

<p>あなたのイベントを伊勢丹で開催しませんか?</p> <p>静岡伊勢丹コリドーワジ</p> <p>37スクエア</p> <p>利用者募集中!</p> <p>37スクエアとは?</p> <p>富士山が見えるイベントスペースで販売会や作品展示、ワークショップ、ヨガ等の体験会などさまざまな用途でご利用いただけます!</p>	<p>【市制記念日】</p> <p>1 友引</p> <p>富士市表彰式典(ロゼンアター) 千人塚古墳整備完成記念イベント 富士市産業まつり(加工フェア(中央公園) ~2日 / 新浜の金屋神社祭典</p>
<p>【十三夜】</p> <p>2 先負</p> <p>富士市表彰式典(ロゼンアター) 千人塚古墳整備完成記念イベント 富士市産業まつり(加工フェア(中央公園) ~2日 / 新浜の金屋神社祭典</p>	<p>【文化の日】</p> <p>3 仏滅</p> <p>富士市表彰式典(ロゼンアター) 千人塚古墳整備完成記念イベント 富士市産業まつり(加工フェア(中央公園) ~2日 / 新浜の金屋神社祭典</p>
<p>【立冬】</p> <p>7 友引</p> <p>富士市表彰式典(ロゼンアター) 千人塚古墳整備完成記念イベント 富士市産業まつり(加工フェア(中央公園) ~2日 / 新浜の金屋神社祭典</p>	<p>8 先負</p> <p>富士市表彰式典(ロゼンアター) 千人塚古墳整備完成記念イベント 富士市産業まつり(加工フェア(中央公園) ~2日 / 新浜の金屋神社祭典</p>
<p>9 仏滅</p> <p>10 大安</p>	<p>11 赤口</p> <p>12 先勝</p>
<p>13 友引</p> <p>14 先負</p>	<p>15 仏滅</p> <p>16 大安</p>
<p>17 赤口</p> <p>18 先勝</p>	<p>19 友引</p> <p>20 仏滅</p>
<p>21 大安</p> <p>22 赤口</p>	<p>23/30 先勝/友引</p> <p>23 23(勤労感謝の日)</p> <p>23-30 23-30</p> <p>30</p>
<p>24 友引</p> <p>25 先負</p>	<p>26 仏滅</p> <p>27 大安</p>
<p>28 赤口</p> <p>29 先勝</p>	<p>30 先勝</p>

【場所記号】●市役所 ■消防防災庁舎 ★フィランセ 情報提供元: 富士市総務部シティプロモーション課 ※イベント等を中止・変更等をする場合があります。

ぶらりっと。

11月号 November 2025 No.157 TAKE FREE

新聞販売店が創る地元を好きになる地域密着マガジン

ぶらり旅 富士山の恵みを感じる秋散歩

静岡県富士山世界遺産センター 周辺を歩こう

特集 忘年会2025

特集 栗スイーツ4選

紙面に載せきれない情報も発信中!!

チェックしてにゃん

59円と、515円を55から

QRコード

撮影協力: パティスリー&カフェ マクレガー

NEW OPEN 富士市周辺の新店情報

新しくOPENしたお店や、リニューアルOPENしたお店をご紹介します! まだ行っていない方は是非この機会に足を運んでみてください!

webでは新店舗情報随時更新しています

2025年8月24日 OPEN!!

和の趣がある「イタリアン料理」特別な時間を過ごせるビストロ

お蕎麦屋さんがイタリアンに業務転換しました。和風とイタリアンの融合が新感覚。目にも美しい料理が楽しめます。

わしゅ 和趣 ビストロ・フェリーチェ

富士市松岡1623-2 松岡ビル

2025年9月8日 OPEN!!

富士駅北口近く! 魚介の旨さに舌鼓♪ゆったり過ごせる居酒屋

コブクロだいき店主がコブクロ結成にあわせてオープン。女性ひとりでも気軽に立ち寄れる優しいお店です!

あおあお 奮闘

富士市本町6-7 富士駅前ビル 2F

2025年9月15日 OPEN!!

富士山の恵みを受けた【富士山抹茶】の美しい味わい

富士山のふもとで育てた有機抹茶。その繊細な香りと深い旨みがゆったりと感じられる癒されるカフェです。

富士山抹茶カフェ Matcha EmiNence

富士市久沢848-1 (田子の月商店内)

2025年9月24日 OPEN!!

