

◆ 滝本歯科 口腔外科クリニック

藤枝市五十海の「セントラル歯科」が、地域の皆様により安全で快適な歯科医療を提供するために「滝本歯科 口腔外科クリニック」としてリニューアルいたしました。お気軽にご相談ください。院長：滝本 明

安全 清潔 快適

診療科目 歯科/口腔外科

〒426-0015 藤枝市五十海4丁目14-13

TEL: 054-647-6600

取材協力：SPOPIA シラトリ藤枝店

エクササイズボールで身体のバランスを整えましょう

「さあ、エクササイズを始めよう!」と思いついても、実行に移すにはなかなか・・・そんな方のために、運動が楽しくなる便利グッズを、藤枝市築地にあるSPOPIA シラトリ藤枝店で取材してきました。継続してエクササイズを楽しみたい方、より本格的にトレーニングをしたい方、まずは形から入りたい方など必見です!!

サプリメント / トレーニングウェア

エクササイズの補助にピッタリ

おしゃれウェアで気分もパッチリ

運動効果を効率的に高めるためにも、サプリメントが注目されています。最近では、美容効果や脂肪燃焼、筋力増強など、用途別に種類も充実しています。エクササイズの目的に合わせて選んでみるのも、良いかもしれません。

エクササイズを始めるには、保温や吸湿など機能性に優れたトレーニングウェアも重要です。自分のお気に入りのトレーニングウェアを着て運動すれば、気分も高まって楽しいですよ。ジョギングをされる方には、インナーウェアも人気です。

シューズ / エクササイズグッズ

使い心地を実感

筋トレに効果てきめん

ウォーキングやジョギングを始めるには、専用のシューズがおすすめです。歩いたり走ったりすると、気付かぬうちに膝などに疲労が蓄積されます。専用シューズは、衝撃吸収に優れているので、安心してエクササイズを楽しめます。

自宅で手軽に出来る筋トレから、もう一歩進んだトレーニングをしたい方にオススメ。チューブトレーニングや、バランスボールなどを取り入れることによって、バランスよく筋肉が鍛えられ、より運動に適した身体づくりができます。

静岡福祉大学だからこそ学べる 特別なカリキュラムが、ここにはある!

平成27年4月スタート

こども学部 こども学科

幼稚園教諭・保育士を目指し 十歳で「心理」や「福祉」を学べる

TEL: 054-623-7451

静岡福祉大学入試広報課

お困りではございませんか?

包丁・刃物研ぎ

蛇口の取付・修理

商品の取付・修理

玄関錠の取付・修理

配達無料!

電気工事、太陽光発電 波板張り・カーポート修理・手摺ハンガーパイプ取付けなど、お気軽にご相談下さい

相良屋金物店(工事施工)

お気軽にご相談ください。

TEL: 635-1917/fax636-4472

命と家族の絆の物語。

魂が号泣する感動の104分

～映画「うまれる」を主催するにあたって～ 私たちは、「命のつながり」を大切に、同じ思いで地域の健康を考えています

焼津市文化センター 会議室にて上映決定!

日時 平成27年2月22日 開催時間 13:00～16:30 ※受付12:30～

金額 1,500円

定員 80名

講演 助産師・買久はつ先生「いのちをつみつめて」

※チケット販売はイケダ薬局店内で行います。事前に054-628-7656にお電話でお申し込みください。

主催 ところと体にやさしい漢方

イケダ薬局

焼津市西小川2-10-21 ☎(054) 628-7656

http://www.kigusuri.com/shop/ikedaj

営業時間 / 9:30～18:30 定休日 / 日曜日・祝日

むるぶ流身体メンテナンス

自宅で出来る 簡単エクササイズ

皆さんは、普段から運動や体力づくりを心掛けていますか?健康と長寿のためには、毎日継続した運動習慣が必要です。また、運動をすることでストレス解消にもなり、心にも良い影響があります。今回のむるぶでは、毎日の習慣に取り込めるエクササイズのポイントを紹介いたします。簡単なものから実践していきましょう。

