湘南ビーチFMがおくる、BY THE SEAのフリーマガジン

Shonan Beach FM 78.9 Magazine

2015 vol.37 Spring FREE

これぞ、酒の肴

©EIZIN SUZUKI

17 / 18

SHONAN BEACH TWILIGHT TIME
湘南のサンセットを彩る音楽と共に、ニュース、交通情報などお役立ち情報をお届けします。

【mon】中谷奈津子 【tue】岡村ふみの 【wed】江刺家愛 【thu】石川茱帆

【mon】
17:30/18:30 交通情報
18:00 警察情報（再）

【tue】
17:30/18:30 交通情報
18:05 チャック川上の「金融経済 Now!」
18:00（月1）市長町長県議衆議インタビュー(再)

【wed】
17:30/18:30 交通情報
17:40 ～ ウッディランド キリガヤのコミュニティスペースで行われるイベントを紹介
18:05 ～「葉山ゆるさんぽ」

【mon ～ thu】17:15 ～
石井食品提供
知れば知るほど、おいしい、楽しいイシイの「な～るほど！ごはん！」

【thu】
17:30/18:30 交通情報
17:40 ～「おいでよ逗子」
18:05 ～「星空リビング」
18:00（月1）「わっしょい葉山」(再)

年4回発行している
湘南ビーチFMマガジンのラジオ版。
ショップリストに掲載している
湘南のお店を、ご紹介していきます。
週末の情報もあわせて、
お楽しみください。
晋道はるみ

16:10 ～ 鎌倉あんちょこ
16:30/17:30/18:30 交通情報

19 / 20

JAZZ AFTER DARK
――夜はこれから――

KAMACON RADIO
～湘南・鎌倉の新しいチャレンジを応援する～
桑畑タケル

NEW **JJ.FRIDAY**
日本から発信するジャズプログラム

21

G.T.R.
―Good Times Radio―
"CHIC" and the other funky/soulful music
人見欣幸

MUSIC OF HAWAII
ハワイの鼻笛オヘで始まるアロハとマハロの音楽。
クマ マクーア

湘南カチート
長村光洋
屋根裏からラヂオを見つけたらこんな音楽が流れてきました。

NEW **TIME WARP**
あの日、あの時、あの音楽。時空を越えた音楽の軌跡。

ASIAN WAVE
心を惹きつけて離さない歌唱力やセンス。アジアに聞き惚れて。
占部久美子

佐藤竹善
Friday Musical Voice
Sing Like Talking の佐藤竹善が100%責任選曲でお送りするボーダーレスな1時間。

22

LIGHTS OUT
そっと明かりを消して

23 / 0 / 2 / 4

MIDNIGHT JAZZ
メモリーレーン AGAIN
MORNING JAZZ

17 / 18

KUA`AINA presents
TWILIGHT CRUISIN'
夕暮れと共に。
鈴木梨江

NEW **PIZZA-LA presents**
MUSIC DELIVERY
アツアツのPIZZAのようにHOTなMUSICをデリバリー！
KC

19 / 20

SHONAN JAZZ BY THE SEA
キャロル山崎

【毎月1回】
大塚商会 presents
「SHONAN JAZZ BY THE SEA LIVE in RIVIERA ZUSHI MARINA」
リビエラ逗子マリーナよりジャズライブを生放送！

NEW **SWING TIME**
アール・ハインズ、カウント・ベーシーやスタン・ケントンなどバンドリーダーの個性豊かな編曲によるスイングをお楽しみください。

21

NEW **NIGHT SAILING**
ゆったりと心地よい音楽のセイリング。

SEIKO presents
Hits Around The Clock
晋道はるみ
(週番ホスト：鈴木啓輔、折田育造、宮治淳一)
50年前のヒット曲を時計の針を戻してお楽しみください。

22

N 盤アワー
長村光洋
あの名曲が今夜蘇る、JAZZのようなひととき。

23 / 0 / 2 / 4

La Nuit
魅惑の音世界

MIDNIGHT JAZZ
メモリーレーン AGAIN
MORNING JAZZ

【三菱自動車提供アウトランダー PHEV トラフィックインフォメーション】（土・日） 8:30 ／ 9:30 ／ 10:30 ／ 11:30 ／ 12:30 ／ 13:30 ／ 14:30 ／ 15:30 ／ 16:30 ／ 17:30

※ 2015 年 4 月～のタイムテーブルです

COVER STORY 「罪深き湘南の春」

もう、これ以上は無いな！といった紺碧の空、ここ湘南地方には日常的に白い雲が上から目線を遠慮なしに浴びせかける。波路の始まりは潮騒の囁きを受け入れながら、そんな罪づくりな環境に佇むと春の漁が待ち遠しい。我が傍には泡立つ黄色い水がピチピチと音を立てて僕を誘惑する。右の手のひらには、朝獲れのシラスが、まだ暖かい。
やがて僕は生意気な雲と見つめ合い、しばらくの間、漁場の賑わいに溶け込んだ。

鈴木 英人

SHONAN BEACH FM MAGAZINE VOL.37
発行日：2015 年 3 月 13 日
発行・編集：逗子・葉山コミュニティ放送株式会社
〒 249-0003 神奈川県逗子市池子 2-5-6
℡：046-870-3313
本誌掲載の記事・写真等の無断転載を禁じます。
©Shonan Beach FM 2015 Printed in Japan

次号 vol.38
Shonan Beach FM 78.9 Magazine
2015年6月12日(金)発行予定!!

Shonan Beach FM 78.9 Time Table（2015 Spring）

インターネットでも 24 時間放送中！ http://www.beachfm.co.jp

番組へのリクエストは
【e-mail】letter@beachfm.co.jp
【FAX】046-870-3323

mon / tue / wed / thu / fri

6–7　スズキヤ提供 いってらっしゃい
電車・道路情報、ニュース、天気予報など、朝いちばんに役立つ情報が満載です！ぜひお出かけ前にチェックしてください。
【mon】【wed】【thu】米谷洋平【tue】【fri】石川茱帆

8–9　JAZZY BREAK
～深呼吸しよう～

10–11　DAILY ZUSHI HAYAMA
逗子・葉山のタウン情報や暮らしに役立つ話題を小粋な音楽と共に
森川いつみ

【mon】
10:15 ～ 30 葉山町提供「トークイン葉山」
10:40 ～ 50 警察情報
11:00 ～ 11:03 ガスクッカーダイレクト提供「給食だいすき！」
11:15 ～ 25 逗子市提供「ハロー逗子」
11:35 ～海からの詩

【tue】
10:15 ～ 30 石井食品提供「イシイのわくわくしあわせごはん」
10:40 ～ 55 葉山町提供「わっしょい葉山」（1週・3週）
10:45 ～ 11:00 （2 週）海上保安庁からのお知らせ
11:15 ～ 25 逗子市提供「ハロー逗子」

【wed】
10:15 ～ 30 葉山町提供「トークイン葉山」
10:40 ～タウントピックス（ゲスト）
11:15 ～ 25 逗子市提供「ハロー逗子」
11:30 ～ 45 シュガーレディ提供「ワンダフルライフシュガーレディ」

【thu】
10:15 ～ 30 石井食品提供「イシイのわくわくしあわせごはん」協力：ロコママネットワークス
10:40 ～タウントピックス（ゲスト）
11:15 ～ 25 逗子市提供「ハロー逗子」

【fri】
10:15 ～ 30 葉山町提供「トークイン葉山」
10:40 ～タウントピックス（ゲスト）
11:15 ～ 25 逗子市提供「ハロー逗子」
11:35 ～週末インフォメーション

12–13　AFTERNOON　JAZZ　～昼下がりのジャズ～
湘南の昼下がりは心地よいジャズナンバーでくつろぎのひとときを

14–15　湘南メモリーレーン
音楽たちが通り抜けた時間。懐かしのオールディーズ満載でお届けする 2 時間

16
- MUSIC OF HAWAII（再）
- TWILIGHT CRUISIN’（再）
- ASIAN WAVE（再）
- West Coast Highway（再）
- NA PRAIA（再）
- SHONAN BEACH FM MAGAZINE ～ RADIO

湘南ビーチ FM の公式 Twitter をフォローしよう
Follow us on Twitter@shonanbeachfm
http://twitter.com/shonanbeachfm

Shonan Beach FM 78.9MHz
Facebook
http://www.facebook.com/ShonanBeachFm789MHz

sat / sun

6–7　NEW　SUNRISE MUSIC
朝日のようにさわやかに

8　NEW　WEEKEND BY THE SEA
週末の朝は湘南の潮風を感じる音楽とローカル情報を。
江刺家愛

9–11

[sat.]
8:20 フィッシングインフォメーション
8:45 マリーナ情報（逗子、シーボニア、江の島）
9:05 湘南アクティビティー ～週末湘南海情報（サーフレジェンド）
9:40 週末イベント情報
10:00 WEEKEND OCEAN DRIVE
10:45 マリーナ情報（逗子、シーボニア、江の島）
11:15 ISLAND 情報
月末（土）11:30 ～ 55 市長町長県議衆議インタビュー

[sun.]
8:20 マリーナ情報（逗子、シーボニア、江の島）
8:40 日曜朝市ハヤママーケット情報
9:20 湘南の海情報
9:40 アットちがさき（湘南ちがさきやサポート）
10:00 WEEKEND OCEAN DRIVE
10:45 マリーナ情報（逗子、シーボニア、江の島）

12–16　NEW　AFTERNOON GROOVES live from shonan
湘南から発信するインターナショナルプログラム。
15:00 ～ 30 MITSUBISHI OUTLANDER PHEV West Coast Highway（GEORGE COCKLE）

SHONAN BREEZE
日曜の午後、のんびりお届けする 6 時間
竹下由起
13:00 ～ Feel SHONAN（三菱自動車）
14:00 ～ MODERN LIVING（前田知洋、ホイティーノ・キム）（毎月第 1 週）
15:00 ～ 30 NA PRAIA（堀内隆志）多彩なブラジル音楽で綴る 30 分
16:00 ～ GENERAL RADIO（THE NORTH FACE/ HELLY HANSEN 鎌倉店サポート）

789 掲示板

PICK UP and RECOMMEND

私が鎌倉に引っ越してきてもうすぐ3年。

海が好きなことと、その時ちょうど「海辺レポーター」なるものを仕事にしていたので、案外すっと簡単に引っ越してきた。前は海をわざわざ見に、その時の住居であった都内から電車に乗って湘南に来ていた。何か落ち込むことや考え事をするときも気がついたらこの湘南の海を見に来ていて、力をもらっていたように思う。

今では海から2分のところに住んで、当たり前のように毎日海を見ることが出来る環境にいて、それどころかサーフィンや最近ではスタンドアップパドルボーディングを楽しんだりしている。海のない生活は今では考えられない。海好きな私の周りには海好きな人が集まり、さらに大きな輪になって繋がっていく。これがまさに「類は友を呼ぶ」というもので、その輪の中にいるととっても心地いいし、海の楽しみを共有する事だってできる。また知らなかった海での遊びも教えてもらったり、海が繋いでくれるものというのはとても多い。

よく人と話をしている時に「いつかは海沿いに住んでみたいんだけどなぁ～」「海の近くなんていいなぁ　憧れる！」という声を耳にする。でもその後「都内から遠い」「不便」といった言葉が続く。私も仕事や友達との飲み会に集まる時は比較的都内が多いので、その不便さといった気持ちはよくわかる。確かに引っ越す時のタイミングや便利さは大きく関係してくるのはわかる。ただ、私は「海が好き、近くに住みたい」という思いだけでこの地に来て数年。不便さより何より良かった事の方がだんぜん多い。

今では地方に仕事に行き、数日して戻って来た時、鎌倉駅に着いた瞬間にとても心が落ち着く。ほっと、帰ってきたんだなという感情になる。まるで鎌倉の空気がお出迎えをしてくれているような気持ちにすらなる。

私は海が繋いでくれた縁や楽しみをこれからも大切にし、広げていきたい。海の近く、四季折々の自然があるこの地域に住んでいるからこそ、いつでも行けると案外近場の自然は見ていなかったりするけれど、素晴らしい景色がここにはまだまだある。夏だけでなく冬の稲村ガ崎公園からの雪の富士山、春の香りがする海辺、海が一番透き通る秋、一年通して美しい夕日……逗子・鎌倉の自然は私の生活の一部であり、これからも日々の移り変わりを発見していきたい。そして、私も含め、其々海沿いに住む4人のパーソナリティがお届けする「SHONAN BEACH TWILIGHT TIME」。