癒しの時間でホットひといき。完全予約制の温活ケアサロン

よもぎ蒸し、リンパマッサージ、足相診断、人にはいにくい相談までも。心も身体もあたたまるサロンです。

おんかつ 温活ケアサロンkiyoka

富士市冠田島9-53 2F

WHALE MARCHE 第1回 くじらマルシェ

入場無料

食べて、整えて、キレイになる。秋色に染まるマルシェ。

詳しくはWEBを

11.16 SUN 9:00 - 18:00

会場: ホール青葉町 富士市青葉町305

お問い合わせ: デジタルビルディング ☎ 0120-833-066

- Pilates KASANE 富士店
- 花びせん
- だるおもスツクリ! ロミロミ専門店 Lakiluana(ほくし)
- BEYOND 富士店
- リラクスハート(耳つぼジュエリー)
- Rupie(巻き爪、踵のケア)
- IRIE(ハンドマッサージ)
- チャンピオンオリゴ(健康食品)
- Luana cafe(アサイーボウル)
- 富士山抹茶 Matcha EmiNence(抹茶)
- 富士整形外科病院(鍼灸とリハビリ)
- 川奈スタンドグラス美術館 カフェラ・ウィータ(クッキー)
- か〜たんがれ〜(スパイスカレー)

お店選びにお役立ち!

忘年会2025

2025年も残り約2ヶ月。この1年の労をねぎらって、忘年会をしませんか?各店のイチオシメニューとお酒もご紹介。
「食べたい・呑みたい!」と思ったら、ご予約を♪素敵なひとときが過ごせますように。 ※表示価格は税込みです。



歴史薫る空間で楽しむ特別な忘年会

BAR x KAPPOU みかん (旧加藤酒店)

富士駅近く、国指定有形文化財の建物を活かした「BAR x KAPPOU みかん」。割烹の技をベースに、旬食材を彩る創作和食と、バーテンダーが手がけるカクテルが魅力です。雰囲気抜群のレトロな空間の中、特別なひとときを皆で過ごしてみませんか。



富士市本町10-21 Tel.0545-61-0023 営/ランチタイム11:30~14:00、ディナータイム17:00~21:00、パーティタイム21:00~24:00 休/日の夜・月【12/31おせち販売のみ、1/5より営/3.4夜営】 駐/なし 【2階は30名様までご利用可能】

おすすめ
【みかんの忘年会】5名様より
●おまかせ懐石コース
5,500円、8,800円
(お通し/前菜/刺身/焼き物/肉料理/鍋) ※仕入れによって料理は変わります。
●飲み放題(2時間) 3,300円~
【大気!おせち販売あり!】
12/31に店舗前にて販売!!



厚切りなのに驚くほど柔らかい! 玉起園の名物上タン塩

YAKINIKU TAMAKIEN 焼肉 玉起園 (たまきえん)

玉起園の名物【上タン塩 厚切り】は、想定外の柔らかさと、ジューシーな味わいで、これまでのタンの概念を覆す一品。こちらが含まれた宴会コースは特に人気です!パに人気のテールラーメンもおいしいですよ! ※品切れする場合があります。



富士市森島102-2 Tel.0545-63-2316 営/17:00~23:00(La.22:15) 休/火曜日(時々営業) 駐/あり(30台)

おすすめ
【玉起園のコース料理】
※4名様より
3,000~7,000円
※コース料理はご予算でご相談もできます。
【2時間飲み放題】
※8名様より
2,000円、2,500円
忘年会のご予約はお早め!!



新登場! 名物うなぎの「ひつまぶしコース」で締める忘年会。

鰻和屋 まさご

土佐備長炭で香ばしく焼き上げたうなぎをたっぷりご飯にのせた「ひつまぶし」が主役! 人気のうなぎに、お造りや天ぷらがついた宴会限定の特別コースが初登場。Pのお酒漬まで楽しめる、「まさごならで」のごちそう忘年会をどうぞ。



富士市浅間本町7-10 Tel.0545-52-5591 営/11:00~(La.14:00) 17:00~(La.20:30) 休/年中無休(元旦はお休み) 駐/あり

おすすめ
鰻を蒸さずに焼き上げる「地焼き」で仕上げたひつまぶし
【鰻 舞ひつまぶしコース】
季節の小鉢・刺身二点盛り・天ぷら・茶碗蒸し・名物ひつまぶし・赤だし・漬物・デザート
4,950円(税込)



