

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

2019
vol. **54**
Summer
FREE



【特集】食のこだわり

17

17

湘南ヘミングウェイ
長村光洋
シングルグラスを片手に海の音楽を
聴いたツチャで探求する、色鮮やかな

(三菱自動車)

18

18

【第二金曜日】
湘南ヘミングウェイ
St.Paul edition
石川恵子
立教大学放送研究会
(三菱自動車)

18:00 (月1火曜日)
市長町長岡義典インタビュー (再放送)

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

19

19

FOREST JAZZ
来島和江

JAZZ AFTER DARK

—夜はこれから—

20

20

【毎月1回】
YANMAR presents FOREST
JAZZ in RIVIERA TOKYO
池袋のリビエラ東京より
毎週月曜はジャズライブを生放送!
(YANMAR)

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>

21

21

HITS AROUND THE CLOCK The 80's
本房雄一

22

22

HITS AROUND THE CLOCK The 70's
人見欣幸

LIGHTS OUT

そっと明かりを消して

23

23

The Light House
Léo Nagamura Pano coast
Recent Hits AND Revamped Classics.

リビエラ選手マリナーナスタジオリニューアルのお知らせ
 湘南ビーチ FM リビエラ選手マリナーナスタジオリニューアルは、MALIBU HOTEL 建設と同時にリニューアルするため一時的に閉鎖させていただきます。リニューアル期間中は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の番組は、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。リスナーの皆様にはサテライトスタジオからは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。

0

0

MIDNIGHT JAZZ

2

2

MEMORY LANE AGAIN

4

4

MORNING JAZZ

(三菱自動車)

2:00 ~ 4:00
What's UPI JAPAN
George Cockle
English tourist information
for all of Japan.
(We Base)

【三菱自動車提供アトラクター PHEV トライ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

2019年7月~のタイムテーブルです



COVER STORY 「自然の恵とビール」の泡

僕は大いなる自然の恵とビールの泡を深く愛し感謝しています。
何と言ってもビールのはらはらミツミツのようで、ミツハチ印のビールがないのが不思議なくらいに思っています。
この夢のような飲料は半世紀あまりを経て今尚、僕の常備食として支え続けてくれていて神に感謝します。

EIZIN 昇



SHONAN BEACH FM MAGAZINE VOL.54

発行日：2019年6月14日

発行：藤原 道子、奥山コミュニケーション株式会社

〒244-0203 神奈川県逗子市池子2-5-6

TEL: 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 2019 Printed in Japan



2019年9月13日(金)発行予定!!

湘南ビーチFMを聴こう
<http://www.beachfm.jp>

Shonan Beach FM 78.9 Time Table (2019 Summer)

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] 石川栄帆 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。 (fmon) 16:52 ~ 今週の星占い (鹿島成浩) (ススキヤ)						
7	SUNRISE MUSIC 朝日のようにさわやかに						
8	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。						
9	JAZZY BREAK ~深呼吸しよう~						
10	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						
11	AFTERNOON JAZZ ~屋下がりofジャズ~ 湘南の屋下がりとは心地よいジャズナンバーでくつろぎのひとときを						
12	SHONAN BREEZE George Cockle (石川栄帆/井上七重) 湘南から発信する Good Groove Good Wave Good Breeze						
13	SHONAN BREEZE [sat] 竹下由起 (江尻由美子) 日曜の午後、のんびりお届けする 6時間						
14	SHONAN MEMORY LANE 音楽たちが通り返けた時間。懐かしのオールタイムズ満載でお届けする2時間						
15	SHONAN MEMORY LANE 15:00 ~ 15:30 MITSUBISHI OUTLANDER PHEV West Coast Highway						
16	POPS IN THE BOX 人見欣幸						



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

動の中で音楽を学びました。

中学からは目黒のヤマハ本部の特別クラスに通い、同級生が放課後に自由に遊ぶ姿を羨ましく思う学生時代でした。

ですが、心の成長と共に「もっと自由で楽しい音楽がしたい！」

と音楽の反抗期が訪れ、結果的にその後 Jazz や Pops に行くのですが、クラシックの人間が Jazz に行く時によくある脳的气息づまりを優しく溶かしてくれた

