい平打ち中太のちぢれ麺で、最後の1本まで美味しく食べられる。餃子の餡にはしっかりと味がついているため、一度そのまま食べたあと、好みの調味料で味わおう。

たっぷり食べたい時は、やっぱりこの組み合わせ

しょうゆラーメン　800円　ギョーザ　600円

2023年に成人式を迎えるお嬢様・ご家族様

お急ぎ下さい！
2023年成人式の着付予約まだ間に合います。

振袖コーディネート
無料ご試着体験会開催中!!

「わたなべ」が選ばれるポイント
「わたなべ」なら安心・満足の充実サービス！
ご購入もレンタルも豊富な色・柄から自由にお選びいただけます！
ヘア・メイク・着付けまで揃った「前撮り撮影会」が大好評！

①振袖ご購入プラン
30点フルセット、前撮り時、ヘアメイク・着付け無料　15.4万円～（税込）

②振袖レンタルプラン
10点セット、前撮り時、ヘアメイク・着付け無料　3.3万円～（税込）

③ママ振・姉振プラン　丸洗い
小物ご購入、お手入れ、寸法直し　4,400円～（税込）

2023年成人式当日の着付け予約承ります。

お衣装は店頭に多数ございます。お下見・ご試着ももちろんOKです！お気軽にご来店下さい！

全てのプラン10/23（日）まで

期間中に親娘でご来場・お衣装お見積りのお客様に、特別プレゼントをご用意しております！

新型コロナ感染症予防対策について
スタッフのマスク着用　スタッフの手洗い・消毒
スタッフの毎日の検温　テーブルなどのアルコール消毒
●ご来店のお客様にもマスクの着用と店舗入口での手指のアルコール消毒をお願いしております。
●万全な対策をして接客に入らせていただきますので、皆様のご理解とご協力の程、何卒宜しくお願い申し上げます。

完全予約制
・店頭の密集を避けるために、期間中は完全予約制とさせていただきます。10:00～17:00より、ご希望の時間を右のお電話でご予約の上、ご来店下さい。

詳しくはWEBへ

貴装の店 わたなべ

住所	焼津市栄町5-10-21	営業時間	AM9:30～PM7:00
TEL	054-627-7786	定休日	火曜定休日

駐車場15台完備

まずはお電話でご予約下さい。
お問合せはこちらまで
054-627-7786

志太そこ知り物語

藤枝唯一の天台宗寺院安楽寺

県指定有形文化財の鰐口

武田信玄奉納の水晶数珠

平安期は十二院ある大寺

平安時代、天台宗総本山比叡山延暦寺の二十二代座主の運賀が傷んだ建物を再建し、安楽寺と改名。当時は十二院の塔頭と荘園を持ち、周辺には小字名として般若坊、常楽坊、念仏坊、薬師平の名が残っています。

永禄十一年（一五六八）武田信玄が駿河に攻め寄せた時にここで必勝の願掛けをし、失明した次男の眼の回復祈願をし、薬師如来に水晶の大数珠を奉納しました。この薬師如来は以後、「信玄薬師」と呼ばれました。

その後、慶長年間（一五九六～一六一四）に諸堂を整え江戸の寛永寺の末寺になったといいます。江戸時代、住職は花倉八幡宮と八幡の青山八幡宮の別当職を兼ね、祭典の時には馬に乗って、八幡村まで出かけ、放生会と牛王加持の行法を行っていたといいます。

寺宝の鰐口や水晶数珠

寺宝の直径二十五㎝、厚さ七㎝の青銅製の鰐口は、文が配されています。また、武田信玄使用の水晶の大数珠等が残されています。本堂には住職が使用した籠が保存されています。毎月八日は、薬師堂の縁日で護摩が焚かれます。また、月替わりの御朱印が人気です。北方九六二（小嶋良之）

安楽寺は藤枝市内で唯一の天台宗寺院の古刹です。創建は古く奈良時代、寺伝によれば神亀五年（七二六）行基が東国行脚の折にこの地を訪れ開創されたといいます。行基は奈良時代に民衆のために仏の教えを説いた高僧で、橋を架け道を直すなど民衆に尽くし菩薩の生まれかわりとされ、聖武天皇の要請を受け大仏建立にも尽力しました。後に「白藤の滝」となった滝の「音の響きはまことに妙音である。この地こそ薬師如来の有縁の地である」と言い、滝の傍の草庵で薬師如来の仏像を彫り、背後の山が蓮台に似ているので、この庵を妙台山自性院と名づけ寺を開創したと言われます。

▲本堂

▲薬師堂内部

▶本尊聖観世音菩薩

▲県の指定有形文化財の鰐口

▶武田信玄奉納の水晶数珠

▲毎月変わる御朱印

バトンリレー 人を繋ぐを志太

聴覚障害者の社会参加に奔走

焼津市難聴者・中途失聴者の会 代表 望月 美香

会の設立までの経緯は？

聴覚障害者になった時、命を守るために作った「耳マークベスト」が聴覚障害者ベストとして市の給付対象になり、県内から多くの注文がありました。その後、要約筆記派遣事業開始や災害時指定避難所へのホワイトボード設置、各種の相談会、最近では、市役所窓口に透明ディスプレイ設置がなされ、話題となりました。会の活動は、偶数月例会（十頁程度の会報紙発行）と、奇数月のお喋りサロンが基本で、親睦会などをしています。

皆さんにお願いしたいこと

難聴は誰でもがなり得る障害でありながら、一番知られていない障害と言われています。聞こえづらさを我慢したり、歳のせいにせず、気軽に相談してほしいと思います。加齢性の難聴は放置すると認知症やうつ病を進行させてしまいます。また、聴こえ難い人との対話は筆談をお願いします。

今後の抱負や夢など

難聴になり一人で悩んでいる人に是非参加してほしいし、難聴が原因で認知症になる人をゼロにしたい。難聴者も社会参加できるのが当たり前の世の中にしたいんです。難聴者の社会参加に障壁となっている事や不足している事を改善して、難聴者も暮らしやすい地域づくりを目指しています。問合せは市の地域福祉課か市の社会福祉協議会へ。

会の設立までの経緯は？

聴覚障害者になった時、命を守るために作った「耳マークベスト」が聴覚障害者ベストとして市の給付対象になり、県内から多くの注文がありました。その後、要約筆記派遣事業開始や災害時指定避難所へのホワイトボード設置、各種の相談会、最近では、市役所窓口に透明ディスプレイ設置がなされていない障害と言われています。聞こえづらさを我慢したり、歳のせいにせず、気軽に相談してほしいと思います。加齢性の難聴は放置すると認知症やうつ病を進行させてしまいます。また、聴こえ難い人との対話は筆談をお願いします。

今後の抱負や夢など

難聴になり一人で悩んでいる人に是非参加してほしいし、難聴が原因で認知症になる人をゼロにしたい。難聴者も社会参加できるのが当たり前の世の中にしたいんです。難聴者の社会参加に障壁となっている事や不足している事を改善して、難聴者も暮らしやすい地域づくりを目指しています。問合せは市の地域福祉課か市の社会福祉協議会へ。

会のこれまでの活動

設立の年、後ろからの車や自転車に気づいてもらいで要望するより団体の方が市も対応し易い」と助言され「焼津市に難聴者の会を作ろう」と思い、二〇一〇年に設立しました。

志太新名物探訪

カツオ&やいちゃんはがき

今年の二月二十三日の富士山の日、焼津市観光協会から焼津市公認のマスコットキャラクターやいちゃんの「やいちゃんはがき」と「カツオはがき」が発売されました。

やいちゃんは平成二十一年、焼津市と大井川町の合併記念にカツオのキャラクターとして誕生。カツオはがきは、平成二十七年に制作され、今回で三代目。やいちゃんはがきは、長さ二十三㎝、二百円で販売され、一二〇円切手で送れます。カツオはがきは長さ五十三㎝。三百円で販売され、二百円切手で送れます。

令和四年度 しずふく公開講座

お申し込みは お電話で

お申し込み方法
電話にて希望講座をお申し込みください。仮申し込みとして登録いたしますので、指定期日までに受講料を納入下さい。※受講料は一律 500 円となります。

注意事項
●各講座の申込み締切は開講日の2日前までとなりますが、定員に達し次第受付を締め切ります。
●講座開講中はマスクの着用等の感染症対策にご協力下さい。
●新型コロナウイルスの影響により急遽中止になることがあります。
●いただきました個人情報につきましては、公開講座のお知らせのみに使用させていただきます。

お問合せは下記の静岡福祉大学　総務課まで。

公開講座一覧

10月18日 火曜日 15:00～16:30 大久保 功 講師 会場:大学
介護保険制度・要介護認定調査の基礎知識
本講座では要介護認定調査の質問項目や判断基準などをわかりやすくご説明いたします。

10月19日 水曜日 10:40～12:10 二木 秀幸 准教授 会場:大学
季節の歌を歌いましょう！Vol.1 ～秋～
受付を締切ました 次の機会にお願いします
一緒に季節の歌を歌いましょう！ヒミツのテクニックも・・・

10月19日 水曜日 18:30～20:00 楢木 博之 教授
SDG's から福祉を考える
SDGs
SDG's は福祉に大きく影響しています。SDG's を身近に感じてみませんか？
会場 焼津駅前 サテライトキャンパス（焼津市栄町3丁目1-15）

11月30日 水曜日 13:00～14:20 渡辺 央 准教授 会場:大学
家族が脳卒中で倒れたら ～知ろう！その後のリハビリと自宅での生活を支えるサービス～
脳卒中に関する知識に焦点を当て、リハビリや退院後の生活。その他、後遺症を抱えての生活のためにも知っておいて欲しい事をお話します。

12月7日 水曜日 10:40～12:10 二木 秀幸 准教授 会場:大学
季節の歌を歌いましょう！Vol.2 ～冬～
受付を締切ました 次の機会にお願いします
一緒に季節の歌を歌いましょう！ヒミツのテクニックも・・・

12月9日 金曜日 10:30～12:00 八木 朋美 講師 会場:大学
干支のぽち袋を作ろう（卯）
お年玉 年賀
2023年の干支「うさぎ」をモチーフにオリジナルのぽち袋を作ります。お年玉やメッセージカードの封筒としておススメです。

お問い合わせ 静岡福祉大学 〒425－8611 焼津市本中根549－1 静岡福祉大学 総務課 ☎054-623-7000
静岡福祉大学公開講座の詳細はこちらからもご覧いただけます。