新鮮な生肉の旨味を味わう至福肉寿司と鉄板焼きで彩る特別な宴

鉄板焼き ちお坊 (ちおぼう)

牛や鶏肉など、新鮮な生肉ならではのやわらかい口当たりと旨味を、ダイレクトに味わえる肉寿司(肉寿司は6,000円コース)。他にも元洋食シェフが創り出す鉄板焼き等のコース料理は、宴の場を更に愉しむ時間に演出します。



富士市横前2-2-27 Tel.0545-60-0515 営/17:00~Lo.22:30 週末24:00まで 休/月曜日 駐/あり(14台)

おすすめ
【ちお坊の宴会コース】
※4名様より
5,000円/飲み放題90分付き
5,500円/飲み放題120分付き
6,000円/飲み放題120分付き
前菜3点/揚げ物/刺し盛り/メイン料理(6,000円は+肉寿司が付きまます。) ※コースプランはご予約でご相談できます。



歓送迎会少人数から大人数予約受付中! 宴会や各種イベントなどの貸切も大好評!

富士山横丁 (ふじさんまごちよう)

うまい食事・お酒を飲み歩きできる「食」×「酒」の集休施設富士山横丁。2階はゆったりイタリアン、1階はわいわい焼き鳥居酒屋の集合体。2階の本格ナポリピザが1階へデリバリー可能に! 1階には韓国の鍋料理カムジャン専門店がOPENしました!



富士宮市三園平212 Tel.0544-23-6000(タグーチェ) 1F 0544-66-5025 休/水曜日・第1、3火曜日 駐/33台 営/2F11:30~14:00、17:30~22:00 (1F)月・火・木・日17:30~22:00 全・土・祝前日: 17:30~23:00

おすすめ
【忘年会プラン(価格は税込)】
1階の全店席から選りすぐりのメニューをピックアップ。
■おきがる横丁プラン4,500円
■デラックス横丁プラン5,500円
※120分飲み放題付き
※2名様以上で予約可能
※各階20名様以上・全棟50名様以上で貸切可能



ぶらりっと、今日の最新情報 富士地域・周辺エリアのお店や企業の最新の最新情報をお知らせ。季節の商品やキャンペーンなど、今だけの見逃せない情報が満載です。



11/10 おかげさまで2周年♪ 脱毛・フェイシャル・ブライダルエステ BLANCHE(ブランシュ)

【脱毛】脱毛マスターによる、医学博士公認・安心安全「THR脱毛&PLAZMA光ピーリング脱毛」。脱毛しながら、ピーリング・美白・ニキビケア・毛穴ケアができる最新の脱毛法です!(10歳~大学生まで学割あり)
【フェイシャル】最新「プラスマ光フェイシャル」。シミ・ソバ・たるみ・乾燥・毛穴の開き黒ずみ・赤ら顔・ニキビケア。7つのお悩み改善コースには、癒しの「デコルテ&背中リンパマッサージ付き」もご用意しております♪

pick up ブランシュ2周年♪
オリジナル保冷温ランチバッグをプレゼント!
●お渡し期間: 11/10(月)~12/9(火) ※無くなり次第終了となります(11/9迄にご来店のお客様には、必ずもらえる【引換券】をお渡し♪)
●脱毛・フェイシャル・ブライダルエステご利用のお客様が対象です

久浜 脱毛・フェイシャル 女性専用サロン **ブランシュ**
☎0545-67-3013
●富士市久沢472-1
●10:00~20:00
●木・金曜日 あり
●火曜日 あり
●清水銀行 富岡支店の東隣
ブランシュ 富士市



11月「かぼちゃとさつまいもとチキンのカレー」

リピーターの多い人気店。インド料理が初めての方にも支持されています。誕生日会、忘・新年会もご予約受付中! 12品 2,500円~。90分飲み放題は、+1,500円。クーポン使えます!

pick up 価格は税込表記です。
11月限定! 限定カレーも楽しめる「2階」
かぼちゃとさつまいもとチキンのカレー
11月限定! 限定カレーも楽しめる「2階」
●お祝いメニュー
【ランチ】1,200円【ディナー】1,700円
※お祝いメニューは+220円
6ページにクーポンがあります