身体を引き締める 筋トレエクササイズ

筋肉は、身体の表面についている表層筋と、その下にについている深層筋(インナーマッスル)があります。表層筋は瞬発性に優れ、深層筋は持久力に優れていると言われています。深層筋を鍛えるには、ヨガやピラティス、バランスボールを使ったトレーニングがあります。自宅で簡単にできて、器具を使わないトレーニングをする場合、腹筋・背筋のエクササイズやスクワットを、勢いをつけずに、動いている筋肉を意識しながらゆっくり呼吸に合わせて行うと、より効果的なものとなります。

柔軟でしなやかな身体を作る ヨガ、ストレッチ

古代のインドや中国では、健康法として柔軟性やバランス感覚を養う運動が行われ、現代まで脈々と受け継がれてきています。ヨガは、中でも最も代表的なものです。人間の身体は、様々な生活習慣で凝り固まっています。それをほぐしていくようなイメージで、ヨガやストレッチに取り組みしましょう。ストレッチで大切なポイントは、深呼吸をすること、「痛気持ち良い」くらいの所で止めておくことです。痛い位まで伸ばすと、筋組織を損傷する恐れがありますので、注意が必要です。

ウォーキング、早歩き(ジョギング)で脂肪燃焼

身体に付いてしまった脂肪を燃焼させるには、有酸素運動が良いでしょう。有酸素運動のなかでも、すぐに実践できるのはウォーキングです。脂肪燃焼のために20分を目安としたい所ですが、普段運動をしていない人が急にウォーキングを始めると、膝を痛める可能性もあるので、徐々に20分に近づけるようにしましょう。ウォーキングに慣れてきたら、少し運動負荷を掛けて早歩き(ジョギング)と組み合わせるのも良いでしょう。また、脂肪を燃焼させるには代謝能力も必要となるので、筋トレと合わせて行うと効果的です。

ゆったり深呼吸で 心身を落ち着かせる

リラックス

長息は長生き、という事で深呼吸はとても大切なエクササイズです。呼吸を意識したことはありますか。正しい呼吸のポイントは、まず「息を吐く」こと。口からゆっくりと吐いて、息を吐ききったら、今度は鼻からゆっくり吸います。「深く・静かに・細く・吐く量と吸う量を均一に」がポイントです。丹田という臍から指3.4本下あたりを意識して、息を吸うときにお腹を膨らませ、吐くときに凹ませると、自然と腹式呼吸になります。繰り返すうちに、雑念も払われて、心も身体もリラックスできます。