のが、キースジャレットの「The Melody At Night, With You」です。

私はピアノ教師の母の影響で、幼少期はクラシック、小学生からヤマハのJOCという、子供に曲を作らせ自ら演奏させるという活

番好きなアルバムです。

このアルバムは今でも世界で一番好きなクラシック

ドビュッシー「版画」
クラシックを学んだ子供時代も古典的なショパン、ベートベンよりも近現代のフランス印象派のドビュッシーやラヴェル、フォーレ

といった作曲家が好きでした。ピアノのレッスンで一番印象深いのはドビュッシーの小品集「版画 (Estampes)」。

オリエンタルな響きの「塔」、ハバネロのリズムの「グラナダの夕べ」、フランス童謡から主題をあおいだ「雨の庭」の3曲からなるもので、この

記事を書くために久々に聴いてみると、のちに好きになるJazzへのアプローチがたくさんある事に気づきました。古典のクラシック

ではまず使わないセブンスの和音が使われていたり、彼らの独特のアンニュイな雰囲気は、現在私が作る音楽に、大いに影響があると

思います。(写真はブーニン演奏のCD)

米米CJTB「Octave」

……とここへきて、実をい

この頃ピアノの先生に隠れて、クラシックのCDよりも米米クラブの「Octave」というアルバムを聴きまくっていました(笑)。25年以上前なのに今聴いても全く音が古くない！この時初めて「クラシックの音楽家」以外の「ミュージシャン」という存在を知り、「音楽は厳しく真面目なだけじゃない、楽しい世界だ！」というのを奪われていきました。

という訳でビーチFMの中では少し変わった音楽人生を歩んできた私ですが、4月からスタートした「ForestJazz」ではピアノスト目線でごく伝える事が出来たらと思っています。どうぞよろしくお願ひします。



來島和江

FOREST JAZZ (金曜日 19:00 ~ 21:00)

TARO's Notes



Text: 木村太郎

「ひとつの妖怪が世界を歩き回っている——MMTという妖怪がマルクスとエンゲルスの「共産党宣言」式に言うところなる。

MMTとはModern Monetary Theory(つまり「現代貨幣理論」)のことで「政府は財政赤字など気にせずにもっと大規模な支出をしてもいい」という主張だ。膨大な赤字を抱える米国の政治家の間で最近となえられるようになっており、日本でも積極財政派に注目され始めている。

その根拠は「自国通貨で借りている財政赤字は、紙幣を印刷すれば返すことができるので心配しなくとも良い」というもの。

これまでの経済学では国の借金が膨らむと金利が上がりインフレが起きると言われていたが、日本では債務が拡大するのインフレどころかデフレも脱却できないでいる。これは日本がすでにMMTを実践して成功した例だともされる。

アベノミクスの正体はMMTだったのだろうか？

もしそうだとすると、安倍政権は消費増税をせずにもっと財政支出を増やすべきということになるのだが……。

共産主義という妖怪は20世紀のうちに破綻して姿を消したが、新たに現れた21世紀の妖怪はどうなる？

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

2019年7月6日(土) ルイス・バジェ&アフロキューバミーゴス!

MUSIC CHARGE ¥5,000

ルイス・バジェ (tp,flh.vo) / 奥山 勝 (pf) / 小泉哲夫 (b)
今福健司 (perc) / 藤井 摂 (ds) / 鈴木千恵 (Vib,Marimba)



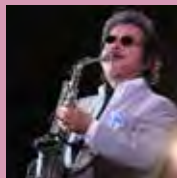
ルイス・バジェ

2019年8月3日(土) 寺井尚子クインテット MUSIC CHARGE ¥6,000

寺井尚子 (vn) / 北島直樹 (pf) / 古野光昭 (b)
荒山 諒 (ds) / 松岡“Matzz”高廣 (perc)



寺井尚子



MALTA

2019年9月7日(土) MALTA Hit & Run MUSIC CHARGE ¥5,000

MALTA(sax) / 布川俊樹(gt) / 福田重男(pf) / 坂崎拓也(bs) / 安藤正則(dr)



【協賛】アサヒビール シュガーレディ本社 パロークスジャパン【MC】キャロル山崎
【会場】リビエラ逗子マリーナ 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>

YANMAR presents FOREST JAZZ in RIVIERA TOKYO

2019年6月28日(金)

山中千尋 **SOLD OUT**

山中千尋 (ピアニスト/作曲家/アレンジャー/プロデューサー)



山中千尋



ケイコ・リー

2019年7月19日(金)

ケイコ・リー MUSIC CHARGE 前売り¥6,000 当日 ¥6,500

ケイコ・リー (vo) / 吉田サトシ (gt)

7/1 発売 2019年9月20日(金)

山下洋輔スペシャルカルテット MUSIC CHARGE 前売り¥6,000 当日 ¥6,500

山下洋輔 (pf) / 坂井紅介 (b) / 本田珠也 (ds) / 類家心平 (tp)



山下洋輔

【会場】リビエラ東京【開場】18:15【開演】19:00
<https://www.beachfm.co.jp/jazztokyo/>

SHONAN BEACH FM GOODS COLLECTION

令和元年夏 湘南のご贈答品は 789 ビールで!