信法 **マハラジャダイニング富士店**
☎0545-51-7245
●富士市信法2811-1
●11:00~15:00/17:00~22:00
●土日祝 11:00~22:00
●年中無休 ●あり
マハラジャダイニング富士店



お歳暮など、年末の贈り物はグロースヴァルト! 土日限定! 特製焼豚・ローストポーク大好評♪

ハム・ソーセージづくりの職人、佐野友俊・弘行兄弟のお店。ドイツで行われた食肉業界最大のコンテスト「IFFA2016」で、全メダル14個の日本最多受賞、さらに銀5個・銅1個獲得という快挙を達成しています。贈り物として最適な、もって嬉しいギフトセットも大好評! 全国発送可能です。お世話になった方へ、感謝の気持ちを伝えるため、特別な贈り物としておすすめです!

pick up 価格は税込表記です。
●【ギフト商品】... ご予約受付中! 遠方への発送も承ります。
●【ギフト商品】... 3,520円(写真左) / 金賞セット 6,600円(写真中央)
●【ギフト商品】... 3,520円(写真右) / 金賞セット 6,600円(写真中央)
●土日限定! 特製焼豚・ローストポーク! 販売中!
●【バーベキュー用の肉】なども大好評販売中!!
味付け済みで焼くだけ簡単! ドイツの味わい!

南松野 **グロースヴァルトSANO**
☎0545-85-2208
●富士市南松野2066-1
●9:00~18:00
●火曜日
●駐車場あり
●駐車場あり
グロースヴァルトSANO



「これ美味しいよ!」から会話が弾むパーティー

「食べたことなかったけど、これ美味しい! 食べてみて!」と言いたくなる楽しい宴会が待っています! オールドブル等のテイクアウトも好評で、おうちパーティーにもってこい! メニューはHPで♪

pick up 価格は税込表記です。
パーティーコース 4~36名様
2,850円/3,600円/4,400円
飲み放題 (90分) ※お祝いメニューは+220円です。
アルコール 1,980円/ソフトドリンク 1,280円
6ページにクーポンがあります

長通 **インド&アジアレストラン スパビハニ**
☎0545-63-1199
●富士市長通31-6
●11:00~15:00(La.14:30)
●17:00~22:45(La.22:00)
●年中無休
●35台あり(共用)
テイクアウトOK アルバイト募集中!

BURARIT **栗スイーツ 4選**

ぶらりっと。グルメ班が調査した、「とっておきグルメ4選」をご紹介します。今回は「栗スイーツ4選」。秋といえばやっぱり栗。ほっくり甘く、やさしい香りが広がる栗スイーツは、この季節だけのごほうび♪

価格税込価格です。

とっておきグルメは Instagram @burarit.fuji でも配信しています

添えてある栗のクッキーもかわいい




1. 上品な栗の甘さとほろ苦カラメルがとけ合う！ 秋のご褒美プリンを和の空間で♪

和雑貨屋「四季彩堂」の一角にある「いっ福茶屋しき彩」。古材を使用した趣ある店内で、焼きたてのお団子など、和の甘味を楽しめるお店です。「季節のふりん マロン」は、人気のプリンの上に、自家製マロンクリームをたっぷり乗せた一品。丁寧に裏ごしをした滑らかな舌触りの自家製マロンクリームは、栗の上品な香りと甘みを感じられます。ほろ苦いカラメルとの相性は抜群！むっちり・固めの自家製のプリンが魅力さをさらに後押ししています。秋限定の味わいをお楽しみください。

四季彩堂 富士吉原店

【住所】富士市今泉3丁目1-3 【電話番号】0545-30-8888
【営業時間】いっ福茶屋しき彩10:00~17:30 (17:00Lo.)
【定休日】いっ福茶屋しき彩 水曜日定休 【駐車場】あり



季節のふりん マロン 700円



和栗のモンブラン 670円(テイクアウト)
682円(イートイン)

2. 熊本県産の和栗を贅沢に使用！ 栗好きにおすすめしたい秋の気分深まるモンブラン

今年5月からイートインスペースも増設し、より充実した店舗になったPoliPoli。「今年はやらないですか?」とクエストの声があがったという「和栗のモンブラン」は、熊本県産の和栗を使用、さっくりとした軽いメレンゲ、濃厚な和栗ペースト、ロドけのよい純生クリームを層にして重ねました。中にもごころと栗が入っていて、満足感あり! 栗そのものの濃厚な味わいを楽しみたい方におすすめです。ドリンクとセットでイートインも可能♪

チーズケーキと焼菓子の店 PoliPoli

【住所】富士市平塚109-5 アロマガーデン1F 【電話番号】0545-60-0704
【営業時間】10:30~19:00
【定休日】月曜日 【駐車場】あり (共同で33台)



3. 極上和栗クリーム×香ばしくロワッサン 秋の贅沢コラボレーション!

