御祈祷・常時受付
■商売繁盛　■お宮参り
■家内安全　■交通平祓い
みのわ稲荷神社
清水区美濃輪町6-12 ☎352-2310

［清水の元気応援メディア］清水ベイプレス since 1981
SHIMIZU Bay PRESS

便利なベイプレスのポスティング
一戸建・集合住宅　選別の特別指定と
B4以上のチラシに関する規定が変わりました。
詳しくは配布担当まで。

案内広告　1行1,100円

お申込み☎351－0511

剣道・居合道
武道　四百余年の伝承居合道・剣道その他古武道　年齢・性別不問　水鴎流本部碧雲館道場　館長勝瀬善光
☎366－2158

ドッグサロン
初回利用特典あり　下野中
ドッグサロン SUPERWAN
☎090－5628－0710

団員募集
よりよき社会を　ボーイスカウト清水地区　素敵な未来の自分とよりよい世界を作るガールスカウトしみず☎351－0511
海に親しみ　海に学ぶ清水海洋少年団☎353－3111
中学生以上のリーダー募集中子ども会（清水区）☎363－3210

防災相談
いざ地震、転倒すれば家具は凶器　家具固定、食器棚扉ロック等、家族を守る家庭の対策を
清水建築組合
☎346－5801

認知症電話相談
認知症よろず相談　認知症や介護の悩み、一人で悩まず相談を。毎週月曜日10時から15時受付（祝日、年末年始除く）　市社会福祉協議会清水地域福祉推進センター（はーとぴあ内）☎367－5130

Bay PRESS facebook やってます　いいね！
Bay PRESS

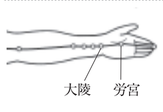
身近な東洋医学 鍼灸のあゆみ 316

心を整える経穴「大陵」「労宮」もストレス管理に

山本 浩之 院長

真新しい制服、スーツに身を包み颯爽と歩く姿。春はスタートの季節。環境変化には、メンタルケアもお忘れなく。

今回ご紹介する「大陵（だいりょう）」と「労宮（ろうきゅう）」は、いずれもストレス管理の面で大切な経穴です。



大陵は崇高な丘の意味。心を整える経穴として知られているほか、胃痛や指、手首などの痛みの緩和などを主治としています。

労宮の労は働く、宮は要所、中心。心労の集まる所という意味も。ストレスが重なると、このツボに症状があらわれるとも言われています。血行を良くすることから、肩こり等にも取穴されます。

次回は「中衝（ちゅうしょう）」と「関衝（かんしょう）」について。

［取材協力］★興津ハリキュウセンター 8:30～17:30　要予約　日祭休
JR興津駅徒歩3分　☎369-1189　★清水マッサージセンター 10:00～18:00　日祭休　JR清水駅徒歩3分　☎365-4141
【参考図書／経穴入門・医道の日本社】
バックナンバーをご希望の方は、編集部までお問合せ下さい。☎351-0511

清水厚生病院 健やかな暮らし 99

病気を正しく理解し心臓を長持ちさせよう(5)

循環器内科　副院長　森脇秀明

心不全という言葉を見聞きしたことがあると思います。心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気です。「心臓が悪いため」とは、これまで掲載した心臓血管系の病気のことをいい、それらの病気により心臓の機能が低下し、息切れやむくみが出現してくることを心不全といいます。

心不全は、増悪と回復を繰り返しながらも徐々に進行していきます。増悪は、急激に出現することもあれば、気付かない間に徐々に進行することもあります。また一過性のこともあれば、そのまま命を奪われてしまう重症の場合もあります。仮に一過性の増悪で済んだとしても、増悪・回復を繰り返すうちに生命予後を縮めてしまうことになります。

よって、これまでの心臓血管系の病気の管理をしっかり行うことが、息切れやむくみに対する治療であると同時に、心不全の進展を緩やかにし心臓を長持ちさせることにつながります。

◇環器器内科外来
診療日：月・水・木・金
窓口・電話での問い合わせ
受付時間 14：00 ～ 16：30

清水厚生病院　☎366-3333

300年の屏風の優品を一堂に 県立美術館でコレクション企画展

現代の暮らしの中では、ほぼ馴染みのない屏風。絵画である前にまず調度品であり、間仕切りや風よけとして実用の道具でした。今回は、形や機能に注目しながら、その楽しみ方を再発見できそう。桃山時代から現代まで300年にわたる屏風の優品が一堂に並ぶ迫力の世界をご堪能ください。

