HAPPY MEDIA 藤枝 地域みっちゃく生活情報誌®

藤枝に密着した生活情報誌を、
毎月無料でご家庭にお届けします！

# ふじえ～ら

4
2025.Apr.VOL.81
総発行部数
50,400部
各戸配布 50,000部
無料設置 400部

特集

## お花見いこーよ！ さくらめぐり



巻頭特集

～ふじえだの未来を創るビジネスコンテスト～
**ふじえだイノベーションスタジアム 2024グランプリ決定!**

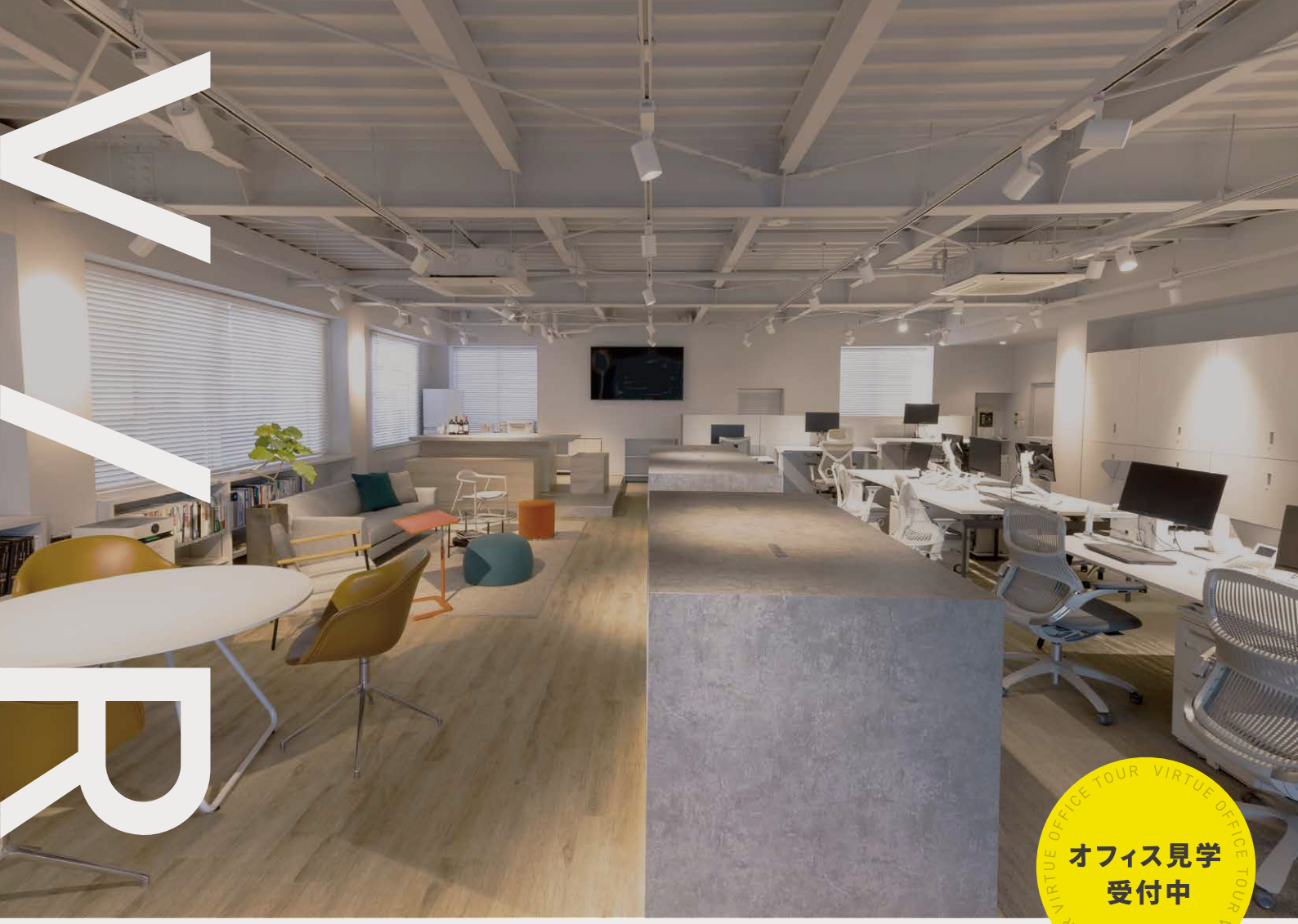
春をもっと楽しむ!
**自分をアップデート**

総合病院の医療従事者による
**健康コラム**

地元の求人情報が満載!
**まちJOB**まちジョブ

藤枝市のお悔やみ情報
**故人を偲ぶ**

ふじえ～ら WEB
地元の情報をチェック!
今すぐアクセス



オフィス見学
受付中

VIRTUE OFFICE TOUR VIRTUE OFFICE TOUR

# 2025.04.01

# 藤枝事務器商会は株式会社バーチューへ

このたび「株式会社藤枝事務器商会」は、さらなる発展と企業価値の向上を目指し、
2025年 4月 1日をもちまして「株式会社バーチュー」へと社名を変更する運びとなりました。

弊社は長年にわたり様々な事業を展開し、多くの皆様に支えられてまいりました。その中で、
現在の事業内容が従来の社名が持つイメージと乖離しつつあることを受け、これからの時代に
ふさわしい企業の在り方を考え、新たな一歩を踏み出す決意をいたしました。

新社名「バーチュー」には、創業者である村松徳（徳＝VIRTUE）の名前と理念を受け継ぎながらも変化を恐れず、新たな価値を創造し続ける企業でありたいという想いを込めております。これまでの信頼と実績を礎としながら、より柔軟な発想で新しいビジネスに果敢に挑戦し、さらなる飛躍を目指してまいります。

今後とも変わらぬご愛顧とご指導を賜りますようお願い申し上げます。

OFFICE DESIGN & SYSTEM DESIGN COMPANY

夢中をシカケる。

V/RTUE

■ COMPANY DATA
株式会社バーチュー　ADDRESS | 静岡県藤枝市緑町 2-2-8　TEL | 054-641-3154



読み終わった新聞がサクラになります。

いつも どこでも どんなときも 花でつながる ふじえだ 花回廊

# プロジェクト 千本桜

参加無料

みんなでお花見を楽しみましょう！

多様な地形と自然を有する藤枝市では、全国一の花の種類を誇る静岡県の縮図のように、1年を通じてバリエーション豊かな花を楽しむことができます。

また、市内には、蓮華寺池公園をはじめ、白藤の滝など、花を意識させてくれるスポットが多数存在しており、それぞれの地域の花（フジやサクラ）を地域住民自らが守り・育てる活動が盛んです。

その魅力を市内外に発信することで、藤枝市民だけでなく、藤枝を訪れた方が「いつも どこでも どんなときも 花でつながる」まちの実現を目指して様々な活動が行われています。







## 桜のお手入れとお花見会

皆さまのご協力により集まった新聞古紙リサイクル基金を活用し、環境活動を推進しています。藤枝に「桜の新名所」つくろうと、17年前から桜の植樹などをすすめてまいりました。

今年は、皆さんで今までに植えた桜のお手入れとお花見会を開催します。





# 3月29日 土

**会　場** 藤枝総合運動公園 第2駐車場（受付看板が目印です）

雨天中止

※各自レジャーシートをご持参ください。

**時　間** 10:30～12:00

申込不要

……お問い合わせ……

藤枝大好き！森づくり倶楽部
藤枝市藤枝1−4−12　TEL.054−641−0537

古新聞などがありましたら当日お持ちください。回収いたします。






主催 藤枝大好き！森づくり倶楽部　協力 故紙センタートヨタ　Iketa新聞店　藪崎新聞店　育伸社　藤枝 五十嵐新聞店

協賛 株式会社 山田組　TOKAI GAS　株式会社 ロジテム ツムラ　株式会社 ツチヤコーポレーション

後援 藤枝市　藤枝市教育委員会　（一社）藤枝市観光協会　藤枝市花の会　藤枝総合運動公園

# 地域密着・低価格・高品質な 屋根・外壁塗装 専門店

イイね



オススメ

## 職人直営店だから安心の価格!
低価格、安さの理由は・・・
職人直営で中間マージンなどのムダがない!!

| 高耐候シリコン塗装 | フッ素塗装 | 遮熱塗装 | 無機塗装 | 断熱ガイナ塗装 |
|---|---|---|---|---|
| 55万円(税込) | 64.8万円(税込) | 59.8万円(税込) | 66万円(税込) | 65.8万円(税込) |
| 耐用年数10~15年 | 耐用年数12~20年 | 耐用年数15~18年 | 耐用年数15~20年 | 耐用年数12~20年 |

※30坪110㎡目安

### 塗装プラン内容(工事の流れ)

カラーシミュレーション打合せ
↓
足場組立
↓
高圧洗浄(バイオ)
↓
下地補修
↓
外装塗装
↓
付帯部塗装
↓
点検・清掃
↓
足場ばらし
↓
お引渡し

### 大切な家がこんな時にはご相談ください

- ☑ 外装がはがれてきている
- ☑ カビ・苔が目立つ
- ☑ 建築後8年以上経つ
- ☑ 塗装面にひび割れがある
- ☑ 目地・シーリングが切れている
- ☑ 雨漏れする
- ☑ 手で触ると白い粉がつく
- ☑ 他社様の見積と比較検討したい

### 職人直営店の強み

**一級塗装技能士、外装劣化診断士による塗装作業**

大切なお住まいをお見積りからアフターフォローまで有資格者が責任をもって丁寧に対応・施工いたします。





**職人目線の塗装選び**

塗装の種類も多く特製も様々です。お住まいに合った材質・下地状況で高品質な塗料を厳選します。

**耐久年数10年以上を基準**

最長10年の安心保障!
保証期間内の不具合は何度でも修繕します。

**お客様の大切なご自宅を塗り替えの際には是非! 他社様との比較をご検討の方もご連絡ください。**


一級塗装技能士施工店

～心のこもった塗装～
美彩工房

〒426-0075
静岡県藤枝市瀬戸新屋150-2
営業時間/8:00~19:00
定休日/月

0120-164-777

お見積り・相談・診断は無料




# EVENT NEWS 今月のお出掛け情報

藤枝市内のイベント情報募集中。掲載はお気軽にふじえ～ら編集室へお問合せください。
掲載内容が変更となる場合がございます。

### 子どもたちに手芸の魅力を伝える
## こども手芸春期講座
**3/25(火)・26(水)・27(木)**

初めての方でも大丈夫♪みんなで楽しく手芸に触れてみませんか?パンチニードルやミシンを使った巾着作りや風船を使ってランプシェードを作る毛糸ワークです。



時 ①10:00～ ②13:00～ ※27日②のみ
場 mano a mano(藤枝市駅前3-18-1)
¥ 1講座2,000円(材料費・税込)
定 各回:定員4名
問 mano a mano
※内容、日程は問い合わせ相談ください
▶インスタグラム

☎054-639-9006 (不定休HPでご確認ください)

### 花と緑と食事を楽しみに出掛けよう♪
## FUJIEDA SUNGREEN FESTIVAL
**3/30(日)**

植物SHOPや飲食店など約30店舗が出店するフェスティバル。多肉植物・観葉植物・ドライフラワーなどを販売します♪園芸用品なども多く並ぶのでお散歩気分で遊びに来てね。




時 10:00～15:00
場 SBSマイホームセンター藤枝展示場
¥ 無料
問 サングリーン青嶋
▶インスタグラム

☎054-667-0013

### JUNSHINSPORTSCLUB×れんげじスマイルホール
## バルシューレ体験会
**4/2(水)・11(金)・16(水)**

ドイツうまれのボール遊びプログラム!特定のスポーツ特化ではなく、ボール遊びの基礎を幅広く身につけ楽しみながら運動能力を高めます!
(持ち物:室内靴、飲み物、タオル)




場 れんげじスマイルホールキッズパーク(藤枝市本町1-2-1)
時 (水:親子クラス)10:15～11:00
(金:こどもクラス)
①15:00～16:00
②16:20～17:20
¥ 詳細はHPへ
問 れんげじスマイルホール
▶予約フォーム

☎054-641-7715 (10:00～17:00・木曜休)

### 歪みを整えて身体を元気に
## 歪みケア体験会
**4/3(木)・11(金)**

頭痛、肩こりなどは、身体の歪みが引き起こしている可能性があります。一度お試し体験を受けて自分の身体の状態を知りにきませんか?
※予約はQRコードのWebまたはLINEで受付します。



時 ①10:00 ②11:00
場 ラビゴット本院(藤枝市南駿河台6-1-3-44)
¥ 3,300円(検査込 1人30分程度)
定 各日限定2名(時間は予約順から)
問 美容カイロプラクティック ラビゴット
▶WEB予約

☎080-1984-6907

### 『からだ』・『こども』・『くらし(環境)』にやさしいマルシェ
## 【vol.56】イシモクマルシェ市場
**4/12(土)**

毎月第2土曜日のイシモクマルシェ市場。新鮮な野菜や加工品、からだにやさしいごはん&おやつ・雑貨など、気持ちのいいお店がいっぱいです♪



時 10:00～14:00
場 イシモク体験館庭(藤枝市滝沢41-1)
問 イシモク
(株式会社石川木材)
▶ホームページ

☎054-639-0804

### 小さなお子様も大歓迎!!
## 『スペシャルバイキング in OLE 2025』
**5/3(土)・4(日)・5(月)・6(火)**

シェフのLIVE演出や大人気のデザートなど、自慢のお料理で皆さまをお迎え。抽選で「ハローキティ ルーム宿泊券」が当たるチャンスも!お早めのご予約を!




時 ランチ/12:00～14:00 ディナー/17:30～20:00
場 ホテルオーレ5階 バンケットホール藤
¥ ランチ/大人4,000円
小学生2,000円・幼児1,000円
ディナー/大人5,000円
小学生3,000円・幼児1,000円
定 各日80名
▶ホームページ

☎054-634-2225 (10:00～18:00)


藤枝クリニックは、皮膚科、内科、人工透析内科の質の高い3つの医療を皆様にお届けしております。



フォトフェイシャル 光治療
StellaM22を導入!!
シミ、そばかす、シワ、ニキビなどの光老化皮膚を改善します。

厚生労働省認可取得!
ひんやりチップで痛み軽減
光で洗顔!くすみ改善

ステラM22の最大の強みは光(波長)の強さを調節するフィルターを肌悩みに合わせてカスタマイズ。光治療によって一度の処置で顔全体にダブル照射ができます。まず真皮層へエネルギーを届かせるフィルターを使用し、肌の奥に眠る潜在シミなどの薄い色素へアプローチします。その後すぐに、表皮の色素へ反応するフィルターで照射することで美白効果に期待できます。さらに、光エネルギーにより皮膚内のコラーゲンやエラスチンの生成が活発になり、キメやハリが整い毛穴開きや小じわの改善、くすみ改善も期待できます。

1回コース
27,500円
5回コース
137,500円
回数チケット好評販売中!

こんなお悩みありませんか??
☑顔全体のシミ・そばかす・くすみが気になる
☑肌にハリ・ツヤを取り戻したい
☑シミ取りをしながら肌全体を改善したい!
☑毛穴の黒ずみが気になる...

今なら キャンペーンにつき 6回目無料!

