

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

2018
vol. 51
Autumn

25th Anniversary

FREE



【特集】葉山再発見



(mon ~ thu) 16:30/17:30 交通情報
 [Wed] (毎月第4週) 17:00 ~ CATCH UPI
 SandArtの美容(微妙)の話!?
 Shonan BeachFM magazine
 (sandArt)

18:00 (月1火曜日)
 市長町長異議議決インタビュー (再放送)

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

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>

リエラ選手マリナーズラジオリニューアルのお知らせ
 湘南ビーチ FM リエラ選手マリナーズラジオは、リエラ選手マリナーホテル(仮称)建設と同時にリニューアルするため9月3日(月)より一時クローズさせていただきますこととなりました。リニューアルは2019年夏を予定しております。期間中、サテライトスタジオからは湘南ビーチ FM 本社スタジオ(選手池子)からの放送となります。リスナーの皆様にはサテライトスタジオならではの放送を一時ご提供できなくなります。何卒、ご理解・ご協力をお願いいたします。新スタジオにご期待ください。

湘南ヘミングウェイ 長村光洋
 シガーボックスを片手に海の音楽を聴いてくついで探求する。色あせる 80分
 17:00 ~ トリ beer789
from Ikebukuro (毎月1回)
J.J. FRIDAY イケブクロ 2部
 石川恵子

SHONAN Crépuscule
 Léo Nagamura Panoceast
 湘南の海風にのせてお届けする最新のスウィングセッション

SWING TIME
 鈴木梨江
 アル・ハイムズ、カント・ペイシー、グスタフ・ブロンディ、ロビン・トリンク等の個性豊かな曲によるスウィングを楽しまてください。

FOREST JAZZ in RIVIERA TOKYO
 石川恵子
 池袋のリエラ東京よりジャズライブを放送!

HITS AROUND THE CLOCK The 80's
 本房雄一
 30年前の全米トップ10 + α

MOON LIGHT CRUISIN (re-air) 鈴木梨江 from California (毎月第1金曜日)
YANMAR presents West Coast Jazz Renewal (re-air)
 オークランドのJazz Club THE SOUNDROOMより最新のライブセッションの模様を配信いたします。

MIDNIGHT JAZZ
MEMORY LANE AGAIN
MORNING JAZZ

佐藤竹善 SUNDAY MUSICAL VOICE
 佐藤竹善
 Sing Like Talking の佐藤竹善が100%責任楽曲をお送りするホーダーレスな1時間。
 (ヤナセ メルセデス・ベッツ戸塚)

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

MUSIC OF HAWAII
 クママクア
 ハワイの鼻笛オヘで始まるアロハとマハロの音楽。
 (佐久間不動産)

HITS AROUND THE CLOCK The 60's
 晋道はるみ
 (週番ゲスト・折田晋道、鈴木雅雄、晋道淳一)
 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。
 50年前の全米トップ10 + α。
 週番ゲストこだわりの選曲による特集。
 (セイコー)

La Nuit
 魅惑の音世界

MIDNIGHT JAZZ
MEMORY LANE AGAIN
MORNING JAZZ

17 18 19 20 21 22 23 0 2 4

【三菱自動車提供アトラクター PHEV トライクインフュージョン】 (土・日) 8:30 / 9:30 / 10:30 / 11:30 / 12:30 / 13:30 / 14:30 / 15:30 / 16:30 / 17:30



COVER STORY 「インスタグラムアワー」
 ほくもスマホは持っている。持っているだけなく一応使っているのだ。楽しい事ばかりではない今の世の中、インスタに表現されているユーザーのショットは素晴らしい。それを見て楽しめる私達の今は幸福だね。



湘南ビーチFMを聴こう
<http://www.beachfm.jp>

Shonan Beach FM 78.9 Magazine
 水戸 vol.52

2018年12月7日(金)発行予定!!

SHONAN BEACH FM MAGAZINE VOL.51
 発行日：2018年9月14日
 発行：藤原 選手、渡山コエニエーイ放送株式会社
 〒244-0203 神奈川県藤原市池子2-5-6
 社：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 2018 Printed in Japan

EIZIN

Shonan Beach FM 78.9 Time Table (2018 Autumn)

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	sat	sun
6	ススキヤ提供 いってらっしゃい 【mon】 [wed] 香川恵子 【tue】 [thu] 石川菜帆 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。 (ススキヤ)						
7	JAZZY BREAK ~深呼吸しよう~						
8	DAILY ZUSHI HAYAMA 森川いつみ 逗子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						
9	WEEKEND BY THE SEA 江刺家愛 週末の朝は、湘南の海風を感じる音楽とローカル情報を。 【sat】 [sun] 8:20 フリッピン・グイン・ファンメーション 8:20 マリーナ情報 逗子・葉山・シー・ポニア 8:45 マリーナ情報 逗子・葉山・港・シー・ポニア 8:40 日曜朝市/八幡ママーマーケット情報 9:15 ウォーターズ・スポーツ・ツイッツインファンメーション 9:15 ウォーターズ・スポーツ・ツイッツインファンメーション 9:40 HAWAII 情報 9:40 アットちかき者 (湘南ちかき者) 10:00 WEEKEND OCEAN DRIVE 10:00 WEEKEND OCEAN DRIVE 10:45 マリーナ情報 逗子・葉山・港・シー・ポニア 10:45 マリーナ情報 逗子・葉山・港・シー・ポニア 11:00 ピクチャー・ズ・アット・ビクセルズ・アット (ピクチャー・ズ・アット) 11:15 ウォーターズ・スポーツ・ツイッツインファンメーション 11:15 ウォーターズ・スポーツ・ツイッツインファンメーション 月末(土) 11:30~55 市長町風車 藤原 藤原 インタビュー						
10	DAILY ZUSHI HAYAMA FRIDAY 晋道はるみ 10:15 ~ 30 葉山町提供 「トークイン 葉山」 11:15 ~ 25 逗子市提供 「ハロー逗子」 11:30 ~ 鎌倉あんちよ (かむいゆんちよ)						
11	AFTERNOON JAZZ ~ 屋下がりのジャズ ~ 湘南の屋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 【mon】 [tue] [wed] [thu] [fri] [sat] [sun] 10:15 ~ 30 葉山町提供 「トークイン 葉山」 10:15 ~ 30 葉山町提供 「トークイン 葉山」 10:40 ~ 50 善喜情報 10:40 ~ タウン・ヒックス (ゲスト) 協力: ロコモタ ネットワークス 11:00 ~ 03 ガスクッカー・ダイレクト提供 (毎月1~3週) 11:15 ~ 25 逗子市提供 11:15 ~ 25 逗子市提供 「ハロー逗子」 「船倉だいすぎ!」 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」 11:15 ~ 25 逗子市提供 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」 「ハロー逗子」 11:35 ~ 海からの詩						
12	J.J.FRIDAY 日本から発信するジャズプログラム from Ikkuburo (毎月1回) J.J.FRIDAY イケブクロ1部 (立教大学放送研究会) 池袋の街から音楽とともに、週末の昼曜日、新しく完成した湘南ビーチ FM リニア車庫からライブ・スタジオより生放送をおくりします。 15:00 ~ Driving E-mode (毎月1回) (三菱自動車)						
13	SHONAN BREEZE George Cockle (石川菜帆/ 菜島和江/ 井上七重) 湘南から発信する Good Groove Good Wave Good Breeze						
14	SHONAN MEMORY LANE FRIDAY 15:00 ~ 15:30 MITSUBISHI OUTLANDER PHEV West Coast Highway 14:00 ~ (毎月第1週) 前ムキはつらいよ 前田知洋、HOI DINO KIM 15:00 ~ 30 NA PRAIA (堀内藤志) 多様なブラジル音楽で織る30分 (ACTUS)						
15	SHONAN BEACH TWILIGHT TIME 鈴木梨江 湘南のサンセットを彩る音楽とともに 16:00 ~ GENERAL RADIO (THE NORTH FACE/ HELLY HANSEN 鎌倉店サポート)						
16	ISHII POPS IN THE BOX 人見欣幸 (石井食品)						



画像や動画で湘南ビーチ FM をチェック!
Instagram
https://www.instagram.com/shonanbeachfm_official/

789 掲示板

私を変えた1枚

男闘魂「I'm Waiting 4 You」

中学時代。最初はJPOPのアイドルから…そしてコンサートに行くようになり。確かこのアルバム頃のコンサートで、たまたまPAブースの近くになり。PAになりたい!とその後の進路まで決めてしまったのです。

ビーチFMで仕事をしていると、洋楽好きと思われるが基本本邦楽好きです…。

植原敬之「ひななとまき」

邦楽なので湘南ビーチFMでははかけられませんが…。どのアルバムも好きですが、最初はこの曲でした。言葉の使い方がすごく好き。自分は自分!凹んだ時に聴くと、ほんわかします。

この出会いがなければ、今の仕事はしていなかったと言ってもいい位。感謝!

AL JARRAU「Wait For The Magic」

ビーチFMで仕事を始めてから、会社にあるCDを聴きまく

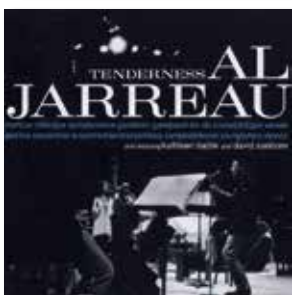
り洋楽のアーティストや曲を一

生懸命覚えていって、すごく好きになったのがこの曲。当時誰かがかけていたのかな?

柔らかい声がとても心地よくて。アル・ジャロウ、小野リサ、クレモンティーヌは放送時にスタジオにセットしている確率高いです!

