

クルマと一緒に楽しい暮らし

ご自由にお持ちください。

さんさん

vol.46

2018 SPRING
Ibaraki Toyopet Magazine
S U N - S U N

DRIVE REPORT in HITACHINAKA

新型アルファードで 自在にクルーズ 今と昔のひたちなか



ひたちなか市

新型アルファードで 自在にクルーズ 今と昔の ひたちなか



Reporter

左から
ユウスケさん、ナミさん、
アリトモさん、ユウさん

弥生時代から続く
稲作の歴史と
人の営みに
思いを馳せて

時間とは不思議なもので、あっという間に過ぎていく日があったり、永遠に感じる日があったり。今回新型アルファードで訪れたひたちなか市の史跡やお店にも、それぞれの場所に異なるテンポの時間の流れがありました。

まずはこちら、広々とした田園風景の中にボツリ佇む「中根駅」。勝田と阿字ヶ浦を結ぶ「ひたちなか海浜鉄道湊線」の10駅の中で、最も人里離れた感のある秘境駅。田植え時期には田んぼが水鏡となって青空や走りゆく列車を映し出します。四季折々、朝夕の日の傾きで趣が変わるパノラマの景色は絶好の撮影スポットです。

この周辺は弥生時代から稲作によって栄えてきた地域で、古墳や貝塚などの史跡が多く残されています。中でも国指定史跡、前方後円墳の「虎塚古墳」は石室内部にベンガラで描かれた紅い壁画が色鮮やか。直接見ることのできる機会は春と秋の数日間に限られています(※)。「ひたちなか市埋蔵文化財調査センター」でレプリカをご覧になれます。古墳からの出土品なども展示されていますので、ぜひお立ち寄りください。「虎塚古墳」から300メートルほ



01 | ひたちなか市埋蔵文化財調査センター 虎塚古墳／十五郎穴

「虎塚古墳」外観および「十五郎穴」は常時無料で見学可能。駐車場から「虎塚古墳」まで徒歩5分、「虎塚古墳」から「十五郎穴」まで徒歩10分。通路は現地案内板を参照ください。

ひたちなか市埋蔵文化財調査センター
ひたちなか市中根 3499
① 029-276-8311 ② 9:00～17:00（入館は16:30まで）③ 月曜日（祝日の場合は翌日休）、12月28日～1月4日 ④ 無料 ⑤ 20台



02 | 国営ひたち海浜公園

開園面積200haの広大な都市公園。スイセン、チューリップなど季節により様々な花が咲き、ネモフィラ、コキアが咲き誇る姿は世界的に話題。林間アスレチック広場やバーベキュー広場などもあり、家族づれやカップルなどで賑わいます。

ひたちなか市馬渡字大沼 605-4
① 029-265-9001 ② 9:30～17:00 ③ 月曜日（祝日の場合は翌日休）、12月31日、1月1日、2月の第1火曜日からその週の金曜日まで
料 15歳以上410円、65歳以上210円、小中学生80円、6歳未満無料、20名以上の団体料金あり（H30.4.1より料金改定。詳しくはHPをご覧ください）④ 4,350台（普通車1日510円、大型車1,550円、二輪車260円）
<http://hitachikaihin.jp>

CAR INFO.

高速道路走行時の運転負担を軽減するレーントレーシングアシスト、自転車や夜間の歩行者も検知できるブリクラッシュセーフティなど、新型アルファードはさまざまなリスクに備える予防安全技術が進化しました。



1. 「十五郎穴」全体では数百基の横穴墓が存在していると考えられ、日本を代表する貴重な史跡。2. 古墳近くの広場は子ども達のかっこうの遊び場。3. 7世紀初め（約1400年前）の彩色壁画。白色粘土を塗布した上にベンガラ（酸化第二鉄）で描かれている。

※「虎塚古墳」の平成30年春の公開期間は、3月29日～4月1日、4月5日～8日の計8日間。11月の秋季公開も予定されています。時間や料金など詳しくは、市のホームページをご覧ください。

<http://www.city.hitachinaka.lg.jp/shiminkatsudo/6/1/12851.html>



「ひたちなか海浜鉄道」では各駅名をユニークな絵文字で表示。「中根駅」は「虎塚古墳」にちなんで「ほこ」と前方後円墳のデザイン。勝田と阿字ヶ浦を片道27分の乗車時間、のどかな風景と共に楽しい駅名看板も見所です。

どの距離にある「十五郎穴」は古墳時代から平安時代に作られた横穴墓群。ここから須恵器・直刀・装飾品など多くの副葬品が出土されました。クルマはセンターの駐車場をご利用のうえ、「虎塚古墳」と「十五郎穴」への見学は徒歩となります。木漏れ日の射す静かな散歩道、歩きやすい靴がお勧めです。

話題の「ひたち海浜公園」のネモフィラの見頃は4月中旬から5月下旬にかけて。「みはらしの丘」を覆いつくす可憐な青い花が空に続いているような光景は圧巻。この時期は早朝開園している日もあります。



03 | Shinc lab.