「ワンハンドレッドベーカリー富士店」では、和栗モンブラン専門店「栗りん」とのコラボ商品を販売中。コラボ限定メニューの「和栗のクロワッサン」は、ふんわり香ばしいクロワッサンの中に、たっぷりのモンブランクリームが入ったスイーツ。熊本県産球磨の栗と高知県産四万十栗をブレンドしたモンブランは、香り・甘さ加減・舌触りを徹底的に研究して作り上げています。ひと口食べると、口いっぱいに広がる栗の風味とバターのにんにく香りに思わずうっとり。目の前で贅沢に絞ってもらえてワクワク

ワンハンドレッドベーカリー 富士店

【住所】富士市本市場町1051 【電話番号】0545-32-8070
【営業時間】9:00~19:00 【定休日】なし 【駐車場】あり



“和栗”のクロワッサン 734円(テイクアウト)
748円(イートイン)

4. “ほぼ栗” な和栗クリームに驚き！ 濃厚からさっぱりまで、層の厚い豪華パフェ♪

今年6月にオープンした「パティスリー&カフェマクレーガー」。この場所で40年以上愛されていたパブの雰囲気そのままで活動したお店です。期間限定の「モンブランパフェ」は、和栗クリーム・紅茶ゼリー・カスタード・生クリーム・キャラメルムースなどが層になった、豪華なパフェ。上部では濃厚なモンブランと洗皮煮で栗の深い味わいを堪能。下部ではミルクジェラートや紅茶ゼリーで後味さっぱりと。栗と少量の牛乳だけで作る“ほぼ栗”な和栗クリームには、思わず「おおっ!」と声があがります。富士産産の濃厚牛乳を使用したカスタードクリームとの相性は◎。

パティスリー&カフェ MACGREGOR (マクレーガー)

【住所】富士市南久保町16-13 【電話番号】0544-66-6825
【営業時間】10:00~19:00(L.O.18:00)
【定休日】水曜日、第1・3・5木曜日 【駐車場】あり



モンブランパフェ 1,800円

ぶらり旅
富士山の恵み感じる秋散歩
静岡県富士山世界遺産センター
周辺を歩こう

今回は、逆さ富士を表現した印象的なデザインが特徴の「富士山世界遺産センター」周辺を秋散歩。歴史・富士山の恵みを感じながらグルメも堪能し、プチ旅行気分はいかがですか?

夜のライトアップも美しい♪

プライベートサウナやヒノキ風呂も完備

ボリューム満点! ファイヤーチーズステーキサンド

コミュニティスペースとして活用されています!

隠れ家お食事処として、心もからだもあたたまる優しい家庭料理で愛されています。お弁当やオードブルも注文可能です。2Fには個室もあり、小さなお子様連も大歓迎! 通いやすいお店です。

929 cafe de ものづくり

人気のアート体験が富士宮で

毎日開催

RABBIT BEAR ART

ラビット&ベアアート

3才以上のお子様から大人まで楽しめるワークショップです。お友達と、ご家族で、おらちんお一人でもOK!!

MENU 所要時間: 30分

A. キーホルダー (8cm)・・・¥2,200
B. オブジェ M (23cm)・・・¥6,800
C. オブジェ L (33cm)・・・¥9,600

※B.Cのオブジェはラビット、ベアから選べます。

ドリンク付き!!