少しでも海を感じてもらえたらうれしいです。

（岡村ふみの）

中谷奈津子

岡村ふみの

石川朱帆

江刺家 愛

「SHONAN BEACH TWILIGHT TIME」
17:00-19:00
【mon】中谷奈津子【tue】岡村ふみの
【wed】江刺家愛　【thu】石川茱帆

TARO's Notes

Text: 木村太郎

「僕らの仕事というのはね、蛮勇がなければできないのですよ」思わずこう言ってしまった。

フジテレビの番組「Mr.サンデー」で、シリアで取材するフリージャーナリストの旅券を外務省が返納させたというニュースを取り上げたときのことだ。

その前に、イスラム国に殺害された後藤健二さんについて高村正彦・自民党副総裁が「蛮勇」と表現していたことも気に入らなかったので、二つの話しが化学反応を起こして少し過激な表現になったのかもしれない。

私が中東担当特派員だったころ、内戦中のベイルートに潜入取材をしてしばらく音信が不通になったことがあった。その時家内が私の上司に私の所在を訊ねると、「さあ、私も分かりませんが多分大丈夫でしょう」と言ったという。家内はたいへんな職業の亭主をもったものだと思ったらしいが、私も上司もそれが当たり前だと考えていたのだ。

記者という職業は人の知る権利に応えるもので、危険な状況であるほどあるほど取材する必要も大きいと思っている。

今回は湘南と関係ない話しになったが、ジャーナリストは本来命がけの仕事だということを是非ご理解いただきたいのだ。

INFORMATION

大塚商会PRESENTS
SHONAN JAZZ BY THE SEA LIVE in RIVIERA ZUSHI MARINA

2015年4月4日（土）
MALTA シックステット MUSIC CHARGE ¥5,000
MALTA (sax)　三木成能 (pf) 鳥越啓介 (b) ジョニー・東 (ds)
岡崎好朗 (tp) 池田雅明 (tb)

MALTA

2015年5月2日（土）
前田憲男 TRIO/sometimes Quartet
MUSIC CHARGE ¥5,000
前田憲男（pf & vibraphone）ジャンボ小野（w.bass）
山田 玲（ds）田中和音（前田憲男　vib time pf）

前田憲男

Keiko Lee

2015年6月6日（土）
Keiko Lee MUSIC CHARGE ¥5,000
Keiko Lee(vo)　ほか

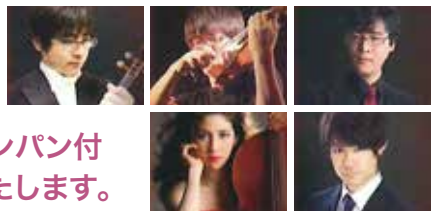
2015年7月4日（土）
TOKU Group MUSIC CHARGE ¥5,000
TOKU(flgh&vo)　ほか

TOKU
Photo by Mariko Watanabe

【協賛】アサヒビール　シュガーレディ本社　バロークスジャパン
【MC】キャロル山崎　【会場】リビエラ逗子マリーナ（逗子市小坪 5-23-16）
【フードコート OPEN】17:00　【開場】18:00　【開演】19:00（1st. 19:00 ～ 19:45　2nd. 20:15 ～ 21:00）
【ご予約お問合せ】TEL 046-870-3313
＊出演者は変更になる場合もございます。予めご了承願います。

SALON CONCERT CLASSICA BY THE SEA
コハーン・イシュトヴァーン&ピアノ・弦楽四重奏団

●日時：2015年6月20日（土）OPEN 16:00　START17:00
●会場：リビエラ逗子マリーナ　オーシャンスイート
（神奈川県逗子市小坪 5-23-16 ）
●出演：コハーン・イシュトヴァーン（クラリネット）
池田開渡（ヴァイオリン）迫田圭（ヴァイオリン）
松野木拓人（ヴィオラ）田代櫻（チェロ）
菊池広輔（ピアノ）
●演目 ：「亜麻色の髪の少女」
バレエ「くるみ割り人形」の主題による変奏曲など
●チケット：全席指定　6,000円（税込）グラスシャンパン付
＊スズキヤ逗子駅前店サービスカウンターでも販売いたします。



ご予約：湘南ビーチ FM　TEL 046-870-3336（平日 10:00 ～ 17:00）

これぞ、酒の肴

文・写真／堀　祐一

▲法螺貝の酢味噌和え。　▼生きた法螺貝。

漁師の肴は珍味

相模湾は豊富な魚介類の宝庫だから、季節に応じて様々な生鮮海産物が手に入る。しかし、中には魚屋やスーパーマーケットでは普段お目にかかれない希少品もある。

例えば上の写真の法螺貝。伊勢海老の網などにかかることが多いが、内蔵に毒が含まれていることがあるので、通常は店頭に並ばない。ところがこの大きな巻貝の身は大変に美味なのだ。アワビやサザエのような食感で、甘みがあって爽やかに旨い。刺身でもいいが、茹でても蒸しても焼いても楽しめる。上の写真は茹でて酢味噌で和えたものだが、何ともいえない味わいだ。

これぞ、酒の肴。

というわけで、今回は酒の肴がテーマ。独断ながら湘南らしい地元の味わいを選んでご紹介しようと思う。

トップバッターは珍味でもある法螺貝だが、調理にはコツがいる。かなり力の強い貝なので、身を引き出すのが難しい。欧州などでは貝殻をハンマーで叩き割って身を取り出すが、放っておいて身が出てきたところでできるだけ根元の部分にテグス付きの釣り針を引っかけてしまうという手がある。

▲左から茶ぶりナマコ、シッタカ貝の塩茹、ムラサキイガイのガーリックソース。

針ごと殻の中に引っ込まれるが、このまま茹でた後で針を引っ張ると、きれいに身が取り出せる。身の両側に2本刺しておくとさらに楽だ。

春から夏にかけては貝類が美味しい時季なので、他にも上の写真のようなガーリックソースのイガイ（ムール貝）や、シッタカと呼ばれるバテイラの煮付けもワインや日本酒が欲しくなる。

また、冬が旬ではあるが、ナマコも捨てがたい。茶ぶりの処理をして三杯酢に浸けた茶ぶりナマコは、柔らかくなってクセが抜けるので、これまた酒と箸が止まらない肴だ。

さらに特筆すべきはカメノテで、その見た目とは裏腹に一度食べたらヤミツキになるほど味わい深い。茹でたカメノテのツメを持って鱗状のハカマ部分を剥き、ピンク色の身をちゅるっと食べる。スペインでは「ペルセベ」と呼ばれ垂涎の高級食材だ。味噌汁にしても素晴らしい出汁となる。

今回の食材は真名瀬の漁師・畠山晶さんに協力していただいたが、これらを仕入れたい場合は毎月第2土曜に開催される「真名瀬活魚朝市」を覗いてみるのも手だ。

3月には天然ワカメも解禁されるので、ワカメのしゃぶしゃぶで一杯というのも乙なものだ。

▼珍しい甲殻類「亀の手（カメノテ）」。なかなか市場には出回らないが、超絶珍味の代表。

▲「葉山しらす」ゆうしげ丸の「しらす山椒」。紀州和歌山のぶどう山椒を加えて炊き上げてあり、爽やかな香りと辛みが酒に合う。

湘南のしらす天国

漁師が水揚げした中でも手に入りやすいものといえば、「湘南しらす」である。相模湾はしらすの漁場としても有名で、かながわ名産のブランドにもなっているので、湾内には30軒以上のしらす漁業者が登録されている。

湘南では1月から3月10日までは禁漁で、取材時には漁に出ていないのだが、このマガジンが発行される頃には一斉にしらす漁が始まっているだろう。

産地ならではのものとしては「生しらす」があるが、どちらかというと加工品の方が酒の肴に向いている気がする。昔からの定番といえば「たたみいわし」や「釜揚しらす」だが、最近では「しらす山椒」や「沖漬け」など、さらに呑兵衛にはたまらないつまみが登場している。

生しらすの場合なら、ビニール袋に粉と一緒に入れてまんべんなく振りまぶし、油でカリッと揚げたものが旨いと教えてくれたのは今回取材協力してくれた「ゆうしげ丸」の矢嶋さん。

いずれにしてもしらす関連はご飯のお供としても最適なので、酒だけでなくご飯も欲しくなることは覚悟しておく必要がある。

▼「しらすの沖漬け」は生しらすを船上で特製タレに漬け込む。

▼「天日干しらす」は釜揚げよりも長時間天日にさらすのでつまみ向け。

【information】
ゆうしげ丸
葉山町一色 2511-80
☎ 046-875-5525
定休日：木曜、荒天時
しらす直売所営業時間
8:00 ～ 17:00
http://yushigemaru.co.jp
※シラス関連の写真は
すべてフォトグラファー
猪俣博史氏の提供。

▲「ひいらぎ」は扱いにくい小魚だが、干したものは肴になる。

▲天日に干している情景は湘南地方の風物詩ともいえる。

自家製いかの塩から

「いかの塩から」というものも酒の肴とご飯のお供の両方にかかせない。旬の時季に自分で捌いて漬けるのもいいが、楽して手作りの塩からが買えてしまうのがうれしい。

逗子の「かまたけ水産」は手作りのおでん種で有名だが、練り物にゲソを使う際に残った身で作る「いかの塩から」が秘かな人気商品だ。主人が自分でつまみにしていたのだが、これを販売したらたちまち人気に。

原材料を見れば「冷凍いか、食塩、みりん」だけという潔さ。今どきの市販品で防腐剤などの添加物のない塩からは希少だ。また、冷凍いかは寄生虫の被害を避けるためにも有利なので、この正統派塩からを知ってからは自分で作ることがめっきり減った。

【information】
かまたけ水産
逗子市逗子 1-3-25
☎ 046-871-6033
定休日：日曜
営業時間
7:00 ～ 19:00

▲手前がホワイトソースをブレンドしたマヨネーズが特徴の「マカロニサラダ」。奥が「特製野菜サラダ」（通称「ポテトサラダ」）。

葉山の定番

「葉山旭屋牛肉店」といえば、「葉山コロッケ」が有名だ。皮パンに挟んで海岸でトンビに気をつけながら食べるのはもはや定番スタイルともいえる。

もちろん葉山コロッケはビールのお供としてもイケるわけだが、メンチカツも捨てがたい。いやいや、実は備長炭で焼き上げた焼豚や貝柱入りシュウマイこそが昔からの隠れた人気モノだ、などと地元の常連客は言う。しかし、その中でも必ずと言ってもいいほどみんなが薦めるのが「特製野菜サラダ」と「マカロニサラダ」だ。

この2つは社長自らが毎朝仕込むマヨネーズとホワイトソースが味の基本になる。市販品ではなく自家製だから旭屋独自の味となるわけだ。つまりこの味は簡単に真似は出来ない。特に「マカロニサラダ」は箸でつまめるようなソースの絡みにこだわっている。

年中無休で毎日このマヨネーズ仕込みを早朝から続ける社長は、「納得のいくいい素材を使って手抜きしないできちんと作ることが秘訣」と言う。

誰よりも早く仕込みを始めるのだが「仕事が楽しいから」つらくはないという職人気質なのだ。

▼「葉山コロッケ」と「メンチカツ」はビールにぴったり。

ほんのり甘みのあるこれらのサラダは子どもにも人気があるのだが、これとコロッケやメンチカツを肴に酒を飲むのが、これまた定番スタイルなのだ。

【information】
葉山旭屋牛肉店
葉山町堀内 898
☎ 046-875-0024
定休日：なし
営業時間：9:30 ～ 19:00
http://www.hayama-asahiya.com

▲「サルーミとチーズの盛り合わせ」。店頭でスライスしたてをつまむことができる。

チッケッティな肴

こちらも葉山の定番といえる「タントテンポ」。座って食べられる食料品店〝アリメンターリ〟としての本領を発揮して今春から『"Bar" 1619』がスタート。ここでは本格的イタリア食材を使った「チッケッティ」と呼ばれるようなおつまみが店内で気軽にワインやビール、グラッパ等と共に楽しめる。飲めない人は「ワインのつもり」という自家製ノンアルコール飲料もある。

また「（お）やじごのみ」・「しらすの油地獄」など、ネーミングだけでは何だかよくわからないものもあるところが店主斉藤さんの遊び心だ。

ここでつまめる肴は店頭で売っている食材で簡単にできるものが多いので、自宅の晩酌用に調理する時の参考にもなるのではないだろうか。

【information】
Tanto Tempo
タントテンポ
葉山町堀内 744-7
☎ 046-801-3620
定休日：水曜
営業時間：9:00 ～ 19:00
"Bar" 1619 は 16:00 ～ 19:00
http://members2.jcom.home.ne.jp/tantotempo/