雛常のひな人形

かざろうね おひなさま さあ

21世紀からの人形本舗

～三月・五月人形、つるし飾り、志太天神継承、鯉のぼり～

人形の雛常

9:00～19:00 無休

〒426-0026 静岡県焼津市岡田山3丁目3-23

TEL: 054-647-5720

http://www.hinatsune.jp

雛常 検索 携帯からでもご購入頂けます

新聞に載らない
地元の事件簿
情報提供：藤枝・焼津警察署生活安全課

| 月日 | 場所 | 分類 | 事件詳細 |
|--------|-----|-------|---------------------------------------|
| 12月14日 | 水上 | 空き巣 | 店舗兼住宅で発生。家人が外出中、窓ガラスを割られ侵入され、現金が盗まれた。 |
| 12月15日 | 仮宿 | 車上ねらい | 工場駐車場に無施錠で駐車中、エンジンキーなどが盗まれた。 |
| 12月15日 | 高柳 | 器物損壊 | ビニールハウスのビニール部分を破られた。 |
| 12月19日 | 高柳 | 車上ねらい | 寺の駐車場に無施錠で駐車中、車内にあった手提げバッグが盗まれた。 |
| 12月20日 | 郡 | 自転車盗難 | 自宅玄関前に無施錠で駐輪中、盗まれた。 |
| 12月22日 | 内瀬戸 | 工事現場 | 工事現場にあった銅線が盗まれた。 |
| 12月22日 | 田沼 | 置き引き | 公園内で遊んでいたところ、置いてあった現金、バッグ、ゲーム機が盗まれた。 |
| 12月24日 | 下当間 | 工事現場 | 道路上にあった工事機械が盗まれた。 |
| 12月26日 | 岡部 | 車上ねらい | 公共施設駐車場に駐車中、車の窓ガラスが割られ、現金が盗まれた。 |
| 12月26日 | 水守 | 自転車盗難 | 空き地に無施錠で駐輪中、子ども用自転車も盗まれた。 |
| 1月1日 | 岡出山 | 出店あらし | 店舗裏口のガラスを割られ、店舗内に侵入され、現金が盗まれた。 |
| 1月1日 | 若王子 | 自転車盗難 | 公園内に無施錠で駐輪中、盗まれた。 |
| 1月1日 | 田中 | 空き巣 | 住宅で発生。家人が外出中、窓ガラスを割られ侵入され、現金が盗まれた。 |
| 1月5日 | 田中 | 車上ねらい | 公園内に駐輪中、自転車カゴに置いてあった現金、バッグなどが盗まれた。 |
| 1月5日 | 前島 | 自転車盗難 | 大型商業施設に無施錠で駐輪中、盗まれた。 |

| | | | |
|--------|------|---------|-----------------------------------|
| 12月9日 | 大島新田 | 器物損壊 | 会社敷地内に駐車中の車のタイヤ3本が、パンクさせられた。 |
| 12月9日 | 大村 | 器物損壊 | あかつき大橋の橋上に黒ペンキで落書きされた。 |
| 12月10日 | 西小川 | 自転車盗難 | 自宅敷地内に無施錠で駐輪中、盗まれた。 |
| 12月12日 | 大覚寺 | 車上ねらい | 自宅敷地内に駐車中、ガラスを割られ現金が盗まれた。 |
| 12月12日 | 中野田 | 空き巣 | 無施錠の自宅玄関から侵入され、現金や貯金箱が盗まれた。 |
| 12月12日 | 五ヶ屋内 | 空き巣 | 無施錠の自宅玄関から侵入され、カメラが盗まれた。 |
| 12月13日 | 田尻 | 自転車盗難 | スーパー駐輪場に無施錠で駐輪中、盗まれた。 |
| 12月16日 | 東小川 | 車上ねらい | アパート駐車場に駐車中のバイクからヘルメットが盗まれた。 |
| 12月17日 | 三和 | 器物損壊 | パチンコ店のガラスを割られた。 |
| 12月17日 | 下江留 | オートバイ盗難 | 自宅敷地内にカギをかけた状態で駐車中、盗まれた。 |
| 12月22日 | 駅北 | 自転車盗難 | 美容院駐輪場に無施錠で駐輪中、盗まれた。 |
| 12月28日 | 小川 | 出店あらし | 無締りの店舗出入口から侵入され、バッテリー等が盗まれた。 |
| 12月31日 | 本中根 | 忍込み | 自宅居間の掃き出し窓のガラスを焼き破られ侵入され、現金を盗まれた。 |
| 1月3日 | 小土 | 器物損壊 | 自宅南側駐車場に駐車中、ドアを傷つけられた。 |
| 1月4日 | 三ヶ名 | 車上ねらい | 自宅南側駐車場に駐車中、ガラスを割られ、中が荒らされた。 |

