



# はらまる通信

HARA MARU TSUSHIN

VOL.109



## One Day Cafe情報



2016年2月に新東名 浜松いなさJCT~豊田東JCTまでの55km新たに開通いたします。延伸記念メニューを期間限定・数量限定で販売しますのでご紹介です。

### フルーツレモネード



(¥500)

11種類のレモネードからお好きなお味をお選びいただけます。

フレッシュなフルーツをお楽しみいただける食べられるレモネードです。

+100円で  
パナライスのトッピングが  
オススメです。

おんちゃんの

ビーフたっぷりWanカレー  
おんちゃん用のビーフカレーです。  
カレーの色はウコン(ターメリック)の色  
香辛料は使用していないので安心♪  
肝臓が気になる子、ナトリウムの摂取を  
控えたい子にオススメです。

< 材料 >

牛肉、じゃがいも  
にんじん、トマト  
片栗粉、ウコン  
(148cal)



(¥500)



Food Menu も充実しております。お気軽にご来店お待ちしております。

住所：沼津市根古屋998-27

TEL055-946-5112



NEOPASA駿河湾沼津下りにあるカフェです。

# ずっとこのまちで 自分らしく

沼津ふるさと通信 創刊：白隠禅師・斯経禅師と帯笑園

沼津郷土史研究談話会(略称・沼津史談会)が「沼津ふるさと通信」という冊子を発行することになり、その創刊号で、白隠禅師や帯笑園に関して掲載されたということで、その小冊子を頂くことが出来ました。その記事を寄稿されたのは、原ルネッサンスの会会長の望月宏充さんです。

帯笑園に多くの円山応挙や伊藤若冲などといった、江戸時代中期の有名な画家や文人墨客の作品がなぜあったのか?その経緯をととてもコンパクトにまとめられています。帯笑園と京文化・美術を結んだのは高僧、斯経禅師です。斯経禅師が白隠禅師に参禅した際に、植松家を仮の宿とし、松蔭寺の白隠禅師の下に通っていたことからはじまります。この時に植松蘭溪はともに生活し、斯経禅師が京へ帰った後は、禅師を通じて、京の画家達



と知り合い交流していきます。詳しい内容は沼津ふるさと通信をご覧頂きたいです。沼津市立図書館におかれているそうですので、ぜひ手にとってお読み頂ければ幸いです。

左の水墨画は、狩野山雪の「猿猴図」。東京国立博物館で開催されている特集「博物館に初もうで 猿の楽園」にて、「当館秘蔵のアイドル」と紹介されている作品です。ふわふわと表現されながらも緻密な毛並みや曲線で伸びやかに描かれた手足も素敵ですが、とても愛くるしい猿の表情に見ているこちらも笑顔になってしまいます。



実はこの作品は、植松蘭溪が天明2年に京に上った際、妙心寺の塔頭、海福院の住職であった斯経禅師から譲りうけたもので、昭和53年に東京国立博物館に帯笑園が寄贈しました。新年早々、全国から来館された方々は、この作品を見て笑顔になったことでしょうか。斯経禅師は植松蘭溪へ託したことを喜ばれているだろうと感じてしまいます。



## 住まいプロ ホームウェル トップ・ワークス



株式会社トップ・ワークス  
〒410-0311 静岡県沼津市原町中2-7-2  
TEL(055)967-6166 FAX(055)967-7933

0120-54-6166

http://www.topworks.org

hair room NICO

ドッグランあります

オーガニックヘアカラーのご紹介です!  
イタリア生まれのオーガニックVilla Lodora。世界初☆カラー剤の成分92%以上が天然由来!カラー剤の独特な臭いが苦手な方も多いと思いますが、ヤン由来のロウの中に嫌な臭いを閉じ込めているので、無香料なんですよ!この機会に是非、体験してみてください。

オーガニックカラー ¥5,500  
心地よいヘアカラーを楽しみたい人へ

オーガニックアロマカラー ¥6,000  
心地よいヘアカラーと、アロマによりリラクゼーションを求める人へ

オーガニックアロマカラー+スバ ¥8,500  
頭皮や髪の乾燥が気になる人、艶やかな仕上がりを求める人へ

hair room NICO  
〒410-0307  
沼津市青野99-5  
☎055-950-9224  
9:00~19:00  
close 毎週月曜日・第3日曜日  
★ご予約優先★P4台有り

AMAYADORI

沼津市魚町15  
(THE BLUE WATER内)  
TEL.055-951-4500  
http://www.amayadori.jp

OPEN 12:00~18:00  
CLOSED TUESDAY  
(臨時休業あり)