※A. キーホルダーは当日締めと販売可能。
※B.Cのオブジェは毎日ご自宅へ郵送(送料お見積り)をお願ひしています。

当日OK! 在庫・席確保のためご予約がおすすめです。

☎ 0544-66-6520 or InstagramのDMから @coffee_curry929

静岡県富士宮市西町4-1 【定休日 水曜日】
P29 Cafe & Laundry 営業時間 9:29~18:58 (L.O.18:29) ランチタイム11:00~14:00

富士山世界遺産センター

世界遺産「富士山」の魅力を、改めて感じられる施設。展示や映像などを通じて、歴史・信仰・美術史・火山学などの様々な視点から富士山を探索することができます。
■ 富士宮市宮町5番12号 ☎ 0544-21-3776

富士山リゾート MUKU ten.舎 富士宮

1日1組限定の貸切宿。大切な人を迎える場としても、宿泊と併せた会食の場としても利用できます。館内は日本の木々でしつらえられ、コンシェルジュが快適な滞在をサポートする特別な宿です。
■ 富士宮市宮町5-34 ☎ 0544-22-6910

FUN AND GAMES × felancho

2025年2月23日にオープンした、洋服のセレクトショップとカフェバーが融合した新しいスタイルのショップ。DJブースを備え、「大人の遊び場」をコンセプトに、音楽とコーヒー・お酒・フード、そしてファッションを楽しめる新感覚の空間です。
■ 富士宮市西町5-20

929 cafe

店内から富士山が見え、アンティーク風のインテリアがオシャレなお店。ペット同伴可能なテラス席もあります。ラビット&ベアアートのワークショップを毎日開催中! 詳細は下記をチェック!
■ 富士宮市西町4-1 ☎ 0544-66-6520

ご飯屋 まるや

■ 富士宮市西町3-13 ☎ 0544-24-5748

富士宮高校会議所・西町レトロ口館

「富士宮高校会議所」は、西町レトロ館を拠点に活動する高校生で構成された団体です。富士宮を盛り上げるための各種イベントなどを企画・運営しています。
■ 富士宮市西町16-18



929 cafe de ものづくり

SNSで話題!

毎日開催

RABBIT BEAR ART

ラビット&ベアアート

3才以上のお子様から大人まで楽しめるワークショップです。お友達と、ご家族で、おらちんお一人でもOK!!

MENU 所要時間: 30分

A. キーホルダー (8cm)・・・¥2,200
B. オブジェ M (23cm)・・・¥6,800
C. オブジェ L (33cm)・・・¥9,600

※B.Cのオブジェはラビット、ベアから選べます。

ドリンク付き!!

※A. キーホルダーは当日締めと販売可能。
※B.Cのオブジェは毎日ご自宅へ郵送(送料お見積り)をお願ひしています。

当日OK! 在庫・席確保のためご予約がおすすめです。

☎ 0544-66-6520 or InstagramのDMから @coffee_curry929

静岡県富士宮市西町4-1 【定休日 水曜日】
P29 Cafe & Laundry 営業時間 9:29~18:58 (L.O.18:29) ランチタイム11:00~14:00



和栗モンブラン

生ドーナツ

Donut One Hundred Bakery

320円

ポンデピン

pon de dip

季節限定パン

Season One Hundred

9/1 栗のワンハンドレッド

10/1 紅あまのワンハンドレッド

11/1 アップルナモンワンハンドレッド

One Hundred Bakery

ワンハンドレッドベーカリー 富士店

TEL 0545-32-8070

富士市本市場町1051

食パン販売予定時間 9:30/11:30/13:30/15:30/18:00

営業時間 9:00~19:00 (イートインL.O.18:30)

木紙 6ページにクーポンあり



いずみファミリークリニック
Vol.57
こどもの病氣

いずみファミリークリニック の飯泉先生が
こどもの病氣の疑問や不安にアドバイス!

Profile
いずみファミリークリニック
小児科医
院長 飯泉 哲哉

日本の魚文化、出汁文化を皆さんに知ってほしいと活動する「いちまるや」さんと山登りしてきました。YOUTUBEでも観れます!

Q **子どもがスマホ依存のようです。どうしたらいいのでしょうか?**

子どもも大人もシニアも、皆スマホが大好きな世の中ですね。子どもに限った問題としてではなく、大人や社会全体の課題ととらえたいですね。スマホ依存については、複雑で一概に言うことは少ないのですが、専門家の先生が口をそろえて「これだけは言える」という根拠あるデータがあります。それは「スマホをとりあげることは逆効果で、事態を悪化させる」です。スマホがなくなれば、解決するという簡単な構造ではないということですね。

私は、まず私たち大人がスマホ依存にならないようにすることが大事だと考えています。そのために私が実践していることを少し紹介しますね。

- ① スマホを時計として使用しない。
- ② 寝る前と起床後1時間はスマホを見ない。
- ③ SNSはPCで利用する。
- ④ スマホ使用時間を見える化する。
- ⑤ 運動やサウナ、山歩きなどでスマホなし時間を充実させる。
- ⑥ ショート動画は中毒性があるのでなるべく避ける。