しおラーメン 800円　餃子（特大）800円

焼津市焼津3-1
054-620-5888
休 木曜日
P 5台（第2P 12台有）
10:00～14:00

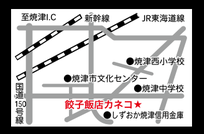
ほたてと炙り海老、あごだしのラーメン（サラダ・スープつき・数量限定）1,078円　羽付きぎょうざ 462円

藤枝市岡出山1-14-28
054-646-3009
休 火曜日・第3水曜日
P 4台（乗合推奨）
11:30～13:30（L.O.）
17:30～20:30（L.O.）
※席数に限りがあるため、事前予約推奨

餃子飯店 カネコ

ジャンボ餃子に合う、シンプルな塩の旨味

ぴっくりサイズの餃子ながら、薄めの皮の中にギュッと詰まった餡からはキャベツの甘みがしっかりと感じられ、たっぷり入ったニラや溢れる肉汁と共にどんどん食べ進められる。鶏ガラやげんこつの旨味が溶け込んだ"これぞ"という味の塩ラーメンも、餃子と相性抜群であとを引く一杯。



ピスタぎょうざ店

厳選素材が生み出す上品な一杯とひと皿

麺を持ち上げると、仕上げのあごだしオイルによる良い香りがただよい、すすった瞬間、魚介の旨味と野菜の甘味が醤油の風味と共に口の中へ。マイルドで奥深いこの味を堪能しつつ、にんにく未使用で香味野菜たっぷりな、香り高い自家製餃子のさっぱりジューシーな味をぜひ楽しんで。

GOURMET REPORT 季節の変わり目はラーメンと餃子で活力チャージ！

※価格は全て税込です。※掲載内容は取材時（9月上旬）のものです。価格、店舗情報などが変更となっている場合があります。

焼津おろしらあめん（みそ）1,045円（他 しお・しょうゆから選択可）※
ギョーザ 605円（2個：242円から注文可）※
※取材時9/3時点の価格（近日価格改定予定）

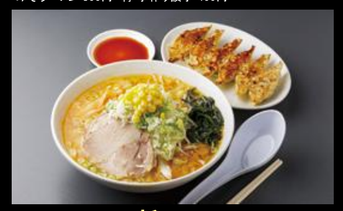
とうそん 焼津店

"とうそん"といえば「みそ」&「ギョーザ」！

白味噌のコクがたまらないとうそんの「みそ」は、和風ラーメンにも相性バッチリ。かつお節と大根おろしをスープへ崩し入れ、コシのある麺を一気にすすれば、やさしくまろやかな味わいが広がっていく。たっぷりの油で揚げ焼きされた名物餃子は、カリカリの皮に肉の旨味が詰まった逸品。

焼津市西小川4-16-6　054-629-0206
休 水曜日　P 20台
11:00～20:30

みそラーメン 800円　将 手作り餃子 400円



将 -sho-

ボリューム満点のラーメンを手作り餃子と共に

6月にオープンしたこちらの定番は、白味噌と秋田味噌が使われたこの一杯。スープはとんこつをベースに魚介も使い、元ダレには唐辛子がわずかに加えられているため、コクがありつつあっさり。提供直前に炒められた野菜も食感豊か。甘みのある餃子は特製タレにお酢多めで食べるのがおすすめ！

藤枝市岡部町岡部862　電話番号：非公開
休 不定休（のぼりが立っていない時が休み）
P 店舗前3台、隣接空地　11:30～14:00　17:00～20:00

カナキン麺 850円　餃子 350円

カナキン亭本舗 焼津店

新しく綺麗になった店内で定番人気を楽しむ

8月下旬に新装開店したばかりのカナキン亭。店名を冠したこのラーメンは、こだわりのキムチが昔ながらの醤油ラーメンの味を際立たせる人気メニュー。豊富な卓上調味料で独自の一杯に仕上げられるのも魅力的。この一杯のお供には、やはり餃子を。少し厚めの皮からあふれ出す肉汁がたまらない！

焼津市八楠1-5-6　054-629-9943
休 年末年始（12/31～1/2）　P 23台
11:00～15:00　17:00～20:45（L.O.）

日本唐揚協会主催 第8回 からあげグランプリ 最高金賞 チキン南蛮部門

本場宮崎仕込みの チキン南蛮!!

当店おすすめメニュー
こちらは一例です。詳しくはインスタグラムをご覧ください。
●骨なしミックス（ムネとモモ）2～3個・100g前後　330円
●骨なしムネからあげ 2～3個・100g前後　300円
●骨なしモモからあげ 2～3個・100g前後　400円
●砂ずり（砂肝）6個前後・100g前後　330円
●手羽先からあげ 1本　150円
●チキン南蛮 1枚　440円
※表示価格は税込価格となります

お弁当 540円より　ライス大盛り無料　電話予約OK

中津しょうゆ
からあげ専門店 鶏笑® 焼津駅前店

からあげの聖地、大分県中津市からやって来た本場中津唐揚げ！

日本唐揚協会主催「からあげグランプリ」部門 2022年「東日本しょうゆダレ」部門 金賞受賞いたしました！
11年連続金賞受賞！
2019年「東日本しょうゆダレ」部門最高金賞
2017年「チキン南蛮」部門最高金賞

こだわりその一 国産若鶏100%
こだわりその二 大分中津の地元しょうゆ
こだわりその三 こだわりの秘伝ダレ
こだわりその四 アツアツも、冷ましても、びっくりうまい！
国産チキン あんしん。おいしさ。

鶏笑はムネからあげがおすすめ！

P 駐車場は店舗前に3台ご用意しています

キリトリ

中津しょうゆ からあげ専門店 鶏笑® 焼津駅前店
当店自慢の ムネからあげ 1個サービス！
有効期限 2022年10月31日
●鶏笑焼津駅前店のみでご利用いただけます
●お買い上げいただいたお客様に限ります
●クーポンのみご使用はできません
●お会計時レジでご提出ください（スマホなどの画面表示でも有効）
●お1人様1枚1回限り有効

お電話にてご予約承ります！
☎054-628-7643
〒425-0027 静岡県焼津市栄町 1-12-8
営業時間／ 11:00～14:00/16:00～20:00
定 休 日／ 火曜日（その他不定休あり）
Instagram torishou.yaizu 鶏笑 焼津駅前店
インスタグラムもご覧ください。フォローお願いします！

むるぶ アラカルト information

“meets!”ヤイヅを使って今だけ、ここだけの体験を！

10月のmeets!ヤイヅ

（一社）焼津市観光協会が運営する、体験予約サイト「meets!ヤイヅ」では、焼津の魅力を満喫できる様々な体験を掲載しています。
ハイキングや町歩き、食品サンプル作りなど、焼津の魅力を知り尽くした焼津マスターが提供します。今年は“体験”の秋にしませんか？

10/1（土）～31（月）

■期間/上記ほか毎月掲載中
■受付/meets!ヤイヅウェブサイト
■お問合せ/（一社）焼津市観光協会　☎054-626-6266

健康麻雀で楽しく脳トレ・老化予防！

健康麻雀教室 無料体験会

お酒を飲まない、タバコを吸わない、お金を賭けない。健康的に麻雀を楽しむ健康麻雀教室無料体験会（要予約）を下記の日程で実施します。スタッフが丁寧に教えてくれるので麻雀未経験の方でも安心して参加できます。
経験者向けの「マジリンピック健康麻雀大会」も毎月定期的に開催しています。詳しくはマジオde健康麻雀までお問い合わせください。

10/6（木）.9（日）

■会場/BiVi藤枝 2F　■参加料/無料
■駐車場/あり（BiVi藤枝）※駐車料金は自己負担となります。
■お問い合わせ/マジオde健康麻雀　☎054-631-7072

商店街が美術館 焼津カツオSHOWてん

焼津の食と文化とアートが集結

焼津駅前通り商店街に奇想天外なカツオアートが大集結します。見たこともないカツオアートをお楽しみください。
また、期間中にイベント参加店で3,300円（税込）以上お買い物をするとトートバッグがもらえます。（先着200個）

楽器演奏が見られます。　動く様子が見られます。

10/15（土）～11/13（日）

ペットホームシム

■会場/焼津駅前通り商店街、ターントクルこども館　■入場料/無料
■駐車場/なし（お近くの有料駐車場をご利用ください）
■主催/焼津商工会議所

ひとりでも 最期まで 自分らしく生きる

入場無料・WEB参加可能

第11回 医療・介護・福祉フォーラム 2022
ひとりでも 最期まで 自分らしく生きる
慣れ親しんだ場所で最期を迎えるには
講師：上野 千鶴子 氏

第11回　医療・介護・福祉フォーラム

「医療・介護・福祉フォーラム」は今年度で第11回目を迎えます。本年は講師に上野千鶴子氏をお招きし、講演会を行います。藤枝市民会館での会場参加、WEB配信視聴での参加、いずれかを選ぶことが可能です（どちらも事前申込が必要となります）。医療・介護・福祉専門職に従事されている方はもちろん、一般市民の方もぜひご参加ください。
共催：志太医師会・藤枝市
（後援：静岡県中部健康福祉センター）

10/23（日）　開場/13:00　13:30～15:30

メール申込

■会場/藤枝市民会館・ホール　■定員/350名（WEB参加定員なし）
■申込・お問い合わせ/志太医師会在宅医療サポートセンター
☎054-625-7072（平日 9:00～17:00　担当：西脇）

お得に塗装できる塗装専門店をお探しの方必見！
日頃の感謝を込めて 外壁&屋根 専門店
秋の塗装キャンペーン
本日から10/24(月)まで 期間限定ご成約特典!!
塗料グレードアップ
ワンクラス上の遮熱シリコンへ無料グレードアップ!
お家を長持ちさせたい方にオススメです!
遮熱シリコン塗装プラン
家を守るための性能にこだわり、シリコン成分が一般塗料の約3倍含まれるスーパーリッチな外壁用シリコン塗料で、長期にわたって家を守り、強靭な塗膜表面で汚れの付着を抑制します。
低汚染性　高耐候性　遮熱性
期待耐候年数 13～16年相当
アステックペイント 遮熱塗料メーカーシェア 3年連続No.1
社会に誇れる塗装工事だから日本で唯一の
塗装工事 保証
当社は、SDGsに取り組んでいます。
プロタイムズ藤枝中央店　プロタイムズ藤枝中央店 検索
有限会社鈴木塗装　0120-379-255
〒426-0087 静岡県藤枝市音羽町3-22-8【営業時間】9:00～18:00【定休日】日曜日・祝日