インテリアのプロとして快適な住まいや居心地の良い空間づくりをご提案。トータルコーディネートのご要望に応え、今後は価格面をクリアにしたリノベーション事業も展開予定。日常こそ幸せに。

ひたちなか市足崎 1474-4
① 029-212-8088 ② 平日11:00～18:00、土・日・祝日10:00～19:00 ③ 木曜
④ 4台 <http://shinc.co.jp/>



04 | 粉雪亭

あえて技術の必要な直火焙煎と手間のかかるサイフォンを使ったコーヒーを提供。豆は100gから販売。「腸詰屋」の手作りハム・ソーセージは常時17種類ほど揃っている。

ひたちなか市高場 5-1-10
① 029-285-8709 ② 9:00～19:00、ランチ11:00～14:00 ③ 日曜、年末年始
④ 4台 <http://blog.goo.ne.jp/kona203>



1. 中央の丸テーブルは福岡県ヒラシマ社製。テーブルのヘリがごくわずかに立ち上がり、優しい表情と使い勝手の良さにつながっている。2. 日本屈指の家具メーカーとして知られるマルニ木工やカリモクなど、人間工学に基づいたデザイン、確かな品質をラインナップ。3. 商品入替にともなうお買得品もあり。例えばこの日フリッツ・ハンセン社のセブンチェア(73,440円)はなんと30%オフ(51,408円)に。

よいモノを長く使う、
よいねいに珈琲をいれる
そんな時間の積み重ねが
生き方になっていく



CAR INFO.

ダブルウィッシュボーンリヤサスペンションの採用をはじめ、ボディ剛性のさらなる強化を実施。時代を代表するクルマにふさわしい乗り心地や操縦安定性を実現すると同時に、車内の会話を邪魔しないほどに静粛性も向上しています。



1. 写真のソーセージランチA (950円) は3種類のソーセージとパンまたはライス、スープ、サラダ、日替わりコーヒーが付きます (ケーキ付きは1,200円)。 2. キーマカレー、ビーフカレー、ハヤシライス、ナポリタンランチ (各950円)、ハンバーグランチ (1,200円) などの食事メニューも。 3. 店内直火焙煎による香ばしい風味が特徴。 4. コーヒーはすべてサイフォンで。 5. 旭川出身のマスターが雪を懐かしんでつけた名前。

「Shine Labo (シンクラボ)」は長く使える良いものだけをセレクトしたインテリアショップ。質の高い北欧および国産の家具をはじめ、気の利いた生活雑貨を揃えています。建築家でもあるオーナーからは、住まいに調和した家具選びなどの確かなアドバイスがもらえます。例えばソファのような存在感のある家具はお部屋に合ったサイズ感やカラーバランスの見極めがたいせつ。たとえ椅子一つでも吟味して体に合ったフォルムを選ぶことで格段に暮らしの質が上がるそう。流行に左右されず、ともに歳を重ねていける上質なモノを選びたい。そんなマインドのお客さまに支持され、都内や県外からのお客さまも多く、家を建てる段階から内装を含めてご相談にこられる方も多いそうです。

ランチに訪れたのは今時めずらしい直火の焙煎機で豆を煎り、サイフォンで淹れるコーヒー屋さん「粉雪亭」。「ご主人自慢のハウスブレンドはすっきりとした苦味が特徴で、奥様手作りのケーキや焼菓子に合うように仕上げています。何か軽い食事でも出しましょうと始めたソーセージランチがいつしか口コミで評判に。自慢のコーヒー豆とランチに使われている軽井沢「腸詰屋」のハム・ソーセージは持ち帰りの販売も行なっていますので、お買い物だけでもお気軽にどうぞ。



1. 3方向に開口部のある「さくら」の明るい店内。紅茶のご用意はダージリン、アッサム、ニルギリ、ディンブーラ、ヌワラエリヤ、ルフナ(350円～)など。
2. 本場台湾にならって烏龍茶には数種類のお茶けが付きます(600円～)。
3. 「さくら」は上高橋公園南側に面しています。ナギをセツとする際は公園を目的地とするが確定。4. なんとも幸運な借景、窓枠に切り取られた景色。



05 | 紅茶と烏龍茶のお店 さくら

隣接する上高場公園は桜の名所、居ながらにしてお花見が。台湾直送の烏龍茶、紅茶はポットで提供。手作りのスイーツやお食事のご用意もあります。

ひたちなか市高場 4-3-13

☎ 029-212-6166

◎夏季11:00～18:00 (LO17:30)、冬季
11:00～17:00 (LO16:30)、ランチ11:00
～14:00 ⑧日曜(第2日曜は営業。その
場合、次の水曜休)、祝日 ⑨8台

<https://sakura2015.amebaownd.com>



のんびりと
一杯分のお茶時間
今と昔、どちらの方が
一日は長いのだろう



1.「武田氏館」館内には武田氏ゆかりの資料を展示。 2.「武田氏館」の門前にて。 3.「武田氏館」は中世の武士の館を再現したもので主屋と玄関をつなぐ中門の張り出しが特徴の主殿造り（しゅでんづくり）と呼ばれる建築様式。主屋、納屋、廐（うまや）、門、板屏、堀などを配置。

CAR INFO.

