



静岡県産黒毛和牛100% ベーコンチーズバーガー 720円(税込)



これがイチオシ!
人気のパン



藤枝市青木2-27-1 大石ビル1F
054-644-3980
7:00～19:00(オーダーメニューは8:00～18:30)
●日曜日・他年末年始等休みあり
●店舗前6台(満車時は向かいJAを利用可)

※掲載内容は取材時(3月)のものです。営業時間、価格等、掲載内容は変更となっている場合があります。



パンの店 ラパン

Boulangier Lapin

作りたてバーガーで堪能する濃厚な肉の旨み

注文を受けてから作る人気オーダーメニュー。黒毛和牛100%の底力が、手づくりの分厚いパテにギュッと凝縮されている。沖縄産ブランド豚の肉厚ベーコンの噛みごたえは歯切れ良く、しかもジューシー。ふわモチのパンズで、ひと口食べたらもう止まらない! ファンが多いのも頷ける逸品。

美味しいパンで幸せ気分♪

2022年の成人式を迎えるお嬢様・ご家族様



早い予約がゼッタイお得!
今ならご希望の時間に成人式当日のお支度予約ができます。

2022年成人式当日の着付け予約承ります。
お衣装準備にお困りの方

- ①振袖ご購入プラン 14万円～(税別)
(30点フルセット、前撮り時、ヘアメイク・着付け無料)
- ②振袖レンタルプラン 3万円～(税別)
(10点セット、前撮り時、ヘアメイク・着付け無料)
- ③ママ振・姉振プラン丸洗い 3,000円～(税別)
小物ご購入、お手入れ、寸法直し

成人式の記念撮影をお考えの方

前撮り・お衣装お持込プラン
お支度代(スタイリング・着付・撮影料) 18,000円(税別)

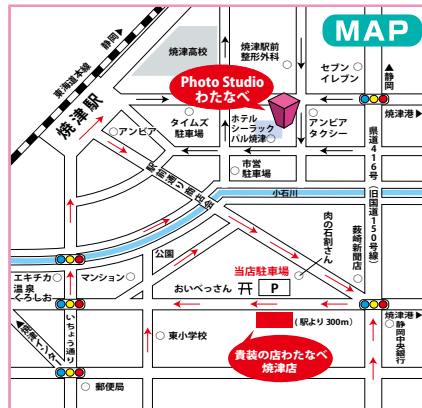
①②③プランのご利用で 0円

全てのプラン 4/24(土)まで

期間中に親娘でご来場のお客様に、
特別プレゼントをご用意しております!

新型コロナウイルス感染症への対応について

お客様の安心・安全のために、ご来店時のお願いです。
・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。
・ご希望の時間をお電話でご予約の上、ご来店下さい。
・マスクのご着用をお願いいたします。
・入場制限をさせていただくこともあります。
・店頭にて、手指の消毒液をご用意しておりますので、ご利用下さい。
・状況により、営業時間の変更、休店などをする場合があります。
ご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願い致します。



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



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

増刷おめでとうございます。ありがとうございます。十二月に発行したのですが、とても好評で三月はじめには、増刷版が配布されました。多くの方から「見たよ、よくできてるね」と言っていて頂き、制作時にお世話になった皆様からも笑顔がこぼれ、嬉しかったです。地域おこし協力隊になった時、「デザイン」の力で中山間地域の抱える課題を解決したい」という思いに突き動かされて、今まで活動をしてきま

リト 人志太



藤枝市地域おこし協力隊 石川 紗彩

「里山巡り」の内容は？ 最初は、おみやげマップのようなものを考えました。若い人たちに興味を持ってもらえるもので、写真を中心に考えるうちに瀬戸谷稲葉・栗梨・朝比奈を巡るモデルコースを作って「見る・体験する」「食べる」「買う」泊まる」を紹介する形にまとまっています。多くの人の想いを詰め込んで作りました。藤の瀬谷館や市の観光案内所などに置いてあります。冊子片手に楽しく中山間地域を巡ってほしいです。



▲本堂と増田次郎像



▲本堂内陣



▲三佛堂



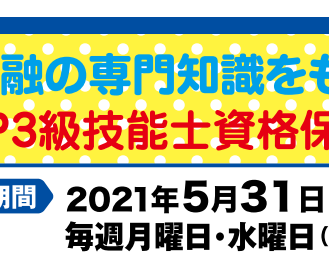
▲本堂扁額



▲増田次郎像



▲増田次郎



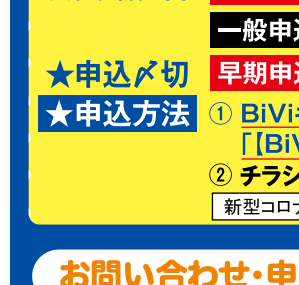
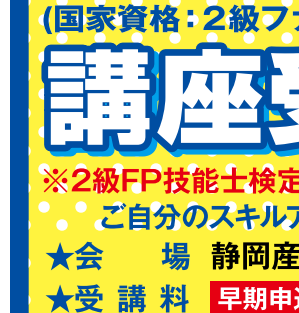
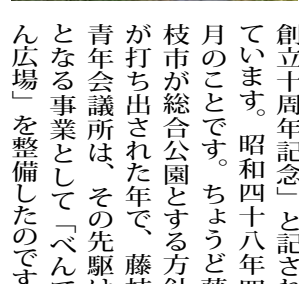
▲増田家の墓(右端次郎墓)

真言宗の寺として開創 元弘元年(一一三三)春 児嶋中将範長の三男、七郎 高久が駿河国に下り、益津 郡稲川の森に居を定めまし た。焼津田尻の真言宗宝衆 寺五世智然法師に真言密

志太 物語

三佛堂のある 焼津山満蔵寺 楠木家奉納文殊・普賢菩薩 郷土の偉人増田次郎が再建 教の修法を受け、焼津和尙 三尊仏を持って焼津の浜に 上陸しました。正平二年 菩薩を安置し「焼居山満蔵 寺」を開創しました。 応仁の乱のこと、楠 木正成の子、正行は足利尊 氏との戦いの途中、家宝の 普賢菩薩を奉納するで礼 してほしいと懇願し、去った 満蔵寺を曹洞宗に改宗して

再興し、住職がいて先祖供 養のできる寺にのみがえらせ ました。しかし、その後も 洪水や地震などのによる本堂 の倒壊と再建を繰り返しま した。 増田次郎による本堂再建 明治元年、稲川に生まれ た増田次郎は台湾民生官 の後藤新平に認められ、衆 議院議員を務めた後、電 力業界で敏腕を振い、全 国の電力会社を統合した日本 発送電の総裁になった立志



藤枝市蓮華寺池公園の右手奥、藤枝市郷土博物館の手前に「べんてん広場」があります。手前のベンチは、地域や来訪者の憩いの場となっています。鳥居に「弁財天」とあり、看板には「蓮華寺池弁天」とあるので、ここ

蓮華寺池公園 べんてん広場 志太新名物探訪

GOURMET REPORT パン屋さんのイチオシ人気パン集めました！

※掲載内容は取材時(3月)のものです。営業時間、価格等、掲載内容は変更となっている場合があります。



手作り ビーフカレーパン 195円(税込)