INFORMATION
藤枝市民会館 Presents Family Special
キッズのための初めての音楽会
はじめてクラシックに触れる子供たちに一流の演奏を！
人気アーティストによる、家族で楽しめるコンサート。
人気ヴァイオリニスト奥村愛がプロデュース。
美しい音楽仲間とともに、名曲満載でお贈りするコンサートです。
2015 5/16(土) 会場◆藤枝市民会館 開場13:30 開演14:00
全席自由(0歳から入場できます。) 一般¥3,000 中学生以下¥1,000 およこペアチケット¥3,000
※およこペアチケットは、中学生以下のお子様とペアとなります。
チケット発売日 3/7(土)10:00~ 藤枝市民会館窓口他で販売
電話でのご予約は、13:00~ ☎054-643-3931
藤枝市民会館 TEL.643-3931

「楽天シンガポール」出店記念セール 2014年モンドセレクション金賞受賞
このたび、共立アイコムは「藤枝アグリ楽天市場」の海外店舗として、「楽天シンガポール」に「Wakomi」(和香味)をオープンしました。
その記念として、当社の限定生産シモン芋焼酎「風かをる物語」を2月まで特別販売価格にてご提供いたします。
限定生産のため、なくなり次第、販売終了とさせていただきますので、ご了承ください。
大特価割引セール!! (2月まで) シモン芋焼酎 「風かをる物語」(720ml)
通常価格2,160円(税込) → 1,620円(税込)
ご注文は「藤枝アグリ楽天市場」でも承っております。
楽天市場でご注文の際は備考欄に「むるぶ」とご入力下さい。
| 販売者 | 株共立アイコム TEL.054-635-4651 (代) 担当: 向島・増田

グラウンドゴルフ 藤枝総合運動公園
お誕生日月 半日プレー無料サービス
第3回 サッカー グラウンドゴルフ大会
開催日 平成27年 2月25日(水) AM8:00~12:00
予備日 2月27日(金) 時間同じ
場所 藤枝総合運動公園 グラウンドゴルフ場
参加費 お一人様1,000円(お弁当付)
定員 80人
申込締切 平成27年2月20日(金)
※本大会開催は午後のグラウンドゴルフを無断で開放いたします。

花粉症!今年も油断禁物、早目からの服用で快適に!
眠くならない、喉が渇かない鼻炎薬 かなりお得な 300錠...5,000円
受験生や試験期間中の方にもおすすめ
目のかゆみ・鼻づまり・のどの痛み、のどのかゆみにもよく効きます
ほんまち薬局 藤枝市藤枝5-6-35 千歳商店街 ホームページもごらん下さい。
☎054-644-5829 営業時間/AM8:30~PM7:00 定休日/日曜日・祝日
駐車場/隣に4台分、道路を挟んで向かい側に1台ございます。 http://honmachi.com/

むるぶ 読者プレゼント
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・プレゴの「映画招待券(3D不可)」、または「焼津笑福の湯ご招待券」(県立美術館・石田徹也展招待券)をプレゼントします。応募人数によりどれかになります。
◆今月の記事からクイズ インナーマッスルを漢字で書くと? ○○○(3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. 最近面白かった事、笑った事
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 (株)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@kpnnet.co.jp
◆締め切り 2月5日(木) (当日消印有効) FAX・メール必着

藤枝シネ・プレゴ スケジュール・予約 公式サイト ケータイから座席予約
BIVI藤枝 4F http://murubu.com/
エクソダス:神と王 一度は解散し再結成することになったオーケストラ。再就職先も決まらない「負け組」楽団員と経歴も素性も不明の指揮者が復活コンサートに向かっていく...
マエストロ! 大学生のアナは学生新聞の取材で大企業のCEOクレイにインタビューし、2人は急接近。秘密保持契約書にサインし、通じ合うこと。しかし、クレイにはある秘密があった。
フィティ・フェイス・オブ・グレイ 監督・サム・テイラー＝ジョンソン 出演・ジェニファー・ローク・グレイ

読む・見る・遊ぶ むるぶ 月刊むるぶ編集部 054-635-4651
江崎新聞店 054-641-0537
数崎新聞店・育伸社 054-641-0053
いけたに新聞店 054-643-1000
太田新聞店 054-667-0117
広告のご相談申し込み 054-641-2140 054-635-4651 藤枝コリアビジュアル 共立アイコム