スポーティさに磨きをかけたエアロボディ。フロントグリルを外側へ拡幅し、メッキモールをヘッドランプからバンパーコーナーへと張り出すようにレイアウトすることで、ワイド＆ローなスタンスを強調しました。よりいっそうダイナミックに、高級感のある堂々としたフロントフェイスへと進化。

紅茶が大好きという店主が2年前に開いたお店「さくら」では、常時6種類の紅茶と5種類の烏龍茶に加え、それぞれ季節変わりのお茶も用意されています。はじめは紅茶の専門店を考えていたそうですが、紅茶のスクールで体験した本格的な烏龍茶の淹れ方とその味わいになった。台湾にも足を運ぶようになったそう。烏龍茶は専用の茶器を用い、お湯を足してもらいながら最も味が深くなる三煎目までいただくことができます。公園に面した窓が大きな風景画のようで、ゆったりとした時間が流れています。

「さくら」から南へ6キロほど、「武田氏館」へも足を伸ばしてみませんか。かの武田信玄を輩出した甲斐武田氏のルーツは、那珂川を見下ろすここ武田台地にありました。昔の絵巻物を参考に建てられた豪族の館には資料や武具などが展示されています。

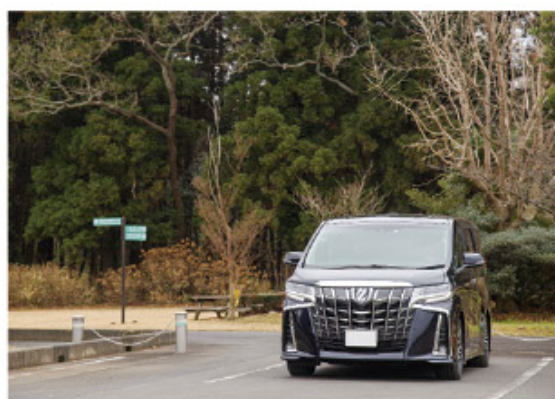
古墳時代のロマン、過去に繋がる土地の記憶、百年使うことを前提にした家具、お茶を楽しむさやかなひととき。心休まる。時間。に出会えたでしょうか？



06 | 武田氏館

武田地区は甲斐武田氏の発祥の地。これを顕彰するため往時の武士の館を再現。甲斐武田氏発祥に関する資料や甲冑・刀などの出土品を展示しています。

ひたちなか市武田 566-2
 ☎ 029-276-2525
 ⑧ 9:00～17:00（入場は16:30まで）
 ⑨ 月曜日（祝日の場合は翌日休）、12月28日～1月4日 ⑩ 無料 ⑪ 8台



◎今回の取材車

【撮影車両】
 2WD アルファード 2.5S "Cパッケージ" (7人乗り)
 車両型式: Super CVT-i DBA-AQH30W-PFXSK (C)
 ボディカラー: スパークリングブラックパールクリсталシャイン (220)
 車両本体価格 4,362,120 円★
 オプション:
 スパークリングブラックパールクリсталシャイン (220) 32,400 円
 3灯LEDヘッドランプ (ハイ・ロービーム / オートレベリング機能付) + LED クリアランスランプ (イルミネーション [デイトライト] 機能付) / LED シーケンシャルターンランプ (フロント・リヤ) / アダプティブハイビームシステム (30P) 115,560 円
 ツインムーンスルーフ (67C) 118,800 円
 MODELISTA エアロキット A (WA01) 285,120 円
 合計価格 4,914,000 円

アルファード車両本体価格帯
 3,354,480 円★ (2WD 2.5X (8人乗り・ガソリン車))
 ~7,508,160 円★ (E-Four 2.5E Executive Lounge S (7人乗り・ハイブリッド車))

★車両に関する注意事項は裏表紙をご覧ください。





いばらき
グルメ
ファイル
IBARAKI GOURMET FILE

[写真A]



手打ちラーメン 藤屋

古河市小堤2010-1

① 0280-98-3912

② 11:30～14:30、17:00～20:00

(夜は、土・日・祝日のみ営業)

③ 月曜(祝日の場合は翌日休) ④ 10台

MENU

手打藤屋中華そば【写真A】	850円
手打ち中華そば	650円
生薑ラーメン	750円
手打チャーシューメン	900円
ラーメンセット	1,050円



店舗隣りの製麺室で、毎朝手づくりする自家製麺。午前のは100食ほどで、夜営業がある時は午後にも仕込みます。毎日の手間ひまかけた作業が至高の味を生み出します。今は、藤一さんの指導の下で奥様が打ちをすることが多いそう。

File:89 | 古河市 |

手打ちラーメン 藤屋

「手打藤屋中華そば」850円

中国人から伝授された手打ち麺

また食べなくなる、後を引く極上的一杯



店主の須藤藤一さん(中央)、奥様と。

私が推薦
しました!