石窯パン工房 パトン 焼津店 根強い人気No.1のこだわり満載カレーパン

カリカリモチモチの生地の中に包まれているのは、柔らかな牛肉がゴロッと入った特製カレー。独自の味を引き出すため、スパイスから自家製だという。大きな銅鍋でじっくり仕上げられ、具材の旨みとコクが溶け込んでいるその味は、後からぐっとスパイスが効いてくる大人向けの味。ぜひ揚げたてをどうぞ！



焼津市小川2826 054-656-0810 月曜日 42台 7:00~19:00

かんせいどう グランジェ 甘清堂 ふわっとちぎれて食べやすい、絶品コッペパン

豊富な種類があるコッペパンのなかでも、色鮮やかな可愛らしさで人気が高いフルーツホイップ。ほのかに甘い生地に挟まれた爽やかな甘みの果肉と、ホイップクリームのミルク味は、思わず顔がほころぶ美味しさだ。旬によりフルーツが変わるため、季節の味を楽しめるのも嬉しい。



ちぎれるおやつコッペパン フルーツホイップ 200円(税込)

フランス モザイク Boulangerie Mosaïque 鉄分、ミネラル、食物繊維、美味しく食べて健康に

自然素材や自家製天然酵母で評判の店が作る人気パン。焙煎した麦芽が使われた生地にはほんの少し酸味があり、甘くやさしい芳醇な香りもたべよう。そして、中に入ったレーズンの柔らかな食感や甘み、オーツ麦やナッツのザクザクした食感が、食べごたえのある絶妙な味わいを生み出している。



藤枝市前島3-5-6 054-639-9105 水・木曜日 店舗横1台・近隣P2台 9:00~18:00

グラノーラバー 286円(税込) ※主に金～月曜日に販売



焼津市小川2826 054-656-0810 月曜日 42台 7:00~19:00

かんせいどう グランジェ 甘清堂 ふわっとちぎれて食べやすい、絶品コッペパン

豊富な種類があるコッペパンのなかでも、色鮮やかな可愛らしさで人気が高いフルーツホイップ。ほのかに甘い生地に挟まれた爽やかな甘みの果肉と、ホイップクリームのミルク味は、思わず顔がほころぶ美味しさだ。旬によりフルーツが変わるため、季節の味を楽しめるのも嬉しい。



ちぎれるおやつコッペパン フルーツホイップ 200円(税込)



クリームホーン 216円(税込)

ベッカライ、デア オルト bäcker der Ort サクサク生地の中に濃密クリームをたっぷり

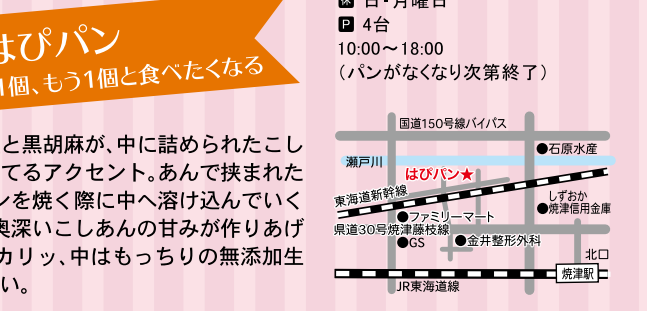
バターの香り、軽やかな食感、そして生クリームとカスタードを合わせた濃密クリーム。食べた瞬間に多幸感が得られる一級の味わいだ。クリームをその場で詰めてくれる提供スタイルも、ワクワクした気分させてくれると評判。この他にも、モカと抹茶、2種類の味を販売中。



焼津市東小川8-6-16 054-626-5813 日・月曜日 8台 9:30~(パンがなくなり次第終了)

かんせいどう グランジェ 甘清堂 ふわっとちぎれて食べやすい、絶品コッペパン

豊富な種類があるコッペパンのなかでも、色鮮やかな可愛らしさで人気が高いフルーツホイップ。ほのかに甘い生地に挟まれた爽やかな甘みの果肉と、ホイップクリームのミルク味は、思わず顔がほころぶ美味しさだ。旬によりフルーツが変わるため、季節の味を楽しめるのも嬉しい。



ちぎれるおやつコッペパン フルーツホイップ 200円(税込)

金融の専門知識をもっと深く、広く、学びましょう FP3級技能士資格保有者のステップアップに最適！

期間 2021年5月31日(月)~9月8日(水) 18:30~20:30(120分) 毎週月曜日・水曜日(8月11日(水)以降週2回) 全18回

定員20名(先着順)

講座の特色

- ① 藤枝市・近隣都市では数少ない 教室授業
- ② 対面による授業だから 疑問⇒即質問⇒完全理解
- ③ 復習に便利⇒授業は録音、音声データ提供
- ④ 藤枝駅南口徒歩3分 アクセス良好
- ⑤ リーズナブルな受講料(テキスト代以外は不要です)

講座の内容

前半 インプット講座(基礎をしっかりとマスター) 12回

- 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

後半 アウトプット講座(徹底答案練習) 6回

答案練習・解答解説・質疑応答

試験日2021年9月12日(日)をターゲットにした講座ですが、年3回検定試験があります 毎週月曜日・水曜日(8月11日~9月8日)18:30~20:30(120分) 全18回

講座日程

5月 31日 1回 6月 7, 14, 21, 28日 4回 7月 5, 12, 19, 26日 4回 8月 2, 9, 16, 23, 30日 6回 9月 6, 13, 20, 27日 4回

講師 一杉 憲重 静岡産業大学 非常勤講師

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BiViキャンパス(BiViキャン) FP2級講座事務局 藤枝市前島1丁目7-10(藤枝BiVi 1F) TEL 054-639-7164 FAX 054-639-7165 E-mail : hikeda@ssu.ac.jp

静岡産業大学 受講者募集 資格取得講座 申込方法 主催/静岡産業大学 後援/藤枝市・藤枝商工会議所

① BiViキャンHP「新着情報」・静岡産業大学HP「お知らせ」[「BiVi」資格講座募集]申込フォームから送信 ② チラシ裏面申込書に記入し下記へFAX・郵送

これから就活する大学生・専門校生・高校生・社会人におススメ！ コロナ後の観光業界は「GoToキャンペーン」など急激に復活します！

秘書技能検定3級講座 国内旅行業務取扱管理者講座

何を学ぶの？ 4/21(水)~6/2(水)[全6回] 時間/18:30~20:30 日程 4月 21, 28日 5月 12, 19, 26日 6月 2日 各水曜日 受講料 24,200円(税込み・別途テキスト代) (本学学生は下記へお問合せください)

何を学ぶの？ 6/9(水)~9/8(金)[全14回] 時間/18:30~20:30 日程 6月 9, 16, 23, 30日 7月 7, 14, 21, 28日 8月 4, 11, 18, 25日 9月 1, 8, 15, 22, 29日 各水曜日+9(3金) 受講料 52,800円(税込み・別途テキスト代) (本学学生は下記へお問合せください)

何を学ぶの？ 国内旅行の業務を取扱う営業拠点には必ず必要となる資格「GoToキャンペーン」など急激に復活します！ 大いに活躍できます。旅行業法、旅行業約款、旅行実務等学びます。年1回の国家試験で合格率約40%、練習問題こなせば大丈夫です。旅行の本当の楽しさ、面白さを系統的に学ぶ講座です。2021年9月の国家試験チャレンジしましょう！

講 師 石垣 美佳 (いしがき みか) 静岡産業大学 講師 国内旅行業務取扱管理者講座 秘書技能検定2・3級講座 簿記検定1・2・3級等資格取得講座担当 きの細かい指導により資格取得に定評あり