▼「元祖カルボ焼き」はカルボナーラの素材がお好み焼き風に。

▼「プルーンのパンチェッタ巻き」。

▲佐島の鯵の「スモークアジ」。見た目は違いがわかりにくいが、手前が「ハード」で奥が「ソフト」。鯵の脂のノリ具合で燻製度合いを変えている。

スモークの魔法

〝燻製香房〟を名乗る「スモークハウス葉山」では、手作りの燻製窯で炭火と桜のチップを使ってこだわりの燻製を作っている。香房ではアジ、サバ、ホタテ、シシャモ、タコ、タラコ、ハンペン、シラスなど各種作っているが、スモークした魚介類はどれも香ばしい風味が引き立ち、特に洋酒の肴に合う。

ワークショップも開催することがある店主の原さんに教えてもらったおもしろい手法は、中華鍋を使ったお手軽燻製。中華鍋にアルミ箔を敷き、チップを置く。網に載せた材料を鍋に重ねて逆さまにした中華鍋でフタをして火にかける。フタはボウルでもいい。これなら短時間でどこでもできるので、キャンプやバーベキューで活躍するかも。

【information】
スモークハウス葉山
葉山町下山口 1757
☎ 046-875-6715
定休日：月曜 休日の場合は営業
営業時間：10:00 ～ 18:00
http://smokehousehayama.fc2web.com

▼中華鍋を使ったお手軽燻製は屋外でも簡単にできる。

▼「スモークシラス」はしらすを肴にする新たなバリエーション。

▲「手作りベーコン」の原材料は豚肉、塩、胡椒のみの完全無添加。定期的に手作りベーコン講座も開催している。

料理する道楽も肴

酒の肴というものにはいろいろな趣向があるわけで、ひねくれて考えればいい本を読むとか、友人と語らうとか、好きなものを眺めるとか、その気になれば何でも「肴」になりえる。

しかしやはり、旨い酒を楽しむには旨い肴を食べながらというのがいい。そこで『肴を料理する作業を楽しむ』ことを肴にしてしまうということを考えているのが「クック・アンド・ダイン」の鉄鍋伝道師で社長の山口さんだ。徹底的に調理を楽しむための道具や小物が揃っている店で、自分で肴を作って豊饒なる人生を謳歌するのがモットーなのである。

というわけで、ベーコンを熱燻方式で手作りしてしまうのが究極の肴なのかもしれない。さらにハムやソーセージまで完全無添加でできるわけだからクセになるかも。

【information】
COOK & DINE Hayama
クック・アンド・ダイン
葉山町堀内 563
☎ 046-877-1104
定休日：月曜・火曜
営業時間：10:00 ～ 18:00
http://www.cook-dine.com
※写真はすべて店長である山口壮一氏の提供。

▼「生マグロスモークのカルパッチョ」。こんなのも簡単にできる。

▼熱燻方式のスモーカー。これで薫り高い本格燻製ができる。

湘南レシピ

recipe29
ちらし寿司

海からあがった魚介や畑でとれたばかりの野菜など、旬のとびきり新鮮な食材が手に入る湘南。せっかく、そんな恵まれた地域に暮らしているのなら、それらのおいしさを引き出す料理を家庭でつくってみませんか?一見シンプルですが、実はプロの秘技がちりばめられたレシピを紹介します。どれも食べて元気になれる料理です。

レシピ指南／鎌倉・稲村ケ崎の予約制レストラン「フィールドノートman」竹内満シェフ(tel.0467-24-6002)

写真・取材／堀祐一・菅原恵利子

春うらら、重箱にちらし寿司を詰め、いざ花見! 今回のレシピは、フィールドノート流の甘くない男前なちらし寿司。だから酒にも合う。具は、レシピにとらわれず、好きなものを好きなだけ乗せればいい。野菜だけでもいいし、魚貝に限らず牛のたたきなども酢飯に合う。そんななんでも受けとめる懐の深い酢飯が今回の要。

合わせるすし酢は、米酢と同量の柑橘系の果汁を使うので、酸味も尖らずまろやかな味に仕上がる。酢飯には、みじん切りにした生姜、柑橘類の皮、しその実などを混ぜ込むので、具材はシンプルでも充分おいしい。下ごしらえが面倒な時は、手巻き寿司の具を買ってきて乗せるだけでもいいだろう。

ちらし寿司はたくさん作るのも手間は同じなので、パーティ料理にも向いている。そんな時も大切なのは盛りつけ。美味しそうに彩り良く絵を描くように並べよう。大人も子どももみんな大好きちらし寿司、まずは酢飯づくりからマスターしよう。

材料／3〜4人分

【具】
- えび：2尾
- トコブシ：3〜5貝
- 干し椎茸：4〜6枚
- 鯵：1尾
- ウド：1/2本
- 人参：1/2本
- 穴子：1本
- 菜の花：1/2束
- 卵：1個

【酢飯】
- 米：2合
- 甘酢生姜、柑橘類の皮、しその実塩漬け：みじん切りを各大さじ1

【すし酢】
- 米酢：50〜80cc
- 柑橘類の汁：50〜80cc
- 塩：小さじ1〜2
- 砂糖：：小さじ1〜2

①酢飯に混ぜ込む材料はみじん切りにしておく。

②混ぜ合わせた酢飯はざるに入れて煽ぐと冷ましやすい。

つくりかた

《下ごしらえ》

① えび：背わたを取り竹串を刺して茹で、茹で汁に酒・砂糖・塩で味を整えた浸け汁に半日くらい浸けておく。頭を取り殻を剥いて腹を開く。

② トコブシ：蒸し煮にして、半分に切る。

③ 穴子:身と皮のぬめりをこそげ取り、一口サイズに切る。濃い目のタレを煮立たせた中に穴子を入れ、浮いてきたアクをすくいながら15分ほど煮る。

④ 鯵：三枚におろし塩で締める。馴染んだら水洗いして塩を落とし水気を切る。それを普通に酢で締めても良いが、すし酢を多めに作っておきそれで締めても美味しい。うっすら身が白くなったらOK。

⑤ 人参：薄く輪切りにしたら型抜きして、塩と砂糖を少し加え湯がく。

⑥ ウド：厚く皮を剥いて中の真っ白で柔らかい部分のみを使う。酢水に浸しておき直前に短冊に切る。

⑦ 椎茸：たっぷりの水で8時間戻す。石づきを取り、戻し汁に醤油・砂糖・昆布を加えた煮汁で20分程炊いて、残った煮汁ごと冷まして適当に切る。

⑧ 菜の花：軽く湯がいて半分に切る。出汁・酒・醤油を合わせた浸け汁に浸けておひたしにしておく。盛りつける直前に軽く絞る。

⑨ 卵：溶き卵に水溶き片栗粉を少し加え、フライパンで薄く焼いて細切りにし錦糸卵にする。

⑩ 甘酢生姜：薄くスライスして湯がき甘酢に浸けておく。一晩おけば甘酢生姜になる。今回はそれをみじん切りにしておく。

⑪ 柑橘系の皮：今回は八朔。白い部分は苦味の元なので取り除き、みじん切りにしておく。

《手順》

① ご飯が炊き上がったらすぐ熱々のうちに大きなボールに移し、みじん切りにした甘酢生姜、柑橘系の皮、しその実を加え、すし酢を回しかけてざっくり混ぜる。ざるに移し、うちわであおぎながら軽く混ぜて熱と水気を飛ばす。人肌くらいに冷めて均等にすし酢が馴染んだらすし飯の出来上がり。

② 重箱にすし飯を敷き、表面を軽くならして下ごしらえした具を彩り良く盛りつける。

AD

季節の過ごし方

片瀬鍼灸院便り vol.1

お灸コーナー <春には“合谷”がお勧め>

自宅お灸で使う灸は、市販の「火を使わない灸」がお勧めです。
煙も出ないので、安心して使えます。

効果：気持ちを落ち着かせる作用
位置：手の甲の、親指と人差し指の間

⚠注意

★使用上の注意をよく読んでから使用しましょう。
★熱さを我慢しない様に注意しましょう。
★鍼灸師の指導を受ければ、より効果的です。
★飲食飲酒前後、入浴前後は避けて、ゆっくりと時間が取れる時がお勧めです。

☞詳しくは当院ＨＰ、「季節の過ごし方」のバナー参照

合谷にお灸を置いたところ

春夏秋冬、季節に合ったセルフケアを紹介します。手軽にできる「自宅お灸」を始めてみませんか。

未病治

東洋医学では、病気になる前の状態（未病）を治療して、健康な状態を維持する、あるいは取り戻すという考えがあり、これを**「未病治」**と言います。現代の予防医学と共通する考えですが、約二千年も前からあった考え方です。

皇帝内経という古い書物には、「未病を治せる医者を『上工』と言い、優れた医者である。」と書かれていました。

季節にあった過ごし方

日本には四季があり、春夏秋冬が緩やかに循環しています。東洋医学では、自然との関わりの中で過ごす人間の体も、春夏秋冬で変化していると考えられています。

健康に過ごすには、季節に合った過ごし方が必要といえそうです。

春のセルフケア

自然界では、「春は風」と言うように、風が強く、様々な物を吹き上げる季節です。人間の体の中も同様で、頭に血が上りやすく、気持ちがフワフワとして、精神的に高ぶりやすい季節です。

さらに、春は卒業、入学、入社、転勤等、異動が多い季節で、ストレスも多く、体調を崩しやすい季節と言えます。

春には「合谷（ごうこく）」というツボがいい

そんな春には、気持ちを落ち着かせる「合谷」がおすすめです。一日一回、お灸で気持ちを落ち着かせ、春を健康に過ごしてみませんか？

お灸の香りも、気持ちを落ち着かせるのに効果があります。

（写真・文　片瀬鍼灸院）

女性鍼灸師が行う女性専門

片瀬鍼灸院（かたせしんきゅういん）

神奈川県藤沢市片瀬1-6-36
0466(21)9881

完全予約制・不定休
江ノ電「柳小路」より徒歩7分

http://www.katase-shinkyuin.com

片瀬鍼灸院　検索

SHONAN SHOP LIST

九州有機自然食材ネット販売

九州果実 .com

所 東京都大田区大森東２-８-１
URL http://www.kyushukajitsu.com/

沖縄県与那国島のミネラル豊富な化石サンゴを使用し、九州のおいしい水と有機栽培で１つ１つ丁寧に育てた野菜や果物です。高級果物店で人気の品物も、新鮮なまま、生産者の思いと共にお届けします。ここにしかないこだわりの作物。本物にこだわる方こそどうぞ！

新鮮なままお届けします。

写真館・フォトスタジオ

ブルーフォトスタジオ鎌倉

TEL 0467-53-9409 所 鎌倉市雪ノ下3-1-31 Bow bells house 205 交 鶴岡八幡宮より徒歩1分 休 不定休（予約カレンダーをご覧ください） 営 10:00～19:00（電話によるお問合わせ） URL http://blue-photostudio.com

マタニティ、お宮参り、七五三、ご入学、バースディなど。正装での伝統的スタイル～カワイイお部屋でのカジュアル撮影まで、お子様にもご年配の方にもご満足頂けるスタジオです。
お宮参り、七五三のお祝い着レンタル無料、撮影後の参拝にもご利用頂けます。

卒業、入学、七五三のご予約はお早めに！

LIFE

Fashon
Music
Goods
School

welcome

アメリカンアンティーク＆ヴィンテージ＆コレクティブル
アメ車庫 http://ameshako.com
〒248−0011 神奈川県鎌倉市扇ガ谷 4−1−15 Tel. 0467-22-2727
営業時間 11:00～16:00
定休日 月・火

CAR·NEL 64

■1/64 スケールカスタム Version

Fairlady 240ZG　Fairlady Z S30

Skyline GT-R KPGC10　Skyline GT-R KPGC110

材質：ダイキャスト
価格：各 2,500（税別）

HIKO7 Model Gallery

ヒコセブン　検索

http://www.hiko7.com

モデルカーの買取も行っております！

国内外の完成品ミニチュアカーを数多く取り揃えた専門店。落ち着いた雰囲気の店内には数千台に及ぶミニチュアカーが並び、大人の収集家の目を楽しませる空間となっております。

〒247-0006 神奈川県横浜市栄区笠間 2-15-9
TEL：045-897-3255
営業時間：平日 11 時～ 20 時
土日祝日：11 時～ 19 時
定休日：月曜日

