

フランドル松屋



フランドル松屋のメロンパン

フランドル松屋のメロンパンは、カマンベールチーズクリームが入ったメロンパンと、夕張メロンクリームが入ったメロンパンを販売しています。どちらもしっとりとした生地に濃厚クリームが絶妙です！是非お試しください。

その他のお菓子



マドレーヌ
人気のマドレーヌ。
手土産などにも最適です。



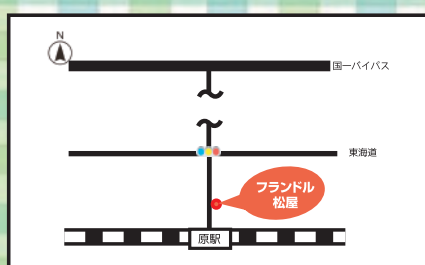
柏餅
4月上旬より
販売します。



いちご大福
上等ないちごを丸ごと
白あんと求肥でつつみ
込みました。

(有) フランドル松屋

住所 静岡県沼津市原 396-1 営業時間 8:30 ~ 18:30
Tel 055-966-0206 駐車場 有り
定休日 日曜日



はら
まる
通信

vol.184



ちょっとのんびり
コーヒードレインク

2年ぶり『はらまるクラブ』を再開します！
春の陽気に誘われて、桜並木をみんなで散歩
しませんか？2年ぶりに、はらまるクラブ再開
します！コロナ禍で長い間開催していません
でしたので、今年1年間は頑張って毎月開催し
ていきます(笑)ウィズコロナなんて言葉もあ
りますので、受付時には体調チェックをさせて
頂き、状況を見ながら最大限皆さんと楽しん
で行きたいと思っています。

先日、社員全員で静岡県の認知症サポ
ーター・チームオレンジ養成研修を受けました。
研修後に認知症の方やそのご家族にむけてど
んなことができるのだろうか？という話し合い
を行いました。認知症といっても、本当に軽度
なものから重度のものまで幅広く、誰にでも
発症しうる長くつきあう病気。ごく当たり前
の日常的に存在する病気として認識して、『は
らまるクラブ』にも気軽に参加して頂けるよ
うにしよう！ということになりました。

「注文をまちがえる料理店」といった認知症
方がホールスタッフをするレストランが注目
されています。「ま、いつか」の気持ちを世界
に広げるために生まれた少し変わった料理店。
そんな世界観がはらまるクラブでも広がれば
いいなと感じています。誰もが自分らしくこの
街で笑顔で暮らす。まずは、春を楽しむお散歩
から、是非ご参加頂ければ嬉しいです。

第51回 はらまるクラブ 桜を見ながら原さんぽ

白鷺の沼川沿いと白鷺みちをお散歩します。ご一緒にいかがですか？

日時 4月5日(火) 10:00 ~ 12:00
9:30 受付開始・検温
10:00 トップ・ワークスを出発
沼川・白鷺みち・原駅前通り
11:30 トップ・ワークスに到着(3Km程度)

お散歩から帰ったらお茶と小なお土産をご用意しております。

受付締め切り 4月4日 正午まで

散歩中のお楽しみはお待ちください。
天候や感染症等の状況により延期または中止になる場合もございます。
お車でいらっしゃる方は車送りにお伝えください。

参加ご希望の方は下記までご連絡ください。

トップ・ワークス TEL 0120-54-6166

担当: 佐々木・山崎・高橋

スタッフ一同、皆様のご参加をお待ちしております。
LIXILリフォームショップ トップ・ワークス



LIXIL リフォームショップ

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

https://www.topworks.org



免疫力アップは食事だけではできません!
リンパの流れが最も重要!!

ボディ全身 初回¥8,500
フェイシャル 初回¥3,500

詳しい内容はこちらから
LINE登録ボタンもあります

お問い合わせ
090-3682-4538
たしろみちよ まで

原町より徒歩5分
個人名の掲載所はご予約時にお伝えいたします

女性専用リンパサロン
Bijou2

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
https://hinata-sweets-2nd.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 165-4
営業時間 8:30 ~ 18:00
HP http://www.7b.biglobe.ne.jp/~satou-seed
夏野菜苗 予約受付中

出品する野菜

さつまいも・里芋・赤芽芋・あさつき
九条ねぎ・長ねぎ・春菊
菜の花・ほうれん草・ブロッコリー
水菜・白菜・白菜のとう・甘夏
にんじん・たくあん・梅干し・干物
切り干し大根・お弁当・生花・香花

開催日

3月19日・26日
4月2日・9日・16日
毎週土曜日朝8:00～

原産直市

地元の安全な野菜を売ろう
毎週土曜日朝8:00

◎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。

JAなんすん 原産直市

3月に並ぶ旬の地元野菜

原産直市の様子を『YouTube』で見ることができます！

YouTube 原産直市

原産直市生産者一同

JAなんすん 原産直市

原地域の14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時より、JAなんすん原支所の斜め向かいの駐車場にて販売しています。