「屏風爛漫―ひらく、ひろがる、つつみこむ―」
5月6日まで　HP参照
静岡県立美術館☎263-5755

清水で准チームカウンセラー養成 実践心理学講座　参加者募集

子どもを取り巻く問題を解決に導く心理学が注目されています。事例を交えながら、わかりやすく知識を身につけ、現場で活かす方法も学ぶ「実践心理学講座」が4月21日㈰からスタート。准チームカウンセラー資格に繋がる講座で、これまで上京しなければ取れなかった心理学の資格が、清水で取得できる貴重な機会です。全14回、1回1,500円。会場は市民活動センター。NPO法人かっぱらば編集室
☎369-0354

清水第一分団庁舎シャッター 辻小卒業生のイラストでリニューアル

静岡市消防団清水第一分団（川嶋章弘分団長、団員男17名女7名）は、経年劣化した庁舎シャッターをリニューアル。平成4年設置の前作は当時の辻小卒業生の絵画でしたが、今回も今春の卒業生によるイラストをちりばめ、塗装作業は消防団員の滝沢宣彰さん（タキザワサイン）が担当。「明るくなっていいね」と住民の声が聞かれます。

新入団員募集中。防火呼びかけなど地域貢献に。18才以上。
☎090-9177-8192 川嶋

屋上から富士山も 三保松原文化創造センター「みほしるべ」オープン

三保松原玄関口のこの施設は、2階テラスに上がると松の間から、3階の屋上に上がれば松林の上から「富士山」を望むことが出来ます。

1階の映像シアターでは、三保松原を大きなモニターで紹介、展示室は三保の波音が流れ落ち着いた雰囲気の中、御穂神社所蔵の「羽衣の裂」など三保にまつわる展示物を見て回れます。

ミュージアムショップでは、地元クリエイターによるポストカードや、限定の「アマンド娘」なども取り扱っています。建物外にある足湯は、松を活用した入浴剤が使われ、海岸散策の後は松原を眺めながら足を休めてはいかがですか。

9時～16時30分　無料　年中無休　☎340-2100

優勝は高田昇さん・望月マサ代さん ベイプレス杯グラウンドゴルフ大会

さくらの咲き始めた3月末に、グラウンドゴルフ大会「第3回ベイプレス杯」が桜が丘公園で開催されました。

地域の愛好家を中心に集まった101名のプレイヤーが2ラウンドの熱い戦いを繰り広げました。地域住民の健康作りと親睦のために、来年も開催の予定です。順位【男子】①高田昇②斉藤嘉久③小谷郁夫④山川孝⑤高山久夫⑥杉山忠四郎【女子】①望月マサ代②坂本初代③斉藤外志美④澤田恒子⑤衣川恵美⑥稲葉千代子

読者プレゼント 随時

計24名様にプレゼント！
希望商品名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、『あなたのおすすめのお店、又は「新元号　令和」にひとこと』を記入して、

■ハガキ　〒424-0843 清水区青葉町3-13 ベイプレスセンター読者プレゼント係
■FAX.351-0014
■Email:baypress@baypress.net
■締切　4月23日㈫正午
当選者には当選通知を発送します。

かんたん応募はこちら

お好きな海鮮丼1人前 ▶▶丼丸大将清水船原店　10名
前号お花見マップに今年新登場の注目店。美味しい海鮮丼がワンコインから、メニューも80種類とワクワクします。今回は店頭でお好きな海鮮丼を選んでください。

エスパルス親子入場券 ▶▶清水エスパルス　1組
5/12㈰対川崎フロンターレ戦でエスパルスを応援しよう。日本平での勝利には、あなたの声援が必要です。頑張れ、エスパルス。（2階席当日大人3,300円小人1,300円）

しみず寄席ペア招待券 ▶▶清水落語王国　1組
1面で紹介のしみず寄席にご招待。法政大学を5年生で中退して入門。
萬橘の襲名披露興行は大入り満員で期待が寄せられている若手の一人。（自由席2,000円）

まちバルペアチケット ▶▶まちバル実行委員会　5組
昨年11月の開催も大盛況だったイベント。5月31日㈮6月1日㈯の開催にあたり、実行委員会がベイプレス読者のためにチケットを用意してくれました。（2,400円）