ダンススクール

ジーディーカンパニーダンススタジオ

TEL 046-872-7010　所 逗子市逗子1-8-15たむらビル２Ｆ
交 逗子駅新逗子駅から徒歩５分池田通りバス停前　休 不定休
営 10:00～20:30　URL http://www.geocities.jp/hirokinemura/

JDA ダンスコンクール

春の入会キャンペーン！！
３月４月に入会すると、
入会金が半額になります★

初回無料体験受付中!
ジャズダンス・バレエ・タップ・ビラティス
ヒップホップもあります!
基本を大切に、丁寧に指導いたします
２年に１度の発表会やお祭りなどのイベントにも参加!学校教育にも協力しています。初めての方も経験者も大歓迎です。一度のぞいて見て下さい

Delght 公演より

Gratia 公演より

代表　きねむらひろこ
社）日本ジャズダンス芸術協会　常任理事

入会金　¥10000　紹介割引あり
ビーチFMマガジン持参の方¥2000割引き
月謝　クラス別　¥6000～
チケット　10回　¥18000（消費税別）

ZEEDEE COMPANY

輸入住宅建築

スターホーム株式会社

TEL 046-876-6776　所 神奈川県三浦郡葉山町上山口1431-1
交 逗子駅よりバス20分「水源地入口」下車　休 なし
営 9:00～18:00（問合せ時間）　URL www.star-home.co.jp

薪ストーブの雰囲気が好きな方にはペレスターがおすすめ

ペレットストーブで火のある暮らし
「5 stoves HAYAMA」
by Star Home

人と地球に優しい家づくりをモットーに自然エネルギーの利用を進めているスターホームでは「5 stoves ＨＡＹＡＭＡ」というブランド名でペレットストーブを販売中。ストーブ関連商品や燃料の販売、ストーブ設置からアフターメンテナンスまでお任せください。

5 fivestoves

ペレットストーブは 5 stoves HAYAMA へ

new!「RS-4」上部で湯沸しできます

デザイン、機能性に優れている「オルコット」

個性的なデザインが人気「BRIO」

スーパーマーケット

㈱スズキヤ

逗子駅前店 TEL 046-871-3315 営 9:00～23:00　東逗子店 TEL 046-871-0658 営 9:00～21:00
葉山店 TEL 046-877-5311 営 9:00～21:00　逗子銀座通り店 TEL 046-870-3010 営 9:00～21:00
URL http://suzukiya-inc.jp

詳細につきましては、最寄の店舗までお問い合わせ下さい。

スズキヤは新鮮で安心・安全な食材の提供から、おいしい食べ方を提案します！

○Ｓクラブ会員様、絶賛募集中！
○お電話一本で、お買い物ができる大変便利な「宅配サービス」をご利用下さい。
○店内でお買上げの商品をご自宅まで、お届けする「配達サービス」もご利用下さい。重たい品、かさばる商品などに重宝です。

逗子駅前店

葉山店

逗子銀座通り店

簡単便利 スズキヤ宅配便

お問い合わせは フリーダイヤルで！

月曜日～土曜日受付中です。
9時30分～17時30分まで。

0120-713-315

※記事内の価格表記はすべて税込です。

葉山セレクト Innocence

ていねいに暮らす、ずっと大切にしたいアイテムを世界各国よりセレクト

ドイツ Redecker 社の自然素材にこだわった、種類豊富なお掃除用品、ヘアブラシや衣替え前の洋服のお手入れにぴったりな洋服ブラシなどが人気です。。
Boleslawiec 社のポーランド陶器は、グラタン皿、ティーポット、など数多く取り揃えており、ギフトのご用命も多く頂いています。ドイツ Exner 社のガーデニングアイテムやオーナメントは、雰囲気あるたたずまいで、これからの季節のお庭や花壇をお洒落に飾ります。
ドイツ BIRKMANN 社のクッキー型・ケーキ型などの製菓用品は、ネットで大人気のテディベアのクッキー型をはじめ、150 種類以上の様々な型を取り揃えました。

Open 11:00～18:00 3月:土,日,祭日(火曜日除く)のみ
葉山町一色 426（P有り）4月以降:火曜日定休
京急バス「一色住宅」下車すぐ
Tel：046-877-0522　Fax：046-877-0523
http://www.rakuten.co.jp/innocence/

ホームシアター&カフェ

cadenza（カデンツァ）

TEL 046-876-0777　所 葉山町堀内 172-1
交 京急バス『葉山マリーナ前』下車徒歩１分（P2台有）　休 水曜日
営 10:00～18:00　URL http://www.cadenza01.co.jp/　Mail cadenza@cadenza01.co.jp

140インチ（4K）THEATER CORNER

15 周年記念セール
4K 対応 85 インチ、
最新テレビ入荷放映中

一度出会ったら忘れられない音響と映像・照明・AV ファニチュア。それと上質なインテリアが織りなすホームエンターテイメント空間を、コーヒーでも飲みながら気軽にご体感下さい。
ホームシアターシステム設計で長いキャリアと実績を誇る専門店。

MODERN AV CORNER

CLASSICAL AV CORNER

宅配水

アクアクララサガミ

TEL 0120-641-032 所 横須賀市衣笠町 45-19 休 日曜・祝祭日 URL http://www.aquaclara-sagami.jp/
交 車：横浜横須賀道路 衣笠 IC より林方面へ５分　バス：京急バス　金子バス停徒歩１分
営 配達：月曜～土曜　9:00～17:00　電話受付：9:00～17:00（年中無休）

アクアクララは宅配水全国売上 No.1！12 ℓ 1200 円＋税

比べてください、毎日の水だから。安心便利な宅配水を電話 1 本でお届けします

【初回限定特別チャンス】
①無料お試しパックはボトル１本と卓上型かアクアスリムを初回のみ１週間無料で気軽にお試し！
②はじめてセットは設置月のサーバー代が無料！さらに初回のご注文のみボトル３本を１本分のお値段でお得に始められます！

アドバンスサーバーは月々 1500 円＋税

床置き型アクアスリムは月々 1000 円＋税

卓上型サーバーは月々 1000 円＋税

赤ちゃんがいるご家庭にはお得なサービス

Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.38
2015年 6月12日(金) 発行予定!!

椅子張替え

アトリエティー

TEL 046-876-3393　所 〒240-0111 葉山町一色 933 ＊現場、配送等で留守が多い為、事前にご連絡下さい。休 日、月、祝
営 10:00～18:00　URL http://www.ateliertee.com

アトリエティーは、店舗や病院などの商業施設、ダイニングチェアーやソファーなどの個人利用の椅子の張替えを行っています。
長年使用した愛着ある椅子が蘇ります。
うまれかわった椅子を再度ご愛用ください。
ご相談お待ちしています。

一つ一つ丁寧に作業しております。

株式会社フォルニクス
Contact us: s-enisy@folnics.biz Phone: 080-6805-9675

＝ 自社特許、自社システムのご提案分野 ＝
✓ 美容/整体院　無理なく繁盛させるWeb予約
✓ 介護事業所　各種記録から行政提出文書をOneClick作成
✓ 医療機関　直接来院患者を待たせないWeb診療受付

ご相談から導入・運用サポートまで
D.ヤマダがお手伝いします。（土日・祝日を除く10:00～18:00）

Hey PC ! work more hard

D.ヤマダ

クッキングツール販売

COOK & DINE HAYAMA（クック・アンド・ダイン・ハヤマ）

TEL 046-877-1104　所 葉山町堀内563　交 バス停「元町」より徒歩４分、バス停「風早橋」より徒歩５分　休 月、火（祝日の場合　翌日に振替）
営 10:00～18:00　URL http://www.rakuten.ne.jp/gold/cook/shop/

鉄のフライパンを多数品揃え。貴方に最適な1枚があります。

**まだフッ素樹脂のフライパンですか
鉄鍋伝道師が、あなたに最適な
鉄フライパンをお選びします。**

スグにこびり付いて毎年使い捨てにするフッ素樹脂フライパンから、鉄フライパンに乗り換える方が増えています。毎日鉄分が摂取でき、使い込む程に馴染んでいき、どんどん使いやすくなります。健康・環境にも良く、高い表面温度で何より圧倒的に美味しく焼上がります。

高性能薪ストーブ・ダッチウエストも販売。毎日店内で焚いてますヨ！

クラシックバレエ

R-BALLET

TEL 090-9800-1205　所 葉山町一色2183-4VillaMarea スタジオ
交 JR 逗子駅、京急新逗子駅より　海岸回り[逗11][逗12]バスで「一色海岸」下車徒歩1分
URL http://ameblo.jp/rballet2013　Mail rballet2013@gmail.com

初めての発表会に向け練習中!!

**本格的なクラシックバレエ
を楽しく学びましょう
新規生徒さんご予約受付中**

自然豊かな葉山のスタジオで、お子様（3才）から大人の方まで、趣味で楽しみたい方からプロを目指す方まで丁寧にレッスンをしています。音楽と一緒に動くことを楽しみ、美しい身体のラインを作っていきましょう。見学、体験レッスンなど詳細はお気軽にお問合せ下さい。

第１回発表会開催!!
2015年5月16日（土）
逗子文化プラザなぎさホール
入場無料、チケット必要です。
お電話かメールにて R-BALLET
までお問合せ下さい。

みんなで楽しくお稽古♪

お友達まってま～す♪

予科、児童科 BA、ジュニア科
大人クラスあります。
金曜朝大人ストレッチクラスも人気です。火木金（水）
入会金 10,000円
お月謝　6,000円～チケット制あり
教師　大澤涼子
＊特別教師講習会あり

テニススクール

ラベーラテニスクラブ

TEL 046-875-6680　所 葉山町堀内2245　交 葉山福祉文化会館隣　P20台有り
休 月（スクール休講日）　営 9:00（土日8:00）～22:00
URL http://www.lavela.jp/

砂入り人工芝コート2面（セパレート）で快適にプレー!!

**葉山町で唯一のテニススクール!!
緑に囲まれた閑静なテニスコート
でテニスを始めてみませんか？**

新規入会キャンペーン開催中！！
実績豊富な若いコーチ陣がお子様からご年配の方たちまで親切丁寧熱心にレッスン致します！！
またレンタルコートでのご利用も大歓迎ですので、気軽にお問合せください。
快適なテニスライフを約束します！

実績豊富な若いコーチングスタッフ!!

親切丁寧熱心に指導致します!!

お洒落なクラブハウスでティータイム♪

【予算】
新規入会キャンペーン開催！
特典①入会金8,000円無料
特典②マガジンを見た！で先着５名様ラケットプレゼント
スクール会費
平日8,000円　土日9,000円
幼児・小学生　5,000円
＊金額にはすべて、別途消費税がかかります。

※記事内の価格表記はすべて税込です。

葉山マリーナ

■046-875-2670■葉山町堀内50-2■駐160台(1000円以上ご利用で3h無料)
■JR逗子駅、京急新逗子駅よりバス「葉山マリーナ」下車■定休日HP参照
■HP: http://www.hayamamarina.com/

◆江ノ島・裕次郎灯台周遊クルージング　※要予約

気軽に豪華に湘南の海を満喫できる約45分間のクルージング。料金お1人様3,240円(税込)
※ランチがセットになったお得なプランもございます。平日4,320円/土日祝4,860円(税込)
出航時間: ①11:00～ ②13:30～ ③15:00～　ランチプランは4店舗より選べます。

English School

ジャック英会話

TEL046-871-5896　所逗子市逗子2-6-31 文章堂ビル3F（JR 逗子駅目の前、魚佐次さんの上）　休日曜日(不定休あり)　営月曜日～金曜日 10:00～21:00　土曜日9:00～17:00　URL http://www.jackenglish.jp

今ある生活をさらに楽しむために英会話を学んでみませんか？
小さなスクールだからこそ、お子様から大人まで一人一人にあった英会話が学べます。
無料体験実施中！
是非お問い合わせ下さい。
Have fun with English!