推薦人:
田上 晃司 古河東牛谷店

透明感のある麺は、手打ちならではの滑らかさと弾力が絶妙です。一度食べると、不思議とまた食べたくなります。昼はほぼ満席なので、時間をずらして来ることが多いです。



綿のような弾力と軟らかさ、茹で上げてはツヤ、コシがあり、食べては歯あたりを感じ、のど越しがいい。うまい麺の条件がすべてそろった手打ちラーメンが堪能できます。ここは、広東省生まれの中国人から手ほどきを受けた店主・須藤藤一さんが昭和27年に開いた店。徐々に口コミで評判が広まり、極上の一杯を求めて遠方からの客も多く、昼は満席、行列のできる店となりました。

須藤さんの手打ち作法は、ブレンドした粉に卵黄、塩を練り込んだ生地を数時間寝かせ、孟宗竹で上下、左右にリズムをつけて動かして伸ばしていきます。その後、麺棒で厚さ2、3ミリほどの麺生地仕上げ、包丁を入れるという行程。「機械では圧力で小麦粉の粒子を潰してしまい、弾力や滑らかさは生まれません。手打ちならではの微妙な加減がおいしさを作ります」と須藤さん。

大鍋の中で、短時間でサッと茹でた麺は、澄んだ薄めの醤油色の清湯スープの中で黄金色に輝き、口に運べばツルンとしたのど越しに、思わず「うまい!」と唸らせる魅力を秘めているのです。



寿司と季節料理 しなのめ
 那珂市竹ノ内4-18-7
 ☎ 029-298-8965
 営業 11:00～14:00、17:00～22:00
 休 月曜 (祝日の場合翌日休) ② 19台 (店舗
 後ろ 12台含)
<http://www.shinonome.tv>

MENU

おすすめにぎり寿司【写真B下】
 (味噌汁付き) 2,450円
 竹定食【写真C】(天ぷら、うなぎ、白飯、味噌汁、小鉢、
 おしんこ) 2,660円
 おまかせ太巻き 3,500円
 上にぎり 1,730円
 天井上 1,950円



落ち着いた雰囲気の内装は、カウンター6席、座敷12席、個室3部屋(宴会は25人まで対応可)を配しています。歡送会やお祝いごとに応じた料理も提供。ランチの寿司と定食に、ミニ茶わん蒸しとコーヒーが付き(平日のみ)。

File:90 | 那珂市 |

寿司と季節料理 しなのめ

「おすすめにぎり寿司」2,450円

木の温もりを感じるシックな空間
 天然ものにこだわるネタに職人技が光る

推薦人:
 松岡 康秀 アートタワー水戸店

店主の山田さんと知り合ったのは、共通の趣味の釣りを通じてでした。山田さん夫妻の親しみ深い人柄と、居心地のいい落ち着いた雰囲気がいっぱい。どのネタも新鮮においしいです。



店主の山田さん(左から2番目)、奥様、息子さん。

私が推薦
 しました!

静かに流れるジャズ、柔らかな間接照明が、居心地のいい空間を演出しています。店内は銘酒が並ぶカウンター、座敷、個室を備え、一人でも、家族や友人と一緒に、また、宴会など様々なシチュエーションに対応しています。

寿司職人として研鑽を積んだ店主・山田敏和さんが握る寿司は、質のいいネタを揃え、その持ち味を徹底的に引き出しています。東京・築地から仕入れる魚介を中心に全国から珍しい素材を集め、それぞれに丁寧に仕込み、江戸前の技法に自らの感性と工夫を加えます。「その日に入る食材でその日のメニュー

内容が決まります。食べたことのない珍しいものを提供したいです。気軽に足を運んでください」と山田さん。寿司のほか、うなぎ、既製のものを一切使わない季節のコース料理も人気です。

夜は照明を落とし、大人の雰囲気。日本酒や焼酎など、料理に見合う銘酒を用意。店名は、日が昇る寸前を指す言葉から。初心を忘れずに、という意味を込めた話す山田さんの料理と向き合う真剣さが伝わってきます。

春に向けてのクルマの準備

春本番、段々と暖かくなってまいりました。

今シーズンの冬は雪が降ることや路面が凍結する日が多く、冬タイヤを装着された方が多かったかと思います。

冬タイヤの性能を維持するためにも夏タイヤへの履き替えはしっかり行いましょう！

LESSON 01.

