歯磨きや定期的な歯科検診

BIG INFORMATION

気になるお店 行きたいお店 お得な情報が いっぱいです

部活生特別招待講習 参加者募集

部活引退の高3生、部活と勉

で、通常1講座1万8,900円(税 | 髪トリートメント」を。

目指せ逆転合格。 清水駅前校 **23**368-5921



頑張る高3生を応援 「東進衛星予備校」

パサつきツヤのない髪で悩む お世話になった方への返礼は、 強を両立したい高3生。来春の|貴女。スーパーさらさらカ|感謝と御礼の気持ちを託す大切 志望校合格を応援する「東進衛」ット(5,500円)はカットに約 な贈り物…。 星予備校清水駅前校」は、高3 30 秒追加するだけでサラツヤな | 故人の御霊を初めて迎える初 生を「部活生特別招待講習」に「髪を実現。効果は約45日、紫外 | 盆は、大切な供養のひとつ。不 線防止効果あり。髪をシャキッ|意にお参りに来る方のためにも、 7月 20 日出までの申し込み | と生まれ変わらせるなら「きら | 粗供養品の用意は早めに準備し

込)が無料に。90分×5回授業 白髪染めからパーマ、ストレー 返礼品選びをお客様のニーズに と判定テスト、入会金やテキス | トまで、補修効果で傷んでる髪 | 合わせてお手伝い。返礼品の返 ト料も無料です。一人ひとりの | を憧れのきら髪に! 予約なし直 | 品可能です。手提袋無料サービ レベルや予定に合わせた時間割 | 前予約可。パーマカラー同時 | ス。商品引き取りで来店のお客 を作るので、部活後の時間帯で OK。東大曲町8-29:00~18:00(日 様に特典があり。早期ご予約受 も OK。部活で養った集中力で、| 祝 17:00) 月・第2日休

キレイになりたい

サラツヤな髪に

髪を傷めない施術

「美容室 マインズ」

Bay PRESS

2366-5519 ■カット ¥3,800 高校生以下¥2,500 ■パーマ ¥11,000(カット・ブロー付) ■ きら髪ストレート ¥16,500~(同 大学生以下¥15,000~(同 ヘアカラー ¥6,500~

感謝の気持ち大切に ベイプレス新登場の 新盆返礼品の 準備はお早めに

「ハリカ清水店」

たいもの。ハリカなら、お盆の

付中。 梅が岡 6-23 2353-0083

揖保の糸ソーメン

620円→1,404円

ライオントップ

1,080円→ 972円

157

静岡行ったら寄りたいお店 ぶどうの丘 セノバ

草薙に続いてリニューアル オープン。季節ごとに美しい 鮮やかな料理は、そのほとん どが新メニュー。ライブ感溢 れるキッチンの料理に心踊る ビュッフェレストラン。世界 のワインが充実。静岡へ出か けたら、是非立ち寄って。平 日昼 1,800円、シニア 1,500 円 他。アルコールフリード リンク 1,500 円、ソムリエ厳 選ワインバー付 1,800円(120



昼11時~16時 バイプレス新聞 を読者が取材

こさむ鮨

由比港直送握り寿司

地魚にこだわった寿司屋 「こさむ鮨」が5月13日にオー プンしました。早速ランチに お邪魔して、地魚バラチラシ 定食 (980 円) をいただきま した。地魚がふんだんにのっ ていて、しらすの味がしっか りしているので、醤油は少量 でも美味しい。きゅうりの歯 応えがいいアクセントで、女 の子が好きそうです。 取材:読者レポーター 小林明子



山梨さんと小林夫妻 f @ こさむ鮨

直砂町 5-16 **☎**090-2213-2829

0) 22 \mathcal{O}

6

梅が熟す時期に降る雨だか についてお話します。 ら梅雨。うっとおしいと言わ 手の厥陰心包経の経気は五 れるシーズンですが、傘やレ 指の真ん中にある中指先端に インブーツを新しくして、た 流れ込みます。要衝の意味を まにはホタル観賞なんていか 込めてこの名が。舌のこわば がでしょうか。ホタルの光に りや痛みの緩和、小児の夜泣 は私たちの心を癒す効果があ き、暑さあたりなどに用いら れる経穴です。

山本 浩之 院長

今回は手の厥陰心包経最後 次回からは手の少陽三焦経 の経穴「中衝 (ちゅうしょう)」 の紹介です。薬指から始まり、 眉毛の外側のくぼみで終わる 片側 23 個。目、耳、肩、腕 のトラブルや気と水の流れに 関わる重要な経穴が並びます。 まずは「関衝 (かんしょう)」