今後の資格講座

講 座	期 間	曜 日	回 数	内 容
電子会計3級	8/21・8/28+9/11	土	2日間+補講	企業等で会計実務を希望する方 電子簿記会計の基礎編
電子会計2級	8/21・8/28+9/11	土	2日間+補講	企業や団体等で会計実務担当する方、電子会計ソフトの実務
秘書技能検定2級	9/8~11/12(金)	水	10回	ビジネスに必要な文書作成、実務マナー等幅広く深く学ぶ
色彩(カラーコーディネーター)検定2級	9/21~11/9	火	8回	色(カラー)について理論を学び、仕事などに活かすスキル
ビジネス能力検定3級	10/4~11/29	木	8回	職業人としての考え方、ビジネス文書や常識等学ぶ
ITパスポート試験	10/7~11/25	木	8回	企業等でITを効果的に利用するための基礎的な知識を学ぶ

(電子会計講座は土曜 2回+1 9:00~17:00集中講義 他は全て各曜日18:30~20:30)

各講座共通 講師/石垣美佳 定員/15名 会場/静岡産業大学 藤枝駅前キャンパス(BiViキャン)

お問い合わせ・申し込み 静岡産業大学藤枝駅前BiVi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(藤枝BiVi 1F) TEL 054-639-7164 FAX 054-639-7165 E-mail : hikeda@ssu.ac.jp

認知症予防虎の巻

人生百年時代、元気に過ごすための準備

認知症は今や65歳以上の7人に1人以上がかかっているといわれ、高齢者人口の増加とともにさらに増える可能性があります。認知症にならないため、なっても進行しにくくさせるための方法とはどのようなものがあるのでしょうか。自宅で日常的に行える認知症の予防法や役立つ方法について紹介します。

適度な運動で脳と体を鍛えよう

身体を動かしながら(＝身体運動)何かを考える(＝認知課題)ことは、脳の多くの機能を同時に使います。これが認知症予防に大変良いとされていますので、意識的に取り入れてみてください。

運動をした結果、血流がよくなること、で、脳や全身の細胞に酸素が行きわたり、細胞の活性化も期待できます。逆に運動不足だと、高血圧や糖尿病といった生活習慣病の発症リスクが高まります。それにより脳卒中が起きてしまうと脳血管性認知症になったり、うまく体が動かかせないことで脳への刺激が減った結果、アルツハイマー



ながら運動で脳に刺激を

●散歩をしながら昨日のことを思い出す

日常の出来事を思い出すということは、脳の短期記憶をつかさどる部位を刺激するだけではありません。たとえば食事のことを思い出せばその情景や香り、味、食感などさまざまな感覚をつかさどる部位も刺激され、人と話したことを思い出すことが多いので、脳の機能の



ラジオ体操をしながら一人で行う

運動不足解消のために、ラジオ体操を習慣にしている方も多いのではないのでしょうか。そのときに、体操と一緒に一人で行うつもりで、みましよう。体の動きを思い出しながら体操をし、音楽も聴き、しりとりをするので、実にたくさん脳を使います。



知的活動で脳に刺激を

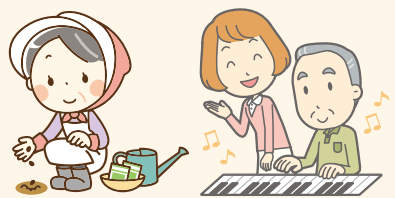
知的活動とは、読書や手芸、コンピュータ作業、趣味や家事、住民会への参加などの社会活動を目指してやります。よく耳に活動脳トレやゲームもこの中に含まれています。

知的活動は物事を考えることが多いので、脳の機能の多くをつかう必要があり、認知症の予防にも繋がるとされています。また、手指を使う知的活動は脳によい刺激をもたらしますし、同時に複数のことを考える脳トレやゲームは、複数の脳部位を同時に使うことができます。実際に有効な予防法です。好きなことを楽しく行うことも、脳の機能の向上にはとても大切です。好きよりも、好きなことを楽しく続ける方が、脳に良い影響を

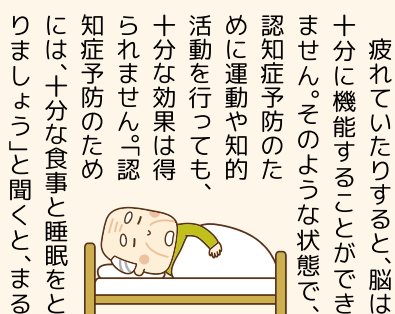
正しい知識を!老化と認知症の違い!

認知症による記憶障害は、加齢に伴う物忘れとよく間違えられます。しかし、「昨日食べた夕食が思い出せない」といった物忘れとは根本的に異なり、「夕食を食べた」という体験そのものを忘れてしまいます。

	老 化	認 知 症
原 因	加齢による物忘れ	認知機能の障害
記 憶	体験の一部を忘れる	体験そのものを忘れる
時間や場所	見当がつく	見当がつかない
自 覚	忘れたことの自覚はある	自覚がない
症状の進行	進行はない	著しく進行することもある
生活への影響	大きな支障はない	支障が生じる



疲れていたりすると、脳は十分に機能することができません。そのような状態で、認知症予防のために運動や知的活動を行っても、十分な効果は得られません。認知症予防のためには十分な食事と睡眠をとることも大切です。また、睡眠不足は認知症のリスクを高めます。十分な睡眠をとることで、脳の機能を回復させることができます。



十分な食事と睡眠をとることで、脳の機能を回復させることができます。また、睡眠不足は認知症のリスクを高めます。十分な睡眠をとることで、脳の機能を回復させることができます。

じだのおいしいごちそうレシピ



パンパシジー風 サラダチキン



1人分のエネルギー量: 118kcal 食塩相当量: 0.9g

〈材料〉4人分

鶏むね肉 1枚(250g)
塩…………… 小さじ1
長ねぎ(青い部分)1〜2本
しょうが(薄切り) 3〜4枚
水…………… 600ml
きゅうり…………… 1本
レタス…………… 2枚
しょうゆ… 小じ1
酢…………… 小じ2
砂糖…………… 小じ1
すりごま… 大じ1
ごま油… 小じ2
お好みでパセリなど

- 鶏肉に塩を振り、冷蔵庫に入れ一晩置く。(すぐ作るときは常温で20分置く。)
- 作る前に、常温に戻しておく。
- 鍋にねぎ、しょうが、分量の水を入れ火にかけ、沸騰したら鶏肉を加える。
- ふたをして30秒加熱したら、火を止める。
- そのまま蓋をして40〜50分置き、粗熱をとる。
- 鶏肉を取りだし、食べやすい大きさに切る。(すぐに食べない場合は、茹で汁ごと容器に入れ保存する。)
- きゅうりを千切りにし、レタスは食べやすい大きさにちぎる。
- レタス、きゅうり、鶏肉の順で皿に盛り、混ぜ合わせたAのたれをかけ完成。

れんこんとごぼうのわさびマヨ和え



1人分のエネルギー量: 74kcal 食塩相当量: 0.4g

〈材料〉3〜4人分

れんこん…………… 50g
ごぼう…………… 50g
にんじん…………… 30g
水菜…………… 50g
マヨネーズ 大じ1
プレーンヨーグルト 小じ2
しょうゆ… 小じ1
練りわさび 小じ1/2
すりごま(白) 大じ1と1/2