当院の血液透析の特徴



当院では、体内の血液を外に出し、ダイアライザー(血液浸透器)を通過させて不要な老廃物や水分を取り除いたあと、きれいになった血液を再び体内に戻す血液透析に対応します。
血液透析にかかる時間は1回4時間、週3回ベースが一般的となります。長い時間を過ごされる患者様の気持ちになって考え、心地よい透析医療を提供できる環境を整えてまいります。



皮膚科、内科、人工透析内科、心療内科
藤枝クリニック
藤枝市市田沼2丁目11-12
電話にて要予約 054-636-8989



臨床工学技士 看護師 スタッフ募集

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| AM 9:00～12:00 | ● | ● | ● | 透析のみ | ● | ● | ― |
| PM 13:00～17:30 | ● | ● | 透析のみ | ― | ● | ― | ― |



◆申込期間◆ 3/1～4/30

# 名刺・封筒・小冊子 新年度応援キャンペーン

＼友だち 募集中／ 公式アカウント はじめました！ LINE ID：kobo_t

新規＆乗り換え 初回手数料 2,200円（税込）が今なら無料!! 「ふじえ～ら見たよ」とお伝えください！

## 新規・乗り換えの方
初回手数料 2,200円（税込）が無料！

**名刺** 片面モノクロ印刷/100枚 通常3,608円（税込）のところ ▶ 1,408円（税込）
片面カラー：2,068円（税込）～ / 両面カラー：3,168円（税込）～
片面カラー・片面モノクロ：2,728円（税込）～ ※特殊デザインは対象外となります。
2回目以降のご注文も同じ金額でOK！ ※修正なしの場合

**封筒** 長形3号モノクロ印刷/50枚 通常3,300円（税込）のところ ▶ 1,100円（税込）

●名刺用紙は標準用紙への印刷となります。●封筒印刷の2回目以降のご注文は再版手数料がかかります。
●名刺・封筒印刷共に、ロゴ挿入などデザインの内容によっては別途料金がかかる可能性がございます。ご了承下さい。

## 名刺・封筒 同時注文で
印刷代 10%OFF！

名刺＋封筒 名刺：片面モノクロ印刷/100枚 長形3号封筒：モノクロ印刷/50枚 通常6,908円（税込）のところ ▶ 2,257円（税込）
※名刺または封筒いずれかが新規であれば、印刷代10%OFF対象となります。

## 冊子印刷・小冊子の作成
印刷代 10%OFF！

- 総会資料
- 卒団記念冊子
- 会社案内

ご要望・ご予算に応じ小ロット、短納期にも対応します

封筒・名刺・冊子・ラミネート・スキャン・大判ポスター・シール・コピー・デザインも承ります

ツクル▸ツタエル▸ツナゲル
とうぶんどう工房
〒426-0061 藤枝市田沼1丁目15番8号 Produced by 島村謄文堂

営業時間 9:15～17:30（最終受付17:00） 土日祝休み
電話 054-625-7177 電話・メールでお見積りOK！
メール kobo@toubundou.co.jp
HP https://www.toubundou.co.jp/
プライバシーマーク 10530084 ホームページ インスタグラム



SBS学苑講師
NHK「すてきにハンドメイド」出演

# 手芸作家 横山幸美先生 書籍のごあんない

## プロフィール

静岡県在住の手芸作家。長年に渡り、布作品作りをゆっくりと楽しんでいらっしゃいましたが、2011年の退職を機に、パッチワークキルトのコンテストや雑誌への作品発表など、本格的な活動を開始。また、地元である静岡県を中心に、パッチワーク教室の講師や、不定期でのワークショップ開催などの活動もされています。

インスタグラム

先生が出演されました
### すてきにハンドメイド 3月号 NHK出版




TV出演 3月6日(木)に放送された「すてきにハンドメイド(NHK Eテレ)」に出演され、"昭和のお母さん"をイメージしたぬいぐるみのようなポーチを紹介されました。詳しい作り方は、ぜひ本誌をご覧ください。

### 和布で作る ねこ達の着せかえぬいぐるみ ブティック社




好評発売中 手元にある和布の端切れで作った猫のぬいぐるみの本。たくさんの衣装を身にまとったねこ達が勢揃い！一見、和布に見えない意外な組み合わせや、地味すぎず派手すぎず、子どもっぽくない可愛さが大切にされています。

### クスッと楽しくなる 和布の暮らしこもの ブティック社




好評発売中 和布の渋さも可愛いものも、どちらも大好きな先生がお届けする、思わずクスッと笑ってしまう楽しさがつまった、"大人可愛いこもの"の本。いつの間にか増えてしまった端切れの活用にもおすすめです。

現在開講中 毎月第1・第3金曜日 10:00~12:00 布小物を作る手芸教室
### よこやまゆきみのパッチワークと布こもの

■受講料：13,200円（3ヵ月・6回） ■教材費：材料自由に持ち寄り
■管理運営費：660円（3ヵ月・6回） ■入会金：3,300円

SBS学苑 藤枝校 TEL：054-644-5103
■営：月～金・第1、3土 9:00～17:00
■休：日・第2、4土・祝日
インスタグラムで情報発信中

ご紹介した本のご注文は 藤枝市内ご自宅まで配送
えざき宅配サービス へ！
0120-5-4646-5
FAX.054-644-5520
受付時間 9:00～17:00（日曜祝日除く）
藤枝市内どこでもOK!!

# CONTENTS

2025.04
vol.081


03 EVENT NEWS

巻頭特集 ～ふじえだの未来を創るビジネスプランコンテスト～
06 ふじえだイノベーションスタジアム2024 グランプリ決定!

お花見いこ～よ!
08 さくらめぐり

10 グルメガイド

春をもっと楽しむ!
12 自分をアップデート

14 スクールガイド

15 学校を支える 指導員や支援員を紹介します!

16 エリアインフォメーション

19 健康コラム
20 Kiss♥Kiss Kids シネマインフォメーション
21 ペット大集合!
23 地元の求人情報 まちJOB
24 藤枝市のお悔やみ情報 故人を偲ぶ
26 読者PRESENT
27 藤枝警察たより
READER'S ROOM 私の花粉症対策



■発行部数　50,400部　■無料戸別配布　藤枝市

■設置（敬称略・順不同）
観光案内所、市役所、文化センター、藤枝シネプレーゴ、BiViキャン、駅南図書館、れんげじスマイルホール、SBS学苑藤枝校、藤枝江崎書店、岡部総合案内所、岡部図書館、岡出山図書館、生涯学習センター、保健センター、福祉センターきすみれ、まちづくり藤枝、島村膳文堂、ホテルオーレ1F、オーレ藤枝1F・3F、岡部宿大旅籠柏屋、総合運動公園、市民会館、おれっぷ大久保、藤の瀬会館、ふじえTV撮影協力店、藤枝市中心市街地活性化推進課、藤枝子ども広場、ティップネス藤枝店、プランジェリモザイク、瀬戸谷温泉ゆらく、ZOO Square藤枝店、藤枝パークインホテル、東横INN静岡藤枝駅北口、藤枝市陶芸センター、SBSマイホームセンター藤枝展示場、駅前コワーキングスペース フジキチ、ふじえ～ら掲載店

■広告掲載のお問い合せ・お申し込み
ふじえ～ら編集室　TEL.(054)641-2140／FAX.(054)644-5584／E-mail:fujie@ezaki.ne.jp



※営業形態や業種等により、広告掲載をお受けできない場合もございます。ご了承ください。
※本誌に掲載されている広告内容等につきましては、広告主がその責任を負うものとします。
※編集等に関してのお問い合わせは、ご遠慮願います。







# TREND NEWS

今月のトレンド情報ピックアップ!!
ふじえ～ら編集室がお薦めする店舗をご紹介します。

## 31周年 食べ処　真弥（しんや）



店主が手間暇かけて作る料理を御膳で提供しています。静かな店内でゆっくりくつろぎながらランチを楽しめます♪最高の「食」のおもてなしをぜひ。

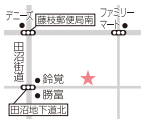



☎054-620-3577
住 焼津市大住711-2
営 11:00～14:00
17:00～21:00（予約のみ）
休 水 P 6台
Web インスタグラム「yaizu_shinya」

## 12周年 B－WORLD



心身共にリラックスできる落ち着きのある美容院。「素材美」をテーマに「美」と「健康」を追求したスタッフがあなたに合うスタイルを提案します♪




☎054-639-7728
住 藤枝市小石川町1-7-34
営 10:00～18:00
休 月
P 30台
Web 「B-WORLD」で検索

## 10周年 雑貨とドライフラワーの店 MYRTE（ミルテ）



素朴で優しい色合いが魅力のドライフラワーや、作家さんの作品が並ぶ素敵な店。大切な人へのギフトや、ちょっとした贈り物も見つかるはず!




☎054-647-7140
住 藤枝市駅前3-14-4 シャルムO 1F
営 10:30～18:30
休 不定休（HPをご確認ください）
P あり Web myrte.work

## 9周年 呑家 いっぽ




☞P09

野球を愛する仲間が多く集まる明るくて楽しい店です。野球チーム（練乳）のメンバーも募集中!誰でも和気あいあい、野球とお酒で一緒に楽しめます。




☎054-686-2285
住 藤枝市駅前2-6-5
営 17:00～0:00（L.O.23:30）
休 火
P 近隣有料駐車場をご利用ください
Web インスタグラム「ippo0408.official」

## 1周年 食一杯屋



店主こだわりの肴と酒を楽しめるカウンター席の店。女性一人でも入りやすく豊富なメニューとコスパの良さが魅力的。ランチにもおすすめです♪




☎090-4165-7660
住 藤枝市田沼3-4-25
営 12:00～21:00
休 火・第3水
P なし
Web インスタグラム「ippaiya0309」

## 1周年 craft beer BAR chobit（ちょびっと）




びく石山静かな夜のキャンプ場向かいにできた週末居酒屋"chobit"。地場産のクラフトビールとおつまみで乾杯しませんか。




住 藤枝市瀬戸ノ谷5646-1
営 金16:00～20:00
土13:00～21:00
休 月～木 P 共有駐車場有
Web インスタグラム「@chobit2024」

## 4月中旬オープン 松浦ピアノ教室



☞P14

幼児から学べるピアノ教室がオープン♪ひとりひとりに寄り添い丁寧で楽しいレッスン。成長に合わせた指導でピアノの楽しさに引き込まれます。




住 藤枝市岡出山2-9-22 静鉄タクシー2F
営 レッスンに応じて応相談
お問い合わせは matsuraayaka@gmail.com

## ふじえ～らのTREND NEWSに情報を掲載してみませんか?

募集!

ふじえ～らでは毎月のレギュラー企画「TREND NEWS」において、新規オープンやリニューアル・移転オープン、オープン○周年などの情報を随時募集しています。掲載希望や情報などがございましたら、ぜひふじえ～ら編集室までお知らせください!

### ふじえ～ら編集室

☎054-641-2140
住 藤枝市藤枝1-4-12
営 9:00～17:00
休 土・日・祝
fujie@ezaki.ne.jp

巻頭特集

# ～ふじえだの未来を創るビジネスプランコンテスト～
# ふじえだイノベーションスタジアム2024グランプリ決定！




**1月24日、藤枝市内での新製品や新サービスに関するビジネスプランを審査・評価するための ビジネスプランコンテスト「ふじえだイノベーションスタジアム2024最終審査会」が開催されました。**

## 幅広い分野を題材に10社が最終審査会に

藤枝市は昨年に引き続き、地域特有の資源である「食と農」、「健康・医療」の活用や、地域課題の解決をテーマにした、ビジネスプランコンテスト「ふじえだイノベーションスタジアム2024」の最終審査会を開催しました。

地域産業の振興や地域経済の活性化のために、コンテストを通じて、市内企業やスタートアップ、ベンチャー企業などの革新的なビジネスプランを、地域全体で支援しながら、新たな製品やサービスとして創出することを目指しています。

第2回目となる今回は、市内企業や首都圏等のベンチャー・スタートアップから、前回を上回る52社の応募があり、その中から事前審査を経て、10社が最終審査会に進みました。1月24日、藤枝市産学官連携推進センター（BiViキャン）で開催された最終審査会には、お茶、農業、健康医療、地域交通、市民活動など幅広い分野を題材に考案した事業計画が発表されました。

## すべてのビジネスプラン実現を支援

栄えあるグランプリには、株式会社UBeing（ユービーイング）（名古屋市）が提案した「味覚調整デバイスumaiNa（ウマイナ）により、減塩食をより美味しく」が選ばれました。

高血圧などの疾患を抱える人にとって減塩は必須である一方、継続の難しさが課題として挙げられてきました。そこで医師でもある福島大喜代表取締役CEOは、減塩を「我慢」ではなく「楽しみ」に変えるべく、電気刺激で塩味と旨味を増強させるデバイス「umaiNa」を開発。顎に装着するだけで使用でき、来年度内の販売開始を目指しています。受賞に際し、「この素晴らしい賞を励みに、藤枝の地からumaiNaを届け、多くのユーザーを笑顔にしたい」と熱い想いを語りました。

また、北村正平藤枝市長も「社会問題である高血圧対策にデバイスで挑むという発想が素晴らしい。まさに藤枝の未来を創造する革新的なビジネスである」と絶賛しました。

その他、準グランプリには「社会とお茶の新たな可能性を切り開く」BlueFarm株式会社、奨励賞には「ボランティア体験を通して個人の主体性を高めるサービス」を提案したユニソック合同会社、藤枝金融協会賞には「耕作放棄地を活用した青パパイヤ栽培事業」を提案した株式会社夏越物産がそれぞれ受賞しました。特別ゲストとして出席した鈴木康友知事は「どのプランもレベルが高く、大変刺激を受けた。静岡県をスタートアップ先進県にするため、藤枝市とも連携し、県内全体の起業を支援していく」と力強く宣言しました。藤枝市は、入賞の有無を問わず、出場した10社のビジネスプランの実現に向けて、地域全体で支援を行っていくとのことです。ふじえだの未来を創る挑戦者たちの活躍に、今後も目が離せません。

ふじえだの未来を創る ビジネスプランコンテスト

# ふじえだイノベーションスタジアム2024

FUJIEDA INNOVATION STADIUM

藤枝市 Fujieda City

主　催：藤枝市
事務局：株式会社藤枝江崎新聞店
　　熱意ある地方創生ベンチャー連合
　　株式会社LINKER
協　賛：藤枝商工会議所
　　岡部町商工会
　　藤枝金融協会
協　力：EG支援センターエフドア
　　藤枝ICTコンソーシアム

## ファイナリスト紹介（50音順）

### 株式会社 RC
宮崎 健太

**日本三大玉露の名産地として数えられる朝比奈玉露の知名度向上**



藤枝市岡部町の朝比奈玉露が日本三大玉露の名産地に数えられていますが、実際には静岡県内でもその認知度は非常に低いです。当社の新商品とのコラボで地元からまず県内へ発信していきます。

### 池田 僚介

**スマート農業地域モデルへの挑戦 無農薬いちご×アクアポニックス**



アクアポニックス技術を活用し、藤枝市で「無農薬いちご」と「キャビア」を生産。耕作放棄地の活用と環境負荷低減を両立させ、地域と都市をつなぐ新しい一次産業モデルを目指します。

### 有限会社 EGエンジニアリング
芝切 祐貴

**新聞店バイクシェア 非稼働時間を300億円の市場創出へ**



新聞店バイクの非稼働時間を活用し、観光客や地域住民にシェア。新たな投資を必要とせず非稼働時間を収益化。地域の二次交通課題を解決しながら、地域活性化にも寄与する新しい取り組みです。

### 株式会社 きすう
小野田 修一

**藤枝は「お口から健康都市」**



健康に暮らすには、バランスの良い栄養摂取が必要です。口は健康の入口。お口の予防検診で、口腔機能が原因で不幸になる人を無くし、藤枝市を「お口から健康都市」にしたいと考えます。

### 株式会社 食の学び舎くるみ
中野 ヤスコ

**食×教育が創る 健康都市 “みんなの食の学校”『くるみフードアカデミー』**



ヘルスデータを活用した個別対応型の食育プログラムを提供し、毎日の食事で心とカラダのトラブルを予防・改善します。自治体・企業・飲食店との連携で多様な収益モデルで持続可能な運営を目指します。

### 株式会社 夏越物産
夏越 暁旭

藤枝金融協会賞

**青パパイヤで 耕作放棄地を減らそう!**



藤枝市からスタート！耕作放棄地の活用、お茶加工残渣の有効利用、持続可能な農業を実現、新しい藤枝発農産物の開拓に取り組みます。

### Blue Farm 株式会社
青木 大輔

準グランプリ

**社会とお茶の新しいつなぎ方をつくるChaaS（茶畑as a Service）**



茶畑に眠る企業・社会をサステナブルにする多くの機能を順次開放しサービス化して提供を進めています。低コスト・低GHG排出量型耕作放棄地再生モデルの構築にも取り組んでいます。

### 株式会社 UBeing
福島 大喜

グランプリ

**味覚調整デバイス「umaiNa(ウマイナ)」により、減塩食をより美味しく**



健康的で美味しい食が両立することで高血圧症、慢性腎臓病、心不全の方の生活を藤枝市から支えます。食品企業/医療機関など、提携アライアンスパートナーとともに事業促進を図ります。

### ユニソック 合同会社
松永 智教

奨励賞

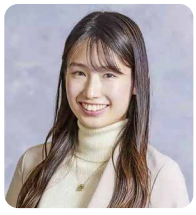
**ボランティア体験を通して 個人の主体性を高めるサービス**



『AVS』は、ボランティアマッチング業務のDX支援サービスです。ボランティア体験を通して、主体的に行動できる人材を育成する事によって、藤枝市における災害発生時の共助強化に貢献します。

### 株式会社 LEAN
立道 友緯

**「月経」というタブーをなくし、女性アスリートの力を最大限引き出す**



女性アスリート特有の健康課題に着目し、怪我のリスクを軽減し、選手が最高のパフォーマンスを発揮できる環境をサポートします。

お花見いこ〜よ!