Temijan「ZA ZA ZAI」

番組でお世話になり、海や山のことについてたくさん教えていただきました。実際に機材を持って山に行ったり海に行ったり、自然の中で演奏していただいた事も。海辺の暮らしの中に自然になじむ曲と歌詞。観光地湘南ではなく、その土地に暮らす人の湘南だなくと思えたのでした。



矢嶋志歩 (ミキサー)
DAILY ZUSHI HAYAMA
水曜日 10:00 ~ 12:00

音楽は好きですが、誰かに語れるほどのこだわりがないのが弱点です。なので、ひたすら聴く! いいなと思える曲に出会えたら嬉しいし。海と山があつて、青い空を見上げる時に合う曲が好き!です。

TARO's Notes



Text: 木村太郎

今年是全国的に気象災害が多いが、その災害情報のあり方に不満がある。

気象庁は「警報」ではだれも驚かなくなったのか「特別警報」を発明して連発した。それも「数十年に一度の…」という表現を連呼して、ある意味「狼少年」のようになってしまった。

また市町村が出す「避難準備」「避難勧告」「避難指示」はどれに緊急性があるのか分りづらい。いっそのこと「避難命令」にして「避難しろっ」と言った方がみんな逃げるのではないかと。

テレビの台風中継もお粗末だった。「並木が大揺れです」「白波が立っています」というのは画面を見れば分かることだ。「体が持つてゆかれそうです」とレポーターがよく言うが、そんなことよりも風はいつ頃から強まり、どの方向から何メートルで吹いているのかわりたいのだ。

NHKに至っては「安全などころからお伝えしています」と、曇った窓越しの放送ではなんのため

の台風中継が分からない。災害情報は住民の命に関わるコミュニケーションだ。送り手の都合で伝えられたのはかなわない。湘南ビーチFMの災害情報は、地元の方々の身になってお伝えするよう一層努めてゆきたい。

INFORMATION

大塚商会PRESENTS

SHONAN JAZZ BY THE SEA LIVE in RIVIERA ZUSHI MARINA

開場 17:15 開演 18:00 終演 20:00

2018年10月6日(土)

杉村彰&スウィングキャッツ MUSIC CHARGE ¥4,000

杉村 彰 (tp) / 高橋里実 (ts) / 大高 實 (tb) / 小林 洋 (pf)
青木喬嗣 (b) / 茂森輝哉 (ds)



杉村彰&スウィングキャッツ



伊東ゆかり

2018年11月3日(土)

伊東ゆかり MUSIC CHARGE ¥6,500

伊東ゆかり (vo) / 森丘ヒロキ (pf) / 和田弘志 (b)
丹 寧臣 (ds) / 近藤 淳 (sax)



ケイコ・リー



渡辺裕之

2018年12月1日(土)

ケイコ・リー MUSIC CHARGE ¥6,000

ケイコ・リー (vo) / 野力 奏一 (pf)

2019年1月12日(土)

渡辺裕之トリオ MUSIC CHARGE ¥5,000

渡辺裕之 (ds) ほか



【協賛】アサヒビール シュガーレディ本社 パロクスジャパン 【MC】キャロル山崎

【会場】リビエラ逗子マリーナ ブルービスタ(逗子市小坪5-23-16)【ご予約お問合せ】TEL 046-870-3313

*出演者、会場が変更になる場合もございます。最新情報はホームページにてご確認ください。 <http://www.beachfm.co.jp>

SALON CONCERT CLASSICA BY THE SEA

輝ける歌、満ちる心〜力強さと情熱のドラマティックテノール

- 開催日時：11月17日(土) 開場 16時 開演 17時
- 会場：リビエラ逗子マリーナ ブルービスタ
- チケット料金：6000円(グラスシャンパン付)
- 出演者：笛田博昭(テノール) 長島由佳(ソプラノ) 五十嵐麻利江(ピアノ)
- SET LIST：J. シュトラウス作曲オペレッタ「こうもり」より公爵さま、貴方のようなお方は
ドニゼッティ作曲 オペラ「ラ・ファヴォリータ」より優しい魂よ
ブッチーニ作曲 「ラ・ボエーム」より二重唱 愛らしい乙女 ほか



笛田博昭



五十嵐麻利江



長島由佳

※内容は予告なく変更する場合があります。

【ご予約】TEL 046-870-3336 ※24時間受付可能な湘南ビーチFMオンラインストアが便利です。

FOREST JAZZ in RIVIERA TOKYO ~金曜の夜は、池袋で美食とJAZZの音色に酔いしれて~

2018年9月28日(金) トミー・スナイダー・クインテット MUSIC CHARGE ¥6,000

Tommy Snyder(ds.vo) / 秋田慎治(pf) / Merlyn Kelly(b) / Jason Andres(sax) / マサ小浜(g)

2018年10月26日(金) 石塚隆充 Spanish Soul & Flamenco MUSIC CHARGE ¥5,400

石塚隆充 (vo.g) / 智詠 (g) / コモチキイチロウ (b) / 大儀見元 (per)

2018年11月16日(金) 木住野佳子 TRIO MUSIC CHARGE ¥6,000

木住野佳子 (pf) / 早川哲也 (b) / 加納樹麻 (ds)



【会場】リビエラ東京「MODARNICA モダニカ」東京都豊島区西池袋5-9-5【Dinner】17:30【開場】18:00【開演】19:00

【お問合せ】リビエラ東京 TEL.03-3981-3233 <https://www.riviera.co.jp/banquet/tokyo/event/>

*出演者、会場が変更になる場合もございます。最新情報はホームページにてご確認ください。

【2018年度限定】
お得なパス「3回パス」
「6回パス」販売中

毎月1回、金曜日の夜にジャズを定期的に楽しみたい方にぴったりの、
ミュージックチャージが1回分お得な「3回パス」、3回分お得な「6回パス」
初年度期間限定で特別な内容となっています





葉山インスタジェニック 葉山再発見

文／堀祐一

写真／#sbfm51 タグで instagram に投稿した方々

@sakanasity



@hayama_nine0 (9枚すべて)

絵になる葉山

今回の特集はちよと変則的だ。葉山町では平成27年からインスタグラムを利用した公式アカウントで葉山の魅力を探る試みを展開している。ハッシュタグ【#葉山歩き】をキーワードに様々な葉山の「いいね！」を集めて、平成29年にはフォトブックまで作成している。

それにちよっかり便乗して湘南ビーチFMでも「葉山インスタジェニック・葉山再発見」というキャンペーンを展開。【#sbfm51】というタグで公募した写真を並べて構成してみた。

短い期間で、広報もあまりしていないから知る人ぞ知るといふマイナーなチャレンジとなったが、それなりの枚数が集まったから、やはり葉山はインスタ映えする場所なのだろう。

ここでは文章少なめで画像を増やし、イメージで葉山を再発見していただきたいと思うので、場所やコメントは省略させていただいた。イマジネーション全開でご覧あれ。インスタグラムの閲覧はスマホでもPCでも可能なので、すべてをコメント付きでご覧になるとさらに楽しいと思う。

※画像キャプションは撮影投稿した方のインスタグラムでのユーザーネーム。

やはり葉山といえば海、そして富士山。



@sakanasity



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@chihocography



@chihocography



@chihocography



@y.takafuji



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@hayama_nine0

町中の気になる景観を切り取る。



@chihocography



@chico_film



@hayama_nine0



@kaorin_sea



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@chihocography



@chico_film



@itsumimorikawa



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@eriko.sugawara



@hayama_nine0



@wakana.66



@chico_film



@shonanbeachfm_official

真名瀬バス停は人気スポット。



@chihocography



@jyu_za



@bigfukuju



@hayama_nine0



@ageyamamoto



@y.takafuji

海岸に出るこみちもやっぱり人気。



@gosan2016



@gosan2016



@hayama_nine0



@hayama_nine0

緑あふれる山あいは季節を感じる。



@chihocography



@itoiji



@chihocography

夏の食事は海辺感がプラス。



@eriko.sugawara



@eriko.sugawara



@bigfukuju



@ht409jp



@chihocography



@ht409jp



@ht409jp



@eriko.sugawara



@itsumimorikawa



@fc3sfreak.13bre



@sachi_coco_



@6ock_roc9_bee



@eriko.sugawara



@sakanasity



@gosan2016



@shonanbeachfm_official (2枚とも)



@eriko.sugawara



@wakana.66



@eriko.sugawara

ここは葉山？というクールで不思議な景観。



@hayama_nine0 (12枚すべて)



@jyu_za (モノクロ5枚すべて)

そして海辺の夕陽は外せない定番。



@taromine



@hayama_nine0



@hayama_nine0



@itoiji



@chuu077



@chuu077



@yappi (代理投稿)



@jyu_za



@chihocography

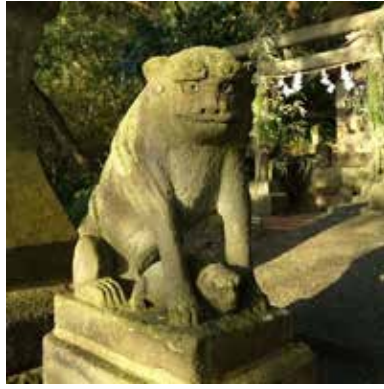


@jyu_za

何だかわからないスナップも含めて雑多なイメージ羅列が面白い。



@hayama_nine0



@itoiji



@hayama_nine0



@まりにゃん (代理投稿)



@eriko.sugawara



@hayama_nine0



@nuhorin



@fabrika.color



@taromine

インスタジエミックな写真を並べてみたが、葉山をご存知の方ならほとんど場所を知っているような気がする。今回はおもに夏の葉山が舞台となったが、1年を通じて撮影していればまだまだ被写体は豊富にあると思う。

公式の【#葉山歩き】は現時点ですでに4万7000件を越える投稿がある。こちらはかなり見ごたえのあるポリウムになってきており、町の広報としても、SNS利用で費用をかけずにイメージアップを図る試みとしては、画期的な成功を収めているといえる。

スマホのカメラ性能も年々進化するため、大きな一眼レフカメラを持ち歩かなくても気軽に素敵な写真が撮影できるようになっている。こうして普通の人がカメラマンとなってアピールできるようになったのもここ数年の話だ。いまやニュースや動画もSNSが主流となりつつある時代。プロとの区分けもつきにくくなっている。