# 地域で生産されたものを、地域で消費。

JA なんすん 原産直市

原地域の 25 人の生産者が、季節に応じた「旬」の野菜を、毎週土曜日の朝 8:00 より、なんすん原支所北側にて販売しています。

春・夏野菜の準備もはじまり、冬野菜の旬もそろそろ終わりをむかえます。ぜひ、遊びにいらして、原の旬を味わってください。

原産直市生産者一同

◎当日出品する野菜が、お天気によっては多少変わることがありますが、ご了承下さい。

1/23・30 2/6・13

大根・みかん・ほうれんそう・白菜・ねぶか

春菊・さといも・こかぶ・ブロッコリー・切干大根

葉ネギ・たくわん・にんじん・キャベツ・水菜

新米・漬物・古代米・お茶・味噌



## はらまるオススメレシピ

### 豚バラと大根のオイスター炒めの作り方

少し料理にコクが欲しい時に、つついちヨイ足してしまう中華スープの素、ウェイパーを使った料理です。お試し下さい。

**材料** 大根 1/2 本、人参 1/5 本、大根の葉 少々、  
ウェイパー 小さじ 1/2、オイスターソース 大さじ 1、酒 少々  
醤油 小さじ 1/2、ごま油 小さじ 1、炒め油 小さじ 2

### 作り方

- ① バラ肉をコマ切りに、大根と人参を短冊切りにします。大根の葉はみじん切りにします。
- ② フライパンを熱し、サラダ油を入れ、豚バラ肉を炒めます。
- ③ 大根と人参を入れ、火が通ったら、ごま油、ウェイパー、オイスターソース、酒を入れ、炒め煮ます。
- ④ 最後に醤油で香りづけし、大根の葉をまぶしかけたら完成です。



# ちよつとのんびり コーヒーブレイク

救護施設：沼津市立高尾園さんと協働で積木を作っています！



昨年まではら地域包括支援センターのセンター長で、現沼津市立高尾園の施設長である深沢さんから連絡を頂き、高尾園入所者全員が活躍する場を作りたいので、手伝ってほしいという要望を受け、喜んでご協力させて頂くことにしました。

精神障害や身体障害を持つ入所者さんの状態を見て、深沢さんと相談をし、建築端材で積木を作ることにしました。弊社は端材を立方体に切って高尾園に届け、入所者さん達が、木の角を削り、綺麗に磨いて仕上げます。

積み木を届けて 1 週間後、様子を見に高尾園へ何うと、入所者さんの様子を見ている生活指導員さんから「凄いですよ、飯田さん！」と声を掛けられました。そこには普段ベッドで横になって過ごすことの多い方々の夢中になって積み木を削っている姿がありました。全てが同じように削られているわけではない不格好の積み木達を見て、むしろ個性あふれる不揃いの美しさを感じ、嬉しさのあまり、積み木に押す焼印まで作ってしまいました。人間が輝いてる瞬間を立ち会えて、心が震えたのと同時に、誘って下さった深沢さんに感謝しました。

## 今月のショーウィンドウ

地域の皆さまに季節を楽しんでいただけるものを。今月の手作りショーウィンドウディスプレイは「西遊記」です。

ホーム君が孫悟空、ウェルちゃんが三蔵法師に変身して、紅梅白梅の咲く中を行進しています。だいぶ冷え込みが厳しいですが、通りがかりに眺めて頂いて、少しでも楽しんで気持ちがホッコリして頂ければ嬉しいです。



いつまでも住み慣れた我が家で過ごしたい

寄り添う看護・・・在宅療養生活無料相談実施中

家でハビリ、どんなハビリ・・・



〒410-0311 静岡県沼津市原町中2丁目 15-2  
☎055-969-2008 <http://teresa-hokan.main.jp/>

手作りお菓子の店

hinatabocco

〒410-0311 静岡県沼津市原町中3-10-9  
tel 055-966-3117  
<http://www.hinata-sweets.com>

## サトウ種苗園 根古屋店

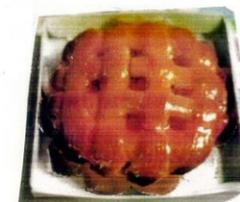
TEL 055-955-8940  
FAX 055-955-8941

〒410-0309 沼津市根古屋165-2 三栄ビル1階  
(興国寺城通り すぐしげさん向かい)  
営業時間 9:00~18:00

定休日 毎週水曜日

じゃがいも  
取り扱っています

## 「フランドルのアプルポテトパン」



この度沼津ブランドに認定されました。  
お土産に御贈答に是非お使い下さい。

沼津市原34b  
南フランドル松屋  
055-966-0206