編集長後記
むるぶに「新聞に載らない地元の事件簿」という欄があります。藤枝と焼津で発生した1ヶ月間の事件を地域別に紹介したものです。この欄に対して12月26日に藤枝警察署から「感謝状」をいただきました。編集部一同、少しでも地域活動に貢献できたことを嬉しく思います。
また、今月号のそご知り志太物語の石田徹也さんの展覧会の招待券が読者プレゼントになっています。(小嶋良之)

SBS学苑 藤枝校
お申し込み・お問い合わせ 054-644-5103
藤枝駅前3-4-4 江崎毎栄ビル FAX.054-641-1282 受付時間/10:00~20:00(土・日・10:00~16:00)日・祝休
SBS 藤枝 検索

シャドーボックス体験 2/14(土) 10:30~12:00
◆講師/渡辺 延江 (シャドーボックス講師)
◆受講料/1,500円 (材料費込・フレーム付)
◆会場/SBS学苑 藤枝校

第9回 SBS学苑藤枝校 作品展 華展
書道・美術・工芸・手芸・趣味・華道 講師参考作品
2/13(金) 13:00~18:00
2/14(土) 9:30~18:00
2/15(日) 9:30~15:00
会場/藤枝市文化センター 藤枝駅前2-1-5 入場無料 お気軽にどうぞ

1日体験講座 入会金/0円

革細工のお離さま 2/16(月)2/23(月) 13:00~15:30
玄関に、リビングに、ちょこんとかわいいお離さまを飾りましょう。革に彩色して形を整えて作ります。
◆講師/長谷川定子 (日本手工芸指導協会講師)
◆受講料/3,240円(全2回)
◆教材費/1,620円(1対)

ゆずの香りのバスボール 2/28(土) 11:00~12:00
まだまだ寒いこの季節、ゆずの香りを使った泡のバスボールを作ってゆったりスタイを楽しみましょう。(限定12名)
◆講師/村松 未英 (AEA認定アロマセラピストインストラクター)
◆受講料/2,160円
◆教材費/540円(1つ分)

算命学で占ってみよう 3/13(金) 13:30~15:00
自分の意思で選ぶこと、変えることができるもの出来ないものを考えながら運勢とは何かを考えてみましょう。
◆講師/松本 充生(自然運命学協会理事)
◆受講料/3,240円

やなぎもとなおのふわぁっと小さな銅版画 2/17(火) 10:00~12:00
ニードルで金属板をひっかいて絵を描く銅版画。にじんだような、ふんわりとした線で作品を描いてみましょう。
◆講師/やなぎもとなお(アーティスト)
◆受講料/2,160円
◆教材費/864円

シュークリームのキャンディポット 2/28(土) 13:30~15:30
本物そっくり!!軽量粘土を使ってシュー&マカロンを作りポットにアレンジして仕上げます。
◆講師/向島 由賀 (スイーツデザイナー)
◆受講料/2,160円
◆教材費/1,620円

羊毛フェルトの動物たち 3/14(土) 10:00~12:30
専用のニードルでツククク...風太くんでおなじみのレッサーパンダを作りましょう。
◆講師/大村 智子(羊毛フェルト作家)
◆受講料/2,160円
◆教材費/972円(別途ニードル2本分432円)

うさぎのひな人形 2/19(木) 13:00~15:30
手のひらサイズでコンパクト、ちょこんとかわいいうさぎのひな人形を作りましょう。
◆講師/北田 明子(工房 明 主宰)
◆受講料/2,160円
◆教材費/1,620円(1対)

はじめての温灸 2/27(金) 10:30~12:00
座学と実践を交えて丁寧に教えます。冷えが辛くなるこの季節を健やかに過ごしましょう。(限定12名)
◆講師/津村 昌保 (日本針灸学会認定 鍼灸臨床指導者)
◆受講料/2,700円(含温灸3回分)

