

# サトウ種苗園

## 根古屋店

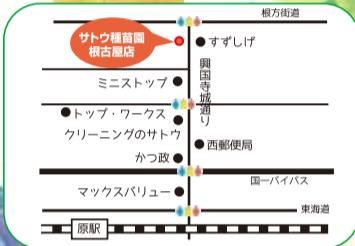
野菜種子・苗・農薬・肥料など、充実した品揃えと確かな知識を元に、アドバイスさせていただきます。ご希望の種や苗がありましたらどうぞお気軽にご相談ください。

コロナに負けるな！  
コロナのばかやろー！



病害虫の予防に  
努めましょう

〒410-0309  
沼津市根古屋165-2  
三栄ビル1階  
営業時間 8:30~18:00  
TEL 055-955-8940  
FAX 055-955-8941



## 添地店

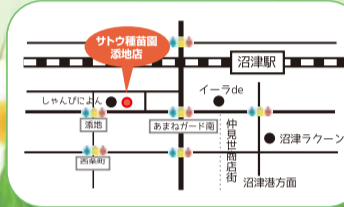
梅雨入りし、人も体調を崩しやすい季節です。植物も同様病気や虫が発生しやすいので、しっかり予防をしましょう。夏野菜の収穫後は冬野菜の準備、土の排水、通気、保水性の改良をしましょう。花は切り戻し、花がら摘みをして冬の花が出回るまで管理を！その後は野菜畑と同様、綺麗な花をイメージしながら土の整理をしましょう。

鉢もたくさん  
あります！



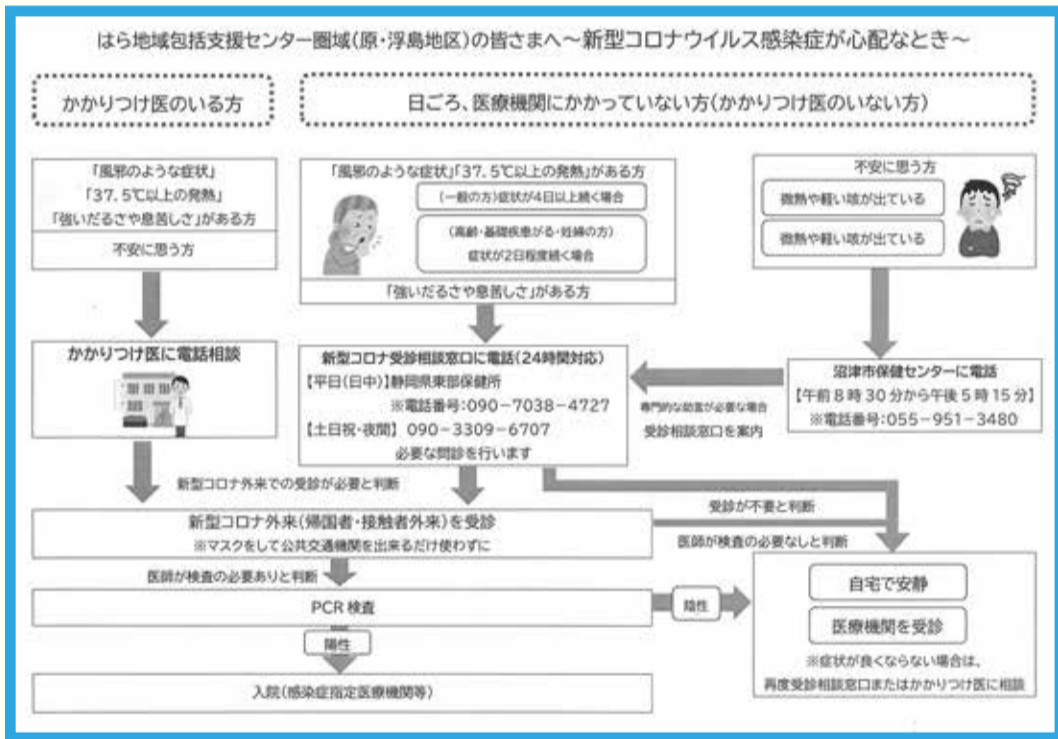
殺菌、殺虫剤  
あります！

〒410-0803  
沼津市添地町52  
営業時間 8:30~19:00  
定休日 水曜日(4月9日は休まず営業)  
TEL 0120-859-585  
TEL 055-962-4253  
FAX 055-954-0228  
HP <http://www7http://www7b.biglobe.ne.jp/~satou-seeed/>



# はらまる通信

vol.163



今年もはら包括支援センターに伺いました！  
今年も半分が終わりです。新型コロナウイルスに苦勞された方も多かったと思います。今年もはら包括支援センターにお話を伺って頂きましたので2回に分けて掲載させていただきます。コロナに関しては感染予防のスペシャリストという顔をお持ちである職員さん達もだいぶ苦勞されている様子でした。サロンなどの集まりが開けない中で、在宅で出来ることの情報発信などして、何とか利用者さんを支援し続けたとの事でした。「場」の大切さを改めて感じたそうです。頂いた情報の中で参考にして頂きたい情報がありましたのでご紹介します。百年前に世界的に流行したスペイン風邪は晩秋から第二波を発生させました。仮にそんな事態になっても、はら包括が作成して下さいました左の図の手順に添って、落ち着いて対応して頂ければ心配ないと思います。ご活用ください。