トリミング&ホテル・物販

トリミングサロン Diddy*Anne

TEL046-854-5507　所葉山町堀内1444-4
交『向原』の信号を曲がった道沿い　休水・日
営10:00～ 18:00　URL http://www.diddy-anne.com/

皮膚だけでなく関節炎や神経痛にも良いと言われてる高濃度炭酸泉を導入しました !!OPEN7周年記念キャンペーンで初回無料でお試しできます！
マイクロバブルと合わせて更に効果的☆
キャンペーンは4月18日までやってます。

オンライン shop 始めました

木工教室、木工DIY、ワークショップ

相談家具屋 WOODWORK CENTER

TEL046-884-9581　所逗子市池子1-8-3　交池子十字路徒歩1分
休月曜日　営9:00～18:00（木工教室　水～土）
URL www.soudankaguya.com

オーダー×DIY という新しいスタイルで、理想の家具を一緒につくりませんか？
また、4月25日～は
葉山芸術祭に参加し、自分で作るテーブルワークショップなども開催します！

WOOD WORK CENTER

毎週色んな WS しています! HP にてどうぞ!

レディースセレクトショップ

Pas De Bourree(パドブーレ 逗子店)

TEL046-870-6037　所逗子市逗子1-10-11　交JR 逗子駅より徒歩4分(なぎさ通り経由池田通り)　休無休　営10:00～19:00
Mail info@spezie.co.jp

春の風がやさしくパドブーレを駆け抜けています！
ホワイトを基調としたビタミンカラーコーディネイトでオシャレ度 up！
さあ、パドブーレで春を感じて下さい。
ご来店お待ちしております。

Pas De Bourrée

カラフルスニーカー 1,500 円です!

Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.38

2015年 6月12日(金) 発行予定!!

ギャラリー

gallery tiptoe（ギャラリーティップトゥー）

TEL046-854-8256　所葉山町堀内1422-10
営11:00～17:00　常設－木、金、土、（日曜は不定期）企画展中は別途ご案内　URL www.tiptoe-hayama.com

元関東学院セミナーハウスの側
隠れ家の様なギャラリー。
個性をきちんと表現出来る若い作家の器が中心です。

オシャレな器で生活を楽しく

HP のブログから
リアルタイムの写真を
ごらんいただけます

駐車は 1 台可能です。リード用ポールあり。

バレエスタヂオ

さかきばらバレエスタヂオ　主宰者　榊原富代

TEL 046-872-9955　所 逗子市山の根1-1-26
交 JR 逗子駅西口（裏駅）徒歩１分　駐車場完備
URL http://www.sb-bs.com/

くるみ割り人形I幕より

逗子のバレエ教室
無料体験のお申し込み受付中。
詳しくは HP をご覧下さい。

JR 逗子駅西口徒歩１分
通勤途中にも便利、お子様だけでも来られる安心の場所にあります。
経験豊かな講師陣が丁寧な指導でレベルに合わせてステップアップができます。
あなたも憧れのバレエをはじめてみませんか？

ジャイロキネシス

お月謝 7,500 円～

ウインドサーフィン教室

葉山サーフクラブ

TEL 046-877-5501　所 三浦郡葉山町堀内 1005-40
交 森戸神社参道　鳥居 50 m先右側　休 火曜日
営 9:00～18:00　URL http://www.hayama-surfclub.com/

ウインドサーフィン
始めるなら　当クラブへ！
プロランキング１位経歴の講師が２～３名の生徒さんと一緒に教えていきます。

体験スクール￥4,850
週末：第２日曜第４土曜
平日：常時受付ています
ご予約、お待ちしています

救助艇と共にスクール機材も浜まで運びます

自動車販売買取整備

オートバンク横須賀佐原インター店 株式会社然蔵（サクラ）

TEL 0120-491-999　所 横須賀市佐原 3-22-12　交 横浜横須賀道路佐原 IC から野比方向へ 300m 左側。最寄り駅京急北久里浜、JR 横須賀線久里浜駅
休 水曜日 営 9:00～20:00　URL www.sakura55.com　Mail sakura@glv-sahara.co.jp

★メーカー車種不問★
お探しの車が見つかります。
車高価買取！出張査定無料！
ご家庭で眠っているタイヤホイール、バッテリーなども OK！
★キズ・ヘコミ直し！
★車検・整備！
★カー用品販売！
★ボディコーティング！
★代車完備・引取り＆納車致します！

少し懐かしいクルマも展示しています。

動物病院

こうめ動物病院

TEL 046-878-9911 所 葉山町木古庭 1687-5 交 横横道路 横須賀 IC より葉山方面、車で3分。駐車場あり。休 水曜、第2・4日曜日 営 9:00～12:00 16:00～19:00 URL http://www.koume-ah.com　www.facebook.com/koumevet

葉山町と横須賀市の境にある犬猫専門の動物病院です。一般診療、予防医療、健康診断、外科手術などに加え、しつけ方教室も開催。ドッグラン、猫優先待合室あり。ペット保険対応。予約優先。

こうめ動物病院
Koume Animal Clinic

祝日も診療しています。往診・ペットホテルも行っています。

セレクトショップ

MARELLE（マレル）

TEL 046-875-5798　所 葉山町一色 428
休 日・月　営 12:00～18:00
URL www.marelle-hayama.com

「着る、暮らす、食す」をコンセプトにライフスタイルを提案しています。最新のマレル商品入荷情報やイベント情報は HP からご確認下さい。新生活や新学期を新しいエプロンで迎えてみてはいかがですか。ヴィンテージ風のソムリエエプロンです。

色違い、ステッチ違いあります

Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.38

2015年 6月12日（金） 発行予定!!

氣術治療

誓願臼堂　臼井繁勇

TEL 046-876-7778／090-8739-6878　所 三浦郡葉山町下山口 1306 駐車場有り　交 葉山大道【水源地入口】、または R134【葉山公園】よりちょうど中間。それぞれ車で2分。休 年中無休　営 完全予約制

私は世の中に「不思議」なことや「不可能」なことはないと思います。どこの医療機関に行かれてもなかなか改善されない病やケガでお悩みの方へ。ケガや痛みスポーツ障害、かぜから不治の病や難病などでお悩みの方、またペットのケガや病も気軽にご相談下さい。

一般的な「気功」とは、「氣」が違います。

※記事内の価格表記はすべて税込です。

タブレット&パソコン教室

パソコンじゅく新逗子教室

TEL 046-873-3717　所 逗子市逗子3-1-26近藤ビル２Ｆ
交 京急新逗子駅北口 HAC ドラッグ角右折、踏切と橋を渡ってすぐ左。
休 日曜日　営 10:00～21:00　URL www.pczushi.com

「マガジンを見た」で入会金¥3240→¥1620（半額）

iPad であの名曲を演奏？
パソコンはもちろん、
タブレットやスマホとの連携まで

お陰様で開業14年。IT 機器の単なる機能・操作説明だけでなく、活用場面に応じた最適な方法をご案内します。ゆったりとした座席で少人数制（最大６名様まで）、 1回120分のレッスンですので余裕をもってじっくり学べます。Windows8.1、Office2013対応。個人レッスンも承ります。

お一人１台ずつ機器をご用意しております

教室にはいつも笑顔があふれています (^0^)

お気軽にお問合せ下さい。

週替わりの生け花が香る教室

クラシック・バレエ教室

スズキ・クラシック・バレエ・アカデミー

主宰 鈴木和子（日本バレエ協会理事）TEL 0467-47-4343 所 鎌倉市小袋谷1-7-27星ビル2F・3F 交 JR 大船駅下車徒歩５分。大船消防署向い。営 HP をご覧下さい。URL www.suzuki-ballet.com

ローザンヌ国際バレエコンクール受賞者、海外一流バレエ学校への留学生も輩出してきたバレエスタジオです。
3歳～成人初心者、プロまでを対象に生のピアノ伴奏によるレッスンを行っております。バレエを楽しみたいシニアの方も歓迎しております。

2013 年開催 第 42 回発表会写真

住宅の設計・施工

ハレア

TEL 046-877-5123　所 葉山町一色925-1
休 不定休　営 9:00～18:00
URL www.halea.ne.jp　Mail info@halea.ne.jp

誰もが家に寄せる期待…
より素晴らしいライフスタイルを実現される事だと私達は考えています。
山と海に囲まれた湘南でお客様の幸せの家（HALEA）を創造させて下さい。
湘南ビーチ FM マガジンからご成約の方は、床暖房、食洗器、浴乾サービス。

HALE：家 +LEA：幸せ = 幸せの家

精神科、心療内科、訪問診療

そらうみクリニック

TEL 046-887-0268　所 葉山町一色2511-47 コースト葉山102
交 JR 逗子駅、京急新逗子駅より海岸回り〔逗11〕〔逗12〕バスで「芝崎」下車徒歩1分　休 木曜、日曜、祝日　営 外来10:00～13:00訪問診療14:00～17:00完全予約制　URL http://www.soraumiclinic.com/

精神科、心療内科を専門とする外来ならびに訪問診療を行っております。
女性医師が担当させていただきますので、女性の方でも安心してお話しいただけます。
よりよい人生についてや病気と共に生きることなど一緒に考えていきましょう。

そらうみ
クリニック
精神科・
心療内科
訪問診療

定期的にご自宅を訪問し診療を行います。

ジャズレーベル

スキップレコード

TEL 045-224-1040
所 横浜市西区みなとみらい2-2-1-2-39
URL http://www.skip-factory.com/skiprecords.html

1980年代に日本人の手で制作された West Coast の Jazz “ATLASRECORD” を復刻。ShellyManne, GeorgeCables ら West Coast を代表するアーティストの懐かしの作品を続々と復刻。現在9タイトル発売中。ご注文は http://www.skip-factory.com/skiprecords.html

お電話でもお気軽にお問合せ下さい。

Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.38

2015年 6月12日（金） 発行予定!!

建築業（新築・リフォーム・ガーデン・資材販売など）

株式会社キリガヤ　モデルハウス

TEL（本社）046-870-1500（モデルハウス窓口）046-872-6000 所 神奈川県逗子市沼間1-6-15 交 JR 東逗子駅下車徒歩2分 / 横浜横須賀道路「逗子IC」を下りて5分 休 毎週水曜日 営 10:00～17:00 URL http://www. kirigaya.jp

子供を下宿人にしない。リビングと子供部屋の結びつきを大切にした間取りのモデルハウスです。お掃除が楽な水廻りや、使い勝手の良い和室など、新築はもちろんリフォームにもきっと役立つエッセンスがいっぱいです。是非、モデルハウスへお越しください。

モデルガーデンも合わせてご覧ください。

ゴルフスクール

インフィニゴルフクラブ（22club 葉山）

TEL 046-878-7115　所 葉山町上山口3028
交 逗子駅より京急バス「衣笠行き」上山口小バス停下車１分　駐車場10台完備
休 月・火・金曜　営 9:00～22:00　URL 22club.net

葉山大道⇔池上十字路間、この看板が目印です。

ゴルフ仲間を作りましょう！
会員はみんな仲良しです。
お一人でも安心です！

レッスン専用の10打席ですから、
安心して練習が出来ます。
みんなでコースに行って
楽しくプレーしています！
お気軽に見学、体験に来て下さい！

お試しレッスン３回コースもあります。

みんな仲良く楽しむ！

ゴルフの旅（海外、国内）

２人はライバル？

マガジンを見た！で
体験¥2,000→¥1,200に割引
【予算】
年会費¥6,500＋税
月会費¥6,000＋税
※ご家族は、¥4,500＋税。
ボール代ほか1回¥1,200

自転車、パーツ、アクセサリー販売、修理

しまむらサイクル

TEL 046-871-3083　所 逗子市逗子5-2-42
交 JR 逗子駅徒歩２分、京急新逗子駅徒歩４分　休 水曜日
営 10:00～19:00　URL http://www.bic-shimamura.com/

春の日ざし。あたたかい光の中で思い切り手足を伸ばしたくなる季節です。
今、各メディアで話題のKEEN の UNEEK です。
３月に入荷予定です。
是非ごらんください。

KEEN UNEEK2015

英語スクール

コスモス インターナショナル スクール

逗子駅前校 TEL 046-884-8271 所 逗子市逗子2-5-25-301 交 JP 逗子駅前
ハイランド校 TEL 046-870-5468 所 逗子市久木8-22-26 交 JR 逗子駅よりバスで10分（スクールバス有）　休 日曜・祝祭日　営 9:00～18:00
URL http://cosmos-sch.com/　Mail highland@cosmos-sch.com

英語を通じて子供の興味を広げるスクールです。
年齢、状況に応じて様々なクラスがあります。
小学生ビギナークラス金曜日新規開設！
３月末までに AS,MK, PMK にご入会の方、入会金無料！

マリンレジャーには ライフジャケットを 着用しよう！

トヨタ自動車株式会社
新事業統括部 マリン事業室 トヨタマリン営業所

【TEL】0120-532-451
【所在地】〒443-0014 愛知県蒲郡市海陽町２丁目１番地
【URL】http://www.toyota.co.jp/marine/