配布スタッフ募集中
隔週水木金のうちご都合の良い時間帯でできます
説明会　4/15㈪ 10:30～　5/16㈭ 10:30～
〈会場〉㈱ベイプレスセンター1階
◆事前にお電話またはメールにてご予約下さい
健康のためにオススメ！　ご夫婦でお友達と一緒に
説明会に参加していただいた方にQUOカード（500円分）進呈
Bay PRESS
まずはお気軽にお問合せ下さい
青葉町3-13 ☎351-0511
baypress@baypress.net

ベイプレスの編集発行費用は、本紙の理念に賛同していただいた法人・商店のご支援によって支えられています。お買い物ご利用はぜひ掲載企業・商店へ。
創刊38周年　読みきりサイズの生活情報紙　平成最後の4月27日号（ポストインは24日から26日）情報提供は4月15日、オリコミのお申し込みは4月18日までにお願いします。

［清水の元気応援メディア］清水ベイプレス since 1981
SHIMIZU Bay PRESS
いいこと、いいもの、シェアしよう。

由比　寺尾（photo by かみきち）

2019 平成31年 4/13　第866号　無料
株式会社ベイプレスセンター　〒424-0843 静岡市清水区青葉町3-13
TEL.054-351-0511　FAX.054-351-0014　E-mail.baypress@baypress.net
4月13日号確定発行部数52,600部　編集責任者：風間重樹　青木あゆみ　風間秀斗

眞内科クリニック
◆内科 ◆消化器科 ●デイサービス
訪問看護ステーション駿河　☎054-363-1175
大曲↑　さくら幼稚園　★眞内科クリニック　桜橋　入江岡　日本平↓　南幹線

SHIMIZU ART CRAFT FAIR
お気に入りのクラフト作品を探そう

「第16回アート・クラフトフェア」（大川美代子実行委員長）がJR清水駅みなと口（東口広場・多目的広場）で4月20日㈯21日㈰10時から16時まで開催されます（少雨決行）。

北は福島県から南は熊本県まで、全国25都府県から集まる作家190名が披露する、世界で一つしかない作品の数々。独創的な作品に触れて、新しい発見が広がりそうです。会場には「めざせ未来のクラフトマン」と題した体験教室（有料）も。各地の食材を使った全国フードコーナーで「クラフトグルメ」を楽しんではいかが。地産・地消の朝市も出店します。

地元企業も参加。昨年に続いて出店する「永倉商会」（西高町）は、中古車展示と新車の「もらえるリース」を紹介。「GW に向けて車をご検討の方にお得な情報を用意するので、ぜひお立ち寄りを」と担当者。毎年、展示する中古車が完売するほどで、お客様の満足度の高さがうかがえます。

実行委員会☎263-0092
http://www.shimizu-craft.com

落語の怪人三遊亭萬橘が来清 清水落語王国

毎回大盛況の「しみず寄席」。第24回は5月25日㈯19時からマリナート小ホールで開催します。出演は、三遊亭萬橘（写真左）。愛知県出身、堅実な芸風で知られる古典の名手の元で修行を積み重ね、話芸を磨きました。高座は自由奔放でオリジナル、エネルギッシュな勢いに満ちており人気を集めています。自身の落語を確立すべく情熱的に突き進む姿は「落語の怪人」とあだ名されるほど。もう一人は、春風亭正太郎（同右）。古典落語を中心に精力的に活動する二つ目の期待株。前売り券は全席自由2000円。チケットはシミズBOOKS、万栄堂、喫茶じゅげむ（葵区）ベイプレスセンターで販売中。☎351-0511

11月に続いて第5回を開催 清水みなとまちバル facebook

「清水みなとまちバル」のファンも、行ったことがない人も注目。5回目のバルを5月31日㈮6月1日㈯の2日間、おみやげバルを2日㈰に開催するにあたり、チケット販売が始まりました。

バルの参加は2,400円でチケット3枚。当日バル参加店でチケット1枚につき、「ドリンク1杯とおすすめの1品」を楽しめます。清水駅周辺の飲食店50店以上が参加するので、この機会に行ったことがないお店や、興味があるお店に入ってみましょう。余ったチケットはおみやげバルで使用できますよ。