藤枝市役所近く
永代供養 妙法寺祭霊壇
申し込み受付中
過去の宗旨・宗派不問

こんな風に思っている方に…
子供がいない。
子供が遠くにいる。
お墓を守るひとがいない。
子供に負担をかけたくない。

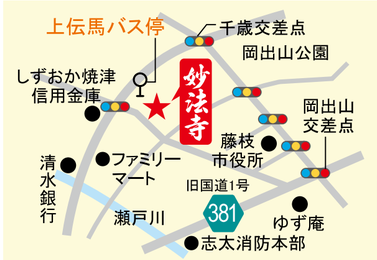
妙法寺 祭霊壇 1区画使用料
お一人様 37(税込)万円～　ご夫婦2名様 64(税込)万円～
※上記には、13回忌までの使用料・墓誌付き・文字彫り・永代供養料など、全て含まれています。

ご家族や大切な人のご遺骨を「13回忌まで」安置できます。ご希望であれば延長も可能
1 2名分のご契約　2 お墓の建立　3 お一人目の納骨　4 二人目の納骨　5 十三回忌後、永代供養塔へ合祀
管理料は生前の間のみ、年額 6,000 円～
両名没後合祀まで十三回忌の間管理費無料

各区画の最前面には、個人のお名前や没年月日などを彫刻する墓標が付きます。お花などの絵の彫刻も可能です。

各区画には、花立てと線香立てが付きますので、一般のお墓と変わりなく個別でのお参りが可能です。

通夜・葬儀　法事　お墓　永代供養 に関する様々な質問・疑問にお答えしております。



妙法寺は、日蓮宗の寺院。伝統を大切にしながら皆さまの様々なご要望にお応えできるように日々精進しております。当寺に関わりのない事柄であっても構いません。お経・お墓に関することでしたらお気軽にお問い合わせの上、ご相談ください。

七百年の歴史に彩られた藤枝の名刹寺院
日蓮宗 妙法寺
https://myoho-ji.jp

【妙法寺概要】●所在地／藤枝市藤枝4-5-35　●運営・管理／宗教法人 妙法寺　●受付区画数／48基　●許可番号／藤枝環第118号　●取引条件の有効期限／令和4年9月末迄

JR東海道線「藤枝駅」より車で10分
静岡鉄道「上伝馬バス停」下車徒歩3分
藤枝バイパス「谷稲葉I.C」より車で6分

お問い合わせ・資料請求は、フリーダイヤルまたはホームページから
フリーダイヤル 0120-927-536
藤枝市藤枝4丁目5-35 ●受付時間/9:00～16:00 ●広告有効期限/令和4年10月末日　妙法寺 藤枝 検索

■利用の流れ
内　覧 ▶ 月額会員ご契約 ▶ ご 利 用

■内覧について
月～土曜日の10:00～17:00の間で内覧を受付中。
お試しドロップイン(1日利用・1,100円)をご希望の方は、内覧後ご利用いただけます。内覧またはお試しドロップインをされたい方は、前日までに公式LINEアカウントからご予約ください。

■料金プランについて
月額会員(お一人様:月13,200円)のプランがあります。

藤枝駅前コワーキングスペース
未来共創ラボ
フジキチ

静岡県藤枝市駅前1-8-3　FUJIEDA mikine 1階
9:00～21:00　close：フジキチが定めた日

ホームページ 詳細はこちらから
LINEアカウント お問い合わせはこちらから

むるぶコラム「一語一会」

消極的だと思われる相手は「積極的」

普通に考えると「積極的」は行動をすることで「消極的」は行動をしないことと思われますが、現実には「積極的」でも行動をしない選択があり「消極的」でも行動をすることがあります。

▲例えば、新商品を開発して現状を打破する提案しても上層部の理解が得らないと「上層部の頭は固すぎる」と上層部の消極姿勢に腹が立ちます。しかし、上層部が望んでいるのは、新商品の開発による現状打破ではなく、あなたの提案と全く別の方向に積極的なのであなたの提案を「積極的に断っている」ということなのです。

▲そう考えると別の提案が必要となります。新商品の開発には経費と時間が掛かるので、新商品の開発は、積極的にやめたいという意志表示だと捉えるなら、現状の商品のリニューアルとか、販売チャネルの開発とか、広告宣伝の方向性の転換など、出来ることは数多くあります。そうすれば上層部も積極的に提案を受け入れるかもしれません。

藤枝宿を通った朝鮮通信使

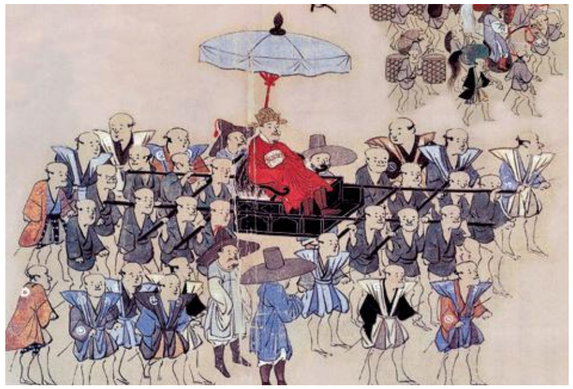
朝鮮通信使は、江戸時代に朝鮮国王から幕府に派遣された外交使節です。1607年（慶長12）の第1回から1811（文化8）年まで合計12回、日本を訪れました。「通信」という言葉は「信義を通わせる」という意味です。特に第1回目から3回目の使節は、回答兼刷還使と呼ばれました。豊臣秀吉の朝鮮出兵で、日本に連行された人たちを引き取る目的と、日本からの国書に回答する目的で行われたからです。朝鮮通信使は室町時代から何度か日本を訪れていました。しかし文禄・慶長の役で両国の関係は断絶。家康は、友好的な外交関係を結ぶために何度も使者を送り、4回目の寛永13年からは、朝鮮通信使と呼ばれるようになり、将軍の就任など日本側の慶事に合わせて訪れたのです。

▲瀬戸川仮土橋絵図(1711年/藤枝郷土博物館所蔵)

瀬戸川に架けられた仮橋

朝鮮通信使の折りには、瀬戸川に仮橋が架けられました。正徳元年（1711）の時の通信使では、前年の宝永7年10月の「瀬戸川仮土橋絵図」が残されています。瀬戸川では通信使通行の時には仮橋をもって川を渡る決まりになっていました。この仮土橋は長さ30間ほど（約54m）、横幅2間ほど（約3・6m）、高さ5尺5寸ほど（約 1・7m）のものでした。材木は滝沢村の林より調達し、木の枝は東光寺の林より調達。橋の上には土を敷いて木の枝を配列。その上に砂利を置き、橋の両側には芝を植え付けたのです。当時としては、国賓を迎えるにふさわしい立派な仮橋でした。

▶歌川広重「藤枝瀬戸川かち渡り」(藤枝郷土博物館所蔵)


▲図録・朝鮮時代の通信行列より

数少ない世界への窓だった朝鮮通信使

朝鮮通信使は、両国の平和友好のシンボルとして、文化交流に大きな足跡を遺しました。江戸時代は「鎖国」で、日本が閉ざされていたように思えますが、長崎には出島が世界との窓口となり、朝鮮とは江戸時代に唯一正式の国交を結んでいて、通信使を通して一般庶民にも世界への窓は開かれていたのです。

静岡県には10回来訪

江戸時代の朝鮮通信使は、全部で12回。うち2回は江戸まで行かなかったため、静岡県には10回訪れています。川止めなどで長くなった年もありますが、行きが6日から8日間、帰りは、富士川と大井川が増水で足止めされた11回目以外は、5日から7日間で県内を通過しました。

特に第1回は、徳川家康が大御所として駿府にいた時で、帰路に立ち寄った通信使を興津清見寺に泊まらせて、5艘の船を用意し、三保の松原の景観を楽しませるなどして歓待しました。この時、折戸湾で南蛮船を見たと通信使は記録しています。

日本に迎えた正式な平和外交使節

3000人もの大行列、国を挙げての一大事業

朝鮮通信使は、朝鮮国王の親書を携えた正使・副使・従事官の3使をはじめ、一流の学者や文化人、芸人という編成の総勢300人から500人もの大使節団でした。この大集団が、ソウルを出発してから半年から1年をかけて江戸まで（第2回は京都まで。 第4・5・6回は日光まで。第12回は対馬まで）を往復したのです。

これだけの規模の外交使節は、江戸時代はもちろん日本の歴史上でも朝鮮通信使だけです。幕府は歓迎のために百万両（いまの千億円位）もの莫大な費用をかけ、各宿場の庶民も準備や手伝いのために動員されました。しかも、大名行列のように頭を地に付けて、通り過ぎるのを待つのではなく、行列の見物をすることができる、国を挙げての一大イベントでした。そして、日本側の警護や荷物運びの人たちを加えると3000人から、4000人もの行列が移動したのです。現在ならば、オリンピックやワールドカップといった一生に何度見れるかわからないお祭り騒ぎでした。

また、行列の人々との自由な交流も許され、そのため多くの絵画や各地域の祭りに通信使行列の姿が、現在まで遺されることとなりました。特に県内では、興津の清見寺に、多くの書や絵が残されていて、「朝鮮通信使博物館」と称されるほどです。

藤枝での通信使の記録

藤枝で宿泊先となった寺は、養命寺、了善寺、慶全寺、長楽寺。また、妙法寺と大慶寺には、京都五山長老僧が、蓮生寺には宗対馬守が、洞雲寺には、正使が宿泊したという記録が残っています。また、二軒ある本陣にも正使などが宿泊しました。

享保時の紀行文「海游録」には、『洞雲寺とやや距たるところに館することになった。そして朗麗幽楚な方池の近くで一人座っていると、容貌が秀でている武士が館の下に立っていたので、名前を日本語で問うと「笠井金左衛門」と答える。聞けば漢文は読めないという。彼は田中藩主・土岐頼稔の家臣の者のようで、自分への接遇に気を配るために来たと思われる。彼の人となりが愛すべきものだったので、数行の語を書して与えると頭を下げて謝したという。この話は、通信使の一行と地元の人々との間に友好的な交流が行われたことを物語っています。

朝鮮通信使・藤枝宿での記録（一部抜粋）

洞雲寺	朝鮮通信使・最高位三使の休泊所
養命寺	朝鮮通信使の休泊所
了善寺	朝鮮通信使の休泊所
慶全寺	朝鮮通信使の休泊所
長楽寺	朝鮮通信使の休泊所
妙法寺	朝鮮通信使・京都五山長老僧の休泊所
大慶寺	朝鮮通信使・対馬藩・京都五山長老僧の休泊所
蓮生寺	朝鮮通信使・宗対馬守の休泊所
上本陣	朝鮮通信使・最高位三使の休泊所
下本陣	朝鮮通信使・上官・中官の休泊所
瀬戸川	瀬戸川に仮橋（天和・正徳・宝暦）を造営