# さくらめぐり

藤枝は綺麗な桜を見られるスポットがたくさん!
パンやスイーツ、お弁当と一緒にお花見するもよし
お花見帰りの食事に行ってもよし。
気持ちの良い春の訪れを楽しもう!

※表記の価格は全て税込価格です。 ※掲載内容が変更となる場合がございます

駐車場の無いスポットもございます。路上駐車などはしないようお願いします。



## 田中城下屋敷周辺六間川沿い

その昔、田中城の必要物資を焼津港から運ぶ運河として利用されたという六間川。両岸の桜の枝が垂れ下がり川面に映る情景が美しい場所。

藤枝市田中 周辺



## 藤枝総合運動公園周辺

藤枝市を一望でき、散歩やウォーキング、遠足などに利用されている憩いの場所で、新しい桜の名所になりつつある穴場スポット。

藤枝市堀之内 周辺



## 高洲小学校黒石川沿い

藤枝市から焼津市に流れる黒石川沿いの桜並木。ジョギングや散歩の人も多く、地域の人たちが毎年楽しみにしている暮らしの中の桜。

藤枝市兵太夫 周辺



## 広幡小学校葉梨川沿い

広幡小学校西側を流れる葉梨川の土手沿いの桜並木。四季折々の花が咲き、ジャコウアゲハ蝶の育つ場となっている。

藤枝市鬼島 周辺



## 蓮華寺池公園

池の周囲約1.5kmの園路沿いが新緑や桜に彩られる。園内には、ジャンボすべり台、子ども広場、日本庭園などの施設もあり、年齢問わず過ごせる。

藤枝市若王子 周辺



## 金比羅山緑地瀬戸川沿い

瀬戸川沿いの両岸と金比羅山は、約850〜900本の桜が咲き誇る名所。木々の間に建てられた灯ろうの明かりや夜桜も楽しめる。

藤枝市志太 周辺

▼ 大人数での宴会に最適な広々とした宴会場



## 春の宴会は、藤枝駅近の味が良い魚がし鮨でいかがですか?

大人数の宴会に最適。25人対応の広々とした宴会場があります♪新鮮なネタを使った様々な料理は宴会の盛り上がりに間違いなし!食事も空間も大満足。

〈4名〜予約可能!お得な平日限定コース〉
◆全8品コース・・・・・・・・・・・・・・・・・・4,000円
前菜・刺身・サラダ・焼物・揚物・握り・椀・デザート
◆全9品コース・・・・・・・・・・・・・・・・・・4,500円
前菜・刺身・サラダ・茶碗蒸・焼物・揚物・握り・椀・アイス
※飲み放題+1500円
※その他、詳しくは気軽に問い合わせください

沼津魚がし鮨
### 流れ鮨 藤枝駅南口店

☎054-634-2880
住 藤枝市前島1-3-1 ホテルオーレ2F
営 11:00〜15:00(L.O.14:30)、17:00〜21:00(L.O.20:45)
休 年中無休 P 施設駐車場の利用で2h無料



▶ ホームページ

今回、特典はありませんが
お店の人に
「ふじえ〜らをみてきたよ」
と言ってくれると
とてもうれしいです。

▼ リピーター続出の旨さ!えびバターつけ麺…980円



## 花見といっしょに藤枝PAのグルメで春を満喫しよう!

人気メニューがテイクアウトできるので花見のお供にぴったり!ゆっくり食事を楽しみたい方は、花見の後に立ち寄り、豊富なメニューが揃うフードコートへどうぞ!

【テイクアウトメニュー】今だけお得!
※こちらはテイクアウト専用の価格です
◆から揚げ定食・・・通常1,030円→960円
◆アジフライ定食・・・通常930円→860円
◆しょうが焼き定食・・・通常930円→860円
葉梨川沿いに桜が咲きます! 葉梨中よりすぐ

新東名高速道路ぶらっとぱーく
### 藤枝PA上り

☎054-638-1255
住 藤枝市中ノ合字衣原616-2-1
営 8:00〜22:00(変更となる場合有)
休 無休 P 39台(一般道用)






ふじえ〜ら4月号
**売店商品 10%OFF**
「フードコート」・「コンビニ商品」・「アウトレット商品」は対象外です
※他サービスとの併用不可 ※1枚につき1名有効
期限'25.04.20 藤枝PA上り

▼ 甘さ抑えめ、ふわふわのシフォンケーキ(ホール)



## ジャムと一緒に♪期間限定のさくらのシフォンケーキもどうぞ

春限定「さくらのシフォンケーキ」はこの時期しか食べられない春の味覚。美味しいおやつを花見のお供や贈り物に♪春の息吹を持って出掛けませんか?

◆さくらのシフォンケーキ・・・・・・850円
カット・・・・・・350円
※期間と数量限定の為、事前に予約がおすすめ
◆季節のジャム(M)・・・・・・・・・810円〜
◆贈り物セット(ジャム4本・マドレーヌ2個)
・・・・・・・・4,000円

四季のジャム工房
### やまゆスイーツ

☎054-645-3935
住 藤枝市五十海1-2-3
営 10:00〜19:00(月17:00迄)
休 火・水・土・日・祝 P 1台



▶ インスタグラム

ふじえ〜ら4月号
**1,500円以上購入の方**
**「ミニスイーツ」プレゼント**
※当日クーポンを切り取ってお持ちください
期限'25.04.20 やまゆスイーツ

▼「豆乳ドーナツ(プレーン・チョコ)」と「いなり寿司」



## お豆腐屋さんのこだわりの品々花見や行楽のお供におすすめ!

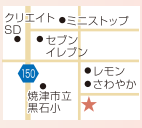
さっくり優しい甘さが人気の「豆乳ドーナツ」や、湯葉がたっぷり入った「いなり寿司」など、美味しさはもちろん、大豆製品で体に嬉しい品々が揃います♪

◆豆乳ドーナツ・・・・・・・・・・・120円〜
◆湯葉の炊き込みいなり寿司・・・2個320円
◆豆腐コロッケ・・・・・・・・・・・・・・170円
◆大豆まるごと絹(豆腐)・・・・・・・190円
◆日替わり豆腐(枝豆、だしなど)・・・230円〜

お持ち帰り専門 おからを出さない製法の
### 大鈴屋豆腐店

☎054-665-6267
住 焼津市東小川8-12-8 営 10:00〜18:00
休 火・他(HPをご参照ください) P 共有駐車場有
HP www.suruga2525.com




ふじえ〜ら4月号
**800円以上購入の方**
**豆乳ドーナツ(プレーン1個)プレゼント or 会計から50円引き**
※1回限り有効 ※他サービスとの併用不可
期限'25.04.20 大鈴屋 豆腐店

期限'25.04.20 多鳥屋 藤枝店
からあげ（単品）
10%OFF
※会計時にクーポン利用と伝えてください
※当日クーポンを切り取ってお持ちください
ふじえ～ら4月号

期限'25.04.20 炉端焼 いさり火
平日限定（金・土・日・祝不可）
会計より1,000円OFF
※予約時にクーポン利用と伝えてください
※他サービスとの併用不可　※当日クーポンを切り取ってお持ちください
ふじえ～ら4月号

期限'25.04.20 居酒屋 奥洲
生ビール
1杯サービス
※当日クーポンを切り取ってお持ちください
※クーポン1枚に付き1名　※コピー不可
ふじえ～ら4月号

▼ お弁当・オードブルの配達も対応しています



## 大きな鶏肉をジューシーに揚げた唐揚げの美味しさを実感♪

唐揚げは、注文毎に揚げるので出来立て熱々の状態でテイクアウトが出来ます。豊富な種類から様々な味を選べる、美味しいお弁当を楽しもう♪

◆お弁当
（ねぎ塩、テリマヨ、チキン南蛮、油淋鶏）など多数
（唐揚げ個数＝ミニ・小・中・大）で選べます
◆山賊盛りなど盛合わせメニューもあります
※事前に電話予約がおすすめです
※詳しいメニューはHPからご覧ください

九州からあげ専門店
**多鳥屋 藤枝店**
☎054-643-5877
住 藤枝市藤岡5-8-2（富士屋五十海店隣）
営 11:00～20:00
休 火　P テナント共有駐車場



▶ ホームページ

▼ じっくりと炉端で焼く自慢の串焼き



## 焼きの技が光る至福の串焼き肉の旨みを味わいに行こう♪

賑やかな店内で楽しむ串焼きと海鮮焼が魅力的な店。炉端を囲んだカウンターで肉や海鮮の旨味が詰まった柔らかくてぷりぷりの逸品を堪能できます。

◆焼鳥（各種）……120円～
◆炭焼きローストビーフ……900円
◆串焼きお任せ盛り……980円
◆海老と大葉の肉巻き……480円
◆静岡県地鶏の味噌漬け焼き
……580円

炉端焼
**いさり火**
☎054-643-5505
住 藤枝市駅前1-7-14 すずろくビル1F
営 16:00～24:00（L.O.フード23:00、ドリンク23:30）
休 年中無休（不定休有）　P 近隣の駐車場を利用ください



▶ インスタグラム

▼ 口の中でとける新鮮な刺身盛り



## 明るい女将の手料理と酒で心を満たし笑顔の花が咲きますよ♪

アットホームな雰囲気は家族連れにも大人気♪蓮華寺池公園の花見帰りや歓送迎会にもおすすめ。春と一緒に美味しい酒や料理で心ゆくまで楽しみませんか？

◆ネギ焼き……700円
◆シーザーサラダ……800円
◆もつキャベツ……800円
◆刺身……時価
※歓迎会・宴会コースは予算に合わせて対応可能

居酒屋
**奥洲**
☎054-641-0005　予約優先
住 藤枝市本町2-6-13
営 17:00～23:00
休 月・第1、3火（4月は第2、4火）　P 10台



▶ インスタグラム



## 玉露の里周辺

朝比奈川沿いの中でも大勢の花見客が訪れるスポットとして有名。玉露を使った食事処と地元の農産物や土産品などを販売している物産館がある。

藤枝市岡部町新舟 周辺



## 青島東小学校横自転車道沿い

藤相田沼街道/県道33号線から1本瀬戸川寄りに入った住宅地にある広い歩道(自転車道)。通勤、通学など人々の生活の中で愛されている身近な桜並木。

藤枝市志太 周辺




▼ テイクアウト一番人気の「カルビ弁当」



▼ お得な一皿「4種盛り」は食べ応え十分



▼ みんな大好き!厚切りの「牛タン盛り」



## 春のお花見は、美味しいお弁当を持って出掛けませんか？

春、青空の下で食べるお弁当は格別に美味しい♪たっぷり詰められた「みき」の味を外で楽しんでみては？平日なら店でお得な「焼肉みきコース」が一押し！

火山石
**焼肉みき**
☎090-6577-7768
住 藤枝市青木3-15-2 藤枝郵便局前
営 11:30～13:30（ランチ事前予約のみ）、17:30～22:30
休 水（3日前の予約で対応できます）・不定休
P 店舗前共同駐車場



▶ インスタグラム

### 平日（月～金）3日前の予約限定
※1名から予約可能

◆焼肉みきコース（2人前）
……6,000円
（メニュー内容）
牛タン（1皿）・4種盛り・ワカメスープ・ライス・サラダ・ソフトドリンク1杯（+250円でアルコール1杯に変更可能）・ミニアイス付き
※スープとライスは冷麺にも変更できます

◆牛タン盛合わせ……3,880円
◆和牛盛合わせ……4,780円
◆石焼ビビンバ……1,080円
◆カルビ弁当……1,200円
※他にも単品のメニューが沢山あります
※お弁当は予算に合わせて対応可能

ふじえ～ら4月号
「ふじえ～らみたよ」でお弁当注文の方
**韓国海苔（1パック）プレゼント**
期限'25.04.20 火山石 焼肉みき

期限'25.04.20　株式会社 むらさき

1家族1回のみ(2食)

無 料

※電話で「お試しクーポン利用」と伝えてください

ふじえ～ら4月号

# 販促ツールとして利用してみませんか?

「名入れ」だけじゃもったいない!!
アイディア次第でいろいろ活用してみよう!




クーポンやお店の記念日など
アイディアをいかしたオリジナルのデザインで
卓上カレンダーにプラスの付加価値を!!
用途に合わせてどの月からでも始められます。

**オリジナル卓上カレンダー**
(透明プラケース入り)

価 格 ※卓上カレンダー本体・名入れ料金含む

1セット単価 **600円** (税込660円)

50セットご注文の場合
**30,000円** (税込33,000円)
※小ロット・大ロットのご注文につきましては別途お見積りいたします。

AIL 株式会社アイエルシー
〒426-0022 静岡県藤枝市稲川639
TEL.054-641-0245 FAX.054-643-1719
URL https://ail-c.com

▼ 和食や洋食などバリエーション豊かなお弁当



## 毎日、美味しい夕飯を自宅まで届けてくれる便利な宅配弁当♪

メニューは日替わり♪好きなメニューの日に1食から注文が可能。配達料込のお手頃な価格で夕食を美味しく手間なく食べられます。

◆夕膳(ご飯付き)/(おかずのみ)
・・・・・・・・・・各630円
◆日替わり丼・・・・・・630円
※お問合せの初回は、配達員が訪問し注文を伺います

手作りにこだわるお弁当
**株式会社 むらさき**

☎054-349-0666　要予約
住 藤枝市茶町4-13-12(店舗販売はしておりません)
営 10:00～18:00
休 土・日・祝



▶ ホームページ

▼ 今季はまもなく終了!芳蘭特製「牡蠣ラーメン」



## 牡蠣メニュー各種は4月末まで 4月のお得な月替わりは・・・?

牡蠣のおいしさを多彩な中華料理で楽しめる最後のチャンス!そして4月のお得な月替わりメニューとなるのは、サクッとおいしい「唐揚げ」です。

◆牡蠣ラーメン・・・・・・・・・・・・・・・980円
◆牡蠣の一品料理・・・・・・・・各1,300円
・チンゲン菜と白葱の甘唐辛子炒め
・玉ねぎとシメジの黒酢炒め
・にんにくの芽と白菜のオイスターソース炒め
◆唐揚げ・・・通常750円→600円(4月限定)

中国料理
**芳蘭**(ほうらん)

☎054-641-5344
住 藤枝市駅前1-7-13
営 11:00～15:00、17:00～22:00
休 水　P 近隣有料駐車場






旬で新鮮!

# 地産地消キャンペーン
# JAおおいがわ まんさいかんの野菜BOX

リニューアル!!