スマホを上手に使用するために、私たちは必死にならなければいけませんね。

クリニックからのお知らせ

やっぱり大事! イソフルエンザ ワクチン

「ワクチンって、やっぱりやったほうがいいですか?」と聞かれます。皆さん、いろいろな情報に混乱していますね。そんな時、私は「車に乗るときに、シートベルトをつけてますね。事故に会うかもしれない、その時の外傷リスクを少しでも下げるために大事です。ワクチンも同じです。自分や子どもを守るための身近な手段のひとつだと思いますよ。」

いちまるやさんのYouTubeチャンネルにて、山道を散策しながら生き方や子育ての現状などを話している動画がアップされています。ぜひ観てみてください!

いちまるやさんのYouTubeチャンネル、インスタをチェック!

いずみファミリークリニック 住所 / 富士市今泉1-13-29 電話番号 / 0545-53-1516

いずみファミリークリニックからののお知らせやイベント情報などは公式 SNS・ホームページへ

10月 25日~

ラビット&ベアアートワークショップ

真っ白なベアまたはラビットのキーホルダーやフィギュアを自分色に♡3才以上から大人まで楽しめる室内アクティビティ! 所用時間30分~

日程: 毎日開催(水曜は定休) 場所: 929cafe(富士宮市西町4-1) ご予約がおすすめです。TEL: 0544-66-6520 or Instagramからこちら→

10月 31日~

ガラスケースOK! 人形供養祭

人形、ぬいぐるみ、こいのぼりなど、お役目を終えた思い出の品を受け付けます。どなた様もご参加いただけます。

日程: 10月31日(金)受付14:00~17:00 11月1日(土)受付9:30~12:00 供養料12:15~ 場所: お問い合せ: 丸毛葬祭 富士中央

11月 12日~

Fuji Sky Viewライトアップ

11月12日~25日女性に対する暴力をなくす運動(パール)ほか 詳細はウェブサイトをご参照ください。 場所: 大観覧車Fuji Sky View

日程: 11月12日~25日女性に対する暴力をなくす運動(パール)ほか 詳細はウェブサイトをご参照ください。 場所: 大観覧車Fuji Sky View

11月 28日~

手書き文字いいじゃん

美文字ペンで書くおなまえビフォーアフター+年賀状練習。慌ただしい年末、一息ついて大人の集中時間を楽しみましょう。

日程: 11月28日(金)17:30~ / 30日(日)11:00~ (1回約60分) 場所: インク富士・本市場町店 お申し込み・お問い合わせ: 0545-65-5888

11月 30日

第三回吉原アーケードマーケット

ファミリー向けの新しいマルシェです!おいしい楽しいがいっぱい。ぜひ吉原再発見に遊びに来てください!

日程: 11月30日(日)10:00~14:30 場所: 吉原商店街※詳細はInstagramをご覧ください

~ 11月 30日

富士宮を笑いで元気に!

笑いの力で地域を元気にする3つのコンテスト作品募集中!ユーモアと創造力を活かして、富士宮に笑顔の輪を広げましょう。

応募期間: 11月30日(日)まで 応募方法: 郵送またはメール 応募資格: どなたでも お問い合わせ: 富士宮高校会議所 090-5008-5439(時田)

イベント情報、随時更新中! おでかけ前に、ぶらりと。うえぶ で 開催中のイベントをチェック

ぶらりと。うえぶ 記事紹介 「ぶらりと。うえぶ」では、様々な角度から富士市の魅力を発信しています。

マンホール巡りランニング

富士市内のマンホールカードを集めながら約12kmを走るランニングコースを紹介。吉原駅から市役所、新富士駅などを巡り、富士山や工場を描いたカラーマンホールを楽しめます。街を走りながら富士の魅力を再発見できますね。

岳南電車、田子の浦、富士山を眺めながら走るランニングルート

このコースは、岳南電車、田子の浦、富士山を眺めながら走ることができ、初心者の方にも嬉しいアップダウンが少ないランニングコースです。吉原駅を起点にジヤトコ前駅→吉原商店街→富士市役所→新富士駅→吉原駅の順にまわります。早朝6時30分に友人と一緒にいざ、マンホールランニングスタートです。

多数のライターが活躍中

富士市周辺エリア 知るなら・遊ぶなら 随時更新中!