	❶慶長12年	❷元和3年	❸寛永元年	❹寛永13年	❺寛永20年	❻明暦元年	❼天和2年	❽正徳元年	❾享保4年	❿延享5年	⓫宝暦14年	⓬文化8年
	1607年	1617年	1624年	1636年	1643年	1655年	1682年	1711年	1719年	1748年	1764年	1811年
往路・宿泊 藤枝	4/16 洞雲寺	◆京都まで	12/6 茶屋	11/30 茶屋	6/29 茶屋	9/24 本陣治右衛門	8/15 茶屋	10/12 洞雲寺	9/21 洞雲寺	5/15 本陣治右衛門	2/9 本陣治右衛門	◆対馬まで
復路・宿泊 藤枝	5/20 洞雲寺		12/29 1/1 茶屋	1/7 茶屋	8/11 茶屋	11/6 茶屋	9/17 未詳	11/24 未詳	10/20 未詳	6/18 未詳	3/22-24 阻川留・本陣	

そのアイデアと情熱が未来を拓く
第10回志太ビジネスプラングランプリ

志太地域を中心に起業や新たなビジネス展開を考えている個人またはグループを対象にビジネスプランを募集します。審査会を通じてチャレンジャー同士が刺激を受け合い、新たな挑戦へとつなげていきませんか。最終審査では、公開プレゼンテーションによる発表会を行います。

応募締切	書類審査	プレゼン審査	最終審査
令和4年	令和4年	令和4年	令和5年
11月4日(金)	11月中旬	12月7日(水)	2月8日(水)

※最終審査会は一般公開です。どなたでも入場できます。(会場:ホテルオーレ・入場無料)

応募対象　志太地域で起業、または新たなビジネスを展開しようとする方
応募資格　志太地域で起業しようとする方、または起業後5年未満の方
応募方法　藤枝市HPまたは焼津市HPより、「志太ビジネスプラングランプリ」の応募用紙を入手し、必要事項を記入の上、メール、持参又は郵送で提出してください。
注意事項　応募されたビジネスプランは原則、公開情報となります。プラン公開によるトラブルについては主催者及び協力者は責任を負いません。また、個人情報につきましては、本事業の目的以外に使用しません。

プラン作成のヒントを伝授
ビジネスプラン作成セミナー
プランをカタチにするためのヒントを中小企業診断士が伝授！
10月4日(火)10:00～12:00
藤枝市産学官連携推進センター
講師　村松晴義氏(中小企業診断士)

最終審査会出場者特典
プレゼンテーションスキルアップ研修
アナウンサーから、プレゼンのコツを学ぶ特別講座を開催
令和5年1月24日(火)18:00～20:00
藤枝市産学官連携推進センター
講師　長谷川玲子氏(株式会社舎鐘代表)

プラン作成に困ったら…
ビジネスプランの作成に困った時は、下記の支援機関をご活用ください。
■EG支援センター「エフドア」
火・木・金・土曜日 10:00～18:00
電話054-637-9008
■焼津商工会議所(要予約)
月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:00
電話054-628-6251

【主催】志太起業ネットワーク推進協議会（藤枝市・焼津市）
【協力】藤枝商工会議所／岡部町商工会／藤枝金融協会／焼津商工会議所／大井川商工会／焼津金融協会

お申込先 相談窓口
藤枝市 藤枝市創業支援室 〒426-0026 藤枝市岡出山2-15-25 2F
電話：054-643-3239
Email：sougyou@city.fujieda.shizuoka.jp
焼津市 焼津市商工課 〒425-8502 焼津市本町2-16-32 6F
電話：054-626-2260
Email：shoko@city.yaizu.lg.jp

MAGIO DRONE SCHOOL
自動車学校が運営する
ドローンスクールが
BiVi藤枝2Fに開校
10/22(土) OPEN
詳しくはお問い合わせください
受講生募集中
講習料金 ¥99,000(税込)
申込方法
①右記QRコードを読み取ってください。
※マジオドライバーズスクール藤枝校のHPに移行します
②お客様の情報を入力し、ドローン講習にレ点をし送信ボタンを押して下さい。
③後日担当者からお客様にご連絡させていただきます。
マジオドローンスクール藤枝校
〒426-0067 藤枝市前島1-7-10 BiVi藤枝2F　TEL.054-641-1717
※詳細はマジオドライバーズスクール藤枝校へお問い合わせください。

高校・大学・専門・短大生必見！
学生プラン
普通車運転免許通常価格より
最大¥42,000OFF
10/1～12/27までのご入校
免許を取るならやっぱりマジオ
普通自動車教習料金が期間内のご入校で
通常税抜価格より¥20,000割引
＋
安心プラン(延長無制限保証)が
通常税抜価格より¥22,000割引
マジオドライバーズスクール藤枝校 054-641-1717
マジオ藤枝 検索
〒426-0076 静岡県藤枝市内瀬戸115-2

Vol.21

知って得する 終活（しゅうかつ）のススメ

秋のお彼岸となりました。いかが過ごされたでしょうか？

私は23日のお中日にはお寺で彼岸会に参加しました。みなさんはお彼岸という行事がどんなものかご存知でしょうか？秋分の日は昼と夜の長さが等しくなる日ですが、三途の川を挟んでこちらの世界（此岸）とあちらの世界（彼岸）が一番近づくためにご先祖様のご供養をするのに一番よい日と言われています。

ご供養をしながら、自分が正しく生きているかを反省する日でもあります。年に2回のことですから、手を合わせながら普段の行いを振り返ってみるのもよいのではないでしょうか？

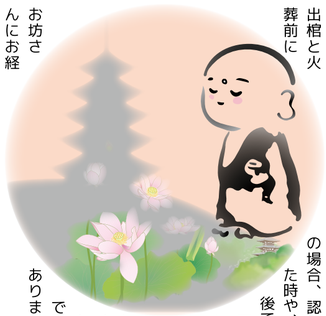
●おひとりさまが亡くなるということ

最近ではこのような最期を迎える人が増えています。2030年には高齢者世帯の4割が単身世帯になるとも言われています。子供がなく、配偶者にも先立たれていて本当に身寄りがない人や、子供が別の土地で生活しているためにそうなっている人など様々ですが、最期の瞬間にひとりというのはすごく寂しいなと感じます。私が看取った方も息を引き取るときには、部屋の中で一人きりでした。一人でいると話をできないので認知症にもなりやすくなりますし、何かあったときに助けを呼んでくれる人もいません。人生も楽しくないと思います。もしもひとりになりそうであれば、地域や趣味、仕事などで仲間を作り、できるだけ周囲と関わりを持ちながら人生を送る必要があると切に思いました。

私は身寄りがない方の身元保証の支援をしているのですが、先日支援していた方が亡くなりました。身寄りがないということは、亡くなったときに送ってくれる人がいないということでもあります。最期が近づいたときにその方とお話しして、亡くなったときの葬儀や納骨、遺品整理などをどうするかを決めてあり、自分が施主となって実行しました。私もその方を一人で見送るつもりでしたが、介護や医療で関わってくれた人たちも一緒に見送ってくれたので、火葬場での簡素な式でしたが、ちゃんと送ることができたと思いました。

●改めて感じる仏教のありがたさ

その方を送るときに少しでも供養したいと思い、出棺と火葬前にお坊さんにお経を詠んでいただきました。簡素な形というと直葬ということでお坊さんを呼ばずに火葬だけすることもあるのですが、お経も詠まず儀式が何もないと人ひとりがなくなったというのに、ただの処理に思えてしまいます。お経を詠んでいただき、手を合わせることができたので、その人を弔うことができたと思えました。その場にいてくれた方も手を合わせながら、生前のその人を想い、成仏してほしいと思えたのではないでしょうか。仏教というものが日本人にとってしっくりくるものであり、素晴らしい仕組みであり教えであると改めて思いました。



●お一人、お一人暮らしの終活

今回のようにおひとりで生活している場合、万が一の場合困ってしまいます。万が一の場合でなくても、いざというときに自分の要望をかなえてもらうために終活をしておきましょう。おひとりの場合、認知症になった時や、認知症になった時、病気になった時など、考え方をお互いに共有しておけば気持ちに余裕ができます。縁起でもないと思わずに考えてみましょう。

エンディングノートを書くことのメリットはいくつかあります。人生を振り返ってみることで自分のことを再認識できることや、心の整理をすることで今後の人生に必要なものが明確になること、よくわからないために不安だったものがしっかり考えることにより不安がやわらぐことなどがあります。人生の棚卸しをして、これからの人生をイキイキと生きていきましょう。

- ●任意後見契約
- ●リビングウィル（尊厳死宣言）
- ●遺言
- ●死後事務委任契約（葬儀・納骨・お墓・遺品整理・ライフライン停止）

まずはエンディングノートを書き進めていき、公正証書にする必要があるものは専門家に依頼するのがよいでしょう。特に死後のことについては、希望のものをしっかりと自分で決めたとしても、自分が死んでしまうと口座が凍結されてしまうので、その分の費用をどこに預けておくかを考えておく必要があります。

夫婦の二人暮らしであっても、万が一の事があるとひとりになってしまいます。遺された方が困らないようにお互いに終活をしておきましょう。万が一のことがなくても、介護になった時や、認知症になった時、病気になった時など、考え方をお互いに共有しておけば気持ちに余裕ができます。縁起でもないと思わずに考えてみましょう。

（一社）しずおかシニア生活支援センター

ご高齢者が抱えている不安や悩み。そんな悩みを少しでも軽くするようサポートします。

公式LINEからお申し込み

万が一の場合の支援　生活支援
身元保障支援　公正証書作成支援

- 「一人暮らしでいざという時頼れる人がいない」
- 「子供も遠くで暮らしていて不安」
- 「万が一の場合、どうなってしまうか不安」
- 「介護施設に入所したいが保証人がいない」