クルマ屋が考えるマリン。船と語り海と語り合う事で「海の Fun to Drive」を実現しました。

ヤマハ発動機株式会社
『ヤマハマリンクラブ・シースタイル』

ヤマハマリンクラブ・シースタイルは、レンタルだからボートの維持費・係留費は一切不要。リーズナブルな月会費と毎回の利用料だけで全国約140ヶ所のホームマリーナでボート遊びを楽しめます。
お問い合せは：
[ヤマハホットライン] 0120-730-344
[URL] http://sea-style.yamaha-motor.co.jp/

株式会社リビエラリゾート
逗子マリーナ／シーボニアマリーナ

【TEL】0467-24-1000【所在地】神奈川県逗子市小坪5-23-9【アクセス】鎌倉駅より無料シャトル15分／土日祝日【定休日】火曜日のみ【営業時間】夏期：9:00～18:30 春秋期：～18:00 冬期：～17:30
【URL】http://www.toyota.co.jp/marine/

湘南最大の総合マリンリゾート。マリン・レストラン・ブライダル。コンサートなどイベントも多数開催しています。

バロークス
「缶に入ったプレミアムオーストラリアワイン」

【TEL】03-5222-6016
【所在地】〒100-7008 東京都千代田区丸の内2-7-2JP タワー8F
【URL】http://barokes.jp/

『軽い・割れない・すぐ冷える』から海辺でもボートの上でも気軽にワインライフが楽しめる缶入りプレミアムワイン

バロークス・プレミアム・シリーズ

※記事内の価格表記はすべて税込です。

歯科医院

ホワイトエッセンス新逗子　ねもと歯科クリニック

TEL 医院直通/046-871-8848 コールセンター/0120-70-8846（平日10:00～19:00）
所 逗子市逗子4-3-43　交 新逗子駅より徒歩5分　休 木曜・日曜・祝日　営 9:30～13:00、14:30～18:00（土曜午後は17:00まで）　URL www.whiteessence.com

完全個室でプライバシーも確保。リラックスできる上質空間♪

FM 放送でも人気の歯科医院！
五感を癒す個室空間で気持ち良く
歯のホワイトニング♪

笑顔の印象を大きく変える口元。輝く白い歯を手に入れたい貴女にお薦めなのが歯のホワイトニングに特化した「ホワイトエッセンス」。確かな技術を利用しやすい価格で提供。各種保証制度が充実しているのも人気の理由です。
憧れの白い歯で爽やかな笑顔に！

丁寧なカウンセリングがあるから安心。

透明感ある自然な白い歯で魅力的な笑顔に!

施術は全て女性の歯科衛生士が担当します。

マガジンを見た！で
《ホワイトニング12本
8,000円（税別）!!》
★白さUPは1回平均3段階
（個人差あり）
★保険適用外
★デンタルケアグッズ進呈
（歯科専売品）
2015/5月末迄

印刷・印章販売

はんこ屋さん21 逗子店

TEL 046-870-6682　所 逗子市逗子1-8-9
交 銀座通り入口交差点すぐ、セイジョーさんとなり
休 日曜、祝日
営 10:00～18:00
URL http://www.hanko21-zushi.com

印鑑印刷お任せ下さい

タクシー

逗子菊池タクシー株式会社

TEL 0120-2117-75
所 逗子市久木1-3-6
休 なし
営 6:00～25:30
（朝4:00～6:00は予約制）
URL http://www.kikuchi-taxi.co.jp

トリミングサロン

トリミングサロン　ぶぶはうす

TEL 046-884-8190
所 神奈川県三浦郡葉山町上山口3135
交 京急バス　上山口小学校入口側
休 月曜日
営 10:00～18:30
URL http//bubuhouse.com

スタッフ一同お待ちしてます。

タクシー

京急葉山交通株式会社

TEL 0120-71-2858
所 葉山町長柄1-1
営 6:00～25:00
休 なし
URL http://www.keikyu.co.jp/life/kurasu/taxi.shtml

BEAUTY

Beauty Salon
Nail
Esthetic
Relaxation

ガスクッカー

株式会社ガスクッカー

TEL 個人の方0120-7-8639-7
法人の方　06-6371-2951
所 大阪市北区中津1-4-5
URL www.gascooker.co.jp

全自動温度調節コンロ

熱帯魚・海水魚その他

Aquacapsule（アクアカプセル）

TEL 046-875-0651
所 葉山町一色1437-3（P／3台有り）
交 バス停 葉山小学校前から徒歩2分
休 毎週水・第三木曜
営 10：00～19：00
URL http://aquacapsule.s1.bindsite.jp/

お気軽にご相談下さい

エステサロン

スパライクサロン葉山/(Dione逗子葉山店)

TEL 046-884-9364　所 葉山町一色683-17ウンノビル202
交 逗子駅、新逗子駅より京急バス15分「一色住宅」下車1分（逗15,16系統）
休 水曜日午後、土日祝不定休　営 9:00～18:00　URL www.spalikesalonhayama.com

女子力アップ！素肌をみせる季節到来の準備はできてる？幼稚園から60代まで100名以上が通う脱毛サロンです。都度払いOKで行きたい時にやりたいパーツだけ可能。特にお顔脱毛は人気です。スペシャルトリプルコース1回3パーツ ￥10,800大変お得です

祝！独立キャンペーン中！詳細はHPで！

新築・リフォーム

イグアナボイス

TEL 046-875-9042
所 三浦郡葉山町長柄1311-1
交 「マーロウ逗葉新道店」隣り
休 基本的に年中無休
お気軽にお問い合わせ下さい。
URL www.iguana-voice.com/

実はリフォームが得意！

次号 vol.38
Shonan Beach FM 78.9 Magazine
2015年6月12日(金)発行予定!!

トータルビューティーサロン

tricca Balcony Hayama

TEL046-887-0158 所神奈川県三浦郡葉山町堀内939-11 交【バス】葉山一色（海岸廻り）行き「元町」下車徒歩5分。葉山堀内郵便局を曲がり「SCAPES」前。*駐車場4台あり 休毎週火曜日+第3月曜日 営月～金9:00～19:00、土9:00～20:00、祝日9:00～18:00 URL http://www.tricca-m2b.com/balcony/

幅広い年齢層のお客様にお越し頂いております。

代官山発
ヘア・ジェルネイル・
アイラッシュラロン

代官山に本店を構える、森戸海岸近くのサロン。ヘアーとジェルネイルの同時施術、アイラッシュなどトータルでお客様のきれいをサポート。4歳以下のお子様のヘアーカットは無料で、ファミリーでご利用頂けます。＊同伴者の方が同日カットする場合に限ります。

個室でのネイル&アイラッシュの同時施術。

木調をベースにした落ちついた内装。

tricca Balcony Hayama

【特典】
「マガジンを見た!」で初回20%割引。
さらに初回ネイルでご来店のお客様は、パラフィンパックを無料でさせて頂きます。

FOOD
Restaurant
Bar
Sweets
Grocery

スパサロン

スパサロン in Love Hayama

TEL090-4719-5750 所葉山町堀内445 交JR逗子、京急新逗子駅よりバス、葉山（海岸回り）行「元町」下車、徒歩4分。堀内会館そば・駐車場完備。休不定休 営10:00～21:00（最終受付19:00） URL http://www.love-hayama.jp/

アクアトリートメント
ヘッド＆フェイシャルスパ

頭皮トリートメントのみ
【約1時間】￥5,000
フェイシャル＆ヘッド
【約2時間】￥8,000

＊完全予約制
＊ポイントカード有り

自然水とゲルマニウムで汚れを引き出す方法。

バー

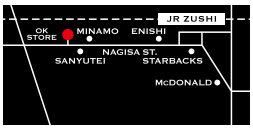
BAR Old Mark

TEL046-854-9666 所逗子市逗子1-11-12 八木ビルⅡ 1階 交JR逗子駅から徒歩3分 休未定 営19:00-26:00

古材と黒くシックな店内。バーオールドマークはカクテルが得意な大人のオーセンティックなバーです。ご希望のカクテルを熟練のバーテンダーがお作りします。逗子の長い夜を極上のカクテルでお過ごし下さい。

【予算・メニュー】
カクテル　800円～
フードメニュー
鳥モモ肉のコンフィ　1,100円
レバーペースト　700円　など

2月27日（金）OPEN
BAR
Old Mark



マッサージ＆エステティックサロン

massage ♥ esthetic Lokah　ロカハ

TEL046-890-1659 所葉山町堀内1735-125 交逗子駅より山手回りバス　葉山小学校下車　徒歩3分　駐車場完備 休不定休（完全予約制） 営9:00～20:00 URL http://www.lokah.jp Mail lokah@lokah.jp

美と健康の「自力」をつける。
・深部加温インディバ
・エサレン®マッサージ
・勝山浩尉智の美容矯正
・アンチエイジングフェイシャル

初回は30%OFFでお試しいただけます。

エンダモロジー Special　Price
7回¥51,500（1回約¥7,350）

lokahの人気メニュー小顔シンメトリー整顔

飲食業

ティールーム レストラン コンプリカータ

TEL046-887-0660 所逗子市逗子1-3-29 交JR逗子駅より徒歩2分（なぎさ通り、湘南薬局斜め前） 休水曜日 営午前11:00～午後7:00 URL http://zushi-complicata.blogspot.com/

美味しい紅茶とお食事＆スイーツで癒しのひとときを♪紅茶はもちろん、お食事、スイーツ、スコーンも取り揃えてお待ちしております！パニーニセット1000円～スコーンセット800円～スイーツセット850円～などなど。テイクアウトもございます☆

コンプリカータこだわりのメニューと紅茶。

Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.38
2015年
6月12日（金）
発行予定!!

※記事内の価格表記はすべて税込です。

ビストロ

Bistro & Wine Bar Barrel ビストロ&ワインバー バレル

TEL 046-874-5114　所 逗子市逗子1-6-27 ピアーズビル2F
交 JR 逗子駅より徒歩２分　休 月曜日　営 18:00～25:00

南仏を中心にこだわりのロゼワイン

気軽に楽しめる
フランス料理と
フランスワインのお店

こだわりの食材と美味しいフランスワイン、特にロゼワインに力を入れております。
またスーパー等で仕入れて行う料理教室が好評です。
随時受付しております。

4～5品制作の教室

25名様　パーティー例

ダイニングバー

ENISHI Japanese Restaurant

TEL 046-871-5382　所 逗子市逗子1-2-7
交 ＪＲ逗子駅徒歩１分
休 なし　営 11：30～15：00、17：00～26：00（L.O. 25：00）

古民家を改装した店内
旨い肴と酒、ご家族、友人大切な人との楽しい時間をお過ごし下さい。
昼：￥800～夜￥2,500～
お造り盛り合せ：￥1,980～
牛すじの煮込み：￥780～
鮪のカマ焼き：￥980～
生ハムとアボガドのサラダ
￥880～

▲お造り五種盛合せ￥2,980

精肉店

葉山旭屋牛肉店

TEL 046-875-0024　所 葉山町堀内898
交 バス停森戸海岸下車　休 年始　営 9:30～19:00
URL http://www.hayama-asahiya.com/

1901年創業以来、「地元の肉屋」としてみなさまに親しまれ、葉山コロッケや葉山牛を販売しています。

ギフト用には、ご予算に応じて箱詰めが出来ます。

ご自宅用には、ご希望の品を自由にお選び頂けます。

全国配送しております

飲食店・弁当製造販売

季節のおさかな料理店　逗子　うおへい

TEL 046-871-2259　FAX 046-873-2778
所 逗子市新宿2-9-34 交 JR 逗子駅より徒歩10分
休 水曜日　営 8：00～

「うおへい」の会席弁当はお祝い・ご法事・会議等にお届けしております。
店内では、完全予約制にて松花堂弁当又は和食コース料理をゆっくりお召し上がりいただけます。

年間を通し、板氷の販売も取扱っています。

ShonanBeach FM 78.9 Magazine

次号 vol.38
2015年 6月12日（金）
発行予定!!

レストラン

GREENPOINT　グリーンポイント

TEL 046-876-1983 所 三浦郡葉山町堀内50-2葉山マリーナ1F 交 JR 逗子駅より京急バス海岸周り一色行きバス「葉山マリーナ前」下車 休 火曜 営 平日11:00～21:00 土日祝10:00～21:00 URL http://zerodegrees.main.jp/green-point.html

夕暮れ時には美しいサンセットをご覧頂けます!