商品のお届けは金曜日までの申込みで翌週水曜日のお届けになります。

## ①野菜BOX 1セット
**2,300円**(税込)



地元農家さんが育てた新鮮で旬な野菜をボリュームたっぷりでお届けします。
【詰め合わせ一例】
・人参・トマト・大根
・馬鈴薯・とうもろこし
・キャベツ・ほうれん草
・葉ねぎ・お茶等

## ②野菜BOX 1セット
+JAおおいがわの金芽米2kgセット
**4,482円**(税込)




新鮮旬な野菜BOXに加え、ビタミン・ミネラル・食物繊維が多くカロリー糖質オフのおいしいお米をお届けします。

毎月1回届く**お得な『定期便コース』**もあります。 ①2,100円(税込)/月 ②4,000円(税込)/月

定期便は第3水曜日のお届けになります。　出荷時期により中身は異なります。また、地元特産品を使用した加工品も入る場合がありますので、ご了承下さい。
宅配エリア:藤枝市内(随時拡大中)。配達できないエリアもございます。詳しくはお問い合わせください。　お留守の場合は玄関先へお届け致します。

問合せ・お申込み先　えざき宅配サービス TEL:0120-5-4646-5 受付時間9:00～17:00(日祝除く)　配送無料　当社スタッフが直接玄関先までお届けします

## 友好都市「北海道恵庭市」について

- 友好都市提携締結日
  平成28年3月26日
- 総人口 約70,000人
- 概要

北海道恵庭市は、札幌市と新千歳空港のほぼ中間に位置し、恵まれた交通アクセスと穏やかな気候風土をもつまちです。
市民主導で花植えやガーデニングが行われ、市内のあらゆる場所で花が飾られ「花のまち」として全国的に知られています。
花と緑にあふれ、豊かな自然と都市機能が調和する、誰もが暮らしやすいまちづくりを進めております。

- 特産品

えびすかぼちゃ、トマト、ゆめちから

藤枝市・恵庭市
農商工連携広域
ネットワーク

# 藤枝市×北海道恵庭市 コラボ商品完成




藤枝市・恵庭市農商工連携広域ネットワークでは、
藤枝市と友好都市である北海道恵庭市が連携して、
両市の産業交流事業に取り組んでいます。
異なる特色をもつ地域において、両市の事業者が連携し、
それぞれの地域資源や技術を活用した新商品開発や新サービスに取り組み、
産業振興や農産物の販路開拓消費拡大を進めています。

## 恵庭産えびすかぼちゃを使用したコラボ商品販売中！




### 藤の花の樹の下で えびすかぼちゃ味
180円（税込）

宮古島産紅芋を使用した「藤の花の樹の下で」を、シンプルにかぼちゃペーストと白餡、砂糖のみという究極の餡に。紅芋の4倍ものかぼちゃを使用することで、濃厚で奥深い味わいが実現。黄金色に輝く餡は見た目も美しく、サクサクのパイ生地と相性も抜群です。

**フォンテーヌ府中屋**
藤枝市本町3-5-4
tel. 054-641-0359
営業時間 8:30～20:00
定休日 月曜日



### えびすかぼちゃと キャラメリゼくるみのパウンドケーキ
450円（税込）

恵庭産えびすかぼちゃの風味を存分に楽しめる生地に、キャラメリゼしたくるみがアクセント。香ばしいナッツの苦みとカリッとした食感が、かぼちゃの甘さを引き立て、贅沢な味わいを演出します。食べ応えのある、満足感たっぷりの一品です。

**bijou（ビジュー）**
藤枝市藤枝2-6-26（まるか村松商店内）
tel. 054-643-1280
営業時間 10:00～18:00
定休日 水曜日（祝日は営業）※不定休あり



### 大判焼き（えびすかぼちゃ）
200円（税込）

女将が作る大判焼きの中に、たっぷり詰まった餡は、娘さんが心を込めて作ったもの。恵庭産えびすかぼちゃ本来の風味を最大限に引き出すため、砂糖とバターのみで仕上げ素材の味を活かした餡は、口に入れた瞬間、かぼちゃの濃厚な甘みが広がります。

**まるか村松商店**
藤枝市藤枝2-6-26
tel. 054-643-1280
営業時間 10:00～18:00
定休日 水曜日（祝日は営業）※不定休あり

## 〈恵庭市でも藤枝市の農産物を活用した新商品を開発中です〉

### 樂々ゆたか農園株式会社
（恵庭市島松仲町3丁目5-1）

東洋医学的な発想をもとに「本物」をお届け
鍼灸師やSOFIX農業診断士という資格を保有する、いわば土づくりの専門家が、微生物と天然ミネラル豊富な土壌でつくる「本物」をお届けする農園です。昔ながらの野菜本来の味を目指しています。



今回の試作
杉井酒造（藤枝市）のお酢【醸造酢 飛鳥姫】を使用した、有機大豆ピクルス

### ドーナツ茶屋ほんわか
（恵庭市黄金南7丁目18-4）

北海道産の小麦粉を100％使用
ドーナツ茶屋ほんわかのドーナツでは、北海道産の小麦粉を100％使用しています。小麦の風味と、ふんわり＆もっちり食感をお楽しみください。その他の素材も、北海道産のものをたっぷり使用しています。



今回の試作
市之瀬の里（藤枝市）の抹茶を使用した、抹茶ドーナツ

### KUROMAME
（恵庭市恵み野西6丁目21-4）

串団子とかき氷、焼き菓子などテイクアウト専門店
定番のお味から、ユニークな餡や季節にあった餡を使用し、見た目もカラフルで可愛いお団子をご用意。お団子のほかにも、夏はかき氷も楽しめます。
和スイーツのお土産を購入するならKUROMAMEがおすすめ。



今回の試作
藤枝産の青島みかんを使用した、ぷるもち葛アイスバー

藤枝市・恵庭市農商工連携広域ネットワークでは、恵庭市の農産物等の資源を活用して新商品創出に向けた研究・開発に取り組む藤枝市内の事業者を募集しています。詳しくは、下記までご連絡ください。

問合わせ 藤枝市産業政策課
藤枝市岡出山2-15-25 藤枝市役所南館2階
電話：054-643-3165

期限'25.04.20 施術院 康

通常4,000円(40分)を
初回限定3,000円

※当日クーポンを切り取ってお持ちください
※予約時にクーポン利用と伝えてください

ふじえ～ら4月号

期限'25.04.20 ako.

毛穴洗浄 予約の方
美肌パック(1,100円)サービス

※予約時にクーポン利用と伝えてください
※当日クーポンを切り取ってお持ちください

ふじえ～ら4月号

▼ 心地よい施術でゆっくり癒す(写真はイメージです)



## 気軽に立ち寄れる安心施術
## 心と体を労るソフトカイロ整体です

目の疲れや肩こりなど身体の痛みに丁寧な施術をしてくれます。場所もわかりやすく仕事帰りや買い物の合間にサッと寄れてリフレッシュできます♪

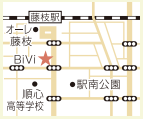
〈こんな症状にお悩みの方〉
- ◆眼精疲労(スマホ・パソコン)
- ◆頭痛・首のコリ
- ◆肩こり(四十肩/五十肩)
- ◆背中の痛み
- ◆腰痛・膝痛
- ◆便秘

〈出店日〉月～土(電話で確認)予約可能

K&SK ソフトカイロ整体
**施術院 康(コウ)**

☎090-1826-7845(植田)
住 藤枝市前島1-7-10 BiVi藤枝1F(ココカラ スペース)
営 10:00～18:00
休 日 P BiVi共有駐車場






▼ 自分磨きは心のリラックスと自分への自信に繋がります



## 毛穴洗浄＆脱毛でモチモチの
## 美肌に生まれ変わりましょう♪

毛穴の汚れがスキンケアのなじみを悪化させ、ムダ毛処理による肌負担も増えます。そんな悩みに、スチーム毛穴ケアと光美容ケアの組み合わせがおすすめです♪

洗顔だけでは落とせない毛穴の汚れ気になりませんか?
- ◆おかま直伝よもぎ蒸し®……2,800円
- ◆毛穴洗浄……4,400円
- ◆お顔脱毛……5,500円
- ◆V.I.O脱毛……8,800円
- ◆お子様両わき脱毛……500円

美肌脱毛&Feminine beauty salon
**ako.**

☎054-625-8943 予約優先
住 藤枝市青木2-18-3 AOKIビル1-A
営 8:00～18:00
休 日・祝 P 2台



▶インスタグラム




▼ 骨格の歪み調整からアプローチしていきます



## 新生活、健康でキレイな
## 身体づくりを始めてみませんか?

その症状体質だと思いこみ、諦めていませんか?花粉症や頭痛、子宮系の悩みの症状は、身体の歪みが原因の可能性があります。本来の健康的な自分に出会える方法と更に自宅で出来る歪みケア法をアドバイスしてくれます。

プライベートサロン
**美容カイロプラクティック ラビゴット**

☎080-1984-6907 要予約
住 藤枝市南駿河台6-1-3-44
営 9:00～16:00
休 日
P 2台



▶WEB予約

〈季節の変わり目と共に
身体も変えていきましょう!〉

1回 8,800円
3回24,000円
※1回8,000円

◆歪み肩こり解消コース
◆子宮ケアコース

※歪みケアは痛くないのでご安心ください

歪みケア体験会
4月3日(木)・11日(金)
①10:00 ②11:00

予約制:各日限定2名※時間は予約順
体験料:3,300円(検査含 1人30分程度)
会場:ラビゴット本院(藤枝市南駿河台6-1-3-44)
※予約はQRコードのWEBまたはLINEまで♪

▼ 店舗は、藤枝PAフードコート券売機 横です



## ヘッドスパで心地よいひとときを
## 過ごし、すっきりリフレッシュ!

ヘッドスパで、頭のこりや眼精疲労をやわらげ、リラックス効果を最大限に引き出します。施術後は、頭が軽くなり、すっきりリフレッシュ!詳細はHPへ♪

- ◆ヘッドスパ+アイケア15分……1,650円
- ◆部分コース(頭+首・肩など)30分…3,300円
- ◆うつ伏せ全身コース45分……4,950円
- ◆全身リラックスコース60分……6,600円
- ◆全身すっきりコース75分……8,250円
- ◆全身じっくりコース90分……9,900円

藤枝PA上り内 手もみほぐし処
**りらくPASA**

☎090-6592-6985 予約優先
住 藤枝市中ノ合字衣原616-2-1
営 10:00～19:00 休 金・毎月1日・15日
休 39台(一般道用) 他「りらくPASA」で検索



▶インスタグラム

▼ 外反母趾専門整体。痛みが少ないソフトな施術



## 足の痛みを我慢せず、好きな靴
## を履いて出掛けましょう♪

小さな足の痛みが快適な歩行を困難にしていませんか?痛みの根本にアプローチする施術は機械を使わない手技。早めのケアで新生活を楽しみましょう。

〈こんな症状があれば、すぐに相談!〉
- ◆指の付け根が膨らんで変形している
- ◆20分ほど歩くたびに痛みがでる
- ◆ヒールやパンプスを履く機会が多い
- ◆靴を替えるたびに痛む・タコができやすい
- ◆外反母趾に何か当たる度に痛みがでる

つらさを根本から緩和させる専門院
**そうき整体院**

☎054-639-7793 予約優先
住 藤枝市五十海4-14-11
営 9:00～12:30、15:00～19:30
休 水(午後)・日・祝 P 5台



▶ホームページ

初めて施術を受ける方へ 公式LINEより
初回割引クーポン2,000円分プレゼント

期限'25.04.20 美容カイロプラクティック ラビゴット

ふじえ～ら4月号

クーポン持参で
手もみほぐし 全メニュー10%引き
(お会計は売店レジにて受付)

※他サービスとの併用不可
※当日クーポンを切り取ってお持ちください

期限'25.04.20 手もみほぐし処 りらくPASA

ふじえ～ら4月号

片足: 9,000円 → 5,000円
両足:16,000円 → 10,000円

※予約時にクーポン利用と伝えてください
※当日クーポンを切り取ってお持ちください ※初回のみ有効

期限'25.04.20 そうき整体院

ふじえ～ら4月号

相談無料　現地調査無料　見積無料　お気軽にお問い合わせください!!

# 最新エコキュート取替キャンペーン

おかげさまで創業9周年!!

最大76%off

期間：2025年7月31日(木)迄



国の補助金制度

## 給湯省エネ事業を使ってお得にエコキュートを取替えませんか?

給湯省エネ事業は家庭のエネルギー消費で大きな割合を占める給湯分野について高効率給湯器の導入支援を行い、その普及拡大により『2030年度におけるエネルギー需要の見通し』の達成に寄与することを目的とする事業です。

エコキュート補助額 60,000~130,000円/台

※補助金は予算が無くなり次第終了となります。　※メーカー・機種により補助金額が異なります。

### コロナ CHP-37AZ1

フルオートエコキュート 370L 角型
主に3～5人用　標準圧力タイプ
＋無線LANリモコンセット＋脚部カバー

補助金10万円

定価 ¥1,039,400(税別)

商品代76%off

特価(税別) ¥249,456 ＋ 標準工事費(税別) ¥135,000

税込合計 ¥422,902 ＋ 交通費 ¥3,300

補助金利用後 ¥322,902 ＋ 交通費 ¥3,300





### ダイキン EQN37YFV

フルオートエコキュート 370L 角型
主に3～5人用　標準圧力タイプ
＋無線LANリモコンセット＋脚部カバー

補助金10万円

定価 ¥1,181,600(税別)

商品代73%off

特価(税別) ¥319,032 ＋ 標準工事費(税別) ¥135,000

税込合計 ¥499,435 ＋ 交通費 ¥3,300

補助金利用後 ¥399,435 ＋ 交通費 ¥3,300





※標準工事費はエコキュートからエコキュートでの取り替え工事費となります。
※上記価格が大きく変動することはありませんが、著しい老朽化等・現場状況によっては変動する場合もありますので、一度現地調査をさせていただき、正確なお見積もりをさせていただきます。
※少人数で運営をしている為、ご依頼いただいても直ぐに対応できない場合もございます。適切なスタッフ休日確保の為、土日や夜間の工事は行っておりません。

### 01 地域密着営業

新規のお客様はもちろんのこと、OB客様やご紹介をいただいたお客様を大切に営業しております。
弊社では地元から愛され必要とされる『口コミ一番店』を本気で目指して運営しております。

### 02 完全自社施工

弊社では工事を受注して、下請け業者に丸投げするパターンの会社ではございません。
弊社職人が本当にお客様の為になる工事は何なのかを真剣に考え、施工させていただいております。

### 03 安心価格のお約束

必ず現地調査をさせていただき、正確なお見積もりをさせていただきます。

契約した工事全額には責任を持ち、工事後にプラスで請求したりするようなことはいたしません。


水廻りリフォーム専門店
株式会社静岡住環

藤枝・焼津・島田　　上下水道指定工事店
〒426-0202　静岡県藤枝市上薮田114番地の7
受付時間 平日 8:30 ～ 17:30


『チラシを見た』とお伝えください。　フリーダイヤル 0120-63-4649

official web site




最新の工事のブログをUPしております。

official blog　お問い合わせフォーム　インスタグラム

期限'25.03.31 松陰塾 藤枝音羽校

無料体験される方(先着30名) ~3/31迄
5,000円ギフトカードプレゼント

※初めて当塾の無料体験をされる方に限ります ※1家庭1枚に限る
※ギフトカードは後日お渡しになります ※予約時にクーポン利用と伝え当日クーポンを持参してください

ふじえ~ら4月号

期限'25.04.20 加藤塾

4/20までに入学手続きを終えた方
入学金5,500円→0円

※当日クーポンを切り取ってお持ちください

ふじえ~ら4月号

▼ 小・中・高生5教科をわかるまで学べる!