油絵に挑戦! 3/24(火) 13:30~15:30
油絵に触れてみませんか。優しいあたたかな音を体験してみよう。楽器のある方は、お持ちください。
◆講師/赤堀 正己(自由美術協会会員)
◆受講料/1,620円
◆教材費/540円

モダン盆栽 2/21(土) 13:30~15:00
ナチュラル感とおしゃれな空間を築く盆栽を手作りして、もっと日常に取り入れてみましょう。(限定10名)
◆講師/良知樹園 株 講師(株)グリーンアカデミー 事業部講師
◆受講料/2,700円
◆教材費/3,780円
◆会場/良知樹園(焼津市一色)

「八兵衛」親方直伝うどん打ち 2/28(土) 9:00~12:00
親方直伝。ねかさなくでも大丈夫。すぐに美味いうどんが出来上がります。一番おいしいこの季節に心も体もホカホカになりましょう。
◆講師/町塚 延夫(蕎麦屋八兵衛親方)
◆受講料/3,240円(材料費込)
◆会場/藤枝市生涯学習センター

輝けあなた! SBS学苑で自分磨き、始めませんか! SBS学苑 春★トク得キャンペーン 1月26日(月)~3月31日(火)
★期間中、4月期のレギュラー講座に入会の方全員に図書カード500円プレゼント!
★入会金0円です!
★さらにお得意体験1日講座を受けてから4月期のレギュラー講座に入会すると、図書カード500円分増額です!
★現会員の方もお得なんです!
★新規講座を予約したと、もれなく図書カード500円プレゼント!

2015. 2月 予定表

如月(きさらぎ) February

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

新聞をご購読いただいている方へのサービスです。
新聞・本・段ボール・金属・カン・電化製品
資源回収しています
朝8時45分までにお出し下さる様
ご協力ください。
お問い合わせは(9時~17時)
(回収状況・回収モレ・回収可・不可) **090-8465-0029** (回収車直通)

リサイクルサポーター募集中
玄関前 無料回収

清水寺 大縁日
2/14~16
土曜日 月曜日
藤枝市原6番地の1
☎(054)641-8302



MEMO

1 赤口
藤枝甘味探究スタンプラリー
(~2/22)

2 先勝 不成就日
音羽町・原・茶町 旭が丘

3 友引 節分 豆まき
成田山豆まき(藤枝市本町)

4 先負 立春 三りんぼう
志太・新南新屋 南新屋

5 仏滅
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

6 大安
前島・高岡 忠兵衛

7 赤口 北方領土の日

8 先勝 こと始め 針供養
山的神まつり(神社)

9 友引
ふるさと朝比奈いきいきまつり(朝比奈いきいき交流センター)
新聞 刊お休み
青葉町・青南町 久市・島田市東町

10 先負 不成就日
大旅籠柏屋ひなまつり(大旅籠柏屋)
田沼

11 仏滅 初午
建国記念の日
小石川・東町・駅前 築地・築地上

12 大安
高柳

13 赤口
兵大夫・与左衛門・大新島 上新田・上小杉・宗高・上泉

14 先勝 聖バレンタインデー
滝沢八坂神社田遊び(滝沢八坂神社) 清水寺観音大縁日(藤枝市原~16日)

15 友引 全国緑化キャンペーン
大久保冬のほっかほっかまつり(大久保ガラススキー場)