シーズン外に冬タイヤを使用すると…

冬タイヤを冬以外のシーズンに使用することは、愛車の性能を発揮できない状態になるばかりか、タイヤそのものの寿命を縮めることとなります。

① 燃費が悪化する

冬タイヤは夏タイヤに比べて摩擦力が低く路面から受ける抵抗が大きいため、燃費の悪化につながります。



② ブレーキの効きが悪くなる

冬タイヤはゴムが柔らかいため、乾いた路面ではブレーキ時にタイヤが変形して、ブレーキ性能が低下します。同様に雨天走行時に水をかきだす溝が変形し、ハイドロプレーニング現象※1を起こしやすくなります。

※1 自動車の水が溜まった路面などを走行中に、タイヤと路面の間に水が入り込み、自動車が水の上を滑るようになりハンドルやブレーキが利かなくなる現象。



③ ハンドリングが悪くなる

ゴムが柔らかいことは、ハンドリングの悪化にもつながります。普段と同じように走行してもタイヤが変形し、想像よりも大回りしてしまうことや滑ることがあります。



④ タイヤの寿命が短くなる

冬タイヤは冷寒時でも柔らかさを保つように作られています。そのため、冬以外のシーズンに使用すると、さらに柔らかくなり、タイヤの摩耗が早くなります。また、紫外線を常に受けることによりゴムの硬化が早まり、タイヤとしての寿命は著しく低下します。



気象庁の季節予報などを確認しながら、夏タイヤへ履き替えられることを推奨いたします。

LESSON 02.

タイヤの保管について



タイヤは紫外線や水分、空気圧などによって劣化してしまいます。タイヤの空気圧は、車両重量や荷重がかかっても十分に耐えられるようかなりの内圧がかかっています。そのまま取り外して保管すると、内圧でゴムに負担がかかり、劣化やひび割れがより進んでしまうのです。ですから、タイヤを保管する際は、空気を抜くことで、ゴムに負担をかけず、劣化やひび割れを抑制することが大切です。履き替え後のタイヤは雨にさらされない冷暗な場所で空気を抜いて保管しましょう。

タイヤの保管にお困りの方には…「タイヤお預かりサービス」がおすすめです。

専用倉庫で大切なタイヤを安心管理。付け替え時期にはスタッフからご連絡いたします。

さらに付け替え時に空気圧を無料チェック※2。タイヤの状態もご報告いたしますので、安心して付け替えいただけます。

■保管料金(1回・1台分(4本))

【税込価格】

～14インチ	15・16インチ	17～20インチ
7,560円	9,180円	10,800円

●冬または夏タイヤを1回お預かりする料金となります。 ●お預かり期間は最長で10ヶ月間となります。 ●お預かりできないタイヤ・ホイールがございます。詳しくは店舗スタッフまでお問い合わせください。 ※2 タイヤ履き替えには別途費用(2,160円)がかかります。



すべての方に移動する自由を!!

トヨタウェルキャブシリーズ



ALPHARD アルファード

サイドリフトアップチルトシート装着者

セカンドシートを回転して、車外へスライドダウン&チルト。
立ち上がりや着座をやすくサポートします。



Porte

ポルテ

助手席リフトアップシート+
車いす用収納装置
(電動式)Bタイプ



PRIUS PHV

プリウス PHV

助手席回転チルトシート車



AQUA

アクア

フレンドマチック
取付用専用車
タイプⅢ/タイプⅣ



SIENTA

シエンタ

車いす仕様車タイプⅡ



■車いすは装備に含まれません。 ■オプション装着車。

茨城トヨペット つくば西大橋店 Welcab ウェルキャブステーション

ウェルキャブステーションでは、
ウェルキャブ車両の常設展示や専門スタッフによる
適切なアドバイスを行っています。
ぜひ、茨城トヨペットつくば西大橋店にご相談ください。



1

バリアフリー
店舗設計

2

ウェルキャブコンサルタント
(専門スタッフ) 在籍

3

ウェルキャブ(福祉車両)の
常設展示

「ウェルキャブ」とは、トヨタの福祉車両のこと。「Welfare (福祉)」「Well (健康)」「Welcome (温かく迎える)」と「Cabin (客室)」を掛け合わせてつくられた名称で、「すべての人に移動する自由を」をコンセプトに、身体の不自由な方はもちろん、介助する方にとっても「快適で安全」に乗れるよう、開発されたクルマです。

福祉車両の機能を体感したい、持っている車いすが干渉せずに積めるか確かめたいなど、お気軽にお声がけください。

重力に身をまかせて 心とカラダを癒す フィットネスです。

久光 亜矢子 さん「目立市在住」

「健康志向」というキーワードが、すっかり定着してきて、誰もが自分なりに、スポーツやジョギング、ウォーキングなど何かしら「身体のためにいいこと」を実践したり、心がけたりして暮らしています。でも、仕事や日々の多忙な生活に追われ、運動をすること自体に精神的な負担を感じることもあります。身体の健康を保つためには、精神的なケアも重要だと認識されてきた昨今、ストレスフリーの新しいエクササイズが注目されています。



無理なく、楽しく体幹を鍛え
身体のメンテナンスも自分でできる。

このフィットネスの特徴は、何と言っても天井から吊り下げたハンモックを使用して行うことです。「ハリソン・アンティグラビティハンモック」といって、サーカスなどのエンターテイメントでも採用されているエアリアルシルクが使われていて、450キロ以上の重さにも耐えられます。このハンモックを利用してぶら下がったり、あるいは逆さまになったりという様々なメソッドを組み合わせ、重力から自分自身が解放されたような開放感に身を委ねることができ、のが大きな魅力。「アンティグラビティ（反重力）」という名称が付いているのは、いつもは負荷となる重力に逆らわず受け入れることで、心身の気持ちのいい変化を楽しめるからなのです。