どんどん高解像度になり、アクションカメラやドローンも手軽になり、SNSは膨大なデータを拡散するメディアとなる。近未来はどうなっているのか、予測するのがちょっと難しい。

※今回のキャンペーンに参加して投稿してくれたみなさんに感謝します。
ありがとうございました。

秋

は旬のおいしい食材が出回るから、普段はあまり料理をしない人も何かつくってみたくなる季節。そんな人にオススメなのが、今回のレシピ「カルパッチョ」だ。超カンタンなのに食卓に出せば華やかでお洒落な一皿だから、気軽に挑戦してみよう。

もともとイタリアでは、カルパッチョといえは生の薄切り牛肉を皿に並べてチーズやソースをかけたものだった。そのカルパッチョが日本に渡り、牛肉の代わりにマグロやカツオの刺身を使ってみたらおいしかった。それが逆輸入され、和食ブームの今、イタリアでも刺身でできる生魚が人手しやすくなり、生魚のカルパッチョはイタリアでも定番になった。

今回はキハダマグロを使ったが、カツオやサーモン、鯛などの白身魚でもおいしくできる。紹介しているのはシェフのこだわりも入れたプロ仕様のつくり方だが、手軽につくならお刺身用のお造りを買ってきて皿に並べるだけでもOKだ。彩り良し野菜を飾って、ワインと一緒にいただきます。

今回はキハダマグロを使ったが、カツオやサーモン、鯛などの白身魚でもおいしくできる。紹介しているのはシェフのこだわりも入れたプロ仕様のつくり方だが、手軽につくならお刺身用のお造りを買ってきて皿に並べるだけでもOKだ。彩り良し野菜を飾って、ワインと一緒にいただきます。



材料／約2～3人分

・キハダマグロ：1サク（約200g）

【トッピング用】

- ・赤パプリカ：1/2個
- ・黄パプリカ：1/2個
- ・白パプリカ：1/2個
- ・ピーマン：小2個
- ・玉ネギ：1/2個
- ・バジル：適量

【調味料】

- ・EVオリーブオイル：適量
- ・塩/胡椒：適量
- ・柑橘果汁：1/2個分

つくりかた

- ① キハダマグロを脱水シートで包んで、1時間半くらい脱水する。脱水シートがない場合は、キッチンペーパーでいいいに水気を拭き取る。
 - ② パプリカは中綿を取り除き、包丁で皮をむく。ピーマンも中綿を取り除き、金網の上に皮を下にして炙り、氷水に放って手でいいいに皮をむく。※ここはシェフのこだわりポイントで、皮をむいた方がソースを弾かずに味が馴染みやすく、食べた時に野菜本来の甘味を感じやすい。
 - ③ 皮をむいたパプリカ・ピーマンは、食べやすい大きさに切る。
 - ④ 玉ネギは、薄くスライスして冷水でさらし、水気を切る。
 - ⑤ 脱水したマグロのサクを薄くスライスする。
 - ⑥ 皿にスライスしたマグロをきれいに並べ、野菜をまわりに飾り付け、スライスした玉ネギを散らす。
 - ⑦ 塩・胡椒をふり、オリーブオイルと柑橘果汁を回しかければ出来上がり！
- ※ 刺身はもちろん本マグロでもインドマグロでもOK。カツオやサーモンや、鯛やヒラメなどの白身魚でアレンジしてもおもしろい。
- ※ トッピングの野菜は、キュウリ・トマトなどお好みで。オレンジなどの皮をすりおろして散らすと香りがたって見た目もお洒落。またはスプラウトやハーブなどの緑を散らしてもアクセントになる。
- ※ 要するに、旬の魚を刺身でおいしく食べることができれば、難しいことは何もないので気楽に好きなものをのっけ盛りしてみよう。



①玉ネギを冷水にさらして水気を切る。



①マグロを脱水シートで包んで脱水する。



②脱水したマグロを食べやすい大きさにそぎ切りする。



②パプリカの皮をむく。



③マグロとトッピング野菜を盛りつけ調味料をかけて完成。



③ピーマンは直火で炙り、皮をむきやすくする。



④炙ったピーマンを氷水で冷やし、皮をむく。



⑤玉ネギはスライス。

湘南 レシピ

recipe43 赤身魚のカルパッチョ

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・福村ヶ崎の予約制レストラン「フィールドノットman」竹内満シェフ（tel.0467-24-6002）

写真・取材／堀祐一・菅原恵利子

ツボコーナー <秋には“尺沢”がお勧め>

★ツボの探し方

尺沢：肘を軽く曲げると浮き上がる腱の外側にある窪み。



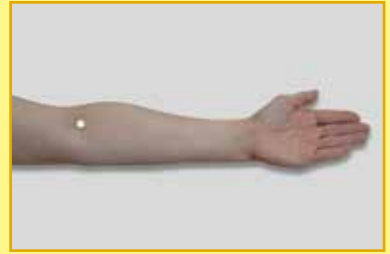
季節の過ごし方

片瀬鍼灸院便り vol.15

▲注意

- ★強く押しすぎない。
- ★指の「はら」で押さえる。
- ★1か所を5秒くらい押す。それを2~3回繰り返す。
- ★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



白い○が尺沢の位置



美肌を守る「気・血・水」

皮膚は表皮、真皮、皮下組織の3層になっています。成人の場合、皮膚を広げると畳1枚ほどの大きさになります。一般的に、表皮の事を肌といい、この部分は新陳代謝で新しい細胞に入れ替わります。

肌の役割の一つは、外邪（がいじや）・紫外線・乾燥、風、細菌やウイルスなど体の敵（てき）から体を守る、バリア機能です。強い紫外線でダメージを受けた肌は、新陳代謝やバリア機能が低下するために、外邪が侵入しやすくなります。

東洋医学では、「気」「血」「水」の働きが良いと、肌のバリア機能が良くなると考えます。

「気」は体を動かす力や臓器を健康に保つ力、「血」は血液で、栄養を全身に運ぶ働き、「水」は水分代謝を現します。

化粧品で肌のバリア機能を整える事も大切ですが、美肌を保つには、顔だけのケアでなく、「気血水」のバランスを整えて、体全体を健康に保つことが大切になります。



秋のセルフケア

肌のたるみが気になる方は、「気」の流れが悪くなりやすいので、深呼吸やウォーキングで、「気」の流れを高めましょう。

シミやクマが気になる方は、「血」の流れが滞りやすく、乾燥やしわが気になる方は、「血」が不足しやすいので、暑い日でも湯船に入り血液循環を良くしましょう。

むくみが気になる方は、「水」の代謝が悪くなりやすいので、水分補給に気をつけながら、運動で汗をかき水分代謝を良くしましょう。



尺沢で肌の養生

尺沢は肘にあるツボで、体に潤いを与える作用があるので、紫外線のダメージを受けて、乾燥した肌の健康を取り戻すのにお勧めのツボです。

また、肺の機能を高める働きがあり、秋になると咳が出やすい人や、風邪をひくと喉に不調が出やすい人にもお勧めのツボです。

(写真・文 片瀬鍼灸院)

神奈川で唯一“大学病院の博士が推薦する”女性専門鍼灸院

かたせしんきゅういん
片瀬鍼灸院

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



教育 (幼児教室)

学研葉山堀内教室

TEL 090-6566-5059 所 三浦郡葉山町堀内673-2 木下会館2F
 交 バス停風早橋よりすぐ 営 水曜日 17:00～19:00
 URL <https://www.889100.com>

2018年夏開室しました。
 学研教室幼児週1回コース
 限定の教室です。
 もじ・かず・ちえの3つの
 領域をバランスよく、何よ
 り楽しく学習していきます。
 小学校入学準備を完全に!



はじめての塾は学研教室にお任せください。

English School

ジャック英会話

TEL 046-871-5896 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。
 Autumn キャンペーン
 9/14～12/6の期間に入学
 された方は TOIEC の受験
 料無料!



無料体験実施中! ぜひお問い合わせ下さい。

葉山セーリングカレッジ・シーカヤッククラブ

TEL 046-877-5399 所 葉山町堀内939-13 交 JR逗子駅バスターミナル3番乗場、
 海岸回り「葉山」行きバス、「元町」下車。徒歩4分。休 火曜日 営 9:00～18:00
 URL <http://sailco.com/>(葉山セーリングカレッジ) <http://seakayakschool.com/>

ヨット、シーカヤックスクール・クラブ

葉山セーリングカレッジ・
 シーカヤッククラブは
 森戸海岸すぐ前で、ヨット、
 シーカヤックのスクールと
 クラブを運営しています。
 初めての方ももちろん大歓迎
 です。詳しくは WEB で!



ヨット、カヤックの爽快感は格別です!

新規会員 & スクール生
 会員募集中!

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2 F
 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)

月替わりテーマの「2コイン
 ショートレッスン」詳細は
 お気軽にお問い合わせください。

お陰様で開業から17年目。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) 1回120分のレッスンです
 のでじっくり学べます。Windows10
 対応。iPad やスマホを使いこなす
 ためのカリキュラムもあります。



週替わりの生花が香る教室



お気軽にお問い合わせ下さい。

GarageBand (ガレージバンド)

って何?



紹介動画をご覧ください。

教育

明光義塾葉山教室

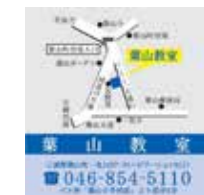
TEL 046-854-5110 所 葉山町一色 1437-3-015 交 バス停葉山小学校徒歩3分
 文教堂さんの真裏です 休 日曜日、月末29～31日 営 14:00～21:30
 URL <https://www.meikougijuku.jp/school/kanagawa/miura-gun-hayama-machi/S2322/>



住宅街の中にあるので、通塾も安心!

小中高生 1科目から
 成績 UP! 徹底指導
 無料体験受付中!