窓からの景色は全面が海。
厳選食材を使用した
シェフ自慢の料理をどうぞ！

食事と音楽と本をお楽しみいただけるカフェレストラン。フレンチをベースにした「湘南キュイジーヌスタイル」の料理の数々。葉山マリーナのロマンチックな雰囲気の中で、素敵な時間をご提供させていただきます。

手ごねハンバーグ タジン鍋仕立て

佐島しらすのジャポネーズ Bowl

シェフ特選牛肉のステーキ

＊ディスプレイされた本は自由に読むことができご購入もいただけます。
＊生演奏のライブあり
（詳しくはお尋ねください）

焼肉店

肉とめし　由比ガ浜　マルギュウ

TEL 0467-61-1929　所 鎌倉市長谷 2-16-15サイトウビル102号
交 江ノ電長谷駅下車徒歩２分、Ｐ有り　休 火曜日（金曜日ランチのみ休み）
営 11：30～15：00　17：30～22：00　URL http://www.marugyuu.com/

超お得！和牛ランチお肉３種盛り合わせ 1500 円

海と歴史と焼肉と！
海と歴史に囲まれた長谷に
新たなお肉の殿堂誕生。

旨い！安い！腹いっぱい！

この度、由比ガ浜にオープンいたしました焼肉屋　マルギュウです。

最高においしい霜降り和牛を限界価格でご提供できるよう頑張ってゆきますのでぜひ一度ご来店ください。

お持ち帰りにぜひ、焼肉ビビンバ丼 900 円

お肉の旨味が違います

お客様とお肉が主役です

【予算】（昼以外税別）
昼：900円　～1500円
夜：～4000円
・カルビ／ロース　850円
・シマチョウ　700円
・カルビの王様　1500円
・トマトのキムチ　600円

レストラン

洋食 ふたみ

TEL 046-887-0447　所 逗子市逗子6-2-2　交 JR 逗子駅より徒歩６分、京急新逗子駅より徒歩３分。逗子郵便局向かって２軒左隣り。
休 木曜日　営 ランチ11:30～14:30　ディナー17:30～21:00（L.O.）売店時間10:30～20:00　URL futami.ext.jp

オムライス・ハンバーグ・スパゲッティナポリタン等おなじみの洋食を本格的な味でお手軽に提供いたします。ディナーには自慢のチーズフォンデュ・ラクレットもお楽しみ頂けます。

売店でお弁当・揚げもの惣菜の販売あり!

酒屋

井上商店

TEL 046-873-2573　所 逗子市逗子2-1-15
交 JR 逗子駅水道道入ってすぐ
休 なし　営 月～土9:00～19:30／日10:00～19:00

良い米は人の心を和ませる。
佳い酒は人の気持ちを温める。
善い品は、気持ちをこめて作られる。
好いものがある所、雅い刻が漂い笑顔あり。
――井上商店。

春限定のお酒です

レストラン

アーセンプレイス逗子

TEL 046-876-9878　所 逗子市逗子5-4-29-1F　交 京急新逗子駅より徒歩約３分、JR 逗子駅より徒歩約５分郵便局斜め前　休 火曜日
営 11:00～21:00 (L.O.20:00)　URL www.earthen-place.jp/

アーセンプレイスで人気no.1スイーツのとりこプリンは北海道産生クリーム、牛乳、新鮮卵、きび糖、バニラビーンズだけの手作りの優しいプリン。シンプルながらも上はぽってり真ん中はとろり下はほろ苦きび糖カラメルのとりこになる美味しさ。お食事後のスイーツやお土産に定番の人気です。

中華料理

和樂（カズラ）

TEL 046-876-2705　所 葉山町一色1974　交 旧役場前バス停徒歩５分
休 火曜日　営 ランチ11:30～14:00（L.O）14:30CLOSE　ディナー17:30～20:30（L.O）22:00CLOSE　URL http://blog.livedoor.jp/kazra_1974/

葉山御用邸近く
隠れ家レストランの和樂。
新しい中華とそれに合うお酒がコンセプトのレストランバー。
毎週月曜ランチブッフェ。
自慢の手料理が並びます。
和樂の味をご家庭でも！
日替わり弁当￥650（税込）
スープ付きも好評発売中！

和樂の木漏れ日ブッフェ。ランチブッフェ¥3480(税込)

飲食店

Asian Cafe Dining PORT

TEL 0467-38-7540　所 鎌倉市材木座6-4-7
交 鎌倉駅よりバス５分「材木座」バス停より１分
休 無し　営 11:30～23:00　Mail port@sancreation.jp

開放感溢れるテラスはパノラマに広がる海を眺められます

海を見ながら各種パーティーやイベントを当店で是非！
ウェディングも受付中です

材木座海岸を180度見渡せるテラス席を御用意し、ペットもお連れできる東南アジア料理の店をオープンしました。生春巻きやガパオ炒めご飯、ナシゴレン、フォー等を誰にでも楽しめるようアレンジしたレストランです。地域密着をモットーにお待ちしてます。

テラスではペットと一緒に食事が楽しめます

スタッフが笑顔でお迎えします

月１回のフラダンスショーを開催中！

駐車場も併設されています

※記事内の価格表記はすべて税込です。

串揚げ処

串揚げ処 わさび

TEL 046-876-8045　所 逗子市逗子1-11-12　八木ビルⅡ　2F
交 逗子なぎさ通り商店街沿い　休 無休　営 17:00～24:00
URL http://www.facebook.com/kushiagewasabi

古民家をイメージした店内

常時 30 種の創作串揚げ
春の創作串揚げや
季節の湯葉料理をご堪能下さい

逗子で唯一の串揚げ専門店。
コース8本、12本、おまかせでも単品での注文も可。
また、串揚げの他に馬刺しやくじら刺、竜田揚、牛すじの洋風煮込みなどのサイドメニューもございます。

東寺湯葉

【予算】（税別）
3,000円～4,000円
ご宴会：2,500円～

【晩酌コース（2,480円）】
・ワンドリンク
・生野菜・牛すじ煮込み
・串揚げ5本・ご飯
詳しくはお問い合わせください

中華料理

福来成

TEL 046-873-9255　所 逗子市池子1-8-15
交 京急神武寺駅より徒歩7分
“池子十字路”バス停より1分。専用 P9台
休 木曜日
営 11:00～15:00
16:30～20:30

福来成 盛りだくさーん！

焼肉店

げんこつや　焼肉食堂

TEL 046-857-1529　所 横須賀市芦名2-20-23
交 JR逗子駅から京急バス長井行き大楠芦名口下車徒歩2分 P有り
休 火曜日、第3水曜日（電話にてご確認下さい）
営 昼11:30～14:00　夜17:00～21:00
URL http://members2.jcom.home.ne.jp/genkotuya29

ドドーンと焼肉三昧！

ワイン販売

湘南ワインセラー　鎌倉店

TEL 0467-23-9384 所 鎌倉市小町2-11-21 交 鎌倉駅より徒歩5分。鶴岡八幡宮の参道“段葛”沿い、鳩サブレ[豊島屋本店]さんの隣です。休 なし（臨時休業あり） 営 10:30～19:30 URL http://www.rakuten.ne.jp/gold/shonan/ Mail shonan@lily.ocn.ne.jp

フランス、イタリアを中心に、味にこだわり厳選したワインを多数取り揃えております。オーガニックや自然派ワインも充実。デイリーから特別なワインまで、気軽にお選び頂けます。

ワイン会や試飲会など、ときどきイベントも行っております。
詳しくは店頭&Facebookよりどうぞ。

シャンパンなど贈答用ワインも承ります。

コーヒー豆

プフランツェン

TEL 046-873-9720
所 逗子市桜山8-1-46
交 逗子駅より葉山方面に向かう田越橋沿い
休 月曜日・第一日曜日
URL http://www.pflanzen.jp

珈琲豆焙煎販売専門店

フレンチレストラン

サラマンジェ葉山

TEL 046-813-0145　所 葉山町堀内562
交 元町バス停より徒歩4分、風早橋バス停より5分
休 水曜日（水曜日が祝日の場合は営業）
営 ランチ11:30～15:00（オーダーストップ）
ディナー17:30～21:00（オーダーストップ）
URL http://salleamanger-hayama.com/

緑に囲まれながら…

燻製香房

スモークハウス葉山

TEL 046-875-6715　所 葉山町下山口1757
交 逗子駅から京急バス　葉山公園下車徒歩0分、御用邸前下車徒歩3分
休 月曜日（休日の場合は営業）
営 10：00～17：00
URL http://smokehousehayama.fc2web.com/

こだわりの燻製です。

次号 vol.38
Shonan Beach FM 78.9 Magazine
2015年6月12日(金)発行予定!!

『湘南ビーチFMマガジン～RADIO』

4/3(金)～
毎週金曜日 16:00-19:00 O.A.
パーソナリティ　晋道はるみ

★ 年4回発行『湘南ビーチ FM マガジン』タイアップ番組です！
★ ショップリスト掲載店のご紹介をしていく番組です！
★ 店主様によるナマの声で、お店の PR をお届けします！
★ インターネット放送で、店舗情報は全世界に配信されます！
★ Web 閲覧ももちろん可能！

ショップリスト
http://www.beachfm.co.jp/shop/index.html
Web版マガジン
http://shonanbeachfm.com/magazine/

湘南 Who's Who

【葉山町一色】全田和也（まったかずや）さん

キッカケは都会の中での子育てだった

写真・文／堀 祐一・菅原恵利子

以前の仕事は納品すれば手が離れたが、保育は完成が見えない。やればやるほど分からなくなるが、ベクトルは間違ってないと確信している。

都会の中で子育てに悩んでいた全田さんは、当時三歳だった息子を連れて逗子海岸に遊びに来た。すると子どもはキラキラと目を輝かせて遊び始めた。都市空間では動き回る子どもを押さえつけながら「あれダメこれダメ」を連発する子育てだったが、海岸では放っておいても目が届く。自由に動き回れる環境で子どもはのびのびと楽しんでいた。翌週は一色海岸で磯遊びに夢中になった。表情がみるみる変わる息子を見て「自然の中だと子どもは自分から育つ」と気づく。大発見だった。その足で不動産屋に立ち寄り、一ヶ月後には葉山に引っ越してきた。その頃はまだ東京で空間プランニングの仕事を続けていた全田さん、週の半分は帰れなかった。それでも、葉山に越してきて、息子には初めて友達ができた。間違ってないと確信する。

子ども達を自然の中で遊ばせていると、五感をくすぐるスイッチが入る。「いい匂い」「くすぐったい」と何かを発見して自分で自発的に動き、世界を広げ、個性をつくっていく。五感をくすぐれば、放っておいても子どもは育つ。全田さんは、そのことに気付いた親として、これはライフワークとしてやるべきなんじゃないかと考えるようになる。親がちゃんと育てなければ、と思い悩むより、子どもと一緒に自然の中で遊べばいい。そういう場をつくろうと動き始めた。すると、何かに導かれるように、共感者や協力者が次々と現れて、2012年4月に「ごかんたいそう」が始動する。

園舎は、海に近い逗子の住宅街に建つ古民家だ。ちょうど引っ越し予定だった友人が住んでいた。大家さんも「子どもの声が聞こえていい」と保育園運営を快諾してくれた。改装は友人のアーティスト達がボランティアで引き受けてくれた。大人もおやっ？と思う楽しげで開放的な外観。ここが、保育園「ごかんのいえ」と子ども対象のアートスクール「ごかんのアトリエ」の拠点。でも、悪天候でない限り子ども達は近くの海や山に出かけていて、午前中はここには居ない。外で五感を使って遊んでいるのだ。

この春からは、披露山の森の中に、保育とパーマカルチャーを合体させた「ごかんのもり」もスタートする。新しい園舎の脇には畑が広がり、鶏小屋や兎小屋もできるそうだ。近所から生ゴミを提供してもらい収穫物でお礼するとか、コンポストトイレを使った堆肥化など、土をいじりながら五感で循環を理解する。そんなワクワクするような試みがこれから始まる。

全田さんは、人の価値を偏差値で計る日本のシステムを変えたいと思っている。色や個性を失っていく社会人や多様性がなくなっている世の中をなんとかしたい。自分に自信を持ち、多様な人を認め合えれば、受験が下手でも豊かな人生が歩めるはず。ここで育った子ども達がつくる未来はどんな世の中なのだろう？今、自分のやっていることが1ミリでも貢献できたら嬉しい。