湘南ビーチ FM ビール 789 ビルスナー・スタウト・レッドエールビールセット

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」という思いで作りました。

ビルスナー・スタウト・レッドエールビールセット

6本 ¥2,496 (税込)

12本 ¥4,830 (税込)

24本 ¥9,498 (税込)

送料別途

オンラインストアで好評販売中

酒類の販売につきましては、法令により20歳未満の方には販売できません。
妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に悪影響を与えるおそれがあります。
飲酒運転は法律で禁止されています。





▲花蜜と花粉を集めて巣箱を出入りするニホンミツバチを、愛おしく観察する金子さん。

ミツバチの未来

「もしこの地球上からハチが消えたなら、人類は4年しか生きられない」と述べたのはアインシュタインなのかメーテルリンクなのか不明な都市伝説になっているが、ミツバチの存在が農作物に大きな影響があることは間違いない。

5年程前に三浦半島地域でも大量のミツバチが失踪する「蜂群崩壊症候群（CCD）」という現象が話題になった。これは世界各地でも10年以上前から報告されているもので、様々な要因が指摘されているが、ネオニコチノイド系農薬が原因というのが最有力視されている。

そんな危機感に本能的に同調しているように見えるのが金子昌司さんだ。金子さんは銀座でバーテンダーの修業後、横浜馬車道で20年にわたってバーを経営してきた。しかし線維筋痛症と潰瘍性大腸炎という原因不明の難病を発症したことがきっかけで、6年前に療養のため葉山に移住。自然が豊かな葉山で暮らしながら、以前から興味があったミツバチの養蜂を始めた。しかも在来種のニホンミツバチにこだわる。

食のこだわり

～ 食べるということを考える ～

文・写真（提供写真を除く）／堀 祐一



▲谷戸に設置された手作りの重箱式巣箱。



▲巣箱に出入りするニホンミツバチ。

ニホンミツバチは外来種のセイヨウミツバチと違い、採蜜量も少なく生業としては成り立たない。しかし、その社会性に富む生態とポリネーション（花粉媒介）に共感した。ミツバチは様々な果実や野菜などの農作物にとってかかせない受粉協力者だ。金子さんにとっての養蜂は、もともとこの地域にあった生態系の復活が一番の目的であり、谷戸全体を蜜源ガーデンにすること、里山の再生、生態系の保たれた豊かな森の保全といったことが含まれる。葉山の里山も今では開発や放置によって荒廃している。これらを復活させるにはミツバチのポリネーションによる自然との共存や生態系のバランスが大切なのだ。

もちろん採集した貴重な蜂蜜は「葉山のテロワール（その土地の味）」ともいえる貴重な味。また、蜜蝋も多様な利用方法がある資源だ。こういったものを基礎に、葉山の自然に恩返しのできる気持ちで関わることが金子さんの日課となっている。投薬治療を絶ち、自然に委ねた生活のおかげか、病気も今では寛解状態で安定している。これも生態系全体を支えるミツバチや自然からの恩返しかもしれない。

ニホンミツバチは外来種のセイヨウミツバチと違い、採蜜量も少なく生業としては成り立たない。しかし、その社会性に富む生態とポリネーション（花粉媒介）に共感した。ミツバチは様々な果実や野菜などの農作物にとってかかせない受粉協力者だ。金子さんにとっての養蜂は、もともとこの地域にあった生態系の復活が一番の目的であり、谷戸全体を蜜源ガーデンにすること、里山の再生、生態系の保たれた豊かな森の保全といったことが含まれる。葉山の里山も今では開発や放置によって荒廃している。これらを復活させるにはミツバチのポリネーションによる自然との共存や生態系のバランスが大切なのだ。