と「液門(えきもん)」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。<a>251-051

身近な東洋医学 ③18

鍼灸のあゆみ

暑さあたりなどに「中衝」

るそうですよ。

広報しみず

献血情報

次回からは手の少陽三焦経

静岡市立清水病院 健やかな暮らし

市民健康講座 心不全患者への取り組み

現在、日本の高齢化が進み、日時:7月20日出13:30 心不全患者が増えています。から

血性心疾患、不整脈など多岐 いホール にわたり、その原因によって 講演:「予想される心不全患者 治療方針も変わります。 今後、団塊世代の高齢化に 循環器内科医長 甲斐田豊二

れており、心臓専門医だけでしています。 なく、一般内科での対応が必 対象: どなたでも 220名 ため、各医療機関の間での心 申込順

させていただきます。

甲斐田豊二 医長

心不全の原因は、弁膜症、虚 会場:清水区役所3階ふれあ

の増加 | 静岡市立清水病院 伴い、心不全患者の激増(心 講演者は、そのほかに、清水 不全パンデミック)が予想さ 医師会会員の医師などを予定

要になると思われます。その 聴講無料 事前予約が必要

疾患の情報共有が重要です。 受付:7月5日金~16火 清水地区では、『心不全手帳』 申込先 : 静岡市コールセンタ を各医療機関で共有しようと **一☎**200-4894 試みており、その実情をお話 その他:来場の際は、公共交 通機関を利用してください。

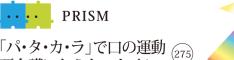
清水病院 ☎336-1111

スマホ写真館

お気軽にご応募下さい!

日々の暮らしや身近な風景を

スマホから投稿するコーナー



要介護にならないために ①一年間で体重が4~5キ つまでも、健康で楽しく過ご 口減った②疲れやすくなった すためには多少の努力が必要。

③筋力(握力)が低下した④ 今からでも決して遅くない。 歩くのが遅くなった⑤身体活 食生活に関連する歯と口腔 動力が減った。当てはまる項 の状態が悪化すると、栄養を 目が多いほどフレイルの疑い とりにくくなったり、誤嚥性 が高まる。フレイルとは健康 肺炎を起こすなど、全身の健 な状態と要介護状態の中間、康にも確実に悪影響を及ぼす。

虚弱を意味する。 「We Love Teeth 歯っぴい噛 などとともに、飲み込む力の む噛む8020(一面参照)」 衰えを意識的に防ぐことも大 に参加した。清水歯科医師会 切。紹介していただいた、高 が、歯の衛生週間にあわせて 齢者にお勧めの口腔体操の一 開催する恒例の事業。改めて つが「パ・タ・カ・ラ」。しっ 口の健康を保つことの大切さ かりと発音することで口の周 を実感した。 りの筋肉や舌の機能アップに

要介護状態を防ぐ「3つの つながるとのこと。

柱」は「運動」「食生活」「社 口腔フレイルについては歯 会参加」と言われている。い 科医院で気軽に相談を。(K)

J ** 令和元年ブライダル 気になる キャンペーン アノお店 k 直撃! スタジオ・ノビアス TX XXXX

令和の改元を、新たな人生の節目にしようと、 結婚を考えるカップルもいることでしょう。スタ



小さくても効果バツグン

・・ 剣道・居合道

館長勝瀬善光

☎366−2158

防災相談

お申込み☎351-0511

洋装と和装の2種 類の前撮り撮影と 教会挙式をセット にしたブライダル プランのキャン ペーン中です! 洋装と和装のお 衣装・ヘア・メイ

ク・着付け・前撮

り撮影・教会挙式がセットになって、なんと税込 30 万円。 さらに 2 面 2 カットのアルバムをプレ ゼントします。挙式は牧師と聖歌隊が執り行う本 格派!ご家族のみのアットホームな挙式をご希望 の方におススメです。詳細はお気軽にご連絡くだ

※和装のお衣装(新郎袴一式・色打掛・引き振袖のお衣装が対象。 日本髪かつら、白無垢、水化粧等、一部お支度は別途料金発生) ※ご希望の場合、挙式後の披露宴会場をご紹介いたします。