反重力フィットネスの良さは、ハンモックを使うことで身体に負担をかけずにトレーニングができ、体幹を鍛えられると同時に、疲労や腰痛などのメンテナンスや内臓器官のリフレッシュなどができることです。75分の基本レッスンの中では、ハンモックに包まれて「まゆ」のようになったり、宙吊りになったり、あるいは人が一番安らげるという。お母さんのお腹の中にいる赤ちゃんのポーズをしたりと多彩なメニューを組み込みながら構成します。レッスン中に癒されるような景色が見えたとか、何か心が満たされて思わず泣いてしまった、などという人もいます。ヨガやフィットネス、あるいはパフォーマンスの要素も併せ持つアンティグラビティが、「体と心のメンテナンス」になるフィットネスだということを多くの皆さま



アンティグラビティ・フィットネスは、1991年にニューヨークで考案され、今や世界60ヶ国以上で親しまれている。重力を利用するフィットネスなので無理なく楽しめ、幅広い年齢層の人々が長く続けられることも人気の理由だ。

んに体験していただけたら嬉しいですね。

ダンスを通じ、様々な経験の後に
たどり着いたのがこのフィットネス。

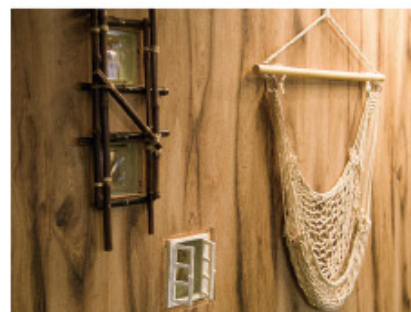
3歳の頃からクラシックバレエを習い始めた私は、中学生になって新体操を、高校時代にはジャズダンス、タップダンスを。さらにもっと踊りを追求したくて専門学校に入學し、クラシックバレエにジャズダンス、シアターダンス、ストリートダンス、タップダンスなどたくさんの先生に師事してダンスひと筋に歩んできました。

ダンスのインストラクターや新体操のコーチなども行ってきた私がこのアンティグラビティ・フィットネスを知ったのは2014年。思い描いていたフィットネスとの出会いだと感じました。幼い頃からダ

ンスをやってききましたが、振り返ればただがむしゃらに足を上げ、筋肉を酷使して踊ってきたと思います。でも、このアンティグラビティによって無理なくインナーマッスルが鍛えられると、さらに可動域も広がり、美しいパフォーマンスの表現ができるようになったと感じます。昔は、整体やマッサージなどの常連でしたが、今は自分の体と自然に向き合うことができるので、ハンモックを使って自分でメンテナンスもできるし、持病だと思っていた偏頭痛からもう一つの間に解放されました。逆さまになると、背骨や骨盤の調整ができ、血流も良くなります。何よりも、何とも言えない幸せ感に包まれるんです。「もうそんなに頑張らなくていいんですよ」と。私は自分が実感したこの感覚を一人でも多くの方にシェアして幸せになってもいい。そんな気持ちです。

久光 亜矢子(ひさみつ あやこ) Studio Being 代表。ハリソンハンモックを使い、ヨガ・リストラティブ・バレエ・ピラティス・ダンスプログラムなどを行うアンティグラビティ・フィットネスを指導。小学5年・2年・1年の3児の母でもある。音楽が好きで、ライブに行くのも楽しみの1つ。

取材協力：Studio Being <http://studio-being.com> Tel.070-5564-1018
Studio Being Hitachi：日立市森山町 2-1-42 アジマビル 1F / Studio Being Mito：水戸市南町 3-3-21 第一ビル 2F



小幡山七福神をたずねて 巻

小幡山七福神

「布袋尊」

七福神の中でただ一人、実在した人物と言われています。

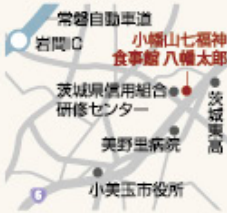
特徴としては、大きな太鼓腹に半裸で、杖と大きな布の袋を担いでいます。常に笑みを浮かべ、人を見れば物を乞う、浮浪者のような生活を送っていたと言われます。その袋の中には日常生活の道具などが入っており、施しをうけたものも全て袋の中に放り込んだとされ、また袋の中に蓄えた財宝で貧しい人々を助けたとも伝えられています。

雪の上で寝ても濡れることがなく、吉凶の占いもよくあたったとされます。雨の中を濡れ草履で

走り、晴れの日には木靴で歩きまわり、また多くの子供を連れていたなどとも言われているようです。この奇妙な風体と奇行の主ですが、その生前から衆生を救う「弥勒菩薩」の化身と見られていました。また、大きな布の袋とふくよかな笑顔が大黒天と結びついた、あるいは悠々自適にして楽天的な生き方が至福の象徴として受け入れられていたようです。その福々しい容姿、容貌から福德円満の神として信仰されてきました。