当教室では、お子様の状況に合わ
 せて、一人ひとりに合わせた学習
 を行っていきます。
 お子様の目標が一つの空間で達成
 できるよう全力でサポートしてい
 きます。
 無料体験授業も受付けております。



先輩後輩と力を合わせる時もあります。

【特典】
 「マガジン見た!」
 で入塾した生徒の方へ、
 ディズニーチケットプレゼント!

明光義塾!

ヒーリング&アロマトリートメント

朱いハイビスカス in 葉山 Salon IRIE (アイリー)

TEL 080-1106-5558 所 葉山町一色(パーク四季内) 交 電車の方は逗子駅まで送迎あり。駐車場あり。休 無定休(完全予約制)
営 10:00~18:00(要相談) Mail iho08185558@gmail.com

ハワイのmanaヒーリングとアロマリンパマッサージで相乗効果。冷え症の方、リフレッシュしたい方、大歓迎です。アロマの香りに癒されながら、心と身体にアプローチしていきます。



<完全予約制>女性専用隠れ家サロン

BEAUTY

Beauty Salon
Nail
Esthetic
Relaxation

パーソナルトレーニングジム

Y'S BODY FACTORY

TEL 090-4186-2020 所 葉山町堀内744-7 ラポール葉山2F
交 京急バス「風早橋」下車徒歩2分(P3台有) 休 土曜
営 7:00~21:00 URL http://ysbodyfactory.com

完全予約制のパーソナルトレーニングジム。
2018ミスユニバース公認トレーナーが健康に美しくなるダイエット法を伝授します。
自分の人生をリセットしたい!
明るい未来を手に入れたい!
そんなあなたを応援します。



岩盤浴・ヨガ・ボディメンテナンス

鎌倉 HAMMAM (ハママ)

TEL 0467-24-8660 所 鎌倉市御成町7-13 交 鎌倉駅から徒歩3分 御成通り直進右手 休 無し 営 9:30~レッスン終了まで(曜日によって異なります) Mail info@hammam.jp Facebook: Hammam blog: Hammam

パワフルなデトックス効果を持つ麦飯石の岩盤浴内で他にはない独自のプログラムで健康な美ボディを手に入れましょう!
レッスンで汗を流した後のトリートメントはまた格別!高級ホテルのスパ気分をお手軽に味わってみては如何ですか。
ご予約お待ちしております。



Photo: Peter Tazgan
ボディメイク by Keiko

トータルビューティ

Rihand ーリハンドー

TEL 080-5195-5600 所 葉山町堀内670 交 「風早茶房」隣り、平屋オレンジの屋根が目印 休 不定休 営 11:00~20:00
URL http://rihand.jp/

Facial, Body, Headspa を中心に疲れた身体をオイルで流します。完全個室のプライベートな空間で光と香りと音に包まれて特別な時間を過ごしてみませんか?



ヘッドスパは男性にも人気のメニューです。



Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.52

2018年 12月7日(金) 発行予定!!

トータルビューティサロン

tricca Balcony Hayama

TEL 046-887-0158 所 葉山町堀内50-2 葉山マリーナ2F 駐車場完備 交 JR 逗子駅より京急バス一色行き「葉山マリーナ前」下車 休 火曜日 営 平日9:30~19:30 土:9:00~20:00 日・祝日:9:00~18:00 URL http://www.tricca-m2b.com/



大人世代からお子様まで、お気軽にお越し下さいませ!!

代官山発
トータルビューティヘアサロン
☆雑誌掲載多数☆

新鮮でヘルシーな飾らないスタイルが得意な tricca ☆
江ノ島や富士山が広がるサロンで、指先のキレイやリラクゼーションメニューで癒されに…
ヘア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皆様のキレイをサポート致します♪



店内はオーシャンビューの広々とした空間



ゆったりとした場所でネイルとアイラッシュ

~親子特典~
お一人様¥5832(税込)以上の Hair メニューをされた方のお子様(4歳以下)のカットを無料サービスさせていただきます。
~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いただきます。
~夕方割引~
16時以降にご予約の方全員に10%割引とさせていただきます。

BAR Old Mark

TEL 046-854-9666 所 逗子市逗子1-11-12 八木ビル2 1F
 交 JR 逗子駅よりなぎさ通り沿い徒歩3分 休 不定休 営 18:00
 ~2:00 URL <https://m.facebook.com/bar.oldmark.jp>

木の温もりを感じさせる隠れ家
 のような店内。こだわりのカクテル
 や豊富に取り揃えたシングル
 モルトを中心としたハードリカーを
 お客様のお好みに合わせてご
 提案いたします。シガーも多数、
 常備しておりますので、お酒と併
 に至福の時をお過ごし下さい。

BAR
 Old Mark



ビーチ FM ビール 789 を使用したビアカクテル

il Veliero HAYAMA (イル ヴェリエロ ハヤマ)

TEL 046-890-6357 所 葉山町一色2389-6 交 逗子駅より海回り三ヶ下海
 岸バス停下車1分 休 水曜日 営 ランチ11:30~15:30 (L/O15:00) デイ
 ナー17:00~21:00 (L/O20:30) URL <https://pizzeria-ilveliero.com/>

店名はイタリア語で「帆船」。
 白を基調とした店内は本場
 イタリアのインテリアを随
 所に使用。イタリアの窯職
 人に作ってもらったオリジ
 ナルのピザ窯はピッツァの
 おいしさを引出します。



ミサキドーナツ

TEL 046-876-9981 所 逗子市逗子6-5-1 ホワイト & グレイ 5 番
 館 一階 交 京浜急行線「新逗子駅」南口徒歩2分 休 年中無休
 営 10:00~18:30 URL <http://misakidonuts.com/>

学校行事や会合、イベント
 など大量注文にも対応しま
 す。オリジナルドーナツは
 もちろん、メニューやご予
 算など、お気軽にご相談く
 ださい。鎌倉店でも承りま
 す!



気持ちのこもったドーナツをお届けします。

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://genkotuya29.main.jp/>



ドーンと焼肉3味!

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/>



こだわりの焼製です。

FOOD

Restaurant Bar Sweets Grocery

Breeze Terrace Shonan

TEL 046-874-6722 所 横須賀市湘南国際村1-1-6
 交 京急バス湘南国際村子安口徒歩4分 休 火水木
 営 10:00~17:00 URL breeze-terrace-shonan.com

湘南国際村にコーヒーと
 音楽の店をオープンします
 (10月中旬頃)。駐車場10台。
 ここちよい風、ここちよい
 音、ここちよい空間、そし
 て手作りの飲み物と軽食を
 用意してお待ちしています。



さわやかな風がテラスを吹きぬけます。

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](mailto: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일리
 から特別なワインまで、気
 軽にお選び頂けます。



シャンパンなど贈答用ワインも承ります。

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
 URL <http://www.pflanzen.jp>



珈琲豆焙煎販売専門店

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P14台
 休 木曜日
 営 11:00~15:00
 16:30~20:30



福来成 盛りだくさん!

HAYAMA せた亭

TEL 046-887-0099 所 葉山町堀内 541-19
 交 元町バス停下車徒歩2分堀内会館前 休 月・火曜
 URL http://seta-tei.jp

三浦の食材をふんだんに使ったフレンチは、和のエッセンスで優しい味わいに。ランチは1500円から、ディナーも2200円からとリーズナブルな価格設定も魅力です。



自然光差し込む店内でゆったりと過ごせます。



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 水曜日 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。



全国配送しております

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。

森戸茶房

TEL 046-876-9666 所 葉山町堀内 1005-31 1F 交 逗子駅東口より京急バス葉山一色行き「森戸神社」下車すぐ。森戸神社参道内。
 休 火曜 営 11:30～17:00 (L.O.) URL http://moritosabou.com

豊富な種類の手作り点心と、選りすぐりの中国茶がたのしめる本格飲茶レストラン。ランチセット ¥1500～もご用意。ご家族やご友人と、ぜひお越しください。



開放感あるテラス席は、ペット同伴利用も可能です



本家鎌倉 ちりめん山椒・すっぱんこぶ専門店

TEL 0467-23-1500
 【取扱店】井上蒲鉾鎌倉駅前店、鎌倉亀善、ぎやらりー伊砂
 Mail http://www2.honke-kamakura.com/

ホカホカご飯にバターと「すっぱんこぶ」。お好みで卵をかければ究極の卵かけごはん完成! コラーゲン豊富な「すっぱんこぶ」(55g) 無添加「ちりめん山椒」(60g) 各¥1080 (税込)



鎌倉みやげ、ご進物にも最適。

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 休 月 営 17:00～24:00
 URL https://ja-jp.facebook.com/kushiagewasabi/

LINE
 お友だち登録
 ↓ ↓ ↓
 【1000円クーポン贈呈中】



逗子で唯一の串揚げ専門店。

お料理 うおへい

TEL 046-871-2259 所 逗子市新宿 2-9-34
 交 JR 逗子駅より逗子海岸方面徒歩10分逗子開成学園裏
 休 水曜日 営 11:00～21:30

お届け料理専門店
 通夜・葬儀・法事の料理弁当を御希望の会場へ配達致します。
 電話にてご相談、ご予約お待ち申し上げます。



うおへい御膳 ¥4,536

葉山町堀内に「大人の居場所」できました。

宮崎 尾崎牛のつけ丼でお昼ご飯はじまりました。

大きな窓から見る空と緑で、
 ゆっくりと楽しんでください。

薪ストーブの煙突が目印です。

http://chai-hayama.com/



OVER THE RAINBOW



神奈川県三浦郡葉山町堀内 562-1 堀内タウンハウス D Tel&Fax 046-815-8709

営業時間 ▶ [木曜～月曜] 11:30～14:00/17:00～22:00 [火曜] 17:00～22:00 定休日 ▶ 毎週水曜&月に一度火曜 ※ご予約はお電話で / 駐車場有 / 未成年の方ご遠慮いただいております

飲食(寿司店)