ぶらりと。クーポン

1,500円以上お買い上げで
おためしプリン サービス!

有効期限: 2025年10月25日~11月末日迄

One Hundred Bakery

0545-32-8070
富士市本市場町1051
9:00~19:00
(イトンLn.18:30)
なし 23台

10%OFF!!

※他業との併用不可(グループで1枚)

有効期限: 2025年10月25日~12月21日迄

富士山横丁

0544-66-5025
富士市三平町212
9:00~22:00
全土: 祝日17:30~23:00
水・第1,3火 33台

平日宴会のご予約限定!
鉄板焼き屋のだし巻き玉子人数分サービス!!

※他業との併用不可(1名1席1回限り)

有効期限: 2025年10月25日~11月末日迄

鉄板焼き ちお坊

0545-60-0515
富士市横町2-27
17:00~Lo.22:30
全土: 祝日17:00~22:00
週末24:00まで
月曜日 14台あり

ランチ 5%OFF!!

ディナー・パーティー **10%OFF!!**

※イトンの4OK/2,000円以上お食事で使用可能

有効期限: 2025年10月25日~11月末日迄

マハラジャダイニング富士店

0545-61-7245
富士市橋本11-1
17:00~22:45
土曜11:00~22:00
無休 6あり

イトンでもテイクアウトでも使えます!!
ランチディナー 10%OFF!!

※コース・飲み放題別料金外/他業併用不可/グループ使用OK!!

有効期限: 2025年10月25日~11月末日迄

インド&アジアレストラン スパヒニ

0545-63-1199
富士市長通31-6
11:00~15:00(La.14:30)
17:00~22:00
土曜11:00~22:00
年中無休 35台(時)

私の街の事件簿
情報提供元: 富士警察署生活安全課

SNSを悪用した投資詐欺・ロマンス詐欺被害が急増中

防犯アドバイス

- SNSマッチングアプリで出会った人から投資話があれば詐欺。
- 犯人は時間を掛け、あなたと親密になったところで投資話をしてきます。
- 偽サイト等に誘導、あなたも利益が出ているように投資を誘うのは詐欺です。

「安心・安全の街に」ぶらりと。配布店は毎日の新聞配達を通して街の防犯活動を推進致します。

ご応募は「ハガキ、スマートフォン」にて!!

〒416-0912 富士市加島町5-18
ぶらりと。編集部宛

応募締切
2025年11月10日(月) 必着

AEON CINEMA 富士宮 富士宮市浅間町1番8号イオンモール富士宮3F ☎0544-28-2222

10月31日公開
すみっコぐらし 空の王国とふたりのコ
すみっこの町はこのところずっと雨ばかり。雨のせいであげもつコンビ、とんかつとえびらんのしっぽの体がじめじめに...そんなある日のこと、空からとつぜん何か落ちてきた!「だいたいどうぶ?」すみっこのちがけがよると、そのは空の王国からやってきた(おうじ)だった。雲の上は今ほとんど水不足。王国のピンチを救うため、すみっこのちの空の冒険がはじまります!

11月14日公開
平場の月
妻と別れ、地元に戻って印刷会社に再就職し、慎ましく、平穏に日々を生きた。主人公・青砥健将。その青砥が中学生時代に想いを寄せていた須藤葉子は、夫と死別し今はパートで生計を立てている。お互いに知り身となり、様々な人生経験を積んだ二人は意気投合し、中学生以来、離れていた時を埋めていく。再び、自然に惹かれ合うようになった二人、やがて未来のことも話そうになるのだが...

編集後記

幹事のみなさま、お疲れさまです。今月の忘年会特集を編集しながら、すっかり年の瀬気分に入りました。忘年会の段取りは、自分も手癖のころ苦労した記憶があります。あの店、この店...と迷っているうちに年が明けちゃうかも!?週末などの混雑日は予約が埋まるのも早いとのこと。今年の「お疲れさま」は、早めの予約でスマートに!

新聞配達員 募集中!!

田畑新聞店 TEL: 0545-61-0011
安倍新聞店 TEL: 0545-71-3327
松野新聞販売所 TEL: 0545-85-2093

権草新聞店 TEL: 0545-92-0370
雨森新聞舗 TEL: 0545-61-5049
石井新聞店 TEL: 0545-81-1333
あさがお新聞店 TEL: 0120-467-432