- れんこんは皮をむき、半月切りまたはいちょう切りにし、酢水につける。ごぼうはきれいに洗い皮をむき、千切りにし、水にさらしてあくを取る。にんじんは皮をむき、千切りにする。水菜を5cmの長さに切る。
- れんこん、ごぼう、にんじんを熱湯でさっとゆで、ざるにあげておく。
- 混ぜ合わせたAと、野菜を和えたら完成。

筍ご飯



1人分のエネルギー量: 390kcal 食塩相当量: 1.5g

〈材料〉6人分

ゆで筍…………… 300g
だし汁…………… 300ml
砂糖…………… 大じ2
酒…………… 大じ1
しょうゆ… 大じ2
米…………… 3合
しょうゆ 大じ2/3
酒…………… 大じ2/3
塩…………… 少々
鶏もも肉…………… 150g
しょうゆ… 大じ1/2
卵…………… 1個
サラダ油…………… 少々
紅しょうが 適量(お好みで)
木の芽…………… 数枚

- 筍は、穂先のやわらかい部分を10枚ほど薄切り(飾り用)にし、残りを細切りにする。
- Aを混ぜ合わせ、筍を煮汁がなくなるまで煮る。(飾り用も一緒に煮て、別にしておく)
- 鶏もも肉は薄くそぎ切りにし、しょうゆで下味をつける。
- 米は洗って30分以上浸水し、ザルにあげて水気を切る。
- 炊飯器に米、Bを入れ、3合の水位よりやや少なめに水(分量外)を加え、最後に鶏もも肉としょうゆを加えて炊く。
- 卵はサラダ油をひいたフライパンで薄く焼き、細切りにする。
- 炊き上がったご飯に②の筍を混ぜ、飾り用の筍と⑥、紅しょうが、木の芽を飾り完成。

かぼちゃのドーナツ



1個分のエネルギー量: 68kcal 食塩相当量: 0.0g

〈材料〉20個分

かぼちゃ…………… 1/4個
ホットケーキミックス 200g
水…………… 適宜
揚げ油…………… 適量
メーブルシロップ はちみつ
粉砂糖…………… お好みで

- かぼちゃの皮を除き小さく切り、耐熱皿に並べラップをし、やわらかくなるまで電子レンジで加熱する。(目安: 600Wで5分)
- かぼちゃをスプーンやフォークなどで荒めのペースト状にする。
- ②に少しずつホットケーキミックスを加えながら混ぜる。(丸められる固さまで適宜水を加える。)
- 20等分し丸め、熱した油で揚げたら完成。
★フライパンで焼いてもOK。お好みでメーブルシロップや粉砂糖をかけて美味しく食べられます。

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♪

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、食を通じ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・藤枝・青島・高洲の5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69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

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。



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2年度 低栄養予防の献立



市のイベントへの出展

【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

健康麻雀で楽しく脳トレ・老化予防

●記憶力、判断力の低下を防ぎたい ●お友だちを作りたい ●麻雀が好きだけど、メンツが集まらない

健康麻雀教室無料体験会

13:00〜15:00 ※要予約
☎054-631-7072

麻雀未経験の方にオススメの内容です

開催日 4/4(日), 22(木), 5/16(日), 28(金)

フリー健康麻雀

半荘(東南戦) 1回/¥400

麻雀愛好家向けのフリー健康麻雀

ご希望の時間を事前予約いただければ、メンバーを集めます。お客様のレベルに応じて、お客様をそろえることも可能です。



マジオ de 健康麻雀 -BiVi藤枝店-

藤枝市前島1-7-10 BiVi藤枝店2F 営業時間 10:00〜17:00 TEL054-631-7072

運転免許 相談窓口開設

自動車学校ではなく、「マジオde健康麻雀」でも運転免許のご相談・入校手続きができます! 仕事が忙しい方・車がないとマジオにお越し頂けない方など BiVi藤枝なら藤枝駅から徒歩約3分! お気軽にお立ち寄りください!

静岡産業大学
BIVI無料講座

11号

者も急速に増えています。「越境EC」とは「海外販売のオンラインショッピング」のことを指します。有望なビジネス形態として日本で注目されつつあは、訪日中国人観光客による爆買い現象でした。訪日中国人観光客が、帰国後も「Made In Japan」の製品をリピーター買ひたい、知人や友人へのクチコミが派生し続けたため、近年「越境 EC」(Electronic Commerce=電子商取引)の利用

用した海外販路拡大は大きなチャンスとみています。

2019年 日米中3カ国間の
越境ECの市場規模

国	輸入額 (円)	輸出額 (円)	前年比 (%)
日本	3,175 億円	2,863 億円	輸入比 14.8%, 輸出比 14.3%
中国	3兆 6,652 億円	2兆 94 億円	輸入比 12.3%, 輸出比 16.3%
米国	1兆 5,570 億円	6,535 億円	輸入比 11.8%, 輸出比 15.0%

出所：経済産業省（2020）電子商取引に関する市場調査・9頁

静岡産業大学

BIVI無料講座特設ウェブサイト
www.f-ssu.com/extension

志太マンドリン・ギターアンサンブル

サロンコンサート

3月28日(日)	4月4日(日)
開演14:00	開演14:00
開場13:30	開場13:30

藤枝市民会館ホール (藤枝市岡出山1-11-1) 350席(収容人数の半数)	焼津市総合福祉会館 (ウェルシップ焼津) 160席(収容人数の半数)
---	---

両日とも 入場無料・申込不要
先着順（定員数まで）
満席になりましたら、入場を制限させて頂く場合があります。

新型コロナウイルスの感染状況によっては、曲数の変更及び、
開催中止となる場合があります。
ホームページにて、ご確認をお願い致します。
ホームページ <http://shidaman.music.coocan.jp>

お問い合わせ 054-643-7586 (わしやま)