福ふく

TEL 046-875-1204 所 葉山町堀内764-8 交 葉山教会下、木下通り木下信号 休 水曜日第3火曜日 昼の部 11:30~14:00 夜の部 18:00~22:00 (出前は18:00で終了) URL <http://www.hayama-fukufuku.com>

昼、夜ともに地魚や旬の物を取り入れたコースもご用意しております。アラカルトでのお食事も可能です。リラックスした空間で、至福のひとときをお過ごし下さい。出前も賜ります。



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 昼 ランチ 11:30~14:00 (土・日のみ) 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ください。 夜 ¥2,500~ お造り盛り合わせ ¥1980~ 牛すじの煮込み ¥780~ 鯖のカマ焼き ¥980~ 生ハムとアボガドのサラダ ¥880~



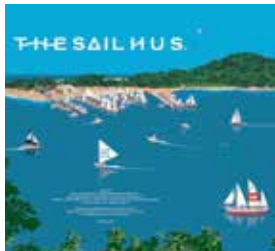
▲お造り五種盛り ¥2,980

カフェ・バー

THE SAIL HUS

TEL 046-854-9925 所 葉山町一色1723 交 JR 逗子駅・新逗子駅より京急バスで15分。葉山大道下車、徒歩1分 休 水曜日 10:00~17:00 (金、土は23時まで) URL <http://www.coffee-hus.com/>

クルーと仲間達が集い、新しい出会いと価値を生み出す場所にしたいという想いから、店舗名をCOFFEE HUS 改め海の家「THE SAIL HUS」に変更し、週末はバー営業もスタートします!



夏以外もTHE SAIL HUSでお楽しみ下さい!

THE SAIL HUS



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 月 土 9:00~19:30 / 日 10:00~19:00

ここでしか出会えない酒がある。季節を感じ、日本を知ることのできる酒屋です。発酵食品や本物の調味料も揃っています。逗子駅すぐ。ぜひ一度お越しください。現在、お酒の配達員を募集中。要原付免許。60代でも歓迎です。お電話か、直接お店まで。



熟成されたひやおろしが秋を感じさせます。

焼肉店

肉とめし 由比ガ浜 マルギユウ

TEL 0467-61-1929 所 鎌倉市長谷2-16-15サイトウビル102 交 江ノ電長谷駅下車徒歩2分、P有り 休 火曜日 昼 ランチは水祝土日のみ11:30~14:30、17:30~21:30(L.O.) URL <https://www.facebook.com/由比ヶ浜-丸牛-347083968789986/>

鎌倉でランチといえば丸牛 黒毛和牛の3品盛り合わせ キムチ、ナムル、ご飯、スープで ¥1500 (税別) のランチセットの味とコスパはもう最高! お肉好きなら一度きてみて



ボリューム満足のランチセット味も最高!



Cafe & Pub

風早茶房

TEL 046-890-0499 所 葉山町堀内648 交 風早橋逗子方面バス停対面 休 水曜日 器 木、土 12:00~21:00 日 10:00~20:00 月、火 12:00~17:00 *23時迄延長営業予約を承ります。お問合せください * URL 風早茶房(Facebook)

国道134号開通前から風早橋に佇む築90年の古民家を活用した寄道処。まったり空間、珈琲と各種飲料、甘味、樽生麦酒、釜釜焼ピザ等を78.9と一緒に楽しみください。



夏の名残



SHONAN BEACH FM GOODS COLLECTION

SHONAN BEACH FM BEER 789

ネーミングは湘南ビーチ FMの周波数 78.9MHz
ラベルデザインはイラストレーター鈴木英人
「いつの日か湘南のビーチで呑むにふさわしいビールを」という思いでつくりました。
ピルスナー、レッドエール、スタウト
内容量 330ml
賞味期限 製造日より6ヵ月(常温)
*法律により20歳未満の酒類の購入や飲酒は禁止されております。

お求めは湘南ビーチ FM オンラインストア <https://www.beachfm.co.jp/store/>

【買える店、飲める店募集】

湘南ビーチFMビール789を販売していただける店舗様(逗子・葉山)を募集しております。ラジオ、ホームページでご紹介します。

お問合せ 湘南ビーチ FM

TEL046-870-3313 メール office@beach.co.jp



福祉クラブ生協 小規模多機能サービス池子事業所

TEL 046-874-7506 所 逗子市池子1-6-7 交 京急神武寺駅から徒歩7分 池子十字路近く 休 年中無休 営 24時間
 Mail shoutaki-2626@fukushi-club.net

誰もが年をとって、介護が必要になっても、住み慣れた自宅や地域の中で家族や親しい人たちとともに、最後まで自分らしい人生を送りたいと望んでいます。小規模多機能型居宅介護では、「通い」「訪問」「宿泊」を柔軟に使い、在宅で生活を続けるために必要な支援をしていきます。



見学ご希望の方は☎を。働く仲間も募集中!

Petit Necol ープチネコル

TEL 046-845-9021 所 逗子市逗子6-5-1 ホワイトグレイ5番館ミサキドーナツとなり 交 新逗子駅南口徒歩2分 休 年中無休 営 10:30~18:30 URL http://petitnecol.com/ Mail info@petitnecol.com

猫の作家作品を中心に、かわいくユニークな猫たち。笑顔になれる小物。猫柄のいろんなTシャツ。ギフトに役立つおしゃれなカードやポストカード等々取り揃えてお待ちしております。



看板にしがみついた黒猫が当店の目印です。

Petit
NECOL

カイロエステ カイロのおうち

TEL 046-874-4130 所 逗子市池子3-8 東逗子ハイソ 交 京急神武寺駅徒歩10分 JR 東逗子駅徒歩8分 休 不定休 営 10:00~20:00 (完全予約制)

原因の追及と戻りにくい身体作りアドバイスを大切に施術活動しております。ご自分の為、ご家族の為の家庭でできる療法をお伝えする会も行っております。是非、お役立てくださいな。



施術の後は、笑顔が一番!

LIFE

Fashion Music Goods Clinic

谷山スタジオ

TEL 0120208753 (ハタチヤシチゴサン) 所 逗子市逗子3-2-23 交 逗子小学校・逗子文化プラザより2分 休 水曜日 営 10:00~19:00

元気な今こそ納得のいく
 遺影写真を残しませんか?
 出張撮影可 (要予約)

記念写真・証明写真各種
 デジタル修正写真……

七五三・成人記念撮影受付中。お気軽にお問い合わせください。



思い出にお写真を残していきませんか?

加藤歯科医院

TEL 046-887-0267 所 葉山町一色1444-8 交 京急バス葉山小学校バス停徒歩3分 休 水曜、日曜、祝日 営 9:00~13:00, 14:30~18:30 (土曜日は17:30まで) URL http://www.kato-dental-cl.com

葉山の文教堂の隣の歯科医院です。患者様に合った治療をご提示し分かりやすい治療を念頭に治療を進めてまいります。お口の中でお困りの事がございましたらぜひご相談下さい。



明るく開放的な歯科医院です



ハウスクリーニング

エアコンのお掃除、キッチンのお掃除、水回りのお掃除、お部屋まわりのお掃除、バックサービス、その他のお掃除

オフィスクリーニング

天井取り付け型エアコンクリーニング、フロアクリーニング、カーペットクリーニング、ガラス・サッシクリーニング

2018年9月から10月31日まで
 2箇所以上のご注文で見積りより **2,000円引き**

おそうじ本舗逗子店 おそうじ本舗

TEL 0120-847-100

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
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! 12ℓ 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

動物病院

葉山どうぶつ病院 (日本動物病院協会認定病院・国際猫医学会 GOLD 認定病院)

TEL 046-875-1199 所 葉山町堀内 639 交 国道134号沿い、風早橋バス停徒歩1分 駐車場12台 OK 休 木曜・日曜・祝日の午後のみ
診 午前9:00~12:00、午後16:30~19:00 URL <http://www.hah.co.jp/>



人と動物にやさしい病院です

専門科の診療を受けられます
そして優しいスタッフがお世話します

当院は一般診療以外に、腫瘍科・循環器科・整形外科・皮膚科・エキゾチックアニマル科・東洋医学療法科(鍼灸・漢方薬)・シニア科等の特別な専門科の診療を認定医や専門担当医により受診できます。国際猫医学会 (isfm) の「猫に優しい病院」として Gold 認定を取得しています。



猫専用待合室をご利用ください



猫専任スタッフがお世話をします



腫瘍外科整形外科軟部外科を得意とします。

当院の健康診断は若い動物には簡易検査、老齢動物にはしっかりした検査、持病のある子にはより詳しい検査や特殊検査が院内のできるため、お帰りの際にはそのすべての検査結果と最善の治療についてご説明ができます。

不動産

ハウスモリー 逗子

TEL 046-872-1533 所 逗子市逗子 1-8-10 交 JR 逗子駅、東口より徒歩5分、池田通り沿い 休 年中無休(年末年始を除く) 賃 金~月930~19:00、火、水~17:00 URL <http://www.housemory.co.jp/>

お客様のご希望・予算・ライフスタイル等をお聞きし、条件に合った物件を的確にご案内いたします。海辺の物件情報満載逗子・葉山・鎌倉エリアを探すならハウスモリーへ!



モリー君が待ってるワン!

ギャラリー

gallery tiptoe (ギャラリーティップトウ)

TEL 046-854-8256 所 葉山町堀内 1422-10 診 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

三家橋を越えたS字の坂を上がって2つ目の角を左、白い壁にブルーの窓枠が目印の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む

HPのブログからリアルタイムの写真をご覧頂けます。



駐車は1台可能です。リード用ポールあり。

MOTOMACHI Union 葉山店

も と ま ち ユ ニ オ ン

毎週土曜日 葉山まるしえ 開催

国産牛割引セールのほか、地元のお魚、お野菜も販売します

毎週土曜日 京急プレミアポイント 5倍

京急ストア MOTOMACHI Union

LINE@

友だち募集中

QRコードを読み取ってください

最新情報・お得情報をお届けいたします!