## 大好評!記憶定着アプリで「記憶」を徹底サポート!

学習教材「AI-Showinシステム」を使い子どもの弱点箇所を正確に見つける事で効果的に一人ひとりに合った学習を実現、指導しています。

〈新入生受付中!!〉
体験授業&見学の流れ(60分)
(一人ひとり丁寧に対応します)
①説明 ②学力診断
※学力診断は簡単な内容です
③体験授業 ④カウンセリング
※学力診断カルテを元に、最適なコースを提案

完全個別
### 松陰塾 藤枝音羽校

☎054-639-7675

▶LINE

住 藤枝市音羽町2-3-21
営 10:00~21:00
休 土・日・祝
P 3台
他 「松陰塾藤枝」で検索

▼ ピアノに触れてみませんか



## 4月中旬オープン!岡出山にピアノ教室ができます♪

一人ひとりに寄り添った少人数制の個人教室です。ピアノを習うのが初めての子どもや専門的に学びたい方に丁寧に楽しく指導をしてくれます。

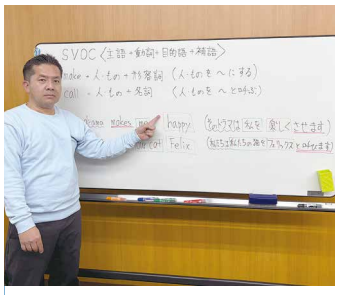
◆対象:4歳~成人の方
◆回数:月3回 ◆時間:30分/回
◆月謝:7,000円~
◆レッスン日:応相談、1日5名まで
◆教材費:初回3,000円程度
※入会金はありません
※申込・問合せの返信には、数日かかることがあります

音楽のちからと心を育てる
### 松浦ピアノ教室

▶ホームページ

住 藤枝市岡出山2-9-22 静鉄タクシー2階 (藤枝市役所隣)
matsuraayaka@gmail.com
※問合せはメール又はホームページから

▼ 他に類を見ない厳しさの中にも笑いありの授業




## 中学生 集団授業&個別指導 小・中学生 プログラミング

中学生は個別対応の集団授業OR完全個別指導(両方選択も可能)。マイクラを使ったプログラミング学習等、無料で体験授業も受けられます。

◆中学生集団授業・・・・・16,000円~
◆中学生個別指導・・・・・14,000円~
◆プログラミング・・・・・・・・7,700円
☆子どもの個性・特性を生かした指導を行っております。
※別途諸経費はかかりません。授業料に含まれます。集団授業及び個別指導は演習が必須です。開校日に使える自習室があります。集団授業と個別指導を併用されると授業料が割引となります。

君の脳は眠っていないか
### 加藤塾

☎054-639-9661

▶インスタグラム

住 藤枝市瀬戸新屋164 東海ビル3F
営 18:30~22:00
休 不定休
P 5台

スクール
SCHOOL

# スクールガイド

※表記の価格は全て税込み価格です。
※掲載内容が変更となる場合がございます。

# フジキチセミナー

フジキチ FUJIEDA EKIMAE COWORKING BASE

コワーキングスペース フジキチとは・・・
藤枝駅から徒歩60秒!本気でイノベーションを創発するコミュニティスペースです。



申込はこちら

フジキチHP

SNSからも情報発信中!

フジキチ 藤枝市駅前1-8-3 FUJIEDA mikine1階
e~RABASE 藤枝市駅前3-4-4 江崎毎栄ビル3階

### 4/2(水) 18:30~20:30

**新入社員の心をつかむ! 定着率を劇的に上げるリーダーの技術**

講師:松宮 一真((株)RE BOND's 代表取締役)
受講料:無料 会場:フジキチ



新入社員が「辞めたい」と感じる前に必要なサポートをご存知ですか?信頼関係と安心感を生むリーダーシップの基本をお伝えします。

### 4/24(木) 18:30~20:00

**ビジネスに役立つ話し方講座**
**【人生が明るくなる話し方とは】**

講師:島田 真梨子(フリーアナウンサー)
受講料:2,200円 会場:フジキチ



今回のテーマは「印象アップ!人生が明るくなる話し方」。苦手意識を払拭して、新生活のスタートに役立つスピーチ力を身に付けましょう!

### 4/25(金) 18:30~20:00

**時短でつやめく潤いがでる肌へ!**
**自活肌メソッド**

講師:斎藤 麻衣子(株式会社 Ojas Lab)
受講料:500円 会場:フジキチ



長い歴史を持つインドの伝統医療アーユルヴェーダを交えながら肌のメカニズムを理解しうるツヤ肌を実現。毎日鏡を見るのが楽しくなってきます!

### 4/28(月) 18:30~20:00

**一緒に手を動かして習得しよう!**
**【初心者向け】Canva講座**

講師:青木 若菜(フジキチコミュニティマネージャー)
受講料:1,100円 会場:フジキチ



簡単な画像制作を通して、基本操作を習得します。基礎からCanvaを学びたい方、操作のおさらいをしたい方におすすめ!
※PCでの受講推奨

# 学校を支える指導員や支援員を紹介します!
## ～学校看護師編～

藤枝市では、医療的ケアを必要とする児童生徒が在籍する小中学校に、看護師免許を有する「学校看護師」を配置しています。保護者や主治医、学校と連携を図りながら喀痰吸引や経管栄養などの医療的ケアを行います。医療的ケアを必要とする児童生徒が、安心して学校生活を送る環境を整えています。



▲ 児童とコミュニケーションを取り、体調管理を行います

今回は市内の小学校で「学校看護師」として活躍されている松下陽子さんのコメントを紹介します。

その日の授業や給食のメニューに合わせて、スケジュールを立ててサポートの仕方を考え、児童の体調管理をしています。体調によって対応方法も変わってくるため、保護者や主治医、学校と連携を図りながら医療的ケアを行います。児童が安心して生活し、安全に活動できるようにサポートをしています。



医療的ケアを行う様子 ▲

問い合わせ先:藤枝市役所教育政策課学校教育係　電話:054-643-3271


完全マンツーマンの個別指導
KATEKYO学院

＼マンツーマン指導で／
春から飛躍



新入塾生 大募集!

KATEKYO学院は「必要な知識の習得」に加え、「その子に合った勉強のやり方を見つけること」、「視野や興味の幅を広げ、学ぶ動機付けをより強固にすること」に重きを置いて、完全個別担任制で指導しています。

個別学習システム eトレ

「わかったつもり」を「できる!」に変える

藤枝駅前校　焼津校

◆自分のペースでどんどん解ける!
eトレは、一人ひとりのレベルに合わせたプリント学習システム。1枚10分だから、集中力が続く!短時間でさくさく進めるので、無理なく続けられます。

◆開講日ならいつでもOK!
自分の都合に合わせて好きなだけ通えるから、部活や習い事との両立もバッチリ!

◆KATEKYO塾生じゃなくても大丈夫!
eトレは誰でも利用OK!まずは気軽に問い合わせください。

◆わからないところはすぐに聞ける!
講師が在席しているので、わからないところは質問OK!

小学生コース　中学生コース　高校生コース

受講日
月・水・木　18:00～21:00
土　13:00～16:00
※焼津校の開講時間は要問い合わせ

月謝
16,500円(税込)
どれだけ通ってもこの価格!

合格実績 自信あり
高校・大学

・藤枝東高　・藤枝明誠高　・東京都立大学
・焼津中央高　・静岡学園高　・東京音楽大学
・島田高　・東海大翔洋高　・神田外語大学
・静岡東高　・常葉菊川高　・東海大学
・静岡高　・静岡市立高　・常葉大学 など

KATEKYO学院
藤枝駅前校(藤枝市青木1-22-3)　☎054-646-0011(代)
焼津校(焼津谷島屋書店様2F)　☎054-625-8778(代)
営業時間:平日10:00～20:00(電話受付)　駐車場:有


ふじえ～ら4月号

初めて(問い合わせ)の方
60×2回「授業」無料体験

※当日クーポンを切り取ってお持ちください
※予約時にクーポン利用と伝えてください

期限'25.04.20　KATEKYO学院

ふじえ～ら4月号

教育相談の方
学習に便利な「ポケット参考書」プレゼント

※当日クーポンを切り取ってお持ちください
※予約時にクーポン利用と伝えてください

期限'25.04.20　KATEKYO学院

期限'25.04.20 杉村消毒店

〈築25年以下のベタ基礎のお宅〉
シロアリ予防消毒15%OFF

※予約時にクーポン利用と伝えてください

ふじえ〜ら4月号

期限'25.04.20 mano a mano

1,000円以上オーダーの方
100円OFF

※他サービスとの併用不可
※当日クーポンを切り取ってお持ちください

ふじえ〜ら4月号

▼ 害虫・害獣の困り事はすぐに駆け付けます



## 害虫・害獣駆除なら資格保有の地元杉村消毒店にお任せ!

暖かくなるとシロアリや不衛生な害虫が増えてきます!シロアリの予防消毒や害虫駆除も安心・丁寧・格安。大切な家や家族の健康を守ってくれます♪

大切な家と衛生環境を守ります!
〈蟻害腐朽検査士、
第一種・罠猟狩猟免状 資格有〉

変な虫が増えた!何か獣臭がするなどの相談は気軽に連絡ください。家庭の状況に合わせた駆除対策を提案します。※見積・相見積もり無料

害獣・害虫駆除(藤枝市有害動物駆除隊員)
**杉村消毒店**

☎090-6078-6579

▶LINE

住 藤枝市岡部町内谷1932-1
営 8:00〜(要望に応じて対応)
休 年中無休

▼ ボタン付けやちょっと縫って欲しいをお手伝い



## 洋服や作業着など新生活でサイズが合わず困っていませんか?

簡単なほつれ縫いから、洋服や着物のリメイクなど幅広いオーダーに対応。少し直せば着やすくなるお気に入りの洋服も綺麗に直してもらえます♪

◆ズボン裾上げ・・・・・・・880円〜
◆セーター虫食い穴補修
・・・・・・・・2,000円〜
◆洋服破れ補修・・・・1,600円〜
◆ボタン付け(1ヶ所)・・・220円〜

※好きな生地でのオーダー縦製依頼も対応できます
〈小さな事でも気軽に相談ください〉

SEWING & KNITTING ROOM
**mano a mano**(マノアマノ)

☎054-639-9006

▶インスタグラム

住 藤枝市駅前3-18-1
営 10:00〜17:00
休 不定休
P 4台

エリアインフォメーション
AREA INFORMATION

# エリア インフォメーション

※表記の価格は全て税込み価格です。 ※掲載内容が変更となる場合がございます。

＼簡単においしく／
## 豆腐レシピ紹介



今回作るのは、
豆腐わらび餅
参加者特典
・試食あり!
・森永絹豆腐6丁をプレゼント!

常温で長期保存ができる豆腐です

※写真はイメージです

**4月18日(金)** 参加無料
11:00-11:45

会場 コワーキングスペース フジキチ(藤枝市駅前1-8-3 FUJIEDA mikine1階)
講師 桐下 昌子(料理研究家)
定員 限定8名(先着順)
締切 4月11日(金)まで

申込み先
0120-5-4646-5
えざき宅配サービス 担当:下出(しもで)
(受付時間:平日9:00-17:00 日・祝休)

※申込先着順で定員になり次第締め切らせていただきます。

ちいさな「やってみたい」を
おおきな「やってみよう」に繋げる

未来を創る藤枝おこしラボ
# フジキチ88プロジェクトR

## フジキチ88プロジェクトRとは

藤枝市発の新規プロジェクトの推進を支援することを目的としています。プロジェクト名の「R」には、Realization(実現)などの意味が込められています。年齢や属性に関係なく、楽しいことをやりたいすべての方に。ご自由にご参加いただけます!

今後、登壇してみたいかも…興味あるかも…面白そうかも…と思っている皆さま!
ぜひお気軽にご参加ください

### どのようにサポートするの?

毎月1名の熱い想いを持つ登壇者に、テーマに沿った「やってみたいこと」を発表してもらい、自分の夢や目標を共有し、そこから88日間かけて具体的な事業計画の発表までサポートしていきます。

88日間かけてサポート

- ファーストステージ: 登壇者によるプロジェクト発表
- 2ndステージ: 現状把握・課題分析
- 3rdステージ: リサーチの実施
- 4thステージ: ゴールプラン策定&方針決定&詳細プラン策定
- ファイナルステージ: 提案資料(最終プレゼン)策定

やってみたいことのテーマ: 観光 / 農業 / 食 / 健康 / スポーツ / 医療

### #02 2025.03.07



地域おこし協力隊の松浦伸考さんが、商店街の空き店舗を活用したコミュニティスペース開業構想を発表し、活発な意見交換が行われました。

アーカイブはこちらから

### 次回のご案内



#03 登壇者 ファーストステージ
**勝治 輝行** 市之瀬盛り上げ隊

今回は、市之瀬盛り上げ隊の勝治さん。
市之瀬を未来に残すために
農家民宿の開業を目指しています。

万浪先生のプチ講座
静岡産業大学准教授の万浪靖司先生の「プロジェクト推進思考」についてのプチ講座も開催します。
「現状把握(内部要因:強み・弱み)」について

**4.8(火) 18:30〜19:58**

会場 コワーキングスペースフジキチ
藤枝市駅前1-8-3 FUJIEDAmikine1F 102区画
藤枝駅北口から徒歩1分(ドトールを通りすぎてすぐ)

どなたでも参加できます
参加予約はこちらから
参加無料

# KADODE & SBS学苑
# ワークショップ
2025 Spring

## 4/12(土) 9:30~11:00
英国マーマレードアワード金賞工房の
### 甘夏マーマレード

**2,750円**
材料費込
デモ・試食、1瓶持ち帰り
講師 **小野 延子**
四季のジャム工房
やまゆスイーツ代表
12名
申し込み

## 4/12(土) 10:00~12:30
かぎ針で編む ラメ入り
### キラキラ☆ポシェット

**4,180円**
材料費込、横約14cm×縦約19cm
シックな6色から選べます
講師 **松永 昭子**
アトリエMatsunaga主宰
6名
申し込み

## 4/12(土) 10:00~14:00
魅惑のモザイクアート
### トルコランプ

**9,790円**
材料費込、高さ約30cm
講師 **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
8名
申し込み

## 4/12(土) 11:30~13:00
キュンキュン♡かわいい
### いちごタルト

**2,200円**
材料費込
調理、15cm1台持ち帰り
講師 **桐下 昌子**
料理研究家
8名
申し込み

## 4/12(土) 14:00~16:00
やわらかに灯る
### 天下泰平の竹あかり

**2,500円**
材料費込、高さ約30cm・電池式ライト付き
講師 **大村 大輔、荒尾 亜由美**
「アカリノワ」
久能山東照宮「天下泰平の竹あかり」
プロデュース
12名
申し込み

## 4/14(月) 10:00~11:30
韓紙で咲かせる蓮の花
### ハスハナワーク

**3,300円**
材料費込、直径約20cm
LEDライト付き
講師 **風花**
chit_and_rats主宰
6名
申し込み

## 4/14(月) 10:00~12:00
【端午の節句】
### シャドーボックス

**3,630円**
材料費込
ミニフレーム11cm角
講師 **遥 のぶ**
シャドーボックス作家
8名
申し込み

## 4/14(月) 10:30~12:00
開運のヒント!
### はじめての手相占い

**3,300円**
プチ鑑定付き
講師 **律心**
鑑定士
6名
申し込み

事前予約制・先着順
管理運営費 110円/回
HP・電話・QRコードからお申し込みください

会場
KADODE OIGAWA
静岡県島田市竹下62

企画・運営
SBS学苑 藤枝校
お問い合わせは 054-644-5103

# 食の力で健康長寿！簡単＆美味しくて健康的な食生活のススメ



2月12日、藤枝市内で「知って得する市民健康セミナー」が開催され、地域活性化起業人として㈱ＡＢＣＣｏｏｋｉｎｇＳｔｕｄｉｏから派遣され藤枝市で活躍中の山城真由美さんが、シニア世代の低栄養の予防や減塩で高血圧対策にもなる美味しい料理を参加者に紹介しました。試食した人からは「減塩でもこんなにおいしい料理が作れるとは思わなかった」「毎日の食事を見直す機会になった」といった声が聞かれました。