主催 志太マンドリン・ギターアンサンブル
後援 藤枝市教育委員会 焼津市教育委員会

藤枝          

藤枝は、むるぶ編集部が推薦する桜スポットをご紹介します。

1	大久保キャンプ場	大久保キャンプ場の周辺0.3キロ
2	瀬戸谷温泉ゆらく手前 瀬戸川沿い	大出橋からゆらく手前までの瀬戸川沿い0.9キロ
3	宮原瀬戸川沿い	三井農林から中山橋にかけて瀬戸川沿い1.1キロ
4	寺島河川敷公園周辺	寺島河川敷公園から寺島町内会館まで瀬戸川沿い0.7キロ
5	矢崎橋上流瀬戸川沿い	矢崎橋から赤坂橋手前まで瀬戸川沿い0.3キロ
6	玉露の里周辺	龍勢打ち上げ橋から六社神社までの朝比奈川沿い0.5キロ
7	岡部中学校朝比奈川沿い	水神橋から村下橋までの岡部中学校朝比奈川沿い0.5キロ
8	沖田橋～中ノ合橋葉梨川沿い	葉梨小の沖田橋から中ノ合橋まで葉梨川沿い0.6キロ
9	清里団地藪田川沿い	清里団地の真ん中を通る藪田川沿い0.9キロ
10	三ツ池周辺	国道1号線藪田東1C近くの新三ツ池周辺
11	二ツ池周辺	二ツ池・桜宮神社の参道および池周辺
12	藤枝総合運動公園周辺	藤枝総合運動公園周辺・現在千本桜を展開中
13	広幡小学校葉梨川沿い	広幡小学校と広幡幼稚園の葉梨川沿い0.3キロ
14	八幡橋～渡御橋葉梨川沿い	八幡橋から渡御橋までの葉梨川沿い0.5キロ
15	六間川沿い	桜デンタルクリニック先の向新田橋から平島大橋までの0.5キロ
16	田中城下屋敷周辺六間川沿い	藤枝西高校裏から桜デンタルクリニック手前までの0.9キロ
17	蓮華寺池公園	蓮華寺池公園内と周辺
18	岡出山公園	飽波神社の裏山、岡出山公園内
19	金吹橋～勝草橋瀬戸川沿い	勝草橋～金吹橋の瀬戸川沿い1.7キロの桜トンネル
20	金比羅山緑地瀬戸川沿い	勝草橋～金比羅山緑地の瀬戸川沿い0.4キロと金比羅山
21	志太郡街周辺	志太郡街から藤枝市保健センター周辺
22	青島東小学校横自転車道沿い	青島東小学校横を通る自転車道沿い0.2キロ
23	末広地区東光寺谷川沿い	上青島の三軒屋ふれあい会館先のJRを潜った川田橋の西0.1キロ
24	高洲小学校黒石川沿い	高洲小橋の巾溝黒石川(坂通りから村上開明堂藤枝工場前0.6キロ
25	市営大東団地先 栃山川沿い	東名高速を潜った所の筈(あぶら)橋の東、栃山川沿い0.2キロ
26	遠州トラック先田中川沿い	遠州トラック北側の鉄塔から東に田中川沿い0.5キロ



藤枝・焼津

桜が恋しい季節となりました。コロナ禍で昨年に引き続き、お花見のイベントは中止の所が多いようですが、開花を今か今かとお待ちの方も多いのではないのでしょうか。ソーシャルディスタンスに気を付けながら、ゆっくりと桜を愛でるのも一興です。志太地域の開花予想は、三月十五日現在、三月二十五日です。むるぶが発花される頃に開花となり、満開は四月上旬の予定です。満開から一週間位で花が散っていきますので、お見逃しなく。

焼 津

焼津では、毎年、焼津市観光協会から「さくらMAP」が発行されています。ホームページからダウンロードできますので、ご活用ください。（数字の後の🌸マークは下記に写真があるものです。）

1	朝比奈川堤 山の手さくら	早咲きの河津桜で見頃は2月中旬～3月中旬まで
2	桜 坂本 高草山沿い	坂本神社から石脇観光トイレまでの1.4キロ
3	桜 東益津 石脇川沿い	石脇公園から東益津小学校までの0.5キロ
4	JR東海道本線沿い	アンピアバス庫から日本シェパードまで東海道本線沿いの0.8キロ
5	桜 浜当目 かんぼ桜トンネル	JR東海道線脇からかんぼの宿焼津までの坂道0.8キロ
6	桜 中里 朝比奈川沿い	若宮八幡宮から国道150号までの朝比奈川左岸沿いの0.4キロ
7	桜 大覚寺 六間川沿い	石原水産マリンステーションから東名高速までの1.3キロ
8	保福島 瀬戸川沿い	法昌寺から大井神社までの1.5キロ
9	桜 焼津・三ヶ名 小石川沿い	焼津市文化センターから焼津西小学校までの1キロ
10	桜 JR西焼津駅	西焼津駅から藤枝に向かって0.5キロ
11	桜 小川 黒石川沿い	黒石橋から小川公園までの0.5キロ
12	桜 大住 黒石川沿い	黒石境橋から新黒石橋までの1.5キロ
13	桜 すみれ台 木屋川沿い	スーパー田子重から西松原団地までの1.5キロ
14	桜 中新田 木屋川沿い	静岡福祉大学から中新田配水場までの1キロ
15	桜 三和 栃山堤 富士見さくら	国道150号バイパスから長峰花カフェまでの0.8キロ
16	桜 一色 成道寺前	成道寺からあい荘までの一色横須賀川沿い0.6キロ
17	桜 上小杉・大島 成案寺川沿い	水産加工団地から静浜基地までの2キロ
18	桜 大井川西小学校東側水路沿い	大井川西小学校から上泉公民館までの0.8キロ
19	桜 利右衛門 泉川沿い	本川橋からアルクスポント(釣り堀)までの0.4キロ
20	大井川港臨港南公園	大井川港臨港南公園内の0.3キロ





中日本バンリースのレンタル収納ボックス

NAKAVAN BOX



あふれたモノを収納して、
スッキリ快適な空間に！





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

お気に入りの着物、長襦袢、帯など

丸洗い

— キャンペーン期間：令和3年4月10日(土)まで —

2,980円 (税抜)

※丸洗いだけでは落ちないシミは別途見積もり致します

臭いや汗、襟のシミが気になる方

プレミアム京洗い

【着物一律】	【帯・長襦袢一律】
8,000円(税別)	5,000円(税別)

仕上がりの美しさが違います

浴衣生地・魚河岸反物 続々入荷中!

【浴衣B反物約12m】	【手ぬぐい切売50cm】
1,980円より	160円より
※表示価格	※表示価格
は税別価格です	は税別価格です
	280円より

KIMONO COLLECTION

みすかみ

洗い張り・仕立て直しサイズ変更・色染め
諦めていたシミ汚れなどもなんでもご相談ください。
着物マニアの店主が**無料診察**します!

TEL.054-629-2991 焼津市西小川5-2-15 営業時間 10:00～19:00 水曜定休日

静岡県クリーン・生活衛生同業組合 焼津支部

静岡県クリーン・生活衛生同業組合 焼津支部

静岡県クリーン・生活衛生同業組合 焼津支部

静岡県クリーン・生活衛生同業組合 焼津支部

冬物のお手入れは、
このチャンスにぜひ！

大感謝セール

25%
還元

3月25日(木)～4月24日(土)まで

クリーニング料金2,000円で

ギフト券1枚進呈

全国共通 クリーニングギフト券

ギフト券には有効期限があります。期限の切れたギフト券は無効になります。

白鳥のマークは
安心のマーク

このマークのお店では環境保全のため
ポイハンガールの回収を行っています。

当組合では環境保護とごみ
削減に取り組んでいるため
**マイバック持参に
ご協力ください**

ハンガーリサイクル

環境保全のためにハンガーの
回収にご協力下さい！

品質重視 確かな技術の厚生労働省認可の組合加盟店をご利用下さい

山田屋クリーニング

小川新町3の6の28 ☎628-3616

油井クリーニング店

東小川7丁目15の2 ☎628-7432

小木曾クリーニング店

栄町6-2-2(焼津東小学校前) ☎628-3547

東洋舎クリーニング

中根新田325(大富小学校北側) ☎624-5013

タナカヤ小川港店

小川3337の3 ☎624-8564

静岡県クリーン・生活衛生同業組合 焼津支部

静岡県クリーン・生活衛生同業組合 焼津支部

藤枝市役所近く

日蓮宗

妙法寺

永代供養塔

れんげびょう

蓮華廟

日蓮上人の廟所を模した「六角形」の
供養塔で、正面にはご本尊
である御曼荼羅が
彫刻されています。

後継ぎのいない方にも安心。

期間・供養など組合せ自由

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。

永代供養とは

近年、「お墓の後継者がいない」「何らかの事情でお墓が持てない」など、お墓に関する悩みを抱える方が増えています。そんな悩みを解消するのが、ご家族に代わって寺院が御霊を供養する「永代供養」です。