食事処 八幡太郎
駐車場敷地内の「八幡太郎」は、ゆったりとくつろげる食事処。美味しさとおもてなしの心でお出迎え。東茨城郡茨城町小幡 702
①029-292-1600



松見公園

茨城県つくば市天久保1-4
①029-851-5705
●展望塔9:00～17:00
●第2・第4月曜、12月29日～1月3日
●53台(有料)

園内は四季折々の風景を映し出し、春には桜を愛でる人たちが賑わいます。

筑波大学やJAXAなどの研究・教育機関をはじめ、民間の企業などが立地する筑波研究学園都市。その中心部に位置する松見公園は、1976年に開設された広大な敷地を有する自然公園です。園内には公園のシンボルにもなっている高さ45メートルの展望塔が設置されており、塔を上ると筑波研究学園都市から筑波山まで360度のパノラマの景色が目に入り、見晴らしが抜群です。また、大きな池と日本庭園、芝生の広場もあり、ゆとりとくつろぐことができ、ピクニックやスポーツを楽しむことができます。池には鳥たちが羽を休め、鯉が悠々と泳いでいます。日本庭園を眺めながら池の周りを歩けるよう整備されていて、池に流れ込む小川と滝の心地いい水の音に耳を澄ましなが、散策が楽しめます。さらに、大小の滑り台やブランコ、丸太のアスレチックなどの遊具もあり、さまざまな年齢の子どもたちが遊べる場としてファミリー層にも人気です。

研究・教育機関が集積する近代都市
展望塔がシンボルの緑豊かな公園では
春は桜を愛でる人で賑わう

四十四
松見公園と
筑波研究学園都市

茨城観光百選

つくば市

Service Network

いつも、どこでも皆様のお近くにいます。

茨城トヨペット【サービスネット】



石岡東大橋店
石岡市石岡2930
TEL.0299-23-2291

アートタワー水戸店
水戸市東町2-4-1
TEL.029-226-9311

土浦並木店
土浦市土浦1468
TEL.029-862-3111

笠間大島店
笠間市飯合100-1
TEL.0296-74-4511

ひたちなか昭和通り店
ひたちなか市中根888-1
TEL.029-272-5671

大宮バイパス店
常陸大宮市東517-6
TEL.0295-52-1171

日立森山店
日立市森山町5-1-8
TEL.0294-52-6306

大津港店
北茨城市関南町神田下339-1
TEL.0293-46-5551

つくば東大通り店
つくば市東水745-2
TEL.029-852-3234

小川野田店
小美玉市川戸1353
TEL.0299-58-2831

水戸千波店
水戸市千波町208-1
TEL.029-241-1121

笠間運動公園店
ひたちなか市佐和2335-7
TEL.029-285-4111

太子バイパス店
久慈郡太子町池田1312-2
TEL.0295-72-5871

日立田尻店
日立市田尻町4-36-1
TEL.0294-42-9611

さんさん

「さんさん」には、毎々と輝く太陽の下で楽しむドライブのように、いつも明るく快適なカーライフを送ってほしいという想いが込められています。休日(=日曜日、英語で「SUNDAY」)のドライブを楽しくしてくれる情報誌を目指していきます。

○応募方法

本誌付のはがき(切手不要)、または、官製のはがきにて、住所・氏名・生年月日・電話番号・職業・アンケートへのご回答(下記)・ご希望のプレゼントをご明記の上、ご応募ください。

○アンケート内容

- ①本誌へのご感想・ご意見
- ②「快適ドライブレポート」で取り上げてほしいスポットや地域
- ③本誌のお気に入り誌面・コーナー
- ④茨城トヨペット取扱い新車カタログ希望
- ⑤茨城トヨペットへのご要望

○応募締切

2018年6月30日消印有効

○あて先は

〒310-0851
水戸市千波町2028-1
茨城トヨペット 営業支援部
「さんさん」編集部

当選の発表は、抽選の上、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

ご応募された方の個人情報、プライバシー保護を遵守し、収集させていただきます。お客様情報は、お客様との取引上での責任を果たすこと以外では使用しません。

なお、賞品発送などの都合上、プレゼント当選者のご連絡先は賞品提供元へ報告させていただく場合がございますので、予めご了承ください。

PRESENT

プレゼントのお知らせ

本誌「さんさん」では、毎回読者の皆様へ豪華プレゼントをご用意しております。折込はがきの必要事項(アンケートを含む)をご記入の上、お気軽にご応募ください。(切手不要)

Shinc lab. [P.4]

白樺のムーミン立体パズル3種セット

3名様



白樺で作られたパズルを組み立てれば可愛らしいムーミンの出来上がり。リトルミーツとスナフキンもセットにしました。作って楽しい飾ってうれしい、そこはもうムーミン谷の世界。