チケット販売は販売協力店舗、またはWEBで予約可能。詳しくはHPをご覧ください。

期間限定　和フタヌーンティー 日本平ホテル

初夏の気配を感じる季節にぴったりな「プレミアム和フタヌーンティー　日本晴」をご紹介。富士山が一望できる開放的な芝生庭園で、スイーツやフィンガーフードと静岡銘茶を楽しむ「和」がテーマのピクニック風アフタヌーンティープラン。日本のピクニック「野掛け」をイメージさせ、庭園を散策しながら楽しめます。中には静岡茶を使ったほうじ茶プリン、初夏にぴったりな柑橘系のスイーツやサンドイッチなど。お茶は日本平やぶきたほか2銘柄。隅々までこだわったティーセットは、フォトジェニックな仕掛けが満載です。1セット2名分5,000円（税サ込）。4月22日㈪から6月末日まで1日5セット限定。　日本平ホテル☎335-1131

Special 春こそ美味しい
チーズフォンデュー
1,620円（ディナーのみ）
フレンチ食堂
南幹線沿い ☎347-2100

ベイプレスは応援します

女性合唱コール・シャンテ
5/12㈰13時からマリナートで定期演奏会を開催します。8回目となる演奏会に向けて「ほたるこい」「プレイバックpart2」など、齋藤百合子先生のもと、袖師交流館で毎週元気に楽しく練習をしています。ぜひ練習の成果を見に来てください。入場料1,000円
お問い合わせ：090-4198-1017（内藤明美）
掲載無料◆申込は☎351-0511

創刊38年
ベイプレスは創刊以来、地元の配布スタッフが一軒一軒、手配りでポストにお届けしています。清水の情報を一人でも多くの人に届けられるように、配布スタッフを随時募集しています。詳しくは下記にお電話下さい。

清水で『広告』はベイプレス
制作 印刷 配布 がオールインワン
ご予算に合わせてお店の情報をダイレクトに家庭にお届け!!

発行号	配布日	ベイプレス広告締切	折込チラシ締切
4月27日	4/24～26	4月15日	4月18日
5月25日	5/22～24	5月13日	5月16日

各種印刷（名刺・封筒・チラシ・パンフレット…）
折込み手配・新聞・テレビ・ラジオ・ホームページ・看板
詳しくは…（株）ベイプレスセンター
☎054-351-0511
E-mail:baypress@baypress.net

さよなら平成フェア
used car
69.8万円 N-BOX　25年 G・Lパッケージ 4.5万km 両側電動スライドドア アイドリングストップ シルバー 修有 車検32年2月 総額76.3万円
25.9万円 AZワゴン　39.8万円 ラパン　57.9万円 アイ/アイ・ハイブリッド　45.9万円 ノート
20年 FX ナビ 5.3万km メモリーナビ TV DVD ETC シルバー 修無 車検2年付 総額34.1万円
22年 X-LTD 3.9万km スマートキー ベンチシート オートHIDライト ブラウン 修有 車検2年付 総額48万円
25年 スマートセレクション ファインスタイル 4.5万km ナビ TV 全方カメラ DVD ライトブルー 修有 車検32年2月
26年 1.2X ナビ 3.4万km SDナビ TV インテリモー ETC アイドリングストップ シルバー 修有 車検無
※詳細はお問い合わせください。
清水で車のことなら 永倉商会
払ったお金を無駄にしない！ 新車もらえるリース
国産全車種選べます！（期間終了後車がもらえちゃう！）
安い！簡単！お得な新車リース
これからは残価設定無しのリースです
初期費用なしでぜ～んぶコミコミ価格♪
車両代 / 車検基本整備料 / エンジンオイル代代 ※2回 / エレメント交換代 ※1回 / 自動車税 / 登録時諸経費 / 重量税 / 自賠責保険料 / フロアマット / ドアバイザー
期間最後の清算や減額のペナルティ無し
貰えるから気軽に乗れて借りてる感無し
乗り換えなら買取金が残る
貰えば車が残る ※詳細はお問い合わせください。
例えば月々 4,900円（税別）
金額設定は自由自在!!
※ボーナス併用
◆◆◆新車・中古車の販売・買取・リース・ローン・車検・板金・保険・法人様など車のことなら何でもご相談を◆◆◆
自社工場完備　在庫は常時200台
クルマの 永倉商会
もうすぐ創業50年 （株）永倉商会
清水本店 清水区西高町3-3 ☎352-8589
静岡中吉田店 駿河区中吉田18-2 ☎263-1225
〈営業時間〉9:00～19:30【定休無し】
各部門 随時スタッフ募集中
がんばれ！エスパルス