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

<http://www.topworks.org>

夏の日差し対策に最適。室内熱中症に気を付けましょう！

太陽熱83%カット！  
最短30分。スピード施工！  
スタイルシェードをつけてみた！

スタイルシェードを動画にてご紹介しています。スマートフォンカメラ機能にてQRコードを読み取り下さい。

はり灸・遠隔療法  
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

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

フランドルのアップルポテトパイ

沼津ブランド認定

紅玉とスイートポテトの甘さをおいしいパイ生地でお楽しみしました。お電話でご注文いただければ、クール宅急便にて配達も致します。

フランドル 松屋  
静岡県沼津市原346 TEL (055) 956-0206

リンパを流してお肌も身体も生き生きと！  
健康LIFEははじめませんか？

フェイシャル 初回¥3,500  
ボディ全身 初回¥8,500

他各種メニューございます

詳しくはこちら！  
お問い合わせ 田代 道代  
090-3682-4538  
Salon.bijou.2016@gmail.com

リンパテックドレナージュ 女性専用  
Bijou2  
原駅より徒歩2分

7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ピラティス始めませんか？  
まずは、お気軽に体験を。  
女性限定  
1レッスン1500円  
電話、メールまたは、LINEにてご予約ください。

お問い合わせ先 鈴木 雅子  
FTPピ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

**出品する野菜**  
 大根・ふき・ねぎ・玉ねぎ・じゃがいも  
 いんげん豆・スナップエンドウ  
 グリンピース・芋の芽・ブロッコリー  
 人参・レタス・ほうれん草・キャベツ  
 ぬか漬け・生花・干物・お弁当



◎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。

**開催日**  
 6月20日・27日  
 7月4日・11日  
 毎週土曜日朝8:00～



YouTube  
 原産直市



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。  
 安心安全の採れたて新鮮野菜を皆様に提供したい！  
 是非原の旬を味わってください。



**ずっとこのまちで自分らしく**



「わくわくしたくら」「和のあるくら」「輪のあるくら」「わいわい心が動くくら」  
 沼津朝日さんの記事で「存じの方も多いと思いますが、沼津西病院の西側に、生活介護支援事業所『わくわくしたくら』が開設されました。生活支援事業所とは、常時介護を必要とする障がい者の方が自立した日常生活や社会生活を営むことができるよう、生活能力の向上のために必要な援助を行うことを目的とした施設です。特別支援学校の教員をされていた理事長の植松久美子さんが、卒業生の受け皿となる場所を作りたいという思いで開設されました。  
 利用者さん達が主役になれるような生活を送ってほしい。普段はビーズアクセサリーなどの創作活動やウォーキングや体操を行っています。社会的な活動も行いたいと、アルミ缶潰しも行っています。アルミ缶の洗浄から行います。飲み終えた状態でも構いませんので、ご提供ご持参頂けると嬉しいです。

原に生活介護事業所『わくわくしたくら』誕生！

**おいしい // はらまる オススメレシピ haramaru recipe**

今回は  
**厚揚げのオイスター煮込み**  
 ボリューム満点のおかずです。  
 ぜひお試しください。

**材料**  
 厚揚げ1丁分 根深10cm程度 にんにく1片  
 きくらげ5～6枚 なす1本 青梗菜2株  
 小麦粉少々 塩ひとつまみ 油適宜

オイスターソース大さじ2/3 醤油大さじ2/3 片栗粉大さじ2/3  
 酒大さじ2 鶏ガラスープ1/2カップ

**作り方**  
 ① 厚揚げはお湯を回しかけ、1cm厚さに切り、根深とにんにくはみじん切り、きくらげは一口大、なすは縦に切り斜め切りにし、青梗菜は葉と茎に分け、縦に4～6割にする。  
 ② 厚揚げの切り口に小麦粉をつけて、フライパンに油を熱し、焼き色をつけ、取り出す。  
 ③ フライパンに油を加え、にんにくと根深を炒め、なす、きくらげ、青梗菜の茎、葉、塩を順に加え炒める。  
 ④ ★を混ぜて③に加え、煮立ったら厚揚げを加えて全体に味をなじませたらでき上がり。



完成!

**今月のショーウィンドウ**

今月のショーウィンドウディスプレイは、「雨も楽しく」です。  
 おうち時間が長かった分、雨の日さえも外を楽しんでいるホームくんウェルちゃんです。  
 新入生のみんなも学校を楽しんでいるのでしょうか。



ソフトテニス バドミントン テニス  
**ガット張り専門店!!**  
 シャトルウィンド  
 〒410-0312 沼津市原1175-1サンライフ丸恵マンション  
 055-968-2710  
 090-3151-6528  
 営 14:00～22:00  
 P 有 年中無休  
 http://www.shuttle-wind.jp  
 seri@shuttle-wind.jp  
 バドミントングループレッスン承ります。(要相談)  
 8月新店舗にてリニューアルオープンします!

**6・7月のお休み**  
 6月21日(日)22日(月)29日(月)  
 7月 6日(月)13日(月)19日(日)  
 20日(月)27日(月)  
 ※お休みの変更がある場合があります。  
 お問い合わせ下さい。  
 〒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

品品台湾 mayの放浪台湾雑貨店  
 7月4日-12日 会期中無休  
 AMAYADORI  
 〒410-0306 静岡県沼津市大塚69 TEL 055-967-5130  
 OPEN 12:00-18:00 CLOSE MON&TUE+臨時休業あり  
 www.amayadori.jp

ひなたぼっこ  
 〒410-0311  
 静岡県沼津市原町中3-10-9  
 tel 055-966-3117  
 http://www.hinata-sweets.com