妙法寺では、春秋のお彼岸・お盆・日々の御回向はもちろん、年に度の供養日にお供えと読経を行います。また、期限を設けての骨壺のままのお預かりや、御年忌・法事などの相談も承っております。過去の宗旨・宗派は問わず、生前のお申し込みも可能です。お気軽にご相談ください。

一霊 15万円～

ご希望があれば、黒御影石の記名板に御戒名を刻み、供養塔裏側の墓誌に設置することも可能です。

過去の宗旨・宗派不問

七百年の歴史に彩られた地元の名刹寺院

上伝馬バス停

千歳交差点

岡出山公園

しずおか焼津信用金庫

妙法寺

藤枝市役所

ファミリーマート

清水銀行

瀬戸川

ゆず庵

志太消防本部

妙法寺では

通夜・葬儀

法事

お墓

永代供養

上記の様々な質問・疑問にお答えしております。

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。

資料をご希望の方は送付いたします。下記までお気軽にご連絡ください。

フリーダイヤル

0120-927-536

藤枝市藤枝4丁目5-35 ●営業時間/10:00～17:00 ●広告有効期限/令和3年4月末日

Vol.18

終活のススメ

知って得る
しゅうかつ

春のお彼岸も過ぎ、暖かくなってきましたね。昨年からコロナ禍で外に出られなくてストレスがたまっているのではないのでしょうか？終活カウンセラー雅基です。早くワクチン接種ができて新型コロナが収束することを願っています。

今回の終活のススメでは、家系図や自分史などについてお話ししたいと思います。

エンディングノート

多くのエンディングノートでは、最初に自分のことを書くようになっていきます。現在の自分、好きなこと、家族のこと、自分の人生・家系図などを書きます。その中でも自分の人生を振り返ることやルーツを知ることはとても大事な部分です。コロナ禍の今は丁度外に出にくい時期でもあるので取り組んでみましょう。

●自分史

自分のことを振り返ることは終活でもとても大事です。「人生の棚卸をする」とも言います。終活をしてその後の人生をイキイキとしたものにする為に自分ができること、つたか思い出すプロセスが大切です。生まれた時から幼年期、小学生↓

●家系図

自分のルーツを知ることでもある家系図。意外にも150年前(明治時代)くらいまでは遡ることとそれほど難しくありません。自分の戸籍がある市町村の役所に行くと戸籍謄本をさかのぼる分だけ取得できます。転籍していただいてもこちらから郵送で取得できます。取得した戸籍謄本を讀んでいくことにより、5、6代は調べることができ、それ以前を調べようと思ふとかなり大変で、古文書などで調べる場合もあります。戸籍以外からも自分の家のお墓や本家のお墓、位牌や過去帳を見れば直系の方の名前や生きてきた年代を知ることができ、最近では家が絶えて「お墓じまい」をしちゃうこともあるので、わからない場合もあるかもしれないので、調べるならできるだけ早いほうが良いかもしれません。

●家族のために

自分のためにもなる自分史や家系図ですが、子供たちのためにもなります。子供たちも自分のルーツを知りたいこともあるかもしれません。そんな時に一世代前までのことがまとまっているとても参考になります。自分が伝えたいことで失われる情報も多くあります。私も自分で調べ始めた時に、もっと早く父母や祖父母に聞いておけばよかったと思ったものでした。子供に負担をかけたくないということで、家や自分を遺さない選択をする方が増えていきます。しかし、自分が遺さなければ永遠に失われてしまいます。それらを遺すことは今しかありません。自分を知り、ルーツを知るそんな旅を家の中では非取り組んでみてください！

すまいる・くらぶ 静岡

では、シニアの方のお墓に対するお悩みにお応えするために、「すまいる墓園」の紹介をしています。

気持ちよくお参りができるお墓がほしい……でも将来のこと、次世代のことを考えると、お墓を求めることに不安を感じてしまう。そんな不安やお悩みを解消できるようなお墓をご案内いたします！

未来に不安がない ところ癒される、新しい墓園

すまいる墓園

あなたの地域、あなたのライフスタイルに合うすまいる墓園をご提案いたします。

まずは相談してください！

シニアの方のお悩み、お困りごととはご相談ください。

お墓に関するお悩みを解決いたします。

- お墓の後継ぎがいない
- 子どもに負担をかけたくない
- 供養をしてくれる人がいない
- 先祖の遺骨の改葬先がない
- 親の遺骨の納骨先がない
- 独身で入るお墓がない
- お墓にあまり費用をかけられない
- 実家のお墓に入れない

LINE

オンラインでも相談できます。

自宅の片付けをしてほしい

自宅をきれいにしたい

お庭の手入れが大変

万が一のことも考えておきたい

相続で心配なことがある

空き家や空地を活用したい

身元保証支援をしてほしい

ひとりでの不安

終活に関するお悩みごと・お困りごとはお任せ下さい。女性スタッフもおりますのでお気軽にご相談ください。

すまいる・くらぶ 静岡

藤枝市岡出山2丁目14-7(藤枝警察署近く魚がし前)
10:00～19:00【(有)佐野石材運営】

https://smileclub-shizuoka.com

すまいるくらぶ静岡 検索

新聞に載らない
地元の事件簿

4月10日(土)は交通事故死ゼロを目指す日
 令和3年4月6日(火)～15日(木)事の全国交通安全運動

情報提供：藤枝・焼津警察署、藤枝・焼津地区防犯協会

**SHIZUOKA
POLICE
2021**



～静岡県警察官採用試験～

対象/警察官A(大卒又は大卒見込みの方)
 受付期間/3月1日(月)～4月5日(月)
 第1次試験日/5月9日(日)

受験をお考えの方は詳細を説明しますので、藤枝・焼津警察署警務課採用係までご連絡ください。

藤枝警察署 054-641-0110 (内線216)
焼津警察署 054-624-0110 (内線216)

月	日	場所	分類	事件詳細
2月	11日	前島	車上ねらひ	アパート駐車場に無断駐車で盗まれた。
2月	11日	市内	サギ電話	市役所や金融機関を名乗り、年金の返付がある、年末調整が未納、と電話があった。
3月	2日	岡山	器物損壊	住宅敷地内に駐車中、車にキズをつけた。
3月	2日	田沼	おれおれ詐欺	孫を盗む男に女を妊娠させた。赤資金50万円を盗み、と言われ、訪ねて来た男に現金を渡してしまった。
3月	3日	駅前	出店あら	エステサロンの事務所ドアのガラスを割られ、現金が盗まれた。
3月	5日	岡山	つきまとい	女児が歩いているところ、自転車に乗った男に手招きされたうえ、つきまといされた。
3月	8日	岡部町内	サギ電話	市役所や金融機関を名乗り、年金の返付がある、と電話があった。
3月	9日	駅前	出店荒し	勝手口ガラスを割られ、現金が盗まれた。

焼 津	2月10日	大村 空き巣	住宅の窓ガラスを割られて侵入され、現金などが盗まれました。
	2月12日	駅北 自転車駐輪場	駐輪場に無施錠で駐輪中、盗まれました。
	2月18日	上新田 車なわら	会社駐車場に無施錠で駐車中、車内の現金が盗まれました。
	2月22日	中港 自転車駐輪場	住宅敷地内に無施錠で駐輪中、盗まれました。
	2月24日	石津向町 出店あらし	店舗裏口のガラスを割られて侵入され、現金が盗まれました。
	2月25日	三ヶ名 出店あらし	店舗のガラス引き戸を割られて侵入され、現金が盗まれました。
	3月 1日	本中根 出店あらし	店舗の無締りの出入口から侵入され、現金が盗まれました。
	3月 9日	柳宮島 車なわら	大型ジョイントセンター駐輪場に駐輪中、自転車のカゴが荷物が盗まれました。

藤枝・焼津署管内 人身交通事故発生状況 (令和3年2月1日～2月28日)	藤 枝		焼 津	
	件 数	増減比	件 数	増減比
※増減比は前年との比較	51	-17	56	-17
※交通事故件数等は確定数ではありません (速報値)	死 者 1	+1	死 者 0	0
	負傷者 64	-22	負傷者 70	-26

藤枝総合運動公園催し物案内

フタバリティ

時間内に多くのポイントを集めよう!