TEL.054-625-8835
藤枝市岡出山2-14-7（事務局：すまいる・くらぶ静岡）
ご相談は無料です。お気軽にご相談下さい。

子供がいないまたは子供が遠くで親世代2人暮らしのお悩み

お片付け
不要な家具や電化製品などを処分したい

供養
子供たちに負担とならない、自分たちらしいお墓がほしい

自分誌、家系図
家のことや自分たちが生きてきた証（あかし）を残したい

身元保証支援
どちらかが認知症になったらどうする？

終活・相続・葬儀
万が一の時のために準備したい

家・お庭
元気な時はお庭を手入れしてたけど、最近大変なのでなんとかしたい

困ったこと、不安に思う事はとにかく相談して下さい。

家・お庭
高齢期の生活が暮らしやすくなるためのお手伝い

相続
笑顔で相続を進めるためのお手伝いを

お片付け 遺品整理
家族だけではとても手に負えないお片付けもお気軽にご相談を

空き地・空き家
そのままにしておくと価値が下がるだけでなく、火災や空き巣の問題も

身元保証 万が一の支援
近くにたよる方がいない場合の支援

お墓
お墓の建立、お墓のリフォーム、クリーニングから管理、墓じまいの相談まで

すまいる・くらぶは
志太地域での信頼と実績
創業168年 有限会社 佐野石材の
シニアのお悩み相談窓口です。
年中無休　10:00～19:00
https://smileclub-shizuoka.com【(有)佐野石材内】
まずはお電話からお気軽に！ 0120-988-243
詳しくは、すまいるくらぶ静岡 検索 クリック
LINEでの問合せはこちら
相談無料 オンライン相談も可

ご利用事例

お庭の手入れ・整理

おうちのお片づけ

地域で長く活動している佐野石材なら安心と言ってご利用いただいております。

お墓の手入れ

おひとりさま 高齢者の1人暮らしのお悩み

身元保証支援
入院・手術や介護施設入所、賃貸住宅の身元保証人をどうする？

終活、相続、葬儀
万が一の時どうなるか不安。

お片づけ
ひとりなので、片付けてシンプルに暮らしたい

後見人契約（任意）
認知症になったらどうなるか不安。

相続
お金を遺すなら自分が好きなことに寄付したい。

お墓相談
ご先祖さまからのお墓や仏壇をどうしていけばよい？

お墓でわからない事があれば お気軽にご相談下さい。

墓地　お墓
永代供養　樹木葬　夫婦墓

六代目社長 佐野雅基

藤枝市岡出山2-14-7（藤枝警察署近く魚がし鮨前）

今秋も、藤枝と焼津のまちゼミに参加!!

藤枝開催分につきましては現在受付中、焼津開催分については10月13日（木）午前10時からの受付開始となります。また、定員になり次第受付終了となります。

申し込み先/ 有限会社 佐野石材
電話▶0120-76-1794（土日祝可 10:00～19:00）

そろそろ振り返ってみませんか？About Time
藤枝 10/14 金 9:30～11:30・10/18 火 9:30～11:30 先着15名
会　場：生涯学習センター（藤枝市茶町 1-5-5）
焼津 11/9 水 14:00～16:30 先着12名
会　場：大富公民館（焼津市中根新田 93-1）

これからの人生が輝く！終活セミナー！
焼津 11/4 金 9:30～11:30 先着15名
会　場：大富公民館（焼津市中根新田 93-1）

しだのおいしいごちそうレシピ

藤枝市食推協考案

毎月19日は食育の日！
家族そろって食事を楽しみましょう♪

さつまいもシナモンスティック

〈材料〉4人分
- さつまいも……　200g
- 油……　大さじ1
- A シナモン…小さじ1/3
- A 砂糖……小さじ2

① さつまいもはまだらに皮をむき、1㎝角のスティック状に切り、水にさらしておく。
② オーブンを200℃に余熱する。
③ さつまいもの水気をしっかりとり、ボウルなどで油を絡める。
④ 天板にクッキングシートを敷き、③の皮を上にして並べ、200℃のオーブンで10分焼く。
⑤ Aを袋に入れ混ぜ合わせたら、④を加え全体にまぶす。

ひじきとほうれん草の胡麻サラダ

〈材料〉4人分
- 乾燥ひじき……5g
- ほうれん草…4束(200g)
- コーン缶……　25g
- A マヨネーズ……20g
- A めんつゆ(3倍濃縮)…大さじ1/2
- A 白すりごま…大さじ1

① ひじき … 水で戻した後、軽く洗い水気を切っておく。
ほうれん草…熱湯で1分程ゆで水を切り、4㎝幅に切る。
コーン缶…汁を切っておく。
② Aを混ぜ合わせ、①を加えて和える。

なすのからし和え

〈材料〉4人分
- なす……　240g
- A かつお・昆布だし…大さじ1
- A しょうゆ…　小さじ2
- A 練りからし…小さじ1

① なすはヘタを取り、4・5本たてに切れめを入れラップで巻く。
② ①を耐熱皿に並べ電子レンジ(600W)で4分加熱し、ラップをとらず粗熱を取っておく。
③ なすを手で裂いてから、食べやすい長さに包丁で切る。
④ Aを混ぜ合わせ、③と和える。

筍入りつくね きのこあんかけ

〈材料〉4人分
- 鶏ひき肉……　200g
- 木綿豆腐…1/2丁(150g)
- 筍(水煮)……50g
- 鶏卵……1/2個
- A 片栗粉…　大さじ1
- A 塩……1g
- A こしょう……少々
- サラダ油……　大さじ1
- しいたけ……2個(50g)
- えのきたけ……1/2株
- にんじん……　80g
- 葉ねぎ……2本
- B かつお・昆布だし…300ml
- B 酒……大さじ1
- B 砂糖……小さじ2
- B しょうゆ…　小さじ4
- B みりん……大さじ1
- 水……　大さじ2強
- 片栗粉…大さじ1強(12g)

① 木綿豆腐をキッチンペーパーでくるみ、ラップをかけ電子レンジ(600W)で2分30秒加熱する。加熱したらざるにあげておく。
② 筍…水でさっと洗い、みじん切りにする。
にんじん…3㎝の薄い短冊切り。
しいたけ…薄切り。
えのきたけ…石づきをとり、半分の長さに切り手で裂く。
葉ねぎ…小口切り。
③ ひき肉、木綿豆腐、筍、鶏卵、Aをボウルで混ぜ合わせる。
④ ③の生地を8等分になるように成形する。
⑤ フライパンに油を熱し、④を並べ蓋をして弱～中火で両面を焼き、お皿に取り出す。
⑥ 同じフライパンにんじん、しいたけ、えのきの順に加え軽く炒めたら、Bを加え、蓋をしてにんじんに火を通す。
⑦ にんじんに火が通ったら、水溶き片栗粉でとろみをつける。
⑧ ⑤に⑦をかけ、葉ねぎをちらす。

静岡産業大学　2022年度
国家資格：3級ファイナンシャルプランニング技能士講座

FP3級講座

新型コロナ感染防止対策を配慮した「対面授業」

本講座は毎年検定試験の合格率80%以上!!（2019.1～2022.1）
～リタイア後の生活設計など金融の専門知識を得ませんか?～

◎期間：2022年11月1日㈫～2023年1月20日㈮
18:30～20:30（120分）
★11・12月：毎週火曜日
1月：火曜日2回+金曜日2回
★全12回

受講者募集
先着25名

講座の内容
❶ 藤枝市・近隣地区で数少ない教室対面授業
❷ 対面による授業だから疑問⇒即質問⇒完全理解
❸ 藤枝駅南口徒歩3分アクセス良好
❹ リーズナブルな受講料(テキスト代含)

①ライフプランニングと資金計画
②リスク管理　③金融資産運用
④タックスプランニング　⑤不動産
⑥相続・事業承継　⑦答案練習・質疑応答
●基本となる基礎と練習問題を組み合わせて進めていきます

お金の活きた使い方を学びましょう!

注目ポイント
❶ 講座を休まないで出席すれば、実力UPし検定試験の合格率はグンと高くなります
❷ 検定試験は年3回あり、無理なく資格取得できます
❸ FP3級検定は受検資格全くありません、誰でも受検できます

日程　1月22日㈰ 本年度第3回目検定試験を対象としますが、年3回受検機会があります

全12回 毎週火曜日（1/13・1/20は金曜日）
18:30～20:30（120分）
11月(5回) 1、8、15、22、29日
12月(3回) 6、13、20日
1月(4回) 10、13㈮、17、20㈮日
（8回程度インプット（基礎）講座、4回をアウトプット（答案練習）講座とする）

講師
合同会社まごころ不動産
代表 柏木 智子
FP2級技能士・宅地建物取引士
（講師ほか専門社員も担当します）
柏木（かしわぎ） 智子（さとこ）

会場　静岡産業大学 藤枝駅前キャンパス（BiViキャン）
（藤枝駅南口徒歩3分）藤枝市前島1丁目7-10 TEL 054-639-7164
定員　25名（先着順）
受講料　一般早期申込 32,500円（税込）（10月10日㈪まで）
本学学生 14,300円（税込）（いずれもテキスト代含む）
一般申込 39,800円（税込）
申込締切　一般早期申込10月10日（㈪）まで　一般・学生申込 10月25日（㈫）
申込方法　●QRコード読込申込専用フォームから送信
●BiViキャンHP「新着情報」・「静岡産業大学HPお知らせ」申込専用ページから送信
主催　静岡産業大学総合研究所　後援　藤枝市／藤枝商工会議所

お問い合わせ・申し込み
静岡産業大学　藤枝駅前キャンパス(BiViキャン)　資格講座事務局
藤枝市前島1丁目7-10　TEL 054-639-7164　FAX 054-639-7165　e-mail：hikeda@ssu.ac.jp

家康公から学ぶ 健康長寿の秘訣!

家康公は健康への関心がひときわ高く、一汁三菜を基本とした健康的な食事、鷹狩りをはじめとした日頃からの運動、ストレス発散による心の健康の維持など現代の健康づくりにも必要な要素を当時から徹底していたことが長寿の秘訣といわれています!

家康公が注目していたといわれる薬膳の考え方や好んだ料理、地産地消を意識し、藤枝市健康推進課で「家康御膳」を作成しました。
当時の食生活を想像しながら、いつもの食卓に並べてみませんか?

2023年大河ドラマ「どうする家康」放送予定

しいたけの肉詰め
動物性たんぱく質のキジも食していた家康公。キジの代わりに鶏肉を使い、藤枝市特産のしいたけを使用しました!

さつまいもの茶巾しぼり
家康公は和菓子好きのスイーツ男子だったそう。
さつまいもは全身の気のめぐりを良くし、胃腸の働きを良くしてくれます。

小松菜の梅おかか和え
梅は薬膳料理に使われる食材。夏バテ防止や疲労回復に効果的です。

たけのこご飯
たけのこは余分な熱を抑える働きがあります。便秘気味な方にもおすすめです。

鯛の天ぷら盛り合わせ
鯛の天ぷらは家康公が晩年に好んで食べたといわれています!