▼巣の搾りカスから蜜蝋をつくる。

▼たれ蜜を採り、さらに压榨もして採集。

▼重箱式巣箱の最上段に貯められた蜂蜜。



▲上の3点（写真提供：金子昌司）



【Information】金子昌司 講演、ワークショップなどの問合せ先：090-7000-7684までショートメールで。





▲YavaS農園で四季を通じて収穫した野菜たちいろいろ。(写真提供：YavaS農園)

在来種の自然栽培

横須賀の「Y^ヤva^{ヴァ}S^ス農園」は鈴木直広さんと邦江さん夫婦が営む自然栽培の農園だ。無農薬で無肥料にしてから7年が経つ。畑で育って枯れたものを熟させて灰を作り堆肥にしてすきこむというやり方により、農園で循環する形をとっている。土をクリアにして本来の姿に戻し、自然界と共存するパワーを発揮できるようにするためだが、まだまだ試行錯誤が続く途上だ。

種は固定種や在来種にこだわる。種子は自然が与えてくれる恵みであり、様々な環境の変化に巧みに反応しながら、自らを発展させていくものだ。土に生きる生命やエネルギーの循環システムこそが、無駄のない効率的なしくみだということだ。

もちろんこだわるための苦労は絶えない。畑には様々な生物が共生するが、どれもかけがえのない生き物だ。駆除しないで共存するための努力はキリがない。植物や昆虫と対話をして、土のための理解を深めることは毎日勉強でもある。しかし、そうやって育った野菜たちは手塩にかけた子ども同然に愛おしい。

▼にんじんのかわいらしい花からは種が採れる。



▼トマトの畝は水はけを考えて昨年より高く土盛りをした。





▲鈴木さん夫婦はイベントやワークショップでも夫婦漫才的講演で人気。写真はにんにくの出来具合を見てネタを探っている、わけではないようだ。

もちろん食べるための野菜作りだから、努力の末に成長した野菜は食べる。二人とも調理師免許を所有する。食のこだわり派でもある。イベントや催事で提供されるお弁当や料理は、野菜の力と太陽や地球の恵みを感じることができて、いつも大評判。子どものように育てた野菜をいかげんに調理するわけにはいかないから、もっともなことだ。

土や太陽や風や雨、そして生き物すべてといった「自然」から学ぶことがYavaS農園の自然栽培における心得であり、農法なのである。

現在の日本では、化学肥料・農薬・除草剤を使う一般栽培が農業の主流だ。次に多いのが動物や植物の有機肥料を施すものだが、何を食べてきた動物なのか、どこで育った植物なのかは問われない。残留する汚染物質は地球にとっても人にとってもいいことはない。やさしい心で自然と向き合う野菜作りを応援したいものだ。

【Information】
YavaS 農園
鈴木 直広
鈴木 邦江

横須賀市長坂 4-15-5
☎ 080-6635-4132

molo.yavas@gmail.com
facebook.com/moloyavas/

▼トモロコシとじゃがいもの畝。



▼葉山芸術祭参加企画「自然の処方箋」で用意された「自然の恵み弁当」。



▼サンチュの育ち具合をチェック。





▲ある日の朝食。（このページの写真提供はすべて：春日泰宣）

米と基本調味料

毎日の食事は、単に栄養を摂取するという目的だけではなく、「味を楽しむ」家族や仲間と一緒に「満たされた時間」を和やかに過ごすための意味を込められたことといえる。

葉山の春日さん一家では、この食事へのこだわりが筋金入りである。基本となるのは「米」と「調味料」

だ。しかも材料はできる限り地産地消で賄う。米は泰宣さんが「棚田耕作隊」と呼ばれる仲間たちと地元棚田を借りて栽培。野菜も同じく畑で自家自然栽培。調味料となる基本の「塩」「醤油」も自家製で作る。

基本調味料となる塩は葉山一色海岸からSUPで澄んだ沖まで漕ぎ出し、汲み上げた海水を焚火で結晶になるまで煮詰めて作る。醤油絞りは、鴨川から絞りの職人に来てもらって、棚田の玄米とたのくろ豆を絞って作る。

また、同様に味噌や納豆などの「発酵食」はたくさんの著作もある薬膳料理家の奈美さんが仕込む。あとは地元産の新鮮な魚や野菜があれば、完璧な食事を毎日楽しんで味わうことができるわけだ。