【5/5(こどもの日)】

藤枝総合運動公園オリエンテーリング大会

公園内に設置されたポイントを時間内に出来るだけ早く見つける競技です。競技志向の方だけではなく、健康づくりにも最適な家族グループで楽しんでご参加頂けます。

時間：受付：9:00～9:30(サッカー場正面) ※9:30より開会式を行います)

(団体の部(60分間)J9:50スタート～10:50ゴール(一般・家族・小学生)

(個人の部(50分間)J10:00スタート～10:50ゴール(一般男子・一般女子)

定員：50人

参加費：未就学児…無料、小学生…200円、中学生以上…300円

【注意】

事前申込が必要です

県内在住者のみがご参加頂けます

未就学児、小学生は保護者の同伴が必要です

未就学児、小学生は団体の部でのみご参加頂けます

**参加者
大募集!!**

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]

新型コロナウイルスの影響で日程の変更がある場合がございます。最新情報はホームページをご覧ください。

来場前健康チェック、マスク着用、三密の回避などご来場者においても新型コロナウイルス対策にご協力をお願いいたします。

むるぷ 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。正解の中から抽選で「藤枝シネ・ブルーの映画招待券（3D不可）」、「焼津笑福の満ご招待券」「図書カード（500円分）」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

満蔵寺を再建した郷土の偉人は？

○○○○（漢字4文字）

- クイズの答え
- 今月号で行ってみたいお店、食べてみたいもの
- 今月号で参考になった記事
- テーマに取上げたいほしいもの
- あなたがオススメの桜の名所は？
- ご希望のプレゼント券（上記のどれか）
- その他、ご意見ご感想など

◆応募について

- ハガキ、FAX、メールでお願いします。
- あなたの**お名前**、**郵便番号**、**ご住所**、**電話番号**、**年代**、**職業**を忘れずに記入して下さい。
- 当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきますのでご了承下さい。
- アンケートにもお答え下さい。

■先月の答えは **万延元** 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 054-635-4576

メール murubu@kpnet.co.jp

＊プレゼントの応募を通じてお客様からご提供いただきました個人情報、本プレゼントの運営及びむるぶのお知らせ等の目的以外で使用するものではありません。

◆締め切り **4月5日(木)**

(当日消印有効) FAX・メール必着

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

藤校オリコミビジュアル 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
越前新聞店・育仲社	054-641-0053
いけだに新聞店	054-643-1000
太田新聞店	054-667-0117

INFORMATION



フシミアムラウジ『飾り』

吉永益美「書」作品展 -10周年- 藤枝書学会・生徒作品展

4/26

月

5/1

土

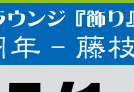
9:00~17:00 入場無料

藤枝市民会館 1Fロビー

※4月26日(月)は、14:00~17:00、5月1日(土)は、9:00~15:00

書道家「吉永益美」

3歳から書くことをはじめ、現在に至る。ルーヴル美術館・国際連合・UNESCO本部・世界遺産や重要文化財施設へ展示、各国の名誉証書芸術賞を受賞・アジア親善大使、世界約20ヶ国へ公演展示の経歴を持ち、地元地域への貢献文化芸術活動に尽力。



地元藤枝地域の芸術文化活動の向上に寄与し、共に書き学びながら、多様な未来を目指す日本文化の書き手世代へと継承していきます。皆様のお越しをお待ちしております。

藤枝市岡出山1-11-1

TEL.0424-3931

藤枝市民会館

藤枝市民会館 検査

[受付] 8:30~17:30

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、藤枝オリコミピーアール、または共立アイコムにご相談ください。

「ロボットで殺菌」してみませんか

殺菌灯搭載ロボットのご紹介

共立アイコムでは、新規事業として施設内のウイルス、殺菌など感染症対策を促進する**殺菌灯搭載ロボット**の導入をお勧めしています。新型コロナの感染拡大により殺菌作業などのスタッフの物理的・心理的負担が増大しています。

殺菌線照射ランプを搭載した遠隔操作型のロボットは、「遠隔」「非接触」「非対面」で感染リスクを低減し、安心・安全を提供します。

お問合せは、icom-contact@kpnet.co.jpまで。

共立アイコム INFORMATION



愛と勇氣と夢と暮らそう

CINE PREGO
FUJIEDA
www.cineprego.jp

藤枝駅南口から徒歩5分 BV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 藤枝シネプレー 検索

※新型コロナウイルスの感染状況により予約対策のため、公開日が増減日付より変更となる可能性があります。

4/23 ろうに剣心-最終章- 全  十字傷の謎に迫る 突撃の最終章 監督: 大友啓史 出演: 佐藤健、武井咲、新田真剣佑矢 青木崇高、蒼井優、伊勢谷友介	4/29 アーヤと魔女 本仮  私のどろが、 ダメですか？ 監督: 宮崎吾朗 声優: 寺島しのぶ、豊川悦司、平澤宏々路 演田由、シュリナ・ムナフ、木村有里	4/29 ブラック・ウィドウ 本仮  孤独な暗殺者は、なぜ アベンジャーズになったのか。 監督: ケイト・ショートランド 出演: スカーレット・ヨハンソン、フロレンス・ピュー デビッド・ハーバー、O・J・フィンガベル
---	--	--

立アコム 054-635-4651
崎新聞店 054-629-2002
倉新聞店 054-629-1220
川新聞舗 054-629-2055
川新聞店 054-622-0632
川新聞販売所 054-622-2211

責任者 志木 情報創造ネット
 代表取締役 志木 情報創造ネット
 〒260-0041 横浜市高橋1丁目17-23 (共立アコム内)

珈琲王子の ラテアート&美味しいコーヒー

おひとりおひとりラテアートを体験していただきます。また、静岡初のオリジナル「珈酒香」日本酒×コーヒーのハイブリッドコーヒー（ノンアルコール）や世界最高峰「ゲイシャ種」等のスペシャルティコーヒーの飲み比べもご用意します。コーヒーとは思えないほどの「香り」と味わい」をお楽しみください。癒しの香りに包まれながら贅沢なひとときを。




4/10(土)
10:00～12:00
受講料：1,650円
教材費：2,200円（コーヒー、ケーキ）
珈琲王子 徳永 裕人
(SCAJ認定コーヒーマイスター)