染飯
「瀬戸の染飯」は東海道中膝栗毛で紹介された江戸時代の携帯食!
家康公も鷹狩の際に食べていたかも!?

家康御膳

cookpadの藤枝市保健センター公式キッチンで家康御膳レシピを公開中!その他、簡単で栄養満点なレシピを随時更新しています!ぜひチェックしてみてください♪

cookpad
クックパッドでレシピ公開中
クックパッド　藤枝市保健センター　検索

健康長寿の秘策は"自分の身体を知ること"です!
特定健診をうけて、さらに家康に近づきましょう!

藤枝市健康福祉部健康推進課
藤枝市南駿河台1-14-1
TEL:054-645-1111

藤枝市健康づくり食生活推進協議会 会員募集中!

健康づくり食生活推進協議会（通称「食推協」）は**"私たちの健康は私たちの手で"**をスローガンに、食を通した健康づくりのボランティアとして活動を進めている全国組織です。藤枝市では、葉梨・西益津・青島・高洲の4つの支部に分かれて活動を行っています。会員は保健委員のOBや食生活セミナー（良い食生活や健康づくりについて学ぶ市の講座）の受講者等で構成されており、現在56名で以下のような活動を行っています！

市民を対象とした料理教室

健康推進課による料理講習会
放課後児童クラブ食育教室
令和4年度減塩料理の献立
市のイベントへの出展

例年開催している料理教室
- 7～8 月頃…… おやこ料理教室
- 8～9 月頃…… 男性のための料理教室
- 11～12 月頃 ……低栄養予防料理教室
- 12～1 月頃…… 減塩料理教室

※各支部で開催の日程が異なります。開催内容は変更になる場合があります。

【お問い合わせ】藤枝市健康推進課（保健センター）藤枝市南駿河台1-14-1 ☎054-645-1111

むるぶ流④

若さを保つ 健康法

今回も、特に中高年の皆様を念頭において、若さを保ち、年を取らないための「むるぶ流健康法」をご紹介します。もちろん、若い皆様もこれを参考にして頂ければ、若さを保つことで生活習慣病の予防になるかもしれません。

老化しない生き方７カ条

物事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。

自然の成り行きに任せる
人間関係は自然の成り行きに任せ、執着しないことです。

家族を大切にする
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。

年齢で行動を決めない
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。

腹７分目が長生きのコツ

元気で長生きの人たちの共通点は、腹７分目。昔から腹８分といいますが、現代では、腹７分で丁度いいとのこと。しかも、腹７分にするには、一口当たり30回噛むことを習慣づけるだけで、自然に腹７分になります。そうすると自然に身体が省エネモードに切り替わり、同時に老化を防いでくれるようになります。

無理しない、適度な運動

最近は、スロージョギングに、スローウォーキングと「スロー」が合言葉。無理せず、自分の身体に合ったペースで、長く毎日続けて行くのが、ポイントです。老化は足からきます。無理せず、楽しく続けて下さい。運動が苦手という方は、腕だけを振る「腕だけ走り」がお薦め。20回を休憩しながら一日3セット位が適量です。

「ありがとう」健康法

言葉は、言霊といって物事を現実化していく力が宿っているといわれます。良い事や感謝したい事があったら、「ありがとう」と声を出して相手に伝えます。困った事やつらい事が起った時でも、自分が次のステップに向かうための有り難い試練だと思って、「有り難うございます」というと心も身体も整ってきます。

「がぎぐげご」健康法

いつも苦悩や困り事で頭の中を満たしていると、脳からアドレナリンが出て、体調不良になってきます。その元凶が、がぎぐげご。「が」は、頑固で頑張り過ぎる。「ぎ」は、義理と義務で自分を縛り付ける。「ぐ」は、いつも愚痴ばかり言っている。「げ」は、原理や原則に囚われすぎる。「ご」は、自分をごまかして生活する事です。

四季折々の樹木に囲まれた静岡県中部地域随一の規模を誇る自由霊園
藤枝霊園に樹木葬ができました。

樹木葬
一人用 40万円
二人用 60万円
※納骨経・石碑・彫刻・納骨・合祀・解体経費含む
（管理費年間 2,000円別途）
樹木葬 合祀（共同墓）

宝樹の苑 誕生 1霊 15万円 年間管理費はございません。
宗教・宗派・宗旨不問 仏教、キリスト教、神道、その他の方などどなた様でもご利用いただけます。
9/29(木)まで相談会開催中
お墓のこと何でもご相談ください。（霊園事務所にて開催）
中部地域最大 約3,700基の霊園
宗教法人 盤脚院 藤枝霊園
藤枝霊園 検索 詳しい情報はホームページをご覧ください。
〒426-0211 藤枝市西方407 受付時間 9:00～16:00（金曜定休）
0120-406-407

9月号読者の声より

あなたの好きなかき氷は？

- いちごミルク
- いちご
- 抹茶
- 宇治金時
- 練乳いちご
- 抹茶あずき
- ブルーハワイ
- あずき
- 抹茶ミルク
- 練乳
- ミルク金時
- レモン

3 3 4 4 5 6 6 6 10 12 17 21

ご意見・ご感想

- 前島神社の花手水を見に行きました。様々なお花が浮かべてありゆっくりと鑑賞出来ました。街中なのにとても閑な空間でした。パトンリレー志太のすろーかる望月編集長の奮闘ぶりが垣間見れて、ますますむるぶが好きになりました。
- 歴史が好きなので楽しく読ませてもらっております。史跡めぐりの参考にもさせてもらっています。
- 最近、詐欺被害が新聞紙上に多く掲載されています。被害者は「自分は大丈夫」と思っているそうですが、いざとなると冷静さを失うそうです。一息入れて対応する必要がありますね。
- 惣菜パン特集とてもよかった。パン好きなので、できれば店に行ってみたい。
- パンは子供達が大好きなので今度、焼津にも行ってみようとおもいます。
- 原田昇左右氏の記事のように、地元の著名人の記事があるとうれしくなります。志太にもたくさんの有名な方がいることに誇りを感じます。
- 今月一家（七人）全員コロナ陽性でダウン〜〜〜してました。かかった時のシュミレーションをしていてよかったです。うつりやすいのでみなさんも気をつけてください。
- 巨樹・古木をひとつずつまわり パワーをもらいたいと思います。
- 巨樹、古木がこんなにたくさんあるとは知りませんでした。近くの伺木かをさっそく見に行きます。
- いつも何を書こうか、困りますが読者の声を読むと、みなさんが書いていることがわかって参考になります。

★むるぶの読者の声のご意見・ご感想はむるぶのホームページでご覧いただけます。

お魚の餃子、焼津餃子です。

焼津餃子 直売所割引券
5% OFF
有効期限 2022.10.31
直売所でご利用できます。切り取ってご提示ください。

ニンニク＆化学調味料不使用
完全ハンドメイド！

どちらも
12個入り 500円（税込）

冷凍

しっとりモチモチ
お魚の水餃子

ふっくらカリッと
お魚の焼餃子

こだわり

鮪と鰹と削り節、港町焼津づくし！

焼津港の恵みたっぷり、魚介タネ

水揚げ額日本一の焼津港であがるビンチョウマグロとカツオをたっぷり使用。そして決め手が「マルツマエダ商店」の鰹節。生切り、釜茹で、骨抜き、薪での燻し薫りづけ、完全手作業にこだわる極上鰹節を細かく砕き、タネに練り込んでいます。ジューシーな魚の旨味、鼻に抜ける燻薫をお楽しみください。

しっとりもちもち、自慢の餃子皮

餃子の命である皮は、昭和16年創業、麺と皮の専門「羽山商店」のしっとりなめらか＆超もっちもち餃子皮。焼餃子はパリッとカリッと、水餃子はプリっとツヤツヤに、歯応えよく美味しく仕上がります。
ひとつずつ手包みにこだわる焼津餃子が、バランスよく完成できるよう作られたままに命の皮です。

極甘シャッキシャキ、優秀キャベツ

魚介との相性を求めたどり着いたのが、焼津のキャベツ農家「寺田農園」の品種“そらと”です。海辺近くの砂地のような乾燥土に、ひと玉ずつ大切に育てられた減農薬の自然仕立て。刃を入れた瞬間から、水分がほとばしり煌めくみずみずしさ。極上の甘さとシャッキシャキな優秀キャベツを使用しています。

焼津餃子

焼津餃子はココで買えます！

BUY 01 バラで購入できる製造直売所

焼津市焼津1丁目6番3号
居酒屋「かぜんぐ。」裏
TEL.054-270-6329
［営］12:00～17:00 無休［P］6台

このチラシ右上の「直売所割引券」使えます！

BUY 02 1パックで買える自動販売機

01 焼津谷島屋書店 登呂田店横
焼津市西小川 2-1-8 ［営］24時間営業

02 焼津さかなセンター「まぐろ街道」さんすい横
焼津市八楠 4-13-7 ［営］9:00 ～ 17:00

BUY 03 手軽に自宅からご注文 オンラインストア

ネットでのご注文はこちらから
焼津餃子ウェブショップ
https://yaizu.gyouza.in/

直売所マップもオンラインストアもコチラから！
「焼津餃子」をチェック！ 総合ナビページ
https://yaizugyouza.fensi.plus/a/blink/

新聞に載らない 地元の事件簿

10月11日(火)～20日(木)は、令和4年度全国地域安全運動

情報提供：藤枝・焼津警察署、藤枝・焼津地区防犯協会

地域で自主活動をしている防犯ボランティア団体や、自治体・学校・警察などが協力し、犯罪などを防止するための活動を強化します。

防犯パトロール

詐欺被害防止キャンペーン

自転車盗被害防止広報

防犯教室や講演会の開催

犯罪が起こりやすい危険箇所把握

上記のような活動を行います。

犯罪のない「安全で安心して暮らせるまち」の実現に向けての活動のご理解、ご協力をお願いします。

	月日	場所	分類	事件詳細
藤枝	8月16日	清里	声かけ	男子児童が散歩中、男から「散歩をやめて一緒に来ない？」などと声をかけられた。
	8月16日	兵太夫	自転車盗難	住宅敷地内に無施錠で駐輪中、盗まれた。
	8月17日	瀬戸新屋	自転車盗難	店舗駐輪場に無施錠で駐輪中、盗まれた。
	8月19日	高柳	車上ねらい	住宅敷地内に無施錠で駐車中、車内のバッグなどが盗まれた。
	8月21日	若王子	自転車盗難	住宅敷地内に無施錠で駐輪中、盗まれた。
	8月26日	高洲	サギ電話	60代女性宅に市役所職員をかたり、「還付金がある。」と電話がかかってきた。
焼津	8月19日	田尻	サギ電話	市役所職員を騙り「還付金があります」という不審な電話がかかってきた。(2件)
	8月20日	本町	自転車盗難	アパート駐輪場に施錠し駐輪中、盗まれた。
	8月22日	栄町	自転車盗難	パチンコ店駐輪場に無施錠で駐輪中、盗まれた。
	8月25日	石津下・小柳津	サギ電話	市役所職員を騙り「還付金があります」という不審な電話がかかってきた。(2件)
	8月26日	駅北	サギ電話	市役所職員を騙り「コロナの保険に加入しませんか」という不審な電話がかかってきた。
	9月 7日	三ケ名	自転車盗難	図書館駐輪場に無施錠で駐輪中、盗まれた。