▼今年の田植え直後。天然の浮き草が美しい。



▼葉山上山口の棚田を有志で借りて稲作をする。





▲仕上げは土鍋でゆっくりと結晶化させる。



▲右から順に濃度が違う3段階の塩。左はにがり。



▲40ℓの海水を11時間くらいかけて薪で焚く。

こういった食事は、実は現在ではかなり贅沢なものだ。塩も醤油も味噌も、春日家で作られているものは材料から手間まで考えると市販品よりも経費はかかるし、何ととっても時間と労力を必要とする。少量の自家製を手作りするということは、大量に作って販売するというとは違い、採算度外視の自己満足ともいえる。しかし、それが本場にこだわった贅沢でもある。

素朴で簡素である。豪勢な見た目はないかもしれない。しかし、素材それぞれにかけている手間は並外れている。なぜここまでかわるのかを説明するのは難しいかもしれないが、人が生活する上で「食べる」という行為はもっとも重要なことだと感じるからだろうか。

春日一家には大地くんという6歳になる長男がいる。作ることを楽しみ、安心して食べるのができ、美味しいということをもっとも理解しているのは彼かもしれない。

【information】
春日家 at 古家 1681

葉山町一色 1681
☎ 046-876-9170

coya1681@gmail.com
tabegoto.com
coya1681.blogspot.jp

▼醤油仕込み。右からろみ、お湯割りのろみを濾し袋に入れて絞る舟に、搾りたての生醤油、瓶詰めされた葉山醤油。





▲「海のじどうかん」の庭でヨモギを摘んでおやつのお団子をつくる。(このページの写真提供はすべて：そっか／上山 葉)



▲小坪漁港の協力で子どもたちと養殖している「とびうおワカメ」の収穫。「美味しいね」「海ってすごいね」子どもたちの笑顔。

子どもと一緒に考える

一般社団法人「そっか」という地域コミュニティグループがある。広報関係の最初の言葉にはこんなことが書いてあった。

『子どもたちの徒歩圏内である半径2キロの自然の中で、食べて、作って、遊んでいれば、「生きる」とは何か、見えてくる。「僕たちは、逗子で出来ている」そんな風に感じることもあるかな・・・』

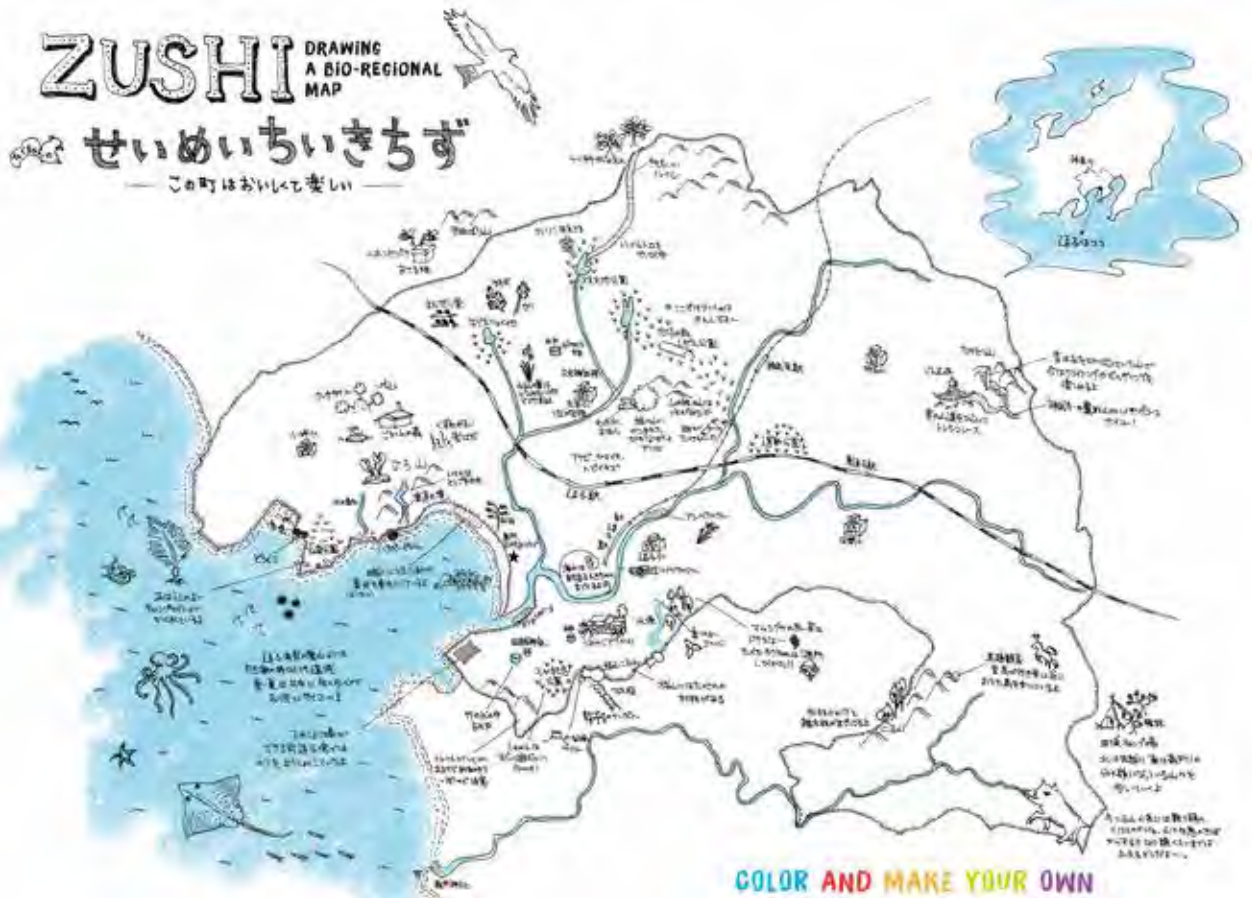
そっかⅡ足下なんだ！「そっか、やっちゃえばいいんだ！」というイメージから名付けられたらしい。なんとワクワクさせる名称だろう。