建設業 (新築・リフォーム・ガーデン・家具販売など)

株式会社キリガヤ

TEL (本社) 046-870-1500 (モデルハウス) 046-872-6000
 所 逗子市山の根 1-2-35 JR 逗子駅より徒歩5分
 休 水曜日 10:00~17:00 URL <https://kirigaya.jp>



新築・リフォーム・ガーデン・家具。全てご覧いただけます

築20年、味わい深く 年を重ねるモデルハウス 記念イベントも目白押し!

モデルハウスは今年で20周年!
 祝いの年として、毎月ステキな
 イベントを企画しております。
 新築だけでなくリフォームや
 造園のご相談も承ります。
 10月は収納セミナー、12月に
 ワークショップも開催予定。
 ぜひ遊びにいらしてください。



土日にはガーデンマーケットを開催



真似したくなるポイントが随所にあります



〒240-0112 神奈川県三浦郡葉山町堀内900 1F

私たちは、海岸通り・葉山元町に、日常そのものである
 「洗濯・飲食」で上質のサービスを提供しています。

ただの飲食店併設のランドリーに留まらず、3社それぞれの強み
 を活かした企画やサービスにより、地元の皆様と共に新しい価値
 観の生まれる場所を育てています。

WASH&FOLD



TEL : 046-874-9223
 Hours : 9:00-23:00
 コインランドリー 6:00-9:00
 URL : <https://wash-fold.com>

Why Juice? & Blé Doré

TEL : 046-875-0190
 Hours : 10:00-18:00
 URL : www.why-juice.me



人間ドックと

サーチユイン遺伝子

葉山ハートセンター
 医師 前田 希代子

人生百年時代と言われていた昨今
 ですが、健康長寿を個人の努力だけで
 実現するには限界があります。それには
 人間ドックでの健診により未病(ほとん
 ど自覚症状がなくこれから病気に
 向かう状態)をいち早くとらえ改善
 することが大切です。

葉山ハートセンターでは海を眺め
 る素敵な眺望でリラクセスできる環
 境のもと、人間ドック、健診を行って
 います。1日4件までという少人数制
 ですので、ゆったりとした丁寧な診療
 を可能としています。加えて、それぞ
 れの悩みを重点的に調べられるよう
 にオプションを豊富に取り揃えてい
 ます。

心臓、循環器系の心エコー、頸動脈
 エコー検査はどこよりも丁寧に行わ
 れていますし、大動脈のCT検査も当
 日可能です。また、結婚や妊娠前の
 女性に自分の体調を知り整えておく
 というプレコンセプションケアの発
 想でブライダルドックを企画しまし
 たのでぜひ受けてみませんか。婦人科
 ドックも行っています。

当院のドックでは新しい検査方法
 も導入開始しています。その中の一
 つがサーチユイン遺伝子です。これは
 老化抑制遺伝子ともいわれていて、
 体内でDNA修復やストレス耐
 性に関与しており、動物実験では軽
 い飢餓状態を作ることでも活性化す
 ることが知られています。この遺伝子
 の発現は常に一定ではなくストレス
 や食事などにより変動するため、現
 在の健康状態、生活習慣が長寿遺伝
 子の発現にどのように影響している
 のかをみることでできます。「自己研
 究」してみたいかたにぜひおすすめ
 です。これは少量の採血で行うこと
 ができます。

海を望む葉山ハートセンターでお
 待ちしております。



(当院から見た風景)

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 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 診 9:30～13:00、14:30～18:00 (土曜午後は17:00まで)
URL <http://nemoto-dental.com/>



施術はプライバシーに配慮したアロマ香る完全個室で!

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。



白さUPは1回平均3段階(個人差あり)



施術は全て女性の歯科衛生士が担当します。

★マイルドホワイトニング★
前歯12本8,000円(税抜)
＜9月限定＞上記施術の方に「リップマッサージ」のオプションプレゼント!
(通常2,000円)
★理想のふっくら唇に!!
◎新規の方限定 9月末日迄(10月以降は要問合せ)
★保険適用外

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 診 9:00～18:00 (問合せ時間)
URL www.star-home.co.jp www.facebook.com/5stoves



フォーマルよりもカジュアルに「かっこよく可愛らしく」

< Haco > モデルハウス
10月6日(土)～8日(月)
逗子桜山に GRAND OPEN !

カッコよさと可愛さを兼ね備え、無垢の壁や床で葉山らしく。そんな家づくりをコンセプトにした【Haco】がご提案するのは安心の定額制と豊富なスタイルバリエーション。モデルハウスで【Haco】の魅力をぜひ体感してください。10/6～8グランドオープンです!



34坪タイプ。他色々なタイプがあります。



写真はイメージです



間取りや価格はHPでご確認ください

(株)スズキヤ

逗子駅前店 TEL 046-871-3315 診 9:00～23:00
葉山店 TEL 046-877-5311 診 9:00～21:00

東逗子店 TEL 046-871-0658 診 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!

- 便利でお得な電子マネー機能付Sクラブゴジカカードをご利用下さい。
- 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。



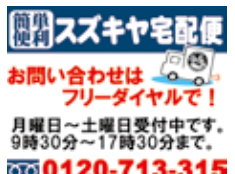
逗子駅前店



葉山店



東逗子店



「便利」スズキヤ宅配
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。
TEL 0120-713-315

Hayama Girl

BY HAYAMA MARINA

葉山のプチバカンスを楽しむ女性のための NEW ブランド

HAYAMA MARINA

アメ車庫

TEL 0467-22-2727
 所 鎌倉市扇ヶ谷 4-1-15 交 鎌倉駅西口徒歩 15分 休 月・火曜
 営 11:00～16:00 URL <http://ameshako.com>



古き良きアメリカの宝がしにいかがですか

緑豊かな山の麓にある
 隠れ家的空間 鎌倉散策の
 ついでにぜひお立ち寄り下さい

アメリカンヴィンテージショップ
 『アメ車庫』はロス在住オーナーが
 45年かけこつこつ集めたコレクション
 のお店。おかげさまで開店8年目！
 博物館入りするようなガレージグッズ
 ファイヤークィングやバイレックス
 スヌービーやミッキー、オールハブアイアン
 からインディアンまで本場さながらの
 雰囲気をお楽しみください。



ネイティブアメリカンものも充実



オトナの少年たちにも大人気♪



圧巻のヴィンテージ雑貨の数



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

4K 対応
 55インチ有機EL.85インチ液晶
 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。



55インチ有機ELテレビ、85インチ液晶テレビ

土日祝も車検OK
輸入車・ハイブリッド車も大歓迎!!
0120-918-925 お問合せ時間 **9:00～20:00**



民間車検工場として、確かな腕の整備士が安心の価格で
 お客様の愛車をお預かりします。



お車の事なら何でも(車検・車販売・自動車保険・钣金 等)ご相談ください。



くるまの相談窓口
 B-cle Shop

民間車検工場
 セル 葉山SS

豆葉新道料金所すぐそば!!

株式会社 富士オイル
 三浦郡葉山町長柄1814-1

LIVE HAYAMA NATURAL SLEEP

TEL 0120-434-544 所 神奈川県三浦郡葉山町一色1770 交 京急バス「葉山大道」下車徒歩2分 駐車場有 休 日曜日、月曜日 営 9:30～17:30
 Mail natural@hayamasleep.com



見るだけでも楽しい手染めのれんの数々

「手染めのれんがある風景」
 暮らしに和の彩りを効かせる
 本麻のれんで模様替え。

柿渋染め、藍染め、草木染め、昔からの日本の文化が育んだ手染めのれんを一枚。お部屋のアクセントにいかがでしょうか？
 染色作家、宮崎登志雄さんにより一枚一枚丁寧に染め上げられた味のある作品の中からお気に入りの一枚を見つけてみませんか？



カーテンじゃなく、あえて暖簾で…



人気のポテイドクターロングピロ

【秋のまぐらお試し相談会】
 高反発でもない。低反発でもない。ポテイドクターだけの正反発のドクターピロ。枕の方から寝られる方の首、頭、肩に合わせてくれる不思議な素材を体感して下さい。

【特典】
 手染めのれんをお買上げで手染め座布団一枚プレゼント
 ポテイドクター枕をお買上げで専用ダブルガーゼ枕カバーをプレゼント

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作られたWest Coast of the 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。

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 水曜日、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。一般検診、予防医療、健康診断、外科手術などに加え、しつけ教室も開催。ドックラン、猫優先待合室あり。ペット保険対応。予約優先。



今年も子猫たちの新しい家族が決まりました。



こうめ動物病院
Koume Animal Clinic

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

返子菊池タクシー株式会社

TEL 0120-2117-75
 所 返子市久木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



COCO-HOUSE 葉山店

TEL 046-876-6013 所 葉山町長柄1583-17 HAYAMAステーション内 交 来店の際は自家用車などでお越しください。
 休 水曜日 営 9:00～19:00 URL http://coco-h.com

葉山・秋谷・逗子で不動産の購入をご検討されている町外・県外のお客様が数多いらしいです。不動産のご売却・賃貸、空家の相談はCOCO-HOUSE 葉山店にお任せください。



HAYAMAステーション内にごぞいます。



イグアナボイス

TEL 046-875-9042
 所 三浦郡葉山町長柄1311-1
 交 「マロウ逗葉新道店」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.52

Shonan Beach FM 78.9 Magazine
 2018年12月7日(金)発行予定!!

リビエラ逗子マリーナホテル建設に伴う
サテライトスタジオ一時クローズ
 【期間】2018年9月3日～2019年夏
 リニューアルオープンは2019年夏を予定しております。
 新スタジオをご期待ください。

2018年9月7日(金曜日)からは湘南ビーチFM本社スタジオ(逗子市池子)からの放送となります。



×独立

初めての経営でも安心!



LAWSON

神奈川県内各所で
説明会を随時開催中!!