食事は私たちの健康な生活の基本です。心も身体も元気に楽しく過ごすには、運動や睡眠と、栄養バランスのよい食事や減塩への配慮は欠かせません。

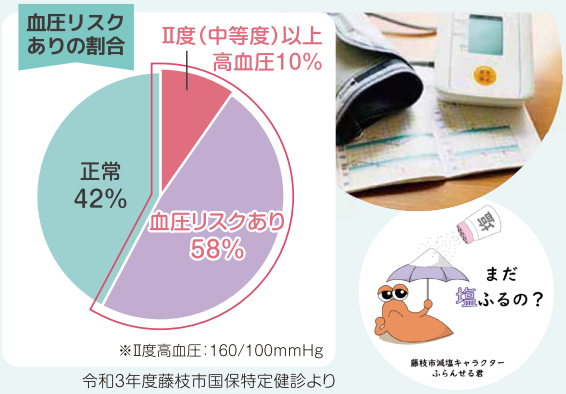
山城さんは今後も保健センター等で料理教室や健康セミナーを実施する予定です。ふだん料理をしない方や健康にいいことを何かしてみようと思っている方は、ぜひ、インスタグラムをチェックしてみてください。

※今回のセミナーの様子はＹｏｕＴｕｂｅで動画公開されています。日々の健康づくりにお役立てください。

セミナーのアーカイブ

## 適塩生活で高血圧を予防しよう！

特定健診の統計によると、藤枝市は高血圧有病者とその予備群の割合が県平均より高く、健診受診者の半数以上が血圧のリスクを抱えていることが分かりました。未来の健康のためにも、今から生活習慣を見直してみませんか。　問健康推進課 ☎645-1111









令和3年度藤枝市国保特定健診より

**高血圧の世界基準 140/90mmHg以上**
（家庭血圧は135/85mmHg以上）
高血圧治療ガイドライン2019より

血圧とは、血液が流れるときに血管の内側にかかる圧力のことで、高血圧はその圧力が高くなっている状態です。高血圧は日本で患者数が最も多い病気で、そのままにしておくと動脈硬化が進行し、脳卒中や心臓病、腎臓病などの重大な病気を引き起こす危険が高まります。

## 地域活性化起業人 食を通じた健康づくりに関する支援を行う 山城さんからのメッセージ

藤枝市では、健康寿命を延ばすために「高血圧」が大きな課題となっています。そこで、減塩や野菜の摂取量を増やすことを意識してもらえるように、積極的に発信しています。私も減塩でもおいしく、そして見た目もおしゃれなレシピや、地元で採れた食材や野菜をたっぷり使ったレシピを考案しています。そして、それをインスタグラムで皆さんにシェアしたり、男性向けの料理教室を開催したりして、食の楽しさを広げています。藤枝市の健康づくりのために提案したレシピで、藤枝市の皆さんが楽しい食事の時間を過ごし、体も心も健康になれると思うと、毎日とてもワクワクしています。皆さんの健康的な毎日をサポートできるよう、これからも頑張っていきたいと思います！　おいしい食事を通じて、一緒に健康を築いていきましょう！



**インスタからも減塩レシピをご確認いただけます**

## 高たんぱく 減塩レシピ 鮭のふんわりオーブンオムレツ



レシピ考案：藤枝市地域活性起業人　山城



材料（1人分）

| | |
|---|---|
| しめじ | 20g |
| 冷凍ほうれん草 | 20g |
| たまご | 1個 |
| 牛乳 | 小さじ4 |
| 塩 | 少々 |
| 黒こしょう | 少々 |
| 鮭缶 | 20g |
| ベビーチーズ | 1つ |

1人分 エネルギー：164kcal
たんぱく質：15.1g
脂質：10.9g　炭水化物：3.1g
カルシウム：176mg　食塩相当量：0.9g

**POINT!!**
- ☑包丁・フライパン不要！
- ☑たんぱく質＆カルシウム豊富！
- ☑噛みやすく、飲み込みやすいふんわり食感
- ☑中の具材はお好きなものにアレンジ可能！

〈作り方〉
1-しめじは石づきを除き、小房に分けて、冷凍ほうれん草と一緒に耐熱容器に入れて電子レンジで1分加熱する。
2-1の粗熱をとり、卵を割り溶きほぐす。
3-牛乳・塩・黒こしょうを加えてよく混ぜる。
4-ほぐした鮭缶、細かくしたベビーチーズを加える。
5-電子レンジまたはオーブントースターで加熱(※)する。

※電子レンジ：600w 1分半～　トースター：200℃ 8～10分　オーブン：200℃（予熱あり）15分位

【お問い合わせ】藤枝市健康企画課　藤枝市南駿河台1-14-1藤枝市保健センター内 TEL.054-645-1113



# 健康コラム

藤枝市立総合病院の医療従事者による

このコーナーでは、日常生活に役立つ健康維持方法や、病気予防に関する情報をご紹介します。

藤枝市立総合病院ホームページ

vol.8 今月のテーマ

## シニア世代の低栄養予防

教えてくれたのは 管理栄養士 篠原 由美子さん

### ◆低栄養とは

低栄養とは、食欲の低下や、かむ力が弱くなるなどの理由から食事が食べにくくなって徐々に食事量が減り、体を動かすために必要なエネルギーや、筋肉、皮膚、内臓などの体をつくるたんぱく質などの栄養が不足している状態のことを言います。




### ◆低栄養の予防が必要な理由

体に必要な栄養素が不足したり、偏っていたりすると①体重減少 ②骨格筋の筋肉量や筋力の低下 ③元気がない ④風邪などの感染症にかかりやすく、治りにくい ⑤傷や褥瘡(床ずれ)が治りにくい ⑥下半身や腹部がむくみやすいなど身体に様々な変化が起こります。

### ◆低栄養を予防するには

①歯を整える ②1日3食食べる ③バランスよく食べる ④楽しく美味しく食べるの4つが必要です。噛むことができるグループは噛めないグループに比べ、栄養素の充足率が高いことがわかっています。高齢になると一度に食べる量が減るので、3食食べることで、食事の量が確保できます。毎食ご飯をはじめとする主食、魚・肉・卵・大豆製品などの主菜、野菜・海藻・キノコ類などの副菜と1日1～2回の具だくさんの汁もの、1日1回適量の乳製品と果物を食べることで、体に必要な栄養素が充足されやすくなります。人に会う機会を増やし、楽しく美味しく食べることで食欲が増し、栄養の吸収も高まります。

当院主催の市民健康セミナー
「シニア世代の低栄養予防」の動画もぜひご覧ください。

藤枝市立総合病院






**問い合わせ**

〒426-8677 藤枝市駿河台４丁目１番11号
藤枝市立総合病院　病院人事課人事係
☎６４６－１１１１（代表）

**応募**

下記の URL より希望する職種の応募要項をご確認いただき、指定の書類を病院人事課宛にお送りください。

HP https://www.hospital.fujieda.shizuoka.jp/recruitment/index.html

職員募集ページ ▶

藤枝市立総合病院 職員募集

| 募集職種 | 対象者 | 試験 | 備考 |
|---|---|---|---|
| 正 看護師 | 昭和 50 年 4 月 2 日以降に生まれ、看護師の免許をすでに取得している人または令和 8 年 3 月末日までに取得予定の人 | 5/17(土) or 5/18(日)（適性検査、面接、小論文） | 令和 8 年 4 月採用 ※有資格者の場合は、令和 7 年度内の採用も可 |
| 正 薬剤師 | 昭和 50 年 4 月 2 日以降に生まれ、薬剤師の免許をすでに取得している人または令和 8 年 3 月末日までに取得予定の人 | 4/21(月) or 5/9(金)（適性検査、面接、小論文） | 令和 8 年 4 月採用 ※有資格者の場合は、令和 7 年度内の採用も可 |
| 会 看護助手 | 特になし（資格不要） | 随時（面接） | パートタイム勤務可能 |
| 会 調理員 | 特になし（資格不要） | 随時（面接） | パートタイム勤務可能 |

正 正規職員　会 会計年度任用職員

HELLO CYCLING

いつでもどこでも気軽に使える

## ふじえだ シェアサイクル

ビジネス　通勤通学　観光



スマートフォン等のアプリを利用して、「ステーション」と呼ばれる駐輪場から自転車の貸出・返却行えるサービスです。

**ご利用開始方法**

STEP1 アプリを使って 会員登録
QRコードよりHELLO CYCLINGアプリをダウンロードしてください

STEP2 アプリで自転車を 選択する



STEP3 自転車の近くで アプリ内の 開錠をタップ



詳しくは、アプリ(WEB)でご確認いただけます

**シェアサイクルについて**

- 自転車台数 70台(全て電動アシスト自転車)
- 利用時間 24時間
- 利用料金 70円/15分(12時間上限1,000円)
- 支払方法 クレジットカード、PayPay、キャリア決済等

**問い合わせ先**

HELLO CYCLING コールセンター
050-3821-8282(9:00~18:00)
㈱まちづくり藤枝
054-645-1555(平日9:00~17:00)

詳細はこちら

# Kiss Kiss Kids

毎月、かわいいキッズをご紹介!
笑顔・変顔・すまし顔!?のハッピーキッズが登場します!



只今、恐竜発掘中!



大好きな公園



大好きな苺を買って
安心してすやすや寝ました♡



楽しかった初めての
ユニバーサルスタジオ★



同じ姿勢で一点を見つめてる



なかよしだよ♡



がんばれ!MYFC!



仲良し姉妹でパチリッ!

## KIDS 写真大募集!

**応募方法**

必要事項をご記入の上、写真と一緒にお送りください。
〒426-0025 藤枝市藤枝1-4-12
(株)藤枝江崎新聞店
ふじえ〜ら編集室「Kiss Kiss Kids係」
メールでの応募は fujie@ezaki.ne.jpまで

必要事項 ①応募者の住所 ②氏名(ふりがな)
③お子様の名前(ふりがな) ④性別
⑤電話番号 ⑥20文字以内のコメント

募集 どしどしご応募下さい♪

※ご応募は写真1枚につき4名のお子様までとします。※郵送の場合、写真の裏にお子様の名前とよみ仮名を記入して下さい。※読者の皆様からお寄せいただいた個人情報は、「Kiss Kiss Kids」コーナーに掲載するために使用します。本人の同意を得ず第三者に開示・譲渡いたしません。※投稿いただいた写真はご返却できませんのでご了承ください。

二次元コードより応募できます

---

## 4/4 FRI 片思い世界




もう一度繋がりたい。12年の切実な片思いが今、動き出す―。

監督:土井裕泰
出演:広瀬すず、杉咲花、清原果耶、横浜流星、小野花梨、伊島空

## 4/4 FRI おいしくて泣くとき




世界のどこかで君が笑っていますように

監督:横尾初喜
出演:長尾謙杜、當真あみ、水沢林太郎、芋生悠、池田良、田村健太郎

## 4/11 FRI ベテラン -凶悪犯罪捜査班-




悪人を私刑する"犯人"は殺人鬼か正義のヒーローか?

監督:リュ・スンワン
出演:ファン・ジョンミン、チョン・ヘイン、アン・ボヒョン、オ・ダルス

## 4/18 FRI 名探偵コナン -隻眼の残像-




氷雪吹き荒れる山岳で、白き闇の因縁の幕が切って落とされる―

監督:重原克也
声優:高山みなみ、山崎和佳奈、小山力也、林原めぐみ、高田裕司、速水奨

---

## Cinema Information

シネマインフォメーション

**入場料金(2023.7/14改訂)**

| | |
|---|---|
| 一般 | 2,000円 |
| 大学生・専門学生※ | 1,500円 |
| 中学生・高校生※ | 1,000円 |
| 幼児(3歳以上)・小学生 | 1,000円 |
| シニア(60歳以上) | 1,300円 |
| 障がい者手帳をお持ちの方※ | 1,000円 |

※中学生以上の学生は学生証の提示が必要
※障がい者手帳をお持ちのご本人と付き添い1名まで適用
(高校生以下の場合は800円)

**各種割引サービス(2023.7/14改訂)**
より詳細はホームページからご確認ください▶

〈毎月1日限定〉
ファーストデイ 1,300円

〈毎週月曜日 公式アプリ「シネマスタンプ」会員特典〉
スタンプ2倍デイ・・・鑑賞するとスタンプが2倍

〈毎週水曜日 どなた様もこの料金〉
水曜サービスデイ 1,300円

〈毎年12月1日〉
映画の日 1,000円

〈毎晩20時以降の上映〉
レイトショー 1,500円

〈どちらかが50歳以上の夫婦・パートナーで同一作品を鑑賞〉
夫婦50割引(性別問わず)・・・・・ お二人で2,600円

〈駐車券を提示して鑑賞(1枚につき1名)〉
ドライバー割引 1,500円

**藤枝シネ・プレーゴ**

藤枝市前島1-7-10(BiVi藤枝4F) 054-668-9533
年中無休 平日 9:30〜、土・日・祝 9:00〜
※営業時間は変更になる場合がございます。

▲シネマスタンプ

# ペット大集合!

ペットのかわいい写真やおもしろ写真など、あなたの撮影した写真をふじえ〜らに掲載しませんか？



シェリー

「あご」ができるようになったよ!



リラン

ブタさんのおもちゃ好き☆



プーちゃん

☆カメラ目線OK



小梅・小徹

ケーキ、まだぁ?



ココア

お利口さんにしてるよ!



むぎ

ボクの大好きなシマウマさん♪



わらび

我が家のイケメン



くるみ

いつもそばにいるよ^O^



みー

暑くて伸びてしまいました



ココ・ノノ

猫まんじゅう

## かわいいペット写真大募集!

**応募方法**

必要事項をご記入の上、写真と一緒にお送りください。
〒426-0025藤枝市藤枝1-4-12（株）藤枝江崎新聞店
ふじえ〜ら編集室『ペット大集合係』
メールでの応募は　fujie@ezaki.ne.jpまで

**必要事項**

①応募者の住所 ②氏名（ふりがな）
③電話番号 ④ペットの名前
⑤20文字以内のコメント

二次元コードより応募できます

どしどしご応募下さい♪

※郵送の場合、写真の裏にペットの名前を記入して下さい。 ※読者の皆様からお寄せいただいた個人情報は、「ペット大集合」コーナーに掲載するために使用します。本人の同意を得ず第三者に開示・譲渡いたしません。※投稿いただいた写真はご返却できませんのでご了承ください。




VELTEX SHIZUOKA

りそなグループ RESONA

B.LEAGUE



# 静岡

SECTION 28
**3/26(水)**
VS 熊本ヴォルターズ
静岡市中央体育館

SECTION 29
**3/29(土)30(日)**
VS 神戸ストークス
静岡市中央体育館

SECTION 30
**4/5(土)6(日)**
VS 愛媛オレンジバイキングス
このはなアリーナ(静岡)

SECTION 32
**4/19(土)20(日)**
VS バンビシャス奈良
北里アリーナ富士

※開催内容などは、予期せず変更になる場合があります。最新情報は、ベルテックス静岡公式WEBサイトをご覧の上ご確認ください。

WWW.VELTEX.CO.JP

藤枝・焼津・島田　　藤枝駅北口から徒歩8分

## パ 小中高校生の家庭教師

**子どもの明るい未来を輝かせるお仕事！**

仕 小中学生は全教科マンツーマン指導
　高校生は専門科目マンツーマン指導
時 16:00～22:00　給 時給1,950円～3,200円
休 応相談
地 藤枝駅前校・焼津校（焼津谷島屋様2F）又は生徒宅（要相談）
待 交通費規定支給　資 学生不可
応 電話連絡（オンライン面接も可能です）

文系の先生大歓迎 | 経験不問（要相談）



静岡県家庭教師協会
**KATEKYO学院**
☎ 054-646-0011
担当/藤枝事務局　天野
住 〒426-0037 藤枝市青木1-22-3東陽不動産ビル2F

---

藤枝市　　藤枝駅から徒歩20分

## ア パ 接客・簡単な調理補助

**初心者の方でも安心して働けます。WワークOK♪**

仕 接客・簡単な調理補助（ドリンク・サラダなど）
時 週1日～17:00～22:00の間で4時間以上
給 時給1,050円～（土・日・祝入れる方歓迎）
地 藤枝市青木3-15-2松浦第2ビル103
待 車通勤可・まかない付・制服貸出
休 応相談
資 年齢・経験不問（高校生不可）
応 まずは、お電話ください




☎ 090-6577-7768
担当/川村
**火山石　焼肉みき**
住 〒426-0037 藤枝市青木3-15-2松浦第2ビル103

---

地元の求人情報

# まちJOB

～まちジョブ～

地元の求人情報が満載!
アルバイト・パートから派遣にお仕事、
正社員募集まで、あなたのライフスタイルに
合わせたお仕事を選べます!