活動は多岐にわたり、逗子の自然を舞台に、「黒門とびうおクラブ」「海のようにちえん」「うみのこ」「大人の海のがっこう」「海のじどうかん」、また季節ごとに「この町はおいしい」を合言葉に収穫祭も実施している。どれも共通しているのは『子どもも大人も皆で一緒に、遊びと暮らしをつくる地縁コミュニティ』というテーマだ。

その中でも「食」についての活動はかなりの割合を占め、塩づくりや醤油作りから野菜栽培、ワカメの養

▼逗子の海水から塩をつくる「ずしおプロジェクト」。燻製たまごで3種類の塩の試食を提供する小学校5年生の起業家ふたりは六次産業を目指す。





▲日々の遊びから発見した面白い場所や美味しいもの、生き物たちを地図に描いてみた「せいめいちいきちず」。illustration by Mako Abe

【information】
一般社団法人そっか

逗子市桜山 8-4-7

sokka.zushi@gmail.com
facebook.com/sokka.life/
sokka.life

殖、レストランまで、子どもたちが主体となってどんどん楽しみながら実行しちゃっている。大人は一緒に楽しみながらそっと見守る役目。「そっか」では、大人はきつかけを用意するけれど、子どもが自分の時間の過ごし方を自分で選ぶ。そして自然の中で子どもと大人が思いっきり楽しく本気で遊びながら物事が進行していく。自然と遊びと暮らしは地域の中でみんなの心に繋がっている。その土地の特性や自然の持続性を損なわないような暮らしかたを構築していくという「生命地域主義」を実践しているといえる。

『子どもと一緒に海山の楽しさと美味しさを存分に味わいながら、かつてはあたりまえに存在した里山・里海暮らしの知恵、少しでも取り戻しながら繋いでいけたらと思います』という「そっか」メンバー小野寺愛さんの言葉が沁みる。

▼料理もホールもドリンクも片付けも会計もすべて3年生～6年生の子どもたちが行う本格的和食料理店「子どもレストラン」。



▼町内の夏みかんを、子どもたちが個別訪問して分けてもらい、ビールやシロップに。大人はヨロッコビールで「とびうおセゾン」に。



夏

の湘南は、自宅や別荘にゲストが集まりホームパーティーが多くなる季節。そんな時にぴったりなのがアヒージョ。ニンニクを効かせたオリブオイルで色々な具材を煮込むスペイン料理の定番だ。シンプルなつくり方だから、誰でも簡単に美味しい一品ができてしまっ。今回のシェフ流

アヒージョは、鯛とトマトがメインの湘南アヒージョ。鯛は真鯛を使ったが、小さなしこ鯛をチマチマ手開きして使ってもいい。頭やワタを取り除いた処理済み鯛を買ってきてもいい。もし、鯛がなかったら、蛸でもイカでも海老でもいい。具材の旨みがオリブオイルに溶け出して、オイル自体が