かわいらしいイラストのロゴマークが目印。

「ごかんのいえ」は逗子にある古民家。

逗子海岸は園児たちにとって一番の遊び場。

森の中に建設中のパーマカルチャー農園併設の保育園「ごかんのもり」。

全田和也
昭和50(1975)年 神戸生まれ。
葉山町一色在住。
特定非営利活動法人 ごかんたいそう
代表理事
http://gokantaiso.org

Shonan Community Board

※本情報は、2015年3月13日現在のものです。定員や締め切り等がある情報もございますので、詳しくは投稿者にご確認ください。

湘南江の島春まつり

子供たちに人気のあるミニSL乗車会、わんぱくキッズエリア、江の島の歴史を感じる貝細工体験や稚児行列、大人向けにもお笑いライブや太鼓ライブなど沢山のイベントが行われます。江の島エスカー、江の島サムエル・コッキング苑、江の島岩屋はお祭りの2日間に限り、小学生以下無料【日時】3/14（土）、15（日）

「みんな生きている～飼い主のいない猫と暮らして～」

野良猫をテーマにしたドキュメンタリー映画の上映と、地域猫の発案者である黒沢泰さんの講演を、猫のボランティアをしているグループにゃんずネット横須賀主催で行います。【日時】3/28（土）13：30～上映【場所】ヴェルク横須賀（京急横須賀中央駅から徒歩約5分）【問合せ】にゃんずネット横須賀 minnaikiteiru328@yahoo.co.jp

第21回逗子みやげまつり

JR逗子駅前で毎年、春と秋に開催している逗子みやげまつり。「逗子のいいもの」・「逗子みやげ」が並びます。【日時】4/11(土)10時～15時【場所】JR逗子駅前広場

鎌倉まつり

1959年(昭和34年)から続いている鎌倉の春の一大イベント。春の観光シーズンの幕開けを告げるお祭りで毎年4月第2日曜日から第3日曜日にかけて、鶴岡八幡宮を中心に静の舞、流鏑馬、野点席などさまざまなイベントを展開します。歴史と伝統が息づく、まさに鎌倉ならではの春の行事です。【日程】静の舞4/12（日）15時～、流鏑馬4/19（日）13時～【問合せ】鎌倉市観光協会 TEL0467-23-3050

春のかまくらランチタイムコンサート

上質な音楽と軽やかなトークで贈る、平日お昼間の1時間のコンサート。名門ウィーン・フィルハーモニー管弦楽団で日本人初の契約団員を経験した、藤沢出身のヴァイオリン奏者、白井圭が登場。【日時】4/23(火)開演11:30前 売り1,000円/問：鎌倉芸術館チケットセンター 0120-1192-40

葉山芸術祭

期間中、逗子・葉山・横須賀秋谷の各地区に点在するオープンハウスではそれぞれ、作品展、コレクションの陳列、アートを背景にしたカフェ、あるいはワークショップといった独特の「アート」あるいは「アートとの関わり」が数日の間公開されています。【会期】4/25～5/17 *開催期間が違うため各詳細はWEBでご確認ください。http://www.hayama-artfes.org/

青空アート市

青空アート市は葉山芸術祭では最も人気のイベントです。手づくりの各種クラフトやアート作品のブースが参道や境内にぎっしりと並び、広場では地元のフード類が屋台村となって参加します。【日時】5/16(土)～5/17(日)10:00～17:00【会場】森山神社境内

One ☆ Paw 写真展

センターから引き出された捨て犬「未来ちゃん」の姿から、全ての命が輝ける尊いものであることを感じてください。【日時】5/20（水）～24（日）10時～18時【場所】逗子文化プラザギャラリー・入場無料【問】090-8813-1384（One ☆ Paw 三浦）

SALON CONCERT CLASSICA BY THE SEA

ハンガリーの俊英クラリネット奏者コハーン・イシュトヴァーン&ピアノ・弦楽四重奏団の演奏をサロンスタイルでご堪能下さい【開催日時】6/20（土）開場16時開演17時【会場】リビエラ逗子マリーナ　オーシャンスイート【チケット】6,000円グラスシャンパン付【問合せ】湘南ビーチFM 046-870-3336

湘南情報大募集！

掲載をご希望の方は、下記へご連絡ください。
TEL 046-870-3313（湘南ビーチFM）
FAX 046-870-3323
mail:office@beachfm.co.jp

レッドロブスターで、最新のアメリカとスタンダードを楽しむコラボフェア!

2015年新フェア&新グランドメニュー
3月5日スタート!

Red Lobster 2015 Spring Fair Menu

2015年新フェアは、「American Table!」

アメリカンレストランのテーブルシーンをイメージしたメニューを楽しめるフェアをご用意いたしました。今回はUSレッドロブスターで人気のメニューも登場!「アメリカンテーブル」らしい他にはないメニューをお楽しみ頂けます!

[詳しくは特設サイト]
http://www.redlobster.jp/americantable

アルティメイトフィースト
3,480円(税込)

USレッドロブスター人気NO.1のメニューを日本でも!ロブスター、クラブ、シュリンプを一度に楽しめる豪華なプレートです。

2,980円(税込)

1ポンドステーキ(約450g)
大迫力!2種類のソースで味わう柔らかい肉質のビッグステーキ。肉好きにはたまりません!お腹も心も大満足。

1,780円(税込)

アメリカンミックスピザ
タンドリーチキン、野菜、チーズをたっぷりと乗せて焼き上げたアメリカンピザ。ケイジャンスパイスが決め手です。

880円(税込)

スイートチリシュリンプ
アメリカのレッドロブスターでも大人気!スパイシーなスイートチリソースとシュリンプは相性抜群の組み合わせです。

RED LOBSTER
FRESH FISH・LIVE LOBSTER

http://www.redlobster.jp/
レッドロブスター 検索
レッドロブスター 江ノ島店/レッドロブスター 逗子店

本誌をご覧になった方限定サービス「フリーリフィルドリンク×人数分」プレゼント!
※3,240円以上お料理をご注文のお客様対象　※対象店舗:レッドロブスター江ノ島店、逗子店
※1組1回4名様までとさせていただきます。　※有効期限:2015年5月31日(日)まで
※ご利用の際は、本誌をスタッフにお見せください

Editors Report

三菱自動車 Shonan Beach Driving E-mode

~年末年始、ロングドライブで九州へ初旅行

今回のスペシャルレポートでは三菱アウトランダーPHEVで年末年始のロングドライブをレポートします。

遡ること2014年12月26日金曜日、湘南ビーチFMもこの日が仕事納めでした。この夜から私の暫くの相棒は三菱アウトランダーPHEV。寒い深夜近くの出発でしたが、予めヒーターをオンに。でもエンジン音が無いのでご近所の事を気にすることなく荷物を積み込み、そして温かい運転席にすべり込んで、さあ出発。スルスル~とスムーズな発進で、これからはじまるロングドライブに、気持ちが高まりました。

外は寒いですが、シートヒーターが非常に便利。座面をほんわか温かく包んでくれて運転に安心感を与えてくれました。そして車両は東名高速道路へ。交通量はまだまばら、走行車線を静かに走りました。

暫くすると交通量が増えましたので、そこで機能させたのがレーダークルーズコントロールシステム、これ驚くほど便利でした。この機能、レーダーにより、認識した先行車の減速・停止に自動追従してくれるもの。右足はアクセルから離して、ハンドルと速度レバーを右手の親指でクリックリッとするだけで操作ができました。特にこの機能が力を発揮したのは、だらだら渋滞でした。だらだら渋滞の場合、普段は脚がつるくらいにアクセルを踏んだり離したりの連続ですが、これが一切不要で走行できるのです。車両が減速したり加速したりするときは、後ろに引っ張られたり、前に引っ張られるような、何とも言えない不思議な運転感覚、それがまた心地よく感じました。

結局、仮眠したのは空が白みがかってきた4時半頃。SAで仮眠をとりました。外は寒いのでヒーターは入れっぱなし、でもエンジン音が無いから周囲の車を気にせずぐっすり眠れました。

ところでこの車、スキー場のオープン待ちなどでも便利だと思いました。駐車場でヒーターオンで温かくして待てるんですから。

仮眠をとって元気になったので再び高速へ。大阪を過ぎ、ここまで来れば渋滞は少ないので運転もより楽になりました。広いフロントガラスに高い目線。これも運転へのストレスを軽減してくれるポイントでした。

そして車内ではスマートフォンをブルートゥースでカーオーディオとリンクしていたので、お気に入りの音楽をききながらのドライブを楽しみました。静かな車内に最新型のオーディオシステムで聴く音楽、心地よさ100%でした。

時々携帯に電話が入りましたが、これもボタン一つで通話スタート。運転姿勢を崩すことなくスムーズに会話が出来ました。いや~便利すぎです、三菱アウトランダーPHEV。

目的地の博多にも無事到着。初めての九州上陸そしてはじめての博多の街でしたが、カーナビゲーションのお影で迷うことなく目的地に到着することが出来ました。

年明けの逗子までの帰路ももろろん快適なロングドライブが楽しめました。このレーダークルーズコントロールシステムのお陰で大変スムーズなロングドライブを実感、三菱アウトランダーPHEVの素晴らしさを体感した旅となりました。

長旅から帰宅しても不思議なのですが、疲れがまったくありません。こんなロングドライブは初めての経験なのに……。

三菱アウトランダーPHEVと過ごした年末年始。レーダークルーズコントロールシステムのお影で楽で疲れ知らずのロングドライブができました。その余裕が他への気配りにまわせて、安全な走行ができたと思います。レーダークルーズコントロールシステムは、なんとも程よいところまで人間の領域に自動車が踏み込んで、あとはドライバー自身の判断にゆだねられるので丁度良いクルマと人のバランスだなと感じました。

三菱アウトランダーPHEV。街乗りでのEV走行も良いですが、ロングドライブの素晴らしさを一度体感してみてください。

きっと疲れない不思議な体感を実感すると思いますので、是非!!

(湘南ビーチFM　Y・O)

Shonan Beach FM magazine
vol.37 2015 Spring
TAKE FREE ¥0
発行・編集:逗子・葉山コミュニティ放送株式会社 〒249-0003 神奈川県逗子市池子2丁目5番6号

OGASAWARA ACADEMY

Discover yourself!
カルチャースクール

小笠原学園

逗子のお教室で楽しくレッスンしませんか？小笠原学園は1935年創業のカルチャースクールです。体操・ダンスのフィットネスに音楽・芸術・語学など教養を広げるレッスンや趣味で楽しむ講座等多数ご用意してお待ちしています。

無料体験レッスン開催中
一部有料の講座もございます。お問い合わせください。

あなたのチャレンジを応援させてください

Enjoy!

Change!

輝く人は はじめています

NEW

Hawaiian Quilt
体験レッスン
2,080円
4/17(金)18(土)
10時～12時半

らくらくキットを使用してのレッスンだから
はじめての方でも気楽に取り組めます。

きく　うたう　ひく　よむ　つくる

のびるときにムリなく伸ばす

ヤマハ音楽教室
Yamaha Music School

総合音楽教育
適期教育

男のエアロストレッチ / 太極拳と練功十八法 / ヨーガ / リズム&ストレッチ体操 / リズミックカンフー(大人・こども) / フラメンコ(大人・こども) / インド ムービー ダンス / フラ(大人・こども) / 朝ヨガ / こどものバレエ教室 / キッズダンスのT2K / ヒップホップ / キッズ体操のB-スウィッチ / ギター / ウクレレ / チェロ / ピアノ / 超入門からのジャズピアノ / フルート / エレクトーン / 弦楽アンサンブルクラス / 和裁 / 洋裁 / ヴォーグ手編み / 絵付け倶楽部ボタリーペインティング / 純銀粘土ジュエリー / ハワイアンキルト / 書道 / 声の演技術 / 朗読入門 / みるみる声が出る　艶やかボイス / 童謡・唱歌 / ボイストレーニング(個人) / 英会話 / イタリア語会話 / スペイン語会話 / 旅のスペイン語会話(ぜひ、体験レッスンや、見学にお越しください。)

□ 表示の内容は都合により変更する場合がございます。
□ 掲載受講料には維持管理費が含まれています。
・入会金は￥8,640 です。
・お月謝は講座毎に異なります
・維持管理費(216円～/月)
ご不明な点はお問合せください。

受講生募集中

詳しくは Home Page みてね！

Open 9:00~20:30 日曜・祝日定休
〒：逗子市逗子 5-10-28
京急新逗子駅南口徒歩１分 ＪＲ逗子駅東口徒歩７分
TEL：046－871－2082
http://www.ogasawara-gakuen.com