皆様のご来場を心よりお待ちしております。

地産地消 地域で生産、地域で消費。

ずっとこのまちで自分らしく

やさしさを伝える技術「ユマニチュード」を知りました③

ユマニチュードでは、「見る」「話す」「触れる」「立つ」を4つの柱としてケアを考えています。特に目新しいことはないですが、介護をするご家族が「見て、話して、触れる」とき、それは「自分がやりたいことをするために」行っていることがほとんどではないですか？と提起しています。食事、着替え、入浴という動作を『作業』の動作にしてしまっは「あなたを大切に思っていますよ」というメッセージを見つければ難しいです。介護の時間を『作業』の時間ではなく、「あなたを大切に思っていますよ」というメッセージのあるコミュニケーションの『機会』として心掛けましょうと書かれています。言葉では簡単です。ただ、ハドルの高い内容だと思いましたが、実は「自分が大切だと思ふ人には無意識にやっていますよ」と例えが分かりやすかったです。紹介します。それは赤ちゃんへの対応です。誰もが無意識に、赤ちゃんの目をのぞき込んで、見つめながら「かわいいね」と話しかけ、両手でしっかり抱えます。良い関係を結びたい相手へは本当に自然な反応です。ところが、介護の場面では難しい。大切に思いたいからこそ、無意識に行っている行動を意識的に行いましょう。今までの行動を振り返り、技術として実践していく。それがユマニチュードであると書かれています。

触れる 立つ 見る 話す

触れる 立つ 見る 話す

おいしい // はらまる オススメレシピ haramaru recipe

今回は 新玉ねぎのピザ風

甘い玉ねぎとケチャップの酸味がよく合います。ぜひお試しください。

材料

新玉ねぎ 2個 ケチャップ大さじ 3
ベーコン 2枚 しめじ 1/3株 ミニトマト 5～6個
とろけるチーズ 60g パセリ少々 オイル適宜

作り方

① 1cmの厚さにスライスした新玉ねぎの両面にオイルを塗り、耐熱皿かアルミ箔に並べる。

② ベーコンは細切り、しめじはほぐす、ミニトマトは4つ割りにする。

③ ①のそれぞれにケチャップを塗り②のをのせ、チーズとパセリをかけ、トースターで10分焼いたらできあがり。

完成！

今月のショーウィンドウ This month's Show Window

今月のショーウィンドウディスプレイは「LOVE & PEACE」です。

春の光のように穏やかな日々が全世界に訪れますように…。

ホーム君、ウェルちゃんも祈ってます。

LOVE & PEACE

3・4月のお休み

3月21日(月)22日(火)28日(月)
4月 4日(月)11日(月)12日(火)
18日(月)25日(月)26日(火)

春はもうすぐ♪ヘアスタイルやヘアカラーを変えて晴れやかな気分で春を迎えましょう。
※3月・4月は変則的なお休みになります。
※お休みは変更する場合があります。

Nico hair room

〒410-0307 沼津市青野 99-5
Tel 055-950-9224
Open 9:00-19:00
Close 月曜・第3日曜 P4台あり ご予約優先

はり灸・遠絡療法

ねん えい どう

年英堂治療院

沼津市原290-6 八郎ビル1階 (西町バス停前)
定休日 日曜・祝日
受付 9:00～19:00
Tel 055-968-3155

年英堂治療院 検索

http://www.nen-ei.com/

ソフトテニス バドミントン テニス

ガット張り専門店！！

ガット張り職人の店 Shuttle-wind

シャトルウィンド

〒410-0317 沼津市石川 81-1
☎ 090-3151-6528
🕒 14:00～22:00
🏠 年中無休 📞 有り

shuttlewind@yahoo.co.jp
ホームページ https://shuttlewind.amebaownd.com

★バドミントングループレッスン承ります。(応相談)

4月の予定

日 月 火 水 木 金 土

1 10:00～18:30～
2 10:00～18:30～
3 10:00～18:30～
4 10:00～18:30～
5 10:00～18:30～
6 10:00～18:30～
7 10:00～18:30～
8 10:00～18:30～
9 10:00～18:30～
10 10:00～18:30～
11 10:00～18:30～
12 10:00～18:30～
13 10:00～18:30～
14 10:00～18:30～
15 10:00～18:30～
16 10:00～18:30～
17 10:00～18:30～
18 10:00～18:30～
19 10:00～18:30～
20 10:00～18:30～
21 10:00～18:30～
22 10:00～18:30～
23 10:00～18:30～
24 10:00～18:30～
25 10:00～18:30～
26 10:00～18:30～
27 10:00～18:30～
28 10:00～18:30～
29 10:00～18:30～
30 10:00～18:30～

お問い合わせ先 鈴木雅子

FTP ビラティスインストラクター/メンタル心理カウンセラー
沼津市大塚 241-1 東海マンナフーズ 3F 会議室
tel:090-8738-0706 mail:kenchaco.ss@docomo.ne.jp
☆スライベートレッスンやっています☆