16 先負 全国狩猟禁止 三りんぼう
泉町・大東町 高洲

17 仏滅 甲子 アレルギー週間(~23日)
源助・五平・善左衛門 弥左衛門・大洲 大西町

18 大安 不成就日
瀬戸ノ谷・滝沢・寺島 本郷・宮原・助宗 瀬古・堀之内・谷稲葉

19 先勝 雨水
高田・清里・中藪田・上藪田 下藪田・南清里・西方・北方 中ノ谷・下之郷・花倉・本町

20 友引
五十海・時ヶ谷

21 先負 不成就日

22 仏滅

23 大安 二の午 皇太子誕生日
潮・仮宿・鬼島 水守・八幡・横内

24 赤口
上当間・下当間 平島・保福島

25 先勝 旧七草
むるぶ発行日
稲川・岡出山・益津 益津下・緑町・城南 若王子・藤枝・鬼岩寺

26 友引
大手・郡・田中 立花

27 先負
藤岡・天王町

28 仏滅 三りんぼう
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

2/3 火曜日
藤枝 成田山 「豆まき」
藤枝市本町4-5-24
☎641-0652



2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

| | 1日(日) | 8日(日) | 11日(祝) | 15日(日) | 22日(日) |
|-------------------|-----------------------------|-------------------------------|----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| 外科 9:00~17:00 | 敬天堂医院(岡出山一) ☎641-1723 | 藤枝平成記念病院(水上) ☎643-1230 | 錦野クリニック(青葉町二) ☎636-5000 | 近藤胃腸科外科(南新屋) ☎641-2625 | 西井胃腸科外科(高柳) ☎637-0610 |
| 内科 | (小)すずき小児科医院(青葉町五) ☎636-3360 | (内)小)たきクリニック(焼津市相川) ☎622-8525 | (内)錦野クリニック(青葉町二) ☎636-5000 | (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 |
| 小児科 9:00~17:00 | (内)敬天堂医院(岡出山一) ☎641-1723 | (内)黒川医院(瀬戸新屋) ☎644-1084 | (内)ひろせクリニック(駅前二) ☎641-0689 | (内)近藤胃腸科外科(南新屋) ☎641-2625 | (内)岩田クリニック(焼津市宗高) ☎662-2311 |
| | (内)八木医院(本郷) ☎639-0009 | (内)西山クリニック(平島) ☎646-3003 | (内)小)三輪医院(岡部町内谷) ☎667-3000 | (内)小)川口内科(八幡) ☎644-3366 | (内)小)菅ヶ谷内科医院(堀之内) ☎641-2903 |

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
※1日回・6日回・13日回・20日回・27日回 午後10時~翌日午前7時は、小児科のみ。

| | 1日(日) | 8日(日) | 11日(祝) | 15日(日) | 22日(日) |
|-------------------|------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| 眼科 9:00~17:00 | | ともの眼科医院(青葉町二) ☎636-3044 | | 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 | 仲神医院(焼津市中新田) ☎623-0805 | 森耳鼻咽喉科(大洲一) ☎635-8687 | やいづ6丁目耳鼻咽喉科(焼津市焼津六) ☎620-6001 | 村松耳鼻咽喉科(藤枝五) ☎641-5318 |
| その他 9:00~17:00 | | (皮)きたむら皮膚科クリニック(水守) ☎631-4412 | (産)ななほレディスクリニック(前島三) ☎635-9300 | | |
| 歯科 8:30~12:00 | 大手後藤歯科医院(天王町三) ☎641-1970 | 河野歯科医院(与左衛門) ☎636-5568 | 桜デンタルクリニック(平島) ☎643-1188 | 二宮歯科医院(岡部町内谷) ☎667-0145 | 藤枝歯科医院音羽町診療所(音羽町三) ☎644-2256 |

ちょっと早いから、本日即1月31日(土)まで
店内総入れ替えの **新作雛人形一掃セール!**

2月18日(日)から五月人形 初売りスタート

元々創業50年、人形専門店です。
2Fにモダンな雛人形が並んでいます。
お雛様を飾るには、お雛様を飾るグッズも揃っています。

お雛人形製造卸直売 藤枝 ひなせい

電話 (054)641-4936
本店/藤枝市茶町3-2-51 営業時間/9:00~18:00 年中無休
追伸:よい品から売れていきますのでお早目がお得です。