シャドーボックス
こねこと少女

カードを立体的に貼り重ねて、額の中に、かわいいこねこを抱いた女の子を表現しましょう。【限定各2名様】



4/15(木)
10:30~12:30
または13:30~15:30
または18:30~20:30
受講料:各2,200円
教材費:各1,650円
(ガラスなしフレームつき)
遥のぶ
(シャドーボックス作家)

アロマテラピー活用術

季節の変わり目は、体調管理が難しい時。毛細血管の観察をして、ご自分に必要な香りのアロマ香水を作りましょう。



4/16(金)
または24(土)
10:00~11:30
受講料: 各3,300円
(教材費込)
山本 早季子
(アロマセラピーインストラクター)

**ポーセラーツの
オリジナル食器作り**

真っ白な磁器にお好きな柄の転写紙を貼って、お湯呑みを2つ作ります。(5月は急須、6月は扇型プレート)



4/13(火)
10:00～12:00
または18:30～20:30
受講料:各1,760円
教材費:各1,815円
佐藤 瞳
(ポーセラーツサロン
Amelle)

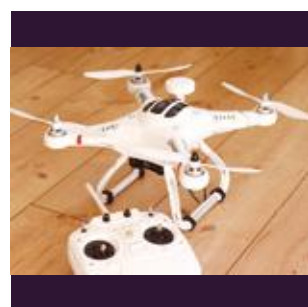
DISCO WORLD

ディスコソングに合わせて、楽しみながら健康づくりをめざしましょう。手だけ、脚だけを動かすもよし。汗を流してスッキリ!

ほんわかパステル

15cm四方の紙に、季節の風景を優しい色合いで描いてみませんか。5月から月1回コースがスタート予定です。

はじめてのドローン



ドローンの仕組みや、安全に飛ばすための知識や法律・操縦方法を学び、実際に飛ばしてみましょう。
1回目・安全および法律に関する知識。2回目・フライトシミュレーターおよびトイドローンによる講習。3回目・MAVICによる操縦体験(3回目のみ別会場で行います。)

土曜日 10:00~12:00
受講料:13,200円(全3回)
教材費:1,650円(テキスト代)
Queen Bee and Drone所属講師
(トローンスクール静岡JUJDA認定講師)
藤枝市文化センターホール(3回目のみ)

記録的な部数伸長の元気雑誌



まずは「LDK」。「テストする女性誌」をコンセプトに、ファッション、キッチン用品、弁当がうけるレシピなどの商品絡げ付で、いもものはバタ害め、ダメなものはコテンバに批判するというメリハリがウケている。編集長は「広告が一切入っていないので、メーカーさんに遠慮せず」に忤度なく書いちゃいます」と話し、読者も「あそこまで言って大丈夫？」と心配するほど。

『レタスクラブ』も負けてはいません。正直、低迷し、リニューアルでトコ入れすること。これが成功。リニューアル後3号連続売れ、そして生活実用雑誌界の不動のセンター「オレンジページ」を抜くという歴史的快挙をセンタ

『LDK』晋遊舎 650円
『タスクラブ』KADOKAWA 499円
(号によって異なる場合があります)

朝つめるだけ!
作りおきのお弁当
 380
 朝ごはん
 レンジで数分No.1
 作りおきのお弁当
決定版!

江崎書店駅南本店・大石

**「凍たたまづめてもOK」の
 おかすがたくさん!**

**決定版 朝つめるだけ!
 つくりおきのお弁当**

新生活の基本は食事から。作ってもらつて
 いたお弁当を自分でつくってみる。初めてで、
 ひとり暮らしで手作り弁当にチャレンジ!
 お弁当のための、冷めても時間がたつても
 美味いレシピが380収録されています。
 冷蔵・冷凍保存の日数目安やフリンポイン
 トアドバイスも掲載されています。とても見やすい
 です。朝は悩まずつめるだけ!

館野鏡子 著/新星出版 1,430円

人とながることを楽しみましよう

12才までに身につけたい 気持ちの伝え方

入学・進級のタイミングではじめて一緒になる
お友だちがいます。『この子はどんな子かな?』
と相手を知りたくなったら、あなたから声をけ
ますよね。そんな時この本が役に立と思います。
コミュニケーションの基本であるあいさつの
大切さや、素直な気持ち・言葉な正しく受け
取ってもらえる関係のつくり方など、イラスト
入りでわかりやすく教えてくださいます。
各STEPの最後には練習しなすてとクイズ
で気持ちの伝え方を練習しましょう!



江崎書店BIVI店・種石

花まる学習会 著/
日本能率協会マネジメントセンター 1,100円

本屋のイチ押し
新生活応援特集！

藤枝 江崎書店

駅南本店
 藤枝市高岡1-3-3
 TEL054-635-8181
 営業時間 10:00～22:00
 定休日なし (元旦のみ休み)

B i v i 店
 藤枝市前島1-7-10 Bivi 2 F
 TEL054-270-4308
 営業時間 10:00～20:00
 定休日なし

オンライン注文ご希望の方 <http://www.e-hon.ne.jp/>

 **会費無料**  **054-635-8181**

蔵校ならどこでも
無料宅配  **0120-5-4646-5**

宅配ご希望の方

■受付時間／午前9時～午後5時（月曜～土曜日） ■日曜・祝日は受付しておりませんので、ご了承ください。

2021. 4月 予定表
卯月(うづき) April

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) 荻崎新聞店
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

(有) 太田新聞店

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

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

1 先負 新会計年度 エイプリルフル	2 仏滅	3 大安	4 赤口 清明 三りんぼう
5 先勝	6 友引 春の全国交通安全運動 (~15日)	7 先負 世界保健デー 不成就日	8 仏滅
9 大安	10 赤口	11 先勝 メートル法公布記念日	12 先負 世界宇宙旅行の日 不成就日
13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝 三りんぼう
17 友引 土用入り	18 先負 発明の日	19 仏滅	20 大安 穀雨 不成就日
21 赤口	22 先勝	23 友引	24 先負
25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝 不成就日 三りんぼう
29 友引 昭和の日	30 先負	MEMO	

4月の休日緊急医

	4日(日)	11日(日)	18日(日)	25日(日)	29日(祝)
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	神戸整形外科 (焼津市宗高) ☎622-3399	山崎クリニック (志太二) ☎645-1211	よしだ整形外科 (小石川町四) ☎645-9200
内科 9:00~17:00	〈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	〈小〉小石川小児科・アレルギー科 皮膚科クリニック(小石川町一) ☎644-8800	〈内〉吉田クリニック (大洲四) ☎634-0006	〈内〉サニエ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~金19:30~22:00 土・日/19:30~翌7:00
※3日(土)・11日(日)・17日(土)・25日(日)の午後10時~翌日午前7時は、小児科のみ。

靴下五月人形売り尽くしセール!!

藤枝市茶町にお住まいの岡田幸太くん

こんにちは。お人形のひなせい社長の青木健明です。
実は5月5日を過ぎますと、ひなせいでは、来年(2022)
モデルの雛人形を同業者様向けに卸販売するため
に、**店内改装**しなくてはならない
のです。(参った~)
☑ 店内の商品を五月人形から
また雛人形へ
☑ 工場も雛人形作りの体制に
変えたい

日本の和ごころを伝えていく
青木健明

藤枝市光洋台にお住まいの
流大翔くん

地元で愛され50年、
ひな人形専門店です。

2Fにも
影のこ
五月人形が
たくさん
あります。

五月人形製造卸直売
藤枝 雛人形の
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:良い五月人形から売っていきますのでお早めにお得です。