加盟店 **オーナー募集!**

「独立する」
「オーナーになる」
「事業を拡大する」
その思い 夢の実現へ。

より多くの方に安心して
独立開業いただける様々な
優遇制度・支援をご用意。

日々進化する
元気なローソンが
新規加盟オーナーを
全力で応援します!



土地・建物が
なくても
オーナーに
なれます!!

未経験でも安心! 契約社員を経て独立開業を目指せます!

FCオーナー・インターン制度



コンビニって
開業するのに
数百万の資金が
必要なんじゃ…



経営どころか
接客業も初めて
なのに行けるかな…

失敗したくないが、
いきなり独立開業は不安…

まずお1人で契約社員
として、ローソンに入社。
店舗で1ヶ月~3ヶ月間
店舗勤務をして、現場を経験後
専従者2名で開業。

毎月30万円の給与をもらいながら、店舗運営を
学び、万全の態勢で独立することができます!

メリット①

加盟金 **100** (税別) 万円

●開店準備手数料50万円 ●研修費50万円

全額免除!

さらに

FC加盟
奨励金の支援
オープン翌月末日に

100 (税別) 万円 支給

対象者

FC契約締結時の
年齢が20歳以上
35歳まで

メリット②

安心の研修制度

店舗経営を学びながら
独立開業を目指す!

店舗運営が体験できます。

メリット③

転居費・住居費の
一部支援!!

転居費 **60** 万円
上限

店舗勤務のためのご本人転居費 5万円
開店のためのご本人転居費 5万円
開店のためのご家族転居費 50万円

住居費 **15** 万円
上限

店舗勤務のため
のご本人住居費
1ヶ月 上限5万円

※上記制度の適用条件は弊社規定に基づきます。

お問い合わせ・お申し込み

株式会社 **ローソン**



0120-01-3963

〒141-8643 東京都品川区大崎1丁目11番2号 ゲートシティ大崎 イースタワー

年中無休
9:00~21:00

ローソンFC 検索

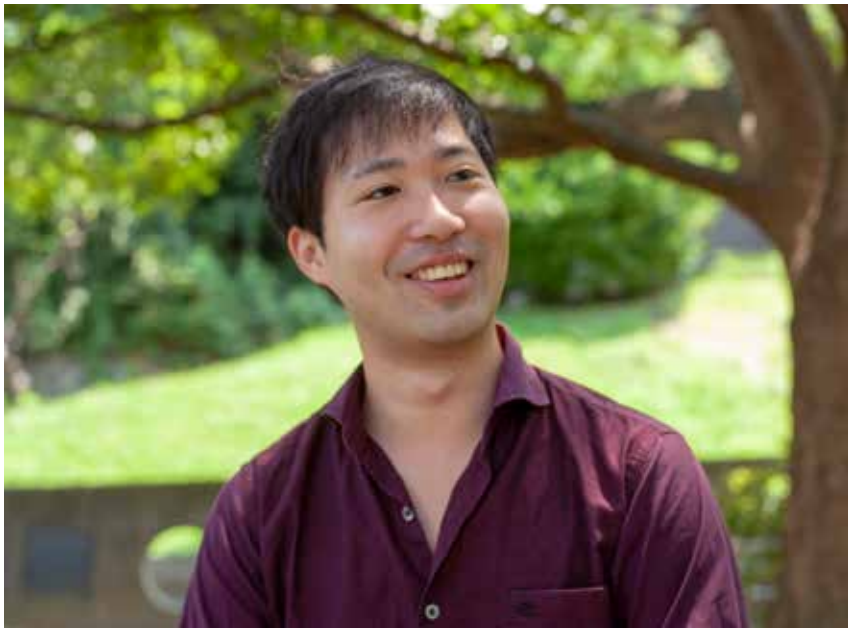


説明会のお申込みは HP またはお電話で。日程は HP でご確認下さい。

湘南 Who's Who

「逗子市」 斎藤友亨さん ゆくゆくは逗子で クラシックの音楽祭を

写真・文／堀 祐一 菅原恵利子



音楽の他に好きなのは文章を書くこと。音楽や留学生活をつづったブログは4万アクセス/月を記録するほどの人気で面白い。



▲トランペットクラスの集合写真。



▲ベルリンでお世話になっていた、ベルリン国立歌劇場のライナー・アウアーバッハ先生と。



▲今年8月8日の演奏会は、悪天候にもかかわらず300人近い来場者で無事に終演。

齋藤友亨
平成5(1993)年、逗子生まれ。
11歳から神代修の元でトランペットを始め、
2013年に渡独。
2015年からヴェルツブルク音楽大学に留学中。
<http://www.tomotrp.com>

トランペットを始めたきっかけは、ラッキーな偶然が運命のように重なったからだ。小学校時代、たまたま仲の良かった帰国子女の友達がトランペットをやっていて、通っていた久木小学校に古いトランペットがゴロゴロ転がっていて、ちょっとやってみたいと思った小学5年の時に、素晴らしいトランペット奏者である神代修先生が自宅のすぐそばに住んでいてレッスンを受けたのだ。それ以前にも、ピアノやバレエなどを習っていたが面白くはなかった。でもトランペットは、ものすごく厳しいレッスンだったにも関わらず音を出しているだけで楽しかった。レッスンは震えるほどこわかったけれど、このレッスンに勝てないトランペットにはなれないと思っていた。その頃すでにプロになりたいという夢を持ったのだ。

高校時代は吹奏楽部に入り、ハードな部活と自分のレッスンをこなし続け、一時スランプにおちいり体を壊してしまっ。トランペットはひとり練習でいたが、部活を半年休む。その時に学んだのは、がんばり過ぎるのはサボるよりよくないし、音楽をやるには自分に余裕がないといけないということ。部活を9月に引退し、2月の受験まで時間がなかったが、無事に志望する東京音楽大学に入学する。漠然と卒業後はドイツへ留学したいと考え、信頼する一人の先生に相談すると「留学するんだつたら早い方がいい。今すぐ行けば？」と言われ、音大を一年でやめて2013年にドイツへ。レッスンを受けたと思う先生に直接コンタクトをとる、5人くらいの先生のレッスンを受け、ドイツ語の勉強もしながらベルリンで受験に備えた。2015年にヴェルツブルク音楽大学に入学し、この9月から4年生。国際色豊かな同窓生との寮生活も楽しくドイツ暮らしは充実している。

そんな留学生活を送りながら、夏休みに帰国して地元逗子でクラシックコンサートを企画主催している。同世代の音楽家を集めた自主公演は、カジュアルな雰囲気ながら質の高い音楽を聴かせてくれると好評を重ね、今年で2回目。来年も、2019年8月12日に開催が決まっている。

齋藤さんは、今までの日本のクラシックコンサートが持つイメージを変えたいと考えている。生でクラシックを聴いたことがない人に面白さを伝えたい。普通は入場不可な未就学児にも本物の音を聴かせたい。気楽に足を運べるコンサートにしたい。それには、聴く人のことを考え、聴かせ方やプログラムを工夫しないと広がらない。喜ばれるファンを考えたい。トランペット職人になるよりも、音楽家である自分しかできないことを考えてやっていきたい。ゆくゆくは、ドイツを含めた自分とつながりがある「プレーヤー」を呼び集め、クラシックの音楽祭「逗子音楽祭」をやりたいと夢を膨らませている。近い将来、やすやすとそんな夢を実現してしまいうな25歳にワクワクした。

整体&リラクゼーション『Core Body』 TEL046-870-3322

御予約制です(当日はほぼ無理です)のでお早めに) 営業時間 10時~20時 火曜定休



TVかながわ『ねこひたプラス』で、深部整体術によるセルフメンテナンステクニックが紹介されました。
日本最大コンサル企業 船井総研主催による深部整体セミナーが11月に東京、大阪で開催されます。



『腰痛は腰だけを揉んでも、改善しません!!』

人間の体は全身が筋膜でつながっており、痛みを感じる部位と原因となる部位は違うのです。腰が痛ければお腹の筋肉に癒着があります。

仙腸関節がロック→猫背→筋膜の癒着→局所の痛み

家の基礎が歪んだ状態で、いくら壁を塗っても意味が無いように、体を根本から改善するには、骨盤の要である仙腸関節を繊細な力で調整し、骨盤と背骨の機能を取り戻す必要があります。猫背解消と同時に、全身の筋膜と深層筋の癒着を解除し、根本からの改善を目指します。



骨盤、背骨
ゆがみ矯正

血流リンパ
循環促進

深層筋
筋緊張改善

自律神経
機能改善



スズキヤ駐車場
出口正面
ピアーズビル2F



《葉山一色流 深部整体術》

A K Aを改良したA K Sテクニックによる全身の関節への弱刺激によるアプローチと、F R Sテクニックによる全身の筋膜リリースを中心とした施術です。
強い刺激だけでは改善出来ない体の症状を改善できる可能性があります。



ぎっくり腰、寝違えはもちろん、慢性の肩こり、腰痛、神経痛、四十肩、各関節痛、頭痛、自律神経障害、冷えむくみ、便秘、食欲不振等、幅広い症状に対応可能です。

葉山一色接骨院グループは土、日、祝日もOPEN!!

御予約でお越しく下さい (緊急時以外はなるべく1週間以上前のご予約をお勧めします)

葉山一色接骨院
葉山一色鍼灸院



046-875-6595

旧役場前バス停より徒歩1分 葉山御用邸すぐそば

いっきづか接骨院
いっきづか鍼灸院



046-887-0809

一騎塚バス停目の前 林交差点より衣笠方面へ徒歩7分

逗葉接骨院
逗葉鍼灸院



046-845-6045

JR横須賀線東逗子駅より徒歩5分 逗子警察署並び

ふなこし接骨院
ふなこし鍼灸院



046-854-9212

京急田浦駅より徒歩3分 船越バス停目の前

SMILEY LIFE

宿泊勤務の
できる方も!