藤枝・焼津署管内 人身交通事故発生状況

（令和4年8月1日～8月31日）

※増減比は前年との比較
※交通事故件数等は確定数ではありません（速報値）

藤枝	当年	増減比
件数	43	-9
死者	0	-1
負傷者	49	-22

焼津	当年	増減比
件数	56	+6
死者	0	0
負傷者	67	+9

むるぶの広告のご案内

むるぶでは、広告をお手軽な価格でご提供しています。たとえば、この広告枠は、2段1／2の大きさで、広告料金は42,000円となっています。その他の料金は以下の通りです。制作費は別途です。

2段	72,000円	3段	96,000円
2段（8面）	86,000円	3段（1面）	115,000円
3段1／2	54,000円	全面（4・10月号）	240,000円

詳細は、むるぶのホームページの左側にある「むるぶ広告媒体資料」をクリックしてご覧ください。お申し込みは、藤枝江崎新聞店、または共立アイコムにご相談ください。

INFORMATION

藤枝市民会館 芸術家を募集!

令和3年若手芸術家支援プログラム 八木香那永さん コンサート「DeepRiver」

藤枝市民会館では、芸術家の支援を目的とした事業を実施しています

音楽・絵画・陶芸等 ジャンルは問いません。

藤枝市民会館でのコンサート、展示会、講習会などの実施を予定しております。

応募、お問合せはメールまたはお電話で
TEL：054-643-3931　メール：fsk@jewel.ocn.ne.jp

藤枝市民会館 TEL054-643-3931　http://fsk-hall.jp/

INFORMATION

ふじえだ東海道ライトアップリレー

◆大慶寺　久遠の松
9月3日(土)～9月25日(日)
19時～21時(土・日・祝のみ点灯)

◆岡部宿大旅籠柏屋(柏屋の竹あかり)
10月1日(土)～10月30日(日)
18時～20時30分(土・日・祝のみ点灯)

◆史跡田中城下屋敷
11月5日(土)～11月20日(日)
17時～20時(土・日のみ点灯)

藤枝市街道・文化課　054-643-3036

DX推進活動を展開中! ②　共立アイコム INFORMATION

消費税のインボイス制度移行への対応

来年10月からの消費税のインボイス制度への移行が広報されています。制度移行の主な目的は、消費税課税取引における正確な消費税額の把握と最終消費者が負担する消費税を適切に納税に結び付けることとされています。制度移行当初よりインボイス発行を予定する事業者は来年3月末までの登録手続きの完了が必要となります。（詳細は下記より国税庁特設サイトをご参照ください。）当社は本年1月に登録を完了し、システム対応準備を進めています。この対応も当社のDX（デジタルトランスフォーメーション）推進活動の一環と捉えています。

特設サイト

お問い合せ
株式会社 共立アイコム　TEL:054-635-4652　FAX:054-635-4576　icom-contact@kpnet.co.jp

むるぶ読者 映画・入浴券 図書カード プレゼント

官製はがき（FAX・メール可）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・プレーゴの映画招待券（3D不可）10名」、「焼津笑福の湯ご招待券20名」「図書カード（500円分）10名」をプレゼントします。

おハガキで応募の方、お名前などを忘れずに！

◆今月の記事からクイズ
朝鮮通信使の「通信」の意味は？
○○を通わせる（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, あなたの好きな惣菜パンは？
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

◆ご応募について
1, ハガキ、FAX、メールでお願いします。
2, あなたのお名前、郵便番号、ご住所、電話番号、年代、職業を忘れずにご記入下さい。
3, 当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせて頂きますのでご了承下さい。
4, アンケートにもお答え下さい。

■先月の答えは高見三郎でした。

◆応募先
426-0041 藤枝市高柳1丁目17-23 ㈱共立アイコム内
むるぶ編集部プレゼント係
FAX 054－635－8865
メール murubu@kpnet.co.jp

＊プレゼントの応募を通してお客様からご提供いただきました個人情報は、本プレゼントの運営及びむるぶからのお知らせ等の目的以外で使用することはありません。

◆締め切り　10月5日(水)（当日消印有効）FAX・メール必着

愛と勇気と夢と暮らそう CINE PREGO FUJIEDA

www.cineprego.jp

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

藤枝シネ・プレーゴ 映画情報

上映案内 TEL.054-668-9533　藤枝シネプレ　検索

新型コロナウイルスの感染状況ならびに予防対策のため、公開日が掲載日付より変更となる可能性があります。

9/30(金) ▶アイ・アムまきもと
世界をつなぐ、迷惑もある

監督：水田伸生
出演：阿部サダヲ、満島ひかり、宇崎竜童 松下洸平、でんでん、松尾スズキ

10/7(金) ▶七人の秘書-THE MOVIE-
悪いヤツら、ぶっ潰させて頂きます。

監督：田村直己
出演：木村文乃、広瀬アリス、菜々緒 シム・ウンギョン、大島優子、室井滋

10/14(金) ▶耳をすませば
夢にまっすぐな君を好きなまま大人になりました。

監督：平川雄一朗
出演：清野菜名、松坂桃李、山田裕貴 内田理央、安原琉那、中川翼

読む・見る・遊ぶ むるぶ
広告のご相談お申し込み
054-641-2140　054-635-4651
藤枝オリコミビーアール　共立アイコム

月刊むるぶ編集部
054-635-4651

江崎新聞店	054-641-0537
薮崎新聞店・育伸社	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
薮崎新聞店	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	054-662-2211

有限責任事業組合 志太情報創造ネット
〒426-0041　藤枝市高柳1丁目17-23（共立アイコム内）

編集長後記

今月号の志太人は、焼津市難聴者・中途失聴者の会の望月代表に登場頂きました。私の母も高齢で難聴なのですが、自分は難聴ではないと認めたがらずにいます。私自身も過去に突発性難聴になった時、その日の内に耳鼻咽喉科に飛び込み事なきを得ました。難聴は早期対応が一番のようです。（小嶋良之）

むるぶ公式 HP・むるぶ Facebook

木曜日 10:00～12:00
Regular **囲碁教室**
受講料：13,200円（3カ月10回）
伊月 絮
（日本棋院六段）

囲碁の面白さ、奥深さを楽しんでみませんか？レベルに合った内容でわかりやすく指導します。

第2・4火曜日 13:30～15:30
Regular **アクリルで描く楽しい水彩画**
受講料：13,200円
（3カ月6回・画材等は別途）
桑嶋よしみ
（日本美術家連盟会員、県水彩画協会委員）

「アクリル絵の具はむずかしそう」と思っている方。初心者にもわかりやすくゆっくり進めていきます。

第2・4火曜日 13:30～15:00
Regular **もう一度学ぶ 基礎英会話**
受講料：11,160円
（3カ月6回・資料代込）
五條博子
（一般社団法人国際英語発音協会認定 発音指導士）

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、もう一度学び直しませんか？

第2木曜日 10:00～12:00
Regular **るーぷアクセサリー**
受講料：6,270円
（3カ月3回・教材費は別途）
金剌京子
（るーぷアート講師）

布等の「るーぷ」（ひも）でアクセサリー等を創作する新しい「結文化」の工芸です。第3木曜日13:30～もあります。

第2木曜日 13:30～15:30
Regular **金剌京子の一閑張り**
受講料：6,600円
（3カ月3回・教材費は別途）
金剌京子
（京工房主宰）

竹籠に幾重にも和紙を糊で貼り固め、表面に柿渋を塗ることで防水加工をします。バッグや小物を作りましょう。

第3火曜日 10:00～12:00
Regular **オートクチュールビーズ刺繍ジュエリー**
受講料：8,250円
（3カ月3回・教材費は別途）
松永昭子
（アトリエMatsunaga主宰）

刺繍枠に張ったオーガンジーに下絵を書き写し、ビーズ刺繍をします。

SBS学苑

新しい くらし ゆたかな 学び

大切な方を守るため 感染対策を継続中

静岡新聞カルチャーセンター
SBS学苑 藤枝校
藤枝市駅前3丁目4-4 江崎毎栄ビル1F
054-644-5103
受付時間/10:00～19:00（土10:00～15:00）日月祝休

講座予約はこちらから▶▶▶　インスタグラムはこちらから▶▶▶

1日講座 1DAY 入会金不要
管理運営費 1日講座 110円/回

展示 即売会 がくえんフェス

人気講座の展示&即売会、演奏会、ワークショップなどが楽しめるイベントです。詳細はHPをご確認ください。

お気軽にどうぞ!