社 ・・・・正社員　契 ・・・・契約社員
ア ・・・・アルバイト　派 ・・・・派遣社員
パ ・・・・パート　他 ・・・・その他

誌面の都合上、すべての情報を掲載できないケースがあります。
詳細な労働条件は、掲載企業へお問い合わせください。

---

あなたのガンバリを全力応援！

# 失敗しない転職のコツ

新しい仕事を始めたい！
でも、どんなところからスタートすれば良いの？準備はどれだけすれば良いの？
と分からないことが多く、なかなか一歩が踏み出せなくはありませんか？
不安や悩みを解消するため、失敗しない転職のコツを紹介します。

## 転職の条件をよく調べる

転職には、普通トータルで3～4ヶ月かかるとみておいたほうがいいでしょう。応募から転職先の内定まで約1ヶ月半、その後元の職場での仕事の引き継ぎなどに約1ヶ月半程度。中にはもっと時間のかかるところや、逆に短時間で決まってしまうところもあるので、いずれにしても余裕をもってのぞみましょう。
また入社日の相談に応じてくれる企業もあります。そのあたりの条件をよく調べて応募することが、失敗しない転職のコツです。

## 面接を受けるのは3～7社

転職で失敗しないためには、3～7社程度面接を受ける方も多いようです。書類選考を考えると、もう少し多くなるかもしれません。一つの企業に絞ってしまうと、成功の可能性が狭められる可能性もあります。複数企業を受ける場合は、面接調整が同時期に発生しやすくなるので気をつけましょう。



---

やさしさ おとどけ

# お夕飯便

天神屋の宅配ごはん

**凍らせずに冷蔵でお届け するから風味も良く美味しい!**




**毎日手作り 日替わり弁当**
食卓に豊かな彩りを添えたい方へ。美味しさと栄養を満喫する食生活を!(おかず6品種)



**懐かしの味 天神屋弁当**
バランス良くおかずが盛られた、懐かしい味の天神屋弁当です!



**ケアサポート弁当**
カロリー・塩分が気になる方へ。出汁が染み込み味しっかり!(塩分相当量2.5g以下)



※写真はイメージです

POINT1 健康 管理栄養士がバランスを考慮した献立 **栄養管理ができて健康的**
POINT2 美味 元静岡老舗料理店料理人が監修 **おいしさをとことん追求**
POINT3 簡単 冷蔵でおうちまでお届け **レンジで温めるだけ**
※手渡しできない場合、専用の保冷ボックスで宅配します。

**藤枝市内はお届け無料!**
**お気軽にお問い合わせください**




**料金システム**

| | 週5日分 | 週4日分 | 1食あたり | お弁当と一緒にお届け |
|---|---|---|---|---|
| 1人前 | 4,140円 | 3,312円 | 828円 | 白飯ごはん（1食分150g） 140円 |
| 2人前 | 8,032円 | 6,425円 | 約803円 | |

※配送の都合上、週3日分をご希望の場合はご相談願います。

**ご利用方法の案内**

■ご注文の流れ
①まずはお電話にてご連絡ください
②スタッフがご説明に伺います
③指定日より宅配を開始
不在時は宅配ボックスに入れて指定場所にお届け

■お休み注文受付
お夕飯便のお届けは基本的に曜日固定制の自動継続になります。変更やキャンセルは、お届け日の前前週の火曜日まで受け付けております。

■宅配エリア：藤枝市内(随時拡大中)
配達できないエリアもございます。詳しくはお問い合わせください。

ご注文はこちらから
藤枝 江崎新聞店 えざき宅配サービス
通話無料 0120-5-4646-5
〈受付時間〉【月～土】9:00～17:00（日・祝休）


職 職種　仕 仕事内容　資 資格　時 勤務時間　給 給与　待 待遇　休 休日　交 交通手段　地 勤務地　事 事業内容　WEB サイト　TEL 電話番号　応 応募方法　他 その他

［静岡新聞・訃報欄］より転載許可済の故人様のみ掲載

# 2025年2月1日～28日 故人を偲ぶ

①逝去日等 ②享年 ③故人名 ④住所 ⑤喪主・施主 その他

一月二十八日　満七十二歳
妻　岸村栄美子儀
藤枝市水守二丁目
喪主　岸村眞澄

二月一日　満九十三歳
夫　石神数雄儀
藤枝市青葉町
喪主　石神麗子

二月四日満八十四歳
夫　小西傳一儀
藤枝市本町二丁目
喪主　小西晴子

二月八日　満七十五歳
夫　長谷川二三儀
藤枝市天王町三丁目
喪主　長谷川吉美

二月九日　満九十三歳
夫　横山茂雄儀
藤枝市東町
喪主　横山重美

二月十二日　満八十四歳
母　杉本文子儀
藤枝市岡部町内谷
喪主　杉本孝穂

二月十四日　八十七歳
夫　小島　工儀
藤枝市光洋台
喪主　小島やす子

二月十六日　満九十九歳
父　渡邊　林儀
藤枝市岡部町岡部
喪主　渡邊　勝

二月十七日　満八十一歳
妻　山田和子儀
藤枝市大洲四丁目
喪主　山田　登

二月二十一日　満九十一歳
母　増田しげ子儀
（マスダ美容室）
藤枝市岡部町岡部
喪主　増田篤宏

二月二十一日　満七十七歳
妻　井澤タズ子儀
藤枝市音羽町三丁目
喪主　井澤恒夫

二月二十二日　満八十三歳
父　大石　勇儀
藤枝市大東町
喪主　大石安章

## 葬祭・法要 豆知識

### 不断香

昼夜、絶え間なく香をたくこと。また、その香をいいます。近年では、遺族や親族の体力的な負担を軽減することからも、渦巻き形の蚊取り線香のような香を用いることもあります。

## 葬祭に関する ひとくちメモ

### 香典

新札はタブーです。折り目をつけるとよいでしょう。また、汚れたお札を使うことも避けましょう。

### 弔電を打つ

どうしても弔問できないときに打ちます。弔電を打っても、あらためて弔問するか、お悔やみ状を出したいものです。

ご協力いただいている葬儀社様から静岡新聞社様を経由して情報提供を受けております。掲載内容の不備についてはお手数ですが、ご担当の葬儀社様へお問い合わせください。

〈協力〉
・家族葬のラビュー
藤枝・藤枝茶町・藤枝本町・藤枝駅北
西焼津・焼津駅南・島田六合…0120-033-444
・あいネットグループ
平安祭典・藤枝……0120-444-254
・アルファクラブ静岡
富士葬祭　藤枝……054-641-0004
藤枝城南……054-643-1500
藤枝御苑……054-644-1611
・三和葬祭……054-627-1169
・(有)小林……0120-60-5830


MEMORIAL HOUSE LOVEYOU
積立不要・どなた様でもご利用いただけます
家族葬といえばラビューです。
スタッフ常駐、すぐにご対応。
お葬式のご相談いつでも承ります
ご相談の受付時間 9:30～15:00
ラビュー倶楽部 会員募集中
入会金1,000円(税込)のみ
年会費・積立不要
お急ぎの方はネットから仮会員登録!
今すぐ！ネット登録で会員価格が適用されます
積立金の解約で家族葬が割引!!
積立解約時に発生する手数料をラビューが負担します
葬儀プレミアム割引 最大50,000円割引
ラビューの葬儀で使える割引券プレゼント
[ご葬儀のことなら365日・24時間受付] お電話・ご自宅でのご相談にもご対応致します
ラビューコールセンター 0120-033-444



藤枝駅南口
エスカレーター降下左側
交番横からも入れます
預けて安心!
駅南サイクルパーク
ここが違う! 利用者にうれしい特典
1 もしもの時の自転車貸出がある
カギ忘れ パンク チェーン外れ の時も安心!!
2 ちょっとしたメンテナンスができる
空気入れがあるので気になった時に利用できる!!
3 藤枝シネプレーゴ割引特典あり
利用料金や詳しい情報はQRコードからご確認ください。
お問合せ
駅南サイクルパーク
054-636-6652
電話受付時間 13:30～19:30　藤枝市田沼1-1-1

新生活の準備はお早めに！ 春から始めるマネー対策

# NISA・iDeCo！ 教育・老後資金！ 保険節約術！

2025年の税制改正で
iDeCoがどう変わるか？
NISAを活用した
賢い資産形成や
日々の家計を節約する
ちょっとしたテクニックまで
お金のプロがわかりやすく解説！

初心者向け

## 知っている人だけが得をする！ プロから学ぶお金の増やし方

銀行貯蓄が安全は昔の話!? これからは賢く資産を守り、増やす力が必要です。
お金の新常識をファイナンシャルプランナーがわかりやすく解説！

# 女性のためのやさしいマネーセミナー

Money Seminar

参加費無料

全国で年間5,000人以上が参加している人気のセミナー

20代から50代の女性必見！家計管理から老後の備えまで、
一生使えるお金の知識を学んでみませんか！



受講者の声



貯蓄や投資といったことに初心者の私でも分かりやすく説明してもらえました。具体的にどうすればいいのかといった個人的な相談も無料の個別相談があり、実際にお話しされた講師の方に相談できるのも便利だと思いました。
Aさん（36歳）



年金が気になっていたので参加しました。自分でできることを分かりやすく説明してくれて良かったです。
Bさん（48歳）



とにかく分かりやすくて勉強になりました。一歩踏み出すきっかけになりました。
Cさん（29歳）

**参加者特典**
大人気フィーユ・ブルー
Les Feuilles Bleuesの
紅茶ギフトプレゼント



## 【会場】藤枝市産学官連携推進センター

静岡県藤枝市前島1丁目7番10号　※JR東海道線藤枝駅南口より徒歩3分

**3／29（土）** 14:00～16:00
**3／30（日）** 10:00～12:00

●開始時間の15分前から受付開始　●各回先着20名様　●お連れ様1名様まで可（パートナーの場合、男性も可）

【講師】



坂田 博美



笠川 弘之

主催

MetLife メットライフ生命

株式会社RKコンサルティング

二次元コードを読み取り、申込みフォーム入力、またはお電話にてお申込みください。

株式会社RKコンサルティング本社／セミナー担当
0120-367-377 月～金曜 10:00～18:00

●二次元コードが読み取れない場合は、上記のフリーダイヤルからお申込みをお願いいたします。

※金融関係の方、同業他社の方、営業や情報収集を目的とした方のご参加はご遠慮いただいております。※応募者の個人情報は弊社からの案内発送やメール連絡、当日の受付に使用します。弊社の個人情報保護方針はHPをご覧ください。

かんたんフォーム申込み
https://rkc.rk-moneyseminar.jp/@rkinc-sizuokasizuoka

［セミナーHP］https://rk-moneyseminar.jp

# 読者PRESENT　49名様に当たる!

応募〆切 4/4(金)到着分

■応募方法:必要事項①～⑧をご記入の上、郵便ハガキまたは、メール・専用の応募フォームにてお送りください。
①ご希望のプレゼント番号 ②住所、氏名、ペンネーム、性別、年齢、職業、TEL ③ふじえ～らへのメッセージ・ご意見 ④今月号を読んで良かったページとその理由 ⑤今月号で気になった店や情報など ⑥藤枝市のおすすめのお店 ⑦「お母さんや家族のありがたみを感じた時」 ⑧「新生活!藤枝で人気の文房具店」
■宛先:〒426-0025　藤枝市藤枝1-4-12　ふじえ～ら編集室(藤枝江崎新聞店内)　メール fujie@ezaki.ne.jp

**携帯からの応募はコチラ!!**
携帯で読み込んで、専用の応募フォームの項目に従い、ご応募ください。

## 01 映画館で、映画をみよう! 映画ご招待券(3D作品不可)




藤枝駅南口から徒歩2分、シネ・プレーゴ 藤枝の映画招待券を10名様にプレゼント。お好きな作品を鑑賞できます。

●シネ・プレーゴ 藤枝
藤枝市前島1-7-10　BiVi藤枝4F
☎054-668-9533
cineprego.jp

10名様

## 02 自家焙煎モリスコーヒー ドリップコーヒー



豊かな自然の中にあるトレーラーハウスのおしゃれな店。豆の焙煎を中心に、店内やテイクアウトでもコーヒーを味わえます♪

●自家焙煎モリスコーヒー
牧之原市勝間1171-1
☎0548-28-0620
インスタグラム「morisu_coffee」

3袋セット 3名様

## 03 藤枝MYFCをみんなで応援しよう! J2ホームゲーム　C自由席ご招待券




第11節ロアッソ熊本戦のC自由席のご招待券をペアでプレゼント!あなたの声援で勝利に導いてください。

●株式会社藤枝MYFC
藤枝市高柳2162-1
☎054-639-6501
myfc.co.jp

5組 10名様

## 04 エキチカ温泉・くろしお 入浴ご招待券



保湿効果が優れた天然のお湯が自慢の温泉です。お風呂やサウナで体をあたため、楽しく健康づくりをしませんか?

●エキチカ温泉・くろしお
焼津市栄町1-13-1
☎054-627-7200
spa-kuroshio.com

3組 6名様

## 05 快適にドライブを楽しむ エンジンオイル交換(引換券)

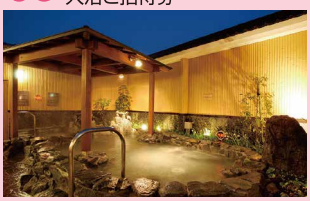



好評販売中!この時期はオイル交換をして車もメンテナンスしましょう♪※対象はスズキ普通乗用車に限ります。有効期限:2025.4.25迄

●株式会社 スズキアリーナ藤枝
藤枝市益津355-2
☎054-641-1921
suzuki.co.jp/dealer/22214067/

2名様

## 06 西焼津　笑福の湯 入浴ご招待券



アトラクションや電気風呂が楽しめる内湯。高濃度炭酸泉が自慢の露天風呂。サウナ―の集まる話題のサウナを完備。

●西焼津　笑福の湯
焼津市柳新屋241-1
☎054-620-4126
www.shoufukunoyu.jp

3組 6名様

## 07 お茶の美味しい季節になりました! 農家のまかない茶




お茶農家が、家庭用に飲まれているお茶です。焙煎を強くし、香ばしい香りと口いっぱいに広がる甘味が楽しめます。

●マツバ製茶株式会社
藤枝市堀之内1-14-1
☎054-641-3055
ocha-matsuba.com

10名様

## 08 流せるネコの紙砂 ペパーレット(8L)




高級純パルプ使用で水洗トイレに「流せるタイプ」の紙の砂です。強力脱臭剤が臭いを吸収し、お部屋の環境を快適にしてくれる商品です。

●えざき宅配サービス
藤枝市藤枝1-4-13
☎0120-5-4646-5
ezaki.ne.jp

1袋 2名様

※皆さまからお寄せ頂いた個人情報は、プレゼント発送に使用するほか、個人情報を含まない統計的な資料作成に利用します。一部、商品提供元から直送するプレゼントを除き、本人の同意を得ず第三者に開示いたしません。発表は発送をもってかえさせて頂きます。




# 地域安全ニュース

## 新入学・新学期に向けて 安全安心のための合言葉を覚えよう

春は、新しい生活の始まり。特に、新小学1年生になる子どもたちにとっては、登下校や習い事など、生活環境が大きく変わります。そこで、皆さんの安全安心のための、合言葉「イカのおすし」を覚えましょう！




- 話しかけられて、「いいな」とか「楽しそう」と思っても絶対について行かないで!
- 「助けてあげたい」と思うことを言われたり、「びっくり…」することを言われても、それは“ウソ”かもしれないから、ついて行ってはダメ!