紅茶と烏龍茶のお店 さくら [P.6]

紅茶と烏龍茶(各50g)のセット

2名様



香り高い紅茶と台湾直送の烏龍茶をセットにして、おいしいお茶をいれるコップは、お湯の温度と蒸らす時間、ゆったりと癒しのティータイムで気分をリフレッシュ。

手打ちラーメン 藤屋 [P.8]

2,000円分お食事券

3名様



茨城トヨペットスタッフいちおしの味をあなたに! お食事券2,000円分を3名様にプレゼントします。

粉雪亭 [P.4]

ソーセージ(2種)とコーヒー(200g)のセット

2名様



粉雪亭の焙煎したの香り高いブレンドコーヒー豆と軽井沢「藤屋」のソーセージをセットにして、スープやサラダを添えて、おうちでも粉雪亭人気のランチをお楽しみください。

Studio Being [P.12]

無料体験(75分)チケット

2名様



ハンモックを使ったストレスフリーのエクササイズ「アンティグラビティ・フィットネス」が体験できる無料チケットを2名の方に。水戸・日立のスタジオでご利用いただけます。男性歓迎。

寿司と季節料理 しのめ [P.9]

2,000円分お食事券

3名様



茨城トヨペットスタッフいちおしの味をあなたに! お食事券2,000円分を3名様にプレゼントします。

★掲載されている情報は、2018年3月1日時点のもので、取材先の都合等により、料金等が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

守谷松並店 守谷市松並2000-42 TEL.0297-46-3511 	常総石下店 常総市石下1648-1 TEL.0297-42-0567 	古河東牛舎店 古河市東牛舎492-5 TEL.0280-98-0500 	潮来店 潮来市上戸304-1 TEL.0299-64-6010 	ひたち野うしく店 牛久市ひたち野1-24-4 TEL.029-871-4381 	つくば学園の森店 つくば市学園の森3-7-1 TEL.029-856-7211
坂東店 坂東市近田1402-73 TEL.0297-36-0567 	南ヶ崎出山店 南ヶ崎町出山79 TEL.0297-62-7831 	牛久南店 牛久市牛久南822 TEL.029-873-3936 	江戸崎店 江戸市江戸崎甲2561-1 TEL.0299-892-5671 	神栖店 P1P1 神栖市神栖3-3-8 TEL.0299-92-5420 	つくば西大橋店 P1P1 つくば市西大橋648-3 TEL.029-858-2830
常総中裏店 常総市中裏248 TEL.0297-22-2111 	6号取手店 P1P1 取手市井野台4-1-1 TEL.0297-74-8111 	下妻店 下妻市下妻661 TEL.0296-43-3706 	筑西神分店 P1P1 筑西市神分393-1 TEL.0296-24-5311 	神栖知手店 神栖市知手3106-19 TEL.0299-95-1121 	土浦荒川沖店 土浦市荒川沖471-1 TEL.029-842-1234

豊富なラインナップの茨城トヨペットで
"あなたにピッタリ"が必ず見つかる！



HIACE

TOYOACE

SUCCEED

★茨城トヨペット全店で試乗できます。 H：ハイブリッド車 G：ガソリン車 PHV：プラグインハイブリッド車 FCV：燃料電池車 HL：ハイブリッド車（LPG）
★一部店舗で試乗できます。お電話にてご確認ください。
※ボディカラー、グレードなどは店舗により異なります。また、都合により試乗車をご用意できない場合がございます。お近くの茨城トヨペットにお電話にてご確認ください。
★車両に関する注意事項 ■表示価格は全て消費税込みの価格です。 ■価格はパンク修理キットまたはスペアタイヤ（応急用）、タイヤ交換用工具付の価格です。スペアタイヤ（応急用）を選択された場合は、有料オプションとなる場合がございます。車種・グレードによって異なりますので、詳しくは店頭スタッフまでお問い合わせください。 ■価格には保険料・税金（消費税を除く）・自動車リサイクル料金・その他登録等に伴う費用等は含まれておりません。 ■ボディカラーおよび内装色は撮影、印刷インキの関係で実際の色とは異なって見えることがあります。 ※掲載されている写真や仕様等については予告なく変更する場合がございます。価格等、その他詳細については店頭スタッフまたは茨城トヨペットのホームページをご覧ください。（2018年3月15日現在）



本社 水戸市千波町2028-1 TEL.029-241-1111
お客相談フリーダイヤル 0120-309567
受付時間／AM9:30～PM5:30（土・日・祝日は～PM6:00）
※この番号は本社（水戸）に通じます。車検・整備等はお店にお電話ください。
※弊社は月曜定休日と基本としておりますが、不規則でお休みを頂く場合もございます。定休日の詳細はホームページをご覧ください。
http://www.ibaraki-toyopet.co.jp/
フェイスブック・インスタグラムも更新中！
「茨城トヨペット」で検索

「さんさん」バックナンバーは
ホームページでご覧いただけます！
→

街とつながる、あなたとつながる。
GreenLife 応援活動