☎366-4888 〈営業時間〉 日曜 ~18:00 月曜・第2火曜日

東名清水IC コメダ 珈琲● ★スタジオ ノビアス

清水区八坂東 2-3-14 静岡

清水建築組合 **☎**346−5801

団員募集

武道 四百余年の伝承居合道・ 剣道その他古武道 年齢・性別 よりよき社会を ボーイスカウ 護の悩み、一人で悩まず相談を。 不問 水鴎流本部碧雲館道場 卜清水地区

ず**☎**351−0511

いざ地震、転倒すれば家具は凶 少年団☎353-3111 中 器 家具固定、食器棚扉ロック 学生以上のリーダー募集中子ど 等、家族を守る家庭の対策を も会 (清水区) 23 6 3 - 3 2 1

• 認知症電話相談

認知症よろず相談 認知症や介 毎週月曜日10時から15時受 素敵な未来の自分とよりよい世 付(祝日、年末年始除く) 市社 界を作る ガールスカウトしみ 会福祉協議会清水地域福祉推進 センター (はーとぴあ内) 236 海に親しみ 海に学ぶ清水海洋 7-5130

ハリカ 清水店 田子の月 清水店





康雅(やすまさ)ちゃん 平成30年4月22日生 ♣元気いっぱい丈夫な身体

1

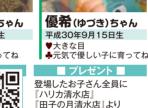


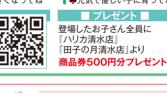
律稀(りつき)ちゃん 平成30年6月3日生 ♣新世代を切り開く能動的な子に ♣元気に大きくなってね

〈郵送〉〒424-0843清水区青葉町3-13 ベイプレスセンター赤ちゃん係

(E-mail) baypress@baypress.net お子さんの□最近の写真 □フルネーム(ふりがな) □生年月日 〕♥チャームポイント □♣願うひとこと □住所・電話番号 をお送りください。











意に 南部あじさいまつり 6/21 金~ 30 (日) 山梨県うつぶな公園の れ 2.5ha に 90 種 3 万株のあじさい が見頃 期間中300円 あじさいまつり実行委員会 **2**0556-64-3111 第8回白日会静岡県支部小品展 6/20 (木)~25 (火) 10:00~17: 間町) 清水の会員の作品も展示 ☎080-3635-1557 西谷 お 市立清水病院 わ

は

7

はなしの冷 読者投稿のコーナーです 読者の皆さんの声でつくるコーナー 掲載された投稿者には500円分のクオカードを進呈!

(株)ベイプレスセンター『はなしの港』

6/8 (土) 15:30~16:30 バロー清水高橋店 6/14 金 14:30~16:15 6/21 金 9:30 / 13:00 さとって宝物みたいですね。

清水区役所 楽しくお買い物

あっ朝市 6/16(日)6:00 エスパルスドリームプラザ大観【入江地区発】先日、用宗を散歩中、 覧車前 開催時間内駐車場無料 プロスパルス ホームゲーム

6/15 (土) 18:00 VS 横浜 FM

6/10 (月) 13:00~6/11 (火) 11: 00 6/14 金 10:00~12:30 ぱしふぃっくびいなす

客船入港情報

税理士法人

いそべ会計

静岡市清水区真砂町4-23

☎054-364-0891

■郵送 〒424-0843 清水区青葉町 3-13 ■メール baypress@baypress.net ■FAX 351-0014

懐かしさで胸いっぱい 大満足プチトリップ

00 ギャラリーえざき(葵区七 【興津地区発】高校時代を過ごし 編=前田農園、エシレバター… た町を数十年振りに訪れました。 メモメモ。 松並木や赤い土の畑を見て、懐 かしさで胸いっぱいに。当時憧 れだったフランス料理店のシュ ークリームも食べて、大満足の 会いに行こうかな。

> 散歩中の無人販売 絶品のジャム」

無人販売を発見しました。前田農

んですよねー

施工例は… 渕野工業

園のママレードジャムは絶品でし

気になるラーメンサラダ 美味しくていつも品切れ

た。お土産でもらったエシレバ

編=一瞬で高校生に戻れるふる しいと。学校近くのコンビニで | 保 32 才男)▷勝富清水本店のサ 湾料理龍華は安くて量も多い (舩 (天王 47 才女) は品切れ状態だそうです。(アル) ラダバーで毎回満腹(由比 45 才 越 29 才女) ▷凧(桜橋 67 才女) 編=ラーメンにサラダが乗るだ│男)▷DARIAN (岡 48 才女)▷追 ▷ラッソのナンやカレーは最高 けで女の子の心をぐっとつかむ │分ようかんの和菓子(永楽 49 才 (下野 37 才男) ▷らーめん矢吹