# 藤枝警察たより




情報提供：藤枝警察署・藤枝地区防犯協会

## 新聞に載らない 地元の事件簿

| 月 | 日 | 場所 | 分類 | 事件詳細 |
|---|---|---|---|---|
| 2月 | 4日 | 下藪田 | 自転車盗難 | アパート駐車場に駐輪中の折り畳み自転車が盗まれた。 |
| 2月 | 5日 | 泉町 | 詐欺電話 | 70代男性の携帯電話に、警視庁の警察官を名乗り「あなたの携帯電話が悪用されている。あなたは容疑者になっている。この件は誰にも言ってはいけない。」と電話があり、内容を信じた男性は、家族にも内緒で、数日間にわたり、犯人とやり取りをしてしまった。新聞を見て、同様の詐欺電話が市内で入電していることを知り、藤枝警察署に相談した。 |
| 2月14日 | | 上当間 | 部品ねらい | 会社敷地内に駐車中のトラックの方向指示器が盗まれた。 |
| 2月19日 | | 本町 | 忍込み | 就寝中、無施錠窓から侵入され、現金が盗まれた。 |
| 2月20日 | | 市内 | 詐欺電話 | 30代男性の携帯電話に末尾0110から電話があり「愛知県警です。あなたが犯罪に関係している可能性があります」と電話がかかってきた。「必要があればまた電話しますので出てください」と言われたが詐欺電話だと分かったので警察に情報提供した。 |
| 2月23日 | | 田沼 | 車上ねらい | 店舗駐車場に駐車中、車内の印鑑や保険証が盗まれた。 |
| 2月27日 | | 瀬戸新屋 | 空き巣 | 外出中、室内に侵入され、貴金属などが盗まれた。 |

## 読者でつくる読者のページ READER'S ROOM

読者の皆さんから頂いた沢山のメッセージの一部をご紹介します！

### 4月号 私の花粉症対策

スギの舌下免疫療法を毎日根気よくやって、症状がだいぶ治りました。（たまごさんど・46歳・女性）

鼻づまりの時、脇にペットボトルを挟むと解消する。テレビで紹介していた。（ひーちゃん・20歳・女性）

とにかくマスクと目薬！マスクは入浴時以外はずっとしている気がします。外出30分前の鼻炎薬服用もマストです。（ティケくん・57歳・男性）

バレンタイン過ぎから薬を飲んで早めの対策!!（だいちゃん・33歳・男性）

やっぱりマスク！花粉症対策にもなるし、コロナ、インフル、すっぴん対策にもなってます。最近はマスクが外せません（笑）。（マイエフさん・58歳・女性）

絶対に薬を飲み忘れないこと！朝に飲み忘れたら、遅刻覚悟で家へ戻ります！（クールハート・58歳・男性）

洗濯物は部屋干し。今年、「乾燥機乾太くん」を設置する予定です。（ぽか・41歳・女性）

朝起きたら直ぐに鼻にティッシュを詰めて花粉が入ってこないようにし、朝ごはんを食べたら直ぐにアレルギーを抑える薬を飲みます。（トンチャン・69歳・女性）

お薬を頂きまくってます。藤枝市も子どもの医療費が無料になったので、とても助かってます。（かか・50歳・女性）

服薬はもちろんですが、身体のコンディションを整えるために、しっかり睡眠をとるようにしています。（ノアパパ・40歳・男性）

薬は徐々に強いものにしないと効果がなくなります。なので、私が毎年しているのは両方の鼻にティッシュを詰めてマスクする！これが一番！そんなに苦しくありません。濡れたら取り替えればいいだけ！（メイ・70歳・女性）

m 「花粉」と聞いただけでムズムズしたり、症状が重い方には辛い季節ですね。昔は「花粉症」という言葉をこんなに頻繁に耳にする事も無かったですが、現代病の1つなんですかね？皆さんのいろんな対策で少しでも症状が和らぐと良いですね。（編集室）

### 来月のお題 「お母さんや家族のありがたみを感じた時」

「クチコミ情報」への投稿、〈ふじえ～ら〉に対するご意見、ご感想をお待ちしています。応募方法はP26をご覧下さい。

# 藤枝市の工芸品
# 藤枝だるまが復活!



fujieda daruma matryoshka

六代目 内田七五郎







※手作りのため、サイズ、色合い、形状はひとつひとつ異なります。

だるまは転んでも起き上がることから、七転び八起きの縁起物として大切にされてきました。力強い「8」の字のもみあげにあたる鬢(びん)が特徴的な「藤枝だるま」。江戸時代から続くその伝統は、「怪談」などの著作で知られる明治時代の作家、小泉八雲(ラフカディオ・ハーン)も愛したと伝えられています。そして近年、2025年後期に放送開始予定のNHK連続テレビ小説「ばけばけ」に、小泉八雲の妻・小泉セツをモデルとした人物が登場することになり、「藤枝だるま」は再び注目を集めています。

## 「八雲だるま」とも呼ばれた幻の縁起物

別名「八雲だるま」「乙吉だるま」とも呼ばれるこの縁起物は、かつて旧長楽寺の「内田だるま店」で初代から五代目まで受け継がれてきました。しかし、時代の流れとともに製作は途絶え、「幻のだるま」となっていました。

## 可愛らしいマトリョーシカとして現代に復活!

このたび、藤枝市工芸品として、その「藤枝だるま」が可愛らしいマトリョーシカとなって現代に蘇りました!大きなだるまから、小さなだるまがでてきます。職人により一つひとつ和紙貼された手作り。「サッカーが上手くなりたい」という願いはもちろん、商売繁盛、合格祈願、など、様々な願いを込めて側に置いてみてはいかがでしょうか?

**藤枝だるま**
**「藤色マトリョーシカ」** 5,000円
(和紙貼り) だるま(親): 約11×11×H12cm
マグネット入り和紙座布団:約13×13×H1.5cm

販売場所
・藤枝市観光案内所
・えざき宅配サービス
・ふじえ〜らMarket

詳細はこちら

藤枝市内ご自宅まで配送
えざき宅配サービス
0120-5-4646-5
受付時間 9:00〜17:00(日曜祝日除く)

---

藤枝市民のための
藤枝をもっと楽しむ!便利ナビ

# ふじえ〜ら WEB

ふじえ〜らWEBでは、誌面の情報に加え、生活を彩る楽しい情報を多岐にわたって更新しています。会員登録不要ですぐにアクセス可能ですので、ぜひ【お気に入り登録(ブックマーク)】をしてお楽しみください。




ふじえ〜らWEBはこちら

https://fujieera.com

ふじえ〜ら 検索

## 今月のアクセスランキング

### アクセス No.1



**レストラン**
**Honey Hush**
トーマスが目印のオモウマ食堂!新鮮な海鮮と、和食洋食中華のボリューム満点な定食が楽しめます♪

詳細はこちら

### アクセス No.2



**志太系朝ラーメン**
**中華そば 池田屋**
人気インスタグラマー「RSDZramen」さんがレポート!現代風にアレンジを効かせた志太系ラーメンが味わえます。

詳細はこちら

### アクセス No.3



**創菜*岡部宿**
**五智 -gochi-**
和食の贅をのんびりと静かに味わえる店。食材の旨みをいかした丁寧な料理は、心も身体も癒されます。

詳細はこちら

ふじえ〜ら公式SNSからも
藤枝の情報を発信中!

Instagram
@fujieera

# 藤枝市民会館 イベントインフォメーション

Fu Fuji shimi 藤枝市民会館

お問合せ◆TEL054-643-3931

▲ホームページ

## カワイ SK-EX & ヤマハ CFⅢ を弾いてみよう！



藤枝市民会館の反響板を組んだ舞台でグランドピアノを演奏してみませんか？

**開催日** 令和7年 **4月26日(土)**

**令和7年3月22日(土)8:30から 受付開始**

**時 間** 9:00～17:00 **1組55分** **対 象** どなたでも **定 員** 先着 8 組 **料 金** 1,500 円

① 9:00～ 9:55 ②10:00～10:55 ③11:00～11:55
④12:00～12:55 ⑤13:00～13:55 ⑥14:00～14:55
⑦15:00～15:55 ⑧16:00～16:55

※中学生以下の方は保護者の付き添いが必要です。付き添いの方も演奏OK。※一組の人数制限はありません。
※レッスン料金等、金銭の授受が発生する使用は禁止です。

**申込み方法**

1.お電話にて、時間帯(①～⑧)の予約をしてください。
▶藤枝市民会館：☎054-643-3931(先着順)
2.お電話で予約後、右のQRコードからお名前・ご連絡先を明記の上、メールをお送り下さい。
(PCからの場合：fsk@jewel.ocn.ne.jp)
3.市民会館より、確認メールが届きましたら予約完了となります。

4/26(土)申込み用メールフォーム ▲
(※先にお電話にて申込み下さい)

**次回**

**開催日** 令和7年 **5月24日(土)**
**時 間** 9:00～17:00 **1組55分**
(対象・定員・料金に変更なし)

**令和7年4月26日(土) 8:30から 受付開始**

申込みについて：
左記の「申込み方法」をご参照下さい。
申込み用メールフォームは、右のQRコードをご利用下さい。

5/24(土)申込み用メールフォーム ▶
(※先にお電話にて申込み下さい)
(PCからの場合：fsk@jewel.ocn.ne.jp)

※今後の状況により日程変更、または中止になる可能性がありますので、藤枝市民会館ホームページ、市民会館情報紙等でご確認ください。

[主催]藤枝市民会館 指定管理者㈱アス・藤枝オリコミピーアールグループ



ロビ展

## 第46回 藤枝パソコンアート展&編み物展

会場 藤枝市民会館1Fロビー
期間 令和7年4月21日(月)～4月26日(土) **入場無料**

[主催] 藤枝市民会館 指定管理者㈱アス・藤枝オリコミピーアールグループ ／ 藤枝パソコンアート

## 4月の休館日は、8日(火)

休館日は毎月第1火曜日です。1日が火曜日の場合、第2火曜日
＜年末年始の休館日は12月29日(月)～1月3日(土) です。＞

## 藤枝市民会館

電話 054-643-3931

静岡県藤枝市岡出山1-11-1
(藤枝市役所敷地内にあります)

【アクセス】<公共交通機関>

JR藤枝駅北口、静岡鉄道バス2番のりば
中部国道線、『千才』下車徒歩10分

JR藤枝駅北口、静岡鉄道バス3番のりば
志太温泉線、市役所まわり『藤枝市役所』

▲ 地図

**開館時間は、8：30～22：00**

※貸館が無い場合は、17時30分に閉館いたします。
17時30分以降にご用のある方は、事前に市民会館までお問合せください。

## 藤枝市民会館施設利用のご案内


ホール


リハーサル室


会議室

会議、教室、ダンス練習、楽器練習、展示会等の会場を探している方は気軽にご相談ください。個人での利用もできます。
9：00 ～ 22：00 まで利用可能です。

**ご利用時間区分**

| 午前 | 午後 | 夜間 |
|---|---|---|
| 9:00 ～ 12:00 | 13:00 ～ 17:00 | 18:00 ～ 22:00 |

▶2つ以上の区分を利用の場合、連続利用できます。
▶準備、後片付け等の時間を含みます。

ご予約・空き状況確認・お問合せは
☎054-643-3931
(藤枝市民会館)
施設の予約状況はホームページからもご確認いただけます。
→ http://fsk-hall.jp/
(※最新の予約状況と異なる場合がございます。ご予約の際は、一度お電話下さい。)

**ホールは 1 年前から（練習のみの使用は 3 カ月前から）、リハーサル室・会議室・ロビーは 6 カ月前からご予約できます。**

空調工事に伴い、ホールは2026年4月1日～7月31日まで利用停止

※営利、宣伝目的の利用、市外の方の利用は、割増料金になります。
※使用備品等はご相談ください。ご相談いただければ見積もりもお出しできます。

藤枝 地域みっちゃく生活情報誌® ふじえ～ら 4月号
vol.81 2025年3月20日発行 発行／株式会社藤枝江崎新聞店 発行人／江崎晴城 企画・編集／ふじえ～ら編集室 〒426-0025 静岡県藤枝市藤枝1-4-12
●広告掲載のお申込・配布に関するお問合せ…☎054-641-2140
無料

新築・リフォームをご予定の方 必見!

お見積もりは無料です!
他社に決める前に地元の当社で見積もり比較をしてみませんか?
まかせて安心! 外構のことなら是非当社におまかせください。

(CADパース図) イメージ完成図を 無料で 差し上げます!

# 仕事!価格!に自信あり!



カーポートやテラスなどのエクステリアから、アプローチ・駐車場の整地などの外構まで、
和風・洋風問わずおまかせください。一緒にプランニングし、素晴らしい生活環境を創りましょう!

## 施工例

弊社では、お客様と連携して様々な施工を承っております。
地元だからアフターフォローも素早く対応できるので地震等の、
万が一のときも安心です!










他社様の見積もりがあれば ご提示くださいFAXでもOK!

見積もり 比較で 安心施工



## 商品のご案内

※記載商品はほんの一例です。※詳しくはお問い合わせください。
組立施工費別途




1 YKK／アリュージストリプル600タイプ
間口7.2m×奥行5.1m




2 LIXIL／スピーネRタイプ 1.5間×5尺
間口2.7m×奥行1.5m




3 YKKap／エフルージュ FIRST 51-51H
間口5.1m×奥行5.1m




4 タケヒロ／みす垣E型あや竹
高さ1.5m×幅1.8m




5 三協立山／マイエリアⅡ H800本体のみ




6 LIXIL／樹ら楽ステージ 2間×6尺

地元だから安心! お気軽にご相談ください!

# エクステリアITO

取扱い内容
●エクステリア／カーポート・テラス・物置など ●外構／境界ブロック・フェンス工事・駐車場・アプローチなどの土間工事
●家の塗装工事 ●庭園工事 ●一部営繕工事など

エクステリアITO 検索

**藤枝店** 中部地区対応
〒426-0037 藤枝市青木2丁目12-15
営業時間／9:00~17:00 定休日／火曜日 (都合により急遽変更になる場合がございます。)
TEL (054) 204-6900 FAX (054) 204-6901

**島田本店** 中部地区対応
〒427-0039 島田市向谷1丁目854
営業時間／9:00~17:00 定休日／火曜日
(都合により急遽変更になる場合がございます。)
TEL (0547) 37-6915 FAX (0547) 32-9088

**焼津店** 中部地区対応
〒425-0074 焼津市柳新屋226-1
営業時間／9:00~17:00 定休日／火曜日
(都合により急遽変更になる場合がございます。)
TEL (054) 625-9486 FAX (054) 625-9487

**牧之原店**
〒421-0407 牧之原市布引原455-1
営業時間／9:00~17:00 定休日／火曜日
(都合により急遽変更になる場合がございます。)
TEL (0548) 27-2850 FAX (0548) 27-2860

**菊川店** 西部地区対応
〒439-0037 菊川市西方3746-1
営業時間／9:00~17:00 定休日／火曜日
(都合により急遽変更になる場合がございます。)
TEL (0537) 37-3600 FAX (0537) 37-3601

**掛川店** 西部地区対応
〒436-0047 掛川市長谷1-28-2
営業時間／9:00~17:00 定休日／火曜日
(都合により急遽変更になる場合がございます。)
TEL (0537) 62-4000 FAX (0537) 62-4001

**NEW 浜松店**
〒432-8058 浜松市中央区新橋町1805-1
営業時間／9:00~17:00 定休日／火曜日
(都合により急遽変更になる場合がございます。)
TEL (053) 488-7217 FAX (053) 488-7218

# 募集

●外構工事請負業者・アルミ職人
ブロック積み・レンガ積み・左官・石貼り・エクステリア・カーポート・
ウッドデッキ・サンルーム・テラス・ガーデニング・植栽・その他…

●営業(正社員)



業務拡大につき、外構工事をお任せできる提携・協力外構工事請負業者さん、職人さん、アルミ職人さん大募集!! 共に歩んでいただけるパートナーを探しています! 詳細につきましては、お問い合わせ頂いた際にお伝えさせていただきます。興味を持って頂けた企業・個人の方は、一度、下記連絡先まで、お気軽にお問い合わせ下さい。営業(正社員)も大募集中!!

募集担当：伊東 ☎090-7858-3230

本紙の許可を無断で転載することを禁じます。掲載広告の内容は広告主の責任を負うものとします。