社会福祉法人みなと舎は重症心身障害のある方々の
豊かな地域生活と人生を支援します。

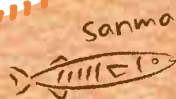
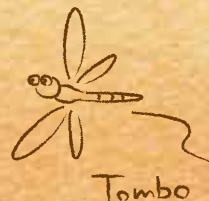
支援スタッフ
看護スタッフ
リハスタッフ・薬剤士

スタッフ募集中!

2019春卒業の学生さん、また
今すぐ働きたい方も!
TEL.046-855-3911まで、
ご連絡お待ちしております!



今日は
さわやかな秋晴れ
秋を探しにGO!!



見学会随時開催!

毎月、事業所見学会&就職相
談会を行っています。日程は
お電話または右のQRコード
よりご確認ください。



開催
日程 9月21日金 10月6日土
10月16日火 10月25日水
※11月以降も開催予定です。

お電話でのお問い合わせはコチラへ

TEL.046-855-3911

(受付日時:平日9時~17時まで/担当:山本)

よこすか障害福祉CAFE 2018 AUTUMN

「今こそ伝えたい障害福祉の魅力!」

10月20日(土) 10時30分~15時30分
in 神奈川県立保健福祉大学
福祉業界に興味のある方、働きたい方、ぜひお越しください。

参加
無料だよ!



ホームページは検索またはQRで

みなと舎

検索



ゆう 生活介護事業

〒240-0104
神奈川県横須賀市芦名2-8-17
TEL.046-855-3911

相談支援事業
支援センターゆう
.....
居宅介護事業
重度訪問介護事業・移動支援事業
ヘルパーゆう
.....

短期入所事業・日中一時支援事業
ショートステイゆう
.....

共同生活援助事業
ケアホームはなえみ
ケアホームはなあかり

芦名
エリア



ライフゆう

医療型障害児者入所施設
療養介護事業

短期入所(併設型)
ショートステイ・ライフゆう
.....
放課後等デイサービス
ライフゆう学齢デイ

相談支援事業(計画相談支援・
障害児相談支援・一般相談支援)
支援センターライフゆう

〒240-0107
神奈川県横須賀市湘南国際村1-4-6
TEL.046-856-6833

湘南
国際村
エリア

オイスターの浜焼き風

2ピース 760yen ※追加1ピース380yen

牡蠣の素材の良さが引き立つ、旨味がギュッと詰まったシンプルな調理法です。



50
50TH ANNIVERSARY
EST.1968
RED LOBSTER

食欲の秋がやってきた!

レッドロブスターで楽しむおいしいシーフード♪

“食欲の秋”がやってきました!心も身体もほっこりする、秋はあったかシーフードがオススメです!アツアツのアヒージョ、旨味がぎゅっと詰まったオイスターの浜焼き風、栄養たっぷりスープなど、様々な種類のお料理をご用意しております。今年の秋もレッドロブスターをお楽しみください!

バケット付

シュリンプアヒージョ

980yen

プリとした食感の海老を
楽しめるアヒージョ。
マッシュルームやベーコンとの
相性は抜群です。



650
YEN

ロブスタービスクのパイ包み

さっくりとしたパイをそっと崩すとふわっと香るロブスター。濃厚な旨味が凝縮されたスープはレッドロブスターならではの一品です。



600
YEN

クラムチャウダー

あさりの旨味と野菜の甘味が溶け込んだ口当たりなめらかなスープです。

秋の新メニューは9月下旬よりスタート予定! Coming Soon!



<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「フリーフィールドドリンク×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
※1組1回4名様までとさせていただきます。
※他券併用不可

※対象店舗: レッドロブスター江ノ島店、逗子店
※有効期限: 2018年11月30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



その改良はほぼ全方位にわたるが、スピード表を眺めるとエンジン排気量が従来の2000ccから2400ccへと拡大しているのわかる。後輪のモーター出力もアップした。エンジンとモーター、バッ

テリーなどが緻密な協調制御を行うため、通常走行をしている限りエンジンが高回転まで達することはなく、踏み込んだときの出力向上は顕著でありながら静粛性も高い。Eモードの走行可能な距離は65kmに達し、普段の通勤やお買い物はガソリンを一滴も使わずに済む。もはやパワートレインに死角はないといっている。

乗心地もさらによくなった。街中から高速道路まで快適な、路面の突起をスッといなしてサッと取まる

と爽やかなイメージ。それがさらに進化した。ショックアブソーバーの仕様見直しに加え、ボディ剛性を高める構造用接着剤の採用でサスペンションが計算通りの働きをすることが効いているのだそう。コーナーリング性能にも磨きがかかった。床下にバッテリーを搭載した低重心レ

そして「アウトランダーPHEV」のS・A・W C (SUPER ALL WHEEL CONTROL) の進化に注目したい。かつて伝説の名車、三菱サエポリーションに搭載されたこと、世界のラリーシーンを席巻したことはあまりにも有名だ。アウトランダーPHEVには搭載された最新版ではツインモーター4輪をベースに、ブレーキをコントロールするこのシステムにより、アウトランダーPHEVは、さまざまな走行状態で4輪のタイヤの性能を最大限に発揮することが可能になった。長距離を安全にストレスなく駆けるために有効なほか、滑りやすい路面を走行することの多いSUVにとって絶大な威力を発揮す

から高速道路まで快適な、路面の突起をスッといなしてサッと取まる。それがさらに進化した。ショックアブソーバーの仕様見直しに加え、ボディ剛性を高める構造用接着剤の採用でサスペンションが計算通りの働きをすることが効いているのだそう。コーナーリング性能にも磨きがかかった。床下にバッテリーを搭載した低重心レ

アイドと相まって、ステアリングのパドルシフトを駆使すれば並みのスポーツカーを上回る走りが可能だ。

ホールド性に優れたシートはさらに質感が高まった。高めのドライブングポジションは長距離移動の疲労を最小限に抑えてくれるだけでなく、街中の路地や駐車場の取り回しを楽にしてくれる。リヤシートをためばフラットな空間が出現。大人の車中泊にも十分な広さだ。家庭用コンセントとおなじ100V AC電源を備え、電子レンジやホットプレートも使える最大出力1500W。アウトドアライフが豊かになるだけでなく、災害時にも大いに役立ちだろ。夢のクルマを世界に先駆けて市販した三菱「アウトランダーPHEV」の最新モデル、そのアドバンテージはさらに拡大したといえるだろう。

る。キャンプ場などでよく現れる泥濘路面で、ガソリン車の苦手な超低速域でのコントロールもお手の物。通常使用時の「NORMAL」と、走破性を高める「LOCK」の2モードに加え、新たに「SNOW」「SPORT」の2つの走行モードが追加されたことにより、あらゆるシーンに、あらゆる路面で活躍するシステムに進化したS・A・W Cなのだ。



(水谷 成克 ライアーアウンサー)

シワ・たるみ・美白・小顔に.....

抗シワ試験機関によって
効能が認められました!!

試験番号 140290_ko-24024

特許出願済 2018-93506

スゴイ!
リンゴポリフェノール
の抗酸化作用で
若く

世界中の
研究機関が
有効性を次々と
発表

リンクル ノン・ノン
RINKLE NON-NON



保湿には油分(グリセリン等)が
一番と勘違いしていませんか?

肌に油分は最適、それは一般に
知られている油と水の関係、肌に
油分が塗られていると大切な栄養は
はじかれて肌に浸透せず、肌が栄養
失調になりかえって地肌はカサカサ
の乾燥肌に!
ヒアルロン酸は粒子が大きいため
肌には浸透しません、ご注意ください!



新鮮を保つ真空パック

あなたの肌が甦るには
肌に豊富な栄養を
与えること

リンゴエキスが主成分!!
他にも肌に必要な成分が満載
豊富な栄養があなたの肌に
タップリと!!
だから若返る!!
●アスコルビン酸の含有効果
皮膚組織再生効果
細胞の抗酸化効果
免疫力強化
コラーゲン再生
美白効果
万能ビタミン

リンクル ノン・ノン オールインワン美容液
(これ1本でバッチリ) ¥8,000円(税別)

独自の 방법으로抽出した
栄養豊富なリンゴエキス

- 水分 ●タンパク質 ●脂質 ●炭水化物 ●灰分
- 無機質 (カリウム・カルシウム・マグネシウム・リン・銅・マンガン)
- ビタミン(ビタミンA・ビタミンE・ビタミンB1・ビタミンB2・ナイアシン・ビタミンB6・葉酸・パントテン酸・ビタミンC・カロテン)
- 脂肪酸(飽和・二価不飽和)
- 食物繊維(水溶性・不溶性)

シワ・たるみ・美白に大切な成分

- オウゴン根エキス
効果：保湿潤性/抗炎症・抗菌・抗アレルギー/育毛効果
美容液や化粧水はもちろんBBクリームに用いられる成分。
- ナトゥウガム
効果：保湿作用
皮膚や毛髪潤いを長時間保つ効果がある。そしてナトゥウガムが含まれている
ナトゥウは、コラーゲンよりも保湿効果が高い。
- クズ根エキス
効果：保湿効果/チロシナーゼ抑制による美白効果/シワ・タルミの改善
- アロエベラ葉エキス
効果：コラーゲン量の増加(保湿効果)/抗炎症作用/美白効果
殺菌や抗菌作用などがあるのでニキビ等の肌トラブルがある方にも向いている。
- クロレラエキス
効果：保湿効果/皮膚細胞を活性化(シミやシワ・くすみなどを防ぐ)
育毛剤にも使われている成分。

ご注文はこちら

シワよ 無いよ
0120-484-714

(リンクル ノン・ノン専用ダイヤル)

受付時間：月～金 10:00～17:00

(土・日・祝日は除く)

アマゾンでも発売中



【製造発売元】

ジョジョ株式会社
〒171-0044

東京都豊島区千早 1-20-13 新東京木材会館内

☎ 03-3959-8990

✉ jojo-427@abox22.so-net.ne.jp