日時 **10月29日〈土〉10:00-15:00**
会場 SBS学苑藤枝校 各教室

10/7(金) 10:00～11:30
1DAY **アロマテラピー活用術**
受講料：3,300円（教材費込）
山本早季子
（アロマテラピーインストラクター）

夏の疲れが出やすいこの時期。そのケアの方法を学び、アロマのバスボムを作りましょう。

10/11(火) 10:00～12:00
1DAY **ポーセラーツ 陶器の保存容器**
受講料：3,410円（大1個・教材費込）
3,190円（小1個・教材費込）
佐藤 瞳
（ポーセラーツサロン Amelie）

お好きな転写紙を貼って作ります。お気に入りの器を食卓に。18:30～もあります。

10/15(土) 12:00～16:00
1DAY **トルコランプ**
受講料：2,750円
教材費：7,700円(S)、8,800円(M)
長坂千鶴
（DDスクール認定 トルコランプインストラクター）

お好きな色のガラスのパーツとビーズを組み合わせて作りましょう。（S 高さ30cm/M（経験者）高さ35cm）

10/21(金) 10:00～12:00
1DAY **ベルガモットの石けん**
受講料：5,800円（教材費込）
大野澄江
（手作り石けん作家）

国産ベルガモットを配合した優しい使い心地の石けんです。手のひらサイズで6個作ります。限定4名。

10/26(水)・11/9(水) 13:30～15:30
1DAY **PythonによるExcel作業の自動化**
受講料：8,800円（全2回・資料代込）
小谷和海
（公認情報システム監査人）

Pythonの基礎から行ない、webからの自動情報収集を実際に試しながら進めていきます。11/5(土)・11/19(土)コースもあります。

10/27(木) 10:00～12:00
1DAY **自分らしく生きるための生前整理**
受講料：3,300円
中田香苗
（整理収納アドバイザー1級）

基本となる整理術を学び、無理なく進めながら1つずつ実践していきましょう。自分に合った方法を見つけて、これからにぜひお役立てください。

SBS学苑 藤枝校 × フジキチ FUJIEDA EKIMAE COWORKING BASE コラボセミナー

10/8(土) 13:00～16:00
見て楽しい食べて美味しいアイシングクッキー
受講料：3,850円（教材費込）
興石美紀
（ケーキデコレーターWilton公認インストラクター）
会場：コワーキングスペースフジキチ（FUJIEDA mikine 1F）

ハロウィンアイシングクッキー5枚
おばけ/かぼちゃ
ハロウィンプレート
蜘蛛の巣/ミイラ
かわいいハロウィンのアイシングクッキーを作ってみましょう。
限定10名。

詳細は下記QRコードから

10/15(土) 10:00～12:00
珈琲王子のラテアート&美味しいコーヒー
受講料：3,850円（教材費込）
珈琲王子 徳永裕人
（SCAJ認定コーヒーマイスター）
会場：コワーキングスペースフジキチ（FUJIEDA mikine 1F）

可愛いラテアートを作り、スペシャリティコーヒーの飲み比べ（デザート付き）・淹れ方も学べます。ご希望の方は抹茶ラテに変更もできます。
限定12名。

詳細は下記QRコードから

10/21(金) 18:00～20:00
～セイロンティー7産地をテイスティング～ スリランカ紅茶セミナー
受講料：3,850円（教材費込）
チャンディカ・ペレーラ
（株式会社シーテージャパン代表取締役社長）
会場：コワーキングスペースフジキチ（FUJIEDA mikine 1F）

スリランカ7産地のセイロンティーをテイスティングしながら、香りや口当たりの違いを体験してみましょう！自分のお気に入りの紅茶を見つけてみませんか？
限定20名。

詳細は下記QRコードから

11/12(土) 10:00～13:00
糀を使ってお料理しましょ!
受講料：3,905円（教材費込）
増田美千代
（かと万米店 四代目女将）
会場：コワーキングスペースフジキチ（FUJIEDA mikine 1F）

「糀」の魅力をお話しながら、デモンストレーションで作った3品（塩糀鶏ハム・塩糀きのこ・味噌汁）を試食していただきます。

詳細は下記QRコードから

2022.10月 予定表 October

神無月(かんなづき)

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 ㈱薮崎新聞店 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 ㈲太田新聞店

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
MEMO	新サービス 藤枝市にお住いの皆様へ 粗大ごみ・不用品有料回収 トリクル プラス START!! 詳しくは毎月第2水曜日折込のむるぶプラスで!! 新聞購読者割引有				1 友引 労働衛生週間 法の日	2 先負
3 仏滅 音羽町・原・茶町 旭が丘	4 大安 不成就日 三りんぼう 内瀬戸・駿河台 南駿河台	5 赤口 志太・新南新屋 南新屋	6 先勝 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	7 友引 前島・高岡 忠兵衛	8 先負 寒露 三りんぼう	9 仏滅 世界郵便連合記念日 国際文通週間
10 大安 目の愛護デー スポーツの日 青葉町・青南町 久市・島田市東町	11 赤口 新聞朝刊お休み 田沼	12 先勝 不成就日 むるぶプラス発行日 小石川・東町・駅前 築地・築地上	13 友引 高柳	14 先負 鉄道の日 兵太夫・与左衛門・大新島 上新田・上小杉・宗高・上泉	15 仏滅	16 大安
17 赤口 貯蓄の日 泉町・大東町 高洲	18 先勝 統計の日 源助・五平・善左衛門 弥左衛門・大洲 大西町	19 友引 瀬戸ノ谷・滝沢・寺島 本郷・宮原・助宗 瀬古・堀之内・谷稲葉	20 先負 不成就日 三りんぼう ふじえーら発行日 高田・清里・中薮田・上薮田 下薮田・南清里・西方・北方 中ノ合・下之郷・花倉・本町	21 仏滅 五十海・時ケ谷	22 大安 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	23 赤口 霜降 電信電話記念日
24 先勝 国連の日 潮・仮宿・鬼島 水守・八幡・横内	25 仏滅 炉開き むるぶ発行日 上当間・下当間 平島・保福島	26 大安 原子力の日 稲川・岡出山・益津 益津下・緑町・城南 若王子・藤枝・鬼岩寺	27 赤口 読書週間 (～11月9日) 大手・郡・田中 立花	28 先勝 速記記念日 不成就日 藤岡・天王町	29 友引	30 先負
31 仏滅 世界勤倹デー						

10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）

	2日(日)	9日(日)	10日(祝)	16日(日)	23日(日)	30日(日)
外科 9:00～17:00	近藤胃腸科外科(南新屋) ☎641・2625	西井胃腸科外科(高柳) ☎637・0610	藤枝平成記念病院(水上) ☎643・1230	水守B整形外科(水守三) ☎645・7900	ほしのクリニック(岡部町内谷) ☎667・0100	田沼脳神経クリニック(田沼二) ☎634・2274
内科・小児科 9:00～17:00	〈内・小〉大岩内科医院(高岡一) ☎636・0018	〈内〉西井胃腸科外科(高柳) ☎637・0610	〈内・小〉横山消化器内科(焼津市下小杉) ☎622・0045	〈内・小〉櫻井医院(焼津市上新田) ☎622・0122	〈小〉高洲早川クリニック(与左衛門) ☎636・0021	〈内〉水上内科クリニック(高柳二) ☎634・1200
	〈内〉近藤胃腸科外科(南新屋) ☎641・2625	〈内〉すぎむらクリニック(若王子三) ☎647・7077	〈内〉なお消化器内科クリニック(高洲一) ☎634・1825	〈内〉高橋医院(下青島) ☎647・0370	〈内〉ハラダ城南医院(田中三) ☎647・1234	〈内〉田沼脳神経クリニック(田沼二) ☎634・2274
	〈内・小〉川口内科(八幡) ☎644・3366	〈内・小〉菅ヶ谷内科医院(堀之内) ☎641・2903	〈内・小〉大持医院(藤枝五) ☎641・0651	―――	〈内〉ほしのクリニック(岡部町内谷) ☎667・0100	〈内・小〉入交医院(大手二) ☎641・0135

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～金19:30～22:00 土・日／19:30～翌7:00
※1日(土)・9日(日)・15日(土)・23日(日)・29日(土)の午後10時～翌日午前7時は、小児科のみ。

	2日(日)	9日(日)	10日(祝)	16日(日)	23日(日)	30日(日)
眼科 9:00～17:00	藤枝眼科クリニック(青木二) ☎647・7770	―――	―――	―――	―――	―――
耳鼻科 9:00～17:00	八楠耳鼻咽喉科(焼津市八楠四) ☎629・5566	あまの耳鼻咽喉科クリニック(田中三) ☎646・3313	たなか耳鼻科(焼津市小柳津) ☎621・5888	森耳鼻咽喉科(大洲一) ☎635・8687	仲神医院(焼津市中新田) ☎623・0805	むらまつファミリークリニック(藤枝五) ☎641・5318
その他 9:00～17:00	―――	―――	〈泌・皮〉平井医院(焼津市上泉) ☎622・9070	〈皮〉奥皮フ科医院(駅前三) ☎646・0934	―――	―――
歯科 9:00～15:00	青島歯科医院(田沼四) ☎635・1636	アライ歯科(鬼島) ☎644・4477	いしかわ歯科(瀬古二) ☎643・4618	竹中歯科医院(高洲一) ☎636・6777	ながい歯科(下薮田) ☎625・8410	桜デンタルクリニック(平島) ☎643・1188

ISETAN 伊勢丹 静岡

おいしいもの たのしいもの イセタンの エムアイプラザ藤枝通信

MI PLAZA MITSUKOSHI ISETAN エムアイプラザ藤枝

諸国美味しいもの特集 □9月25日(日)～9月30日(金)
※混雑の状況により、限定数表記のある商品はお一人さま1点限りとさせていただきます。また、整理券をお配りする場合もございます。

9月25日(日)・26日(月)の販売 〈東京/舟和本店〉芋ようかん2本・あんこ玉6個詰合せ 各日30点限り 864円

9月25日(日)・26日(月)の販売 〈磐田/玉華堂〉和栗モンブラン 25日(日)は72点限り 26日(月)は48点限り 621円(1個)

〈菓匠清閑院〉萬年樹6個入 30点限り 1,296円(6個入/1箱)

〈鎌倉/鎌倉紅谷〉あじさい8枚入 100点限り 1,188円(8枚入/1箱)

〈東京/銀座花のれん〉せんべいせんべい彩集い 1,080円(8袋入/1箱)

〈石川/松葉屋〉月よみ山路 60点限り 751円(1棹)

9月25日(日)・28日(水)の販売 〈東京/新宿高野〉マロンロールケーキ 25日(日)は20点限り 28日(水)は10点限り 972円(1個) オレンジロールケーキ 25日(日)は20点限り 28日(水)は10点限り 864円(1個)

〈静岡/セティボン？〉和栗バウムクーヘン 30点限り 1,728円(1個)

〈東京/シュガーバターの木〉シュガーバターサンドの木 お買得パック 120点限り 691円(10個入/1パック)

〈福岡/太宰府えとや〉梅の実ひじき 300点限り 756円(150g/1個)

〈トリプルアローズ〉期間限定販売 9月25日(日)～10月4日(火) 最終日午後4時終了

コート 7,700円(フリーサイズ)
ブラウス 8,690円(フリーサイズ)
パンツ 9,790円(フリーサイズ)

〒426-0067 藤枝市前島1-3-1 ホテルオーレ1階 電話：054-634-0310 営業時間：午前10時～午後6時30分 ※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。
※諸般の事情により、営業日・営業時間、予定しておりましたイベントなどが変更になる場合がございます。ホームページまたは店頭でご確認ください。 ※価格はすべて 税込です。