【駒越地区発】6/1 にアウェイ松本戦でアルウィ へ。清水サポ 2000 人が集結したそうで、サンバ のリズムが止まることなくスタジアムに響き渡り ターと共にトーストにのせたら ました。松本サポーターの小学生の男の子たちが ほっぺが落ちそう~。(オアシス) 清水のチャントを歌い踊りながら帰る姿に、ほっこりしました。 (偽ガンズに会った)

応募はこちら▶■

「これお勧め!」な情報、 お待ちしています。

清水区庵原町141-6 ☎366-3531

6月末日まて

せーせーママです。

検索へ

おすすめのお店

男)▷キッチンおにおん (蒲原 (大手 57 才女)▷すぱげてい屋 55 才女) ▷ bougiee のアイシング (江尻 44 才男) ▷ HOPA(長崎 30 クッキー (駒越 53 才女)▷がブ リチキン。(長崎 18 才男)▷ソウ

ルのキンパはおすすめ (天王 54

一足お先の

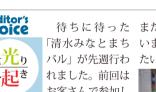
お勧めします

住まいのお掃除隊

キレイなエアコンで笑顔いっぱい!

才女)▷クレイファクトリー (草 才女)▷梅の家のおでん、みつだ 薙 46 才女) ▷ sea-Dz のアヒージョ んご (松井 16 才女) ▷ tomo のお が絶品(長崎49才女)▷千花(日 からクッキーが最近のお気に入 ▷ひいおばあちゃんは、風土菓 立 75 才男)▷げんき(北脇 41 り(有東坂 72 才女)▷OKAME 亭 プチトリップ。今度は同級生に 【岡地区発】高校生の娘がコンビ | 庵原屋のもなかが大好き (八坂 才女) | ひだまりあんのたい焼き の冬季のグラタン (蒲原 37 才女) (ポン) ニの「ラーメンサラダ」がおい │10才女)▷café barいつもの店(三 は焼きたて (蒲原 45 才女)▷台 ▷炒炒のレバニラとレモサワー





伝いをさせてもらっています。

清水が盛り上がるイベン

(価格 ▶ 8.500円)

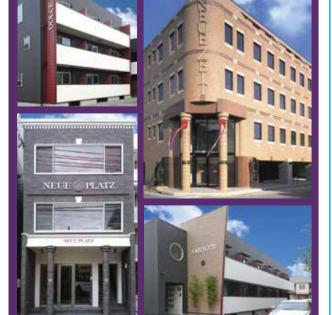
桜橋そうじろう。20120-346536 @意無料

「清水みなとまち います。どんどん出かけて行き バル」が先週行わ たいですね! お客さんで参加し ていましたが、実行委員会の方々 の熱がアツすぎて少しずつお言





y



投資用不動産の企画販売

商業施設・オフィスの設計施工・投資用不動産企画販売

宅建業者登録 静岡県知事(12)第3861号「清水区桜橋町9-8 本の54-364-7500」



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 ご む 6/10月10:30~ 夫婦で 7/17⊛10:30~ もこ (会場) ベイプレスセンターにて OK 緒 参加していただいた方には QUOカード(500円分)進呈

まずはお気軽にお問い合わせください

Bay PRESS 清水区青葉町 3-13 **2351-0511** baypress@baypress.net



後継がいない お墓が必要でない



家庭用 8500 円(税別)



■カット(カウンセリング・シャンプー・スタイリング込) 一般···········¥3,800 → **¥2,000** □ロング+¥300 高校生·······¥3,300 → **¥2,000** 男女 中学生以下··· ¥2,800 → **¥1,500** ■カラー(カット・シャンプー・スタイリング込) ¥8,800 → **¥6,500** □セミロング +¥500 □ロング +¥1,000 Special Campain ■パーマ(カット・シャンプー・スタイリング込) ¥8,800 → **¥6,000** □セミロング +¥500 □ロング +¥1,000

詩間〉カット/9:00~18:30 パーマ・カラー/9:00~17:30 ◆指名料無料◆





オープニング http://pro-color.jp/ 〈営業時間〉9:00~18:00(最終受付 17:30) ↓清水病院 人 気 炭酸ヘッドソーダスパ ¥250 清水区沼田町10-34 ☎336-0001 定休日 (サブリナ) 火曜・第3水曜 駐車場完備 価格は全て税抜き