ご馳走になる。パンでオイルをぬぐったり、パンに具材をトッピングしたり、いずれにしてもワインがおいしい進んでしまっ。余ったオイルは、パスタに絡めてペペロンチーノやサラダのドレッシングに使用は、奥深くてプロライクな味になる。さあ、夏本番！ 熱々のアヒージョで暑さを乗り切ろう。



材料(2~4人分)

[A]

- ・鯛：4尾
- ・トマト：2個
- ・オリブオイル(ExV)：450ccくらい
- ・ニンニク：2かけ
- ・椎茸：1枚
- ・マッシュルーム：5~6個
- ・ブチトマト：8~10個
- ・黒胡椒/粒：10~20粒
- ・ローリエ：1~2枚
- ・白ワインまたはシェリー酒：適量
- ・塩：適量
- ・鷹の爪：適量

[B/香りづけ用]

- ・玉ネギ：小1個
- ・ニンジン：小1/2本
- ・セロリ：5cmくらい
- ・ニンニク：1かけ
- ・ローズマリー：少々
- ・酒類：10cc
- ・水：30cc

つくりかた

- ① 鯛の頭とワタをとり、氷水で洗ってキッチンペーパーで水気をよく拭き取る。臭みをとるため白ワインかシェリー酒をまんべんなく塗り、強めに塩をふって30分くらいおいておく。
- ② トマトは火に炙って皮をむき、5mmくらいにスライス。ニンニクは大きめにぶつ切り。椎茸はいしづきを取り4等分に切る。マッシュルームは丸のまま。ブチトマトはヘタをとる。
- ③ 香りづけ用の野菜を細かく切って、フライパンに酒と水、ローズマリーと切った野菜を加えて15分くらい弱火で煮詰める。水気がなくなってきたらオリブオイル250ccを加えて香りをだす。
- ④ 耐熱性の器(鍋)にバターを塗り、スライスしたトマトを敷きつめる。その上に鯛を並べ、ニンニク、椎茸、マッシュルーム、ブチトマトをバランスよく並べる。
- ⑤ ④に、黒胡椒とローリエ、鷹の爪も加え、③で香りづけしたオリブオイル(250cc)を注ぎ、具材がひたひたに被るまで、瓶入りのExバージンオイル(200cc)を足す。
- ⑥ ⑤を弱火で火にかけて、鯛に火が通るまで加熱する。だいたい30分くらい。
- ⑦ 器のまま、熱々な状態でテーブルへ。



④ 耐熱性の器にバターを塗ってトマトを敷き詰める。



① 鯛は頭とワタをとり、氷水でよく洗う。



⑥ 鯛、ニンニク、椎茸、マッシュルーム、ブチトマトを並べる。



② キッチンペーパーで水気をよく拭き取る。



⑦ 香り付けしたオイルとExバージンオイルを足して注ぐ。



③ 白ワインを塗り、強めに塩をふって30分くらいおく。



④ 香りづけ野菜は煮詰めた後、オリブオイルを加える。

湘南 レシピ

recipe46

鯛とトマトのアヒージョ

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・稲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 <夏には“崑崙”がお勧め>

★ツボの探し方

崑崙：外くるぶしの中心とアキレス腱の間のくぼみ。

▲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

季節の過ごし方

片瀬鍼灸院便り vol.18



白い○が崑崙の位置

急性腰痛の多くは、数週間で回復します。しかし、骨折をとまなうこともあるので、素人判断せずに医師の診断を受けるようにしましょう。特に高齢者は注意が必要です。

急性腰痛の二つ、ギックリ腰の対処方法は、以前は1週間くらいの安静でした。しかし、最近の研究では、強い痛みが無くなったから、徐々に普段の生活に戻す方が、治りが早いと言われています。

暑い時は、素足で過ごす方も多いと思いますが、素足のまま室内で過ごす、足首やふくらはぎが冷房の冷たい空気で冷えて、急性腰痛の引き金になります。

当鍼灸院では、慢性腰痛は1年を通して、急性腰痛は夏に多い傾向があります。急性腰痛が夏に多いのは、冷房で下半身が冷えてしまうことが、原因の一つと考えられます。

腰痛には、痛みが長く続く「慢性腰痛」と、ギックリ腰に代表される「急性腰痛」があります。



夏はギックリ腰に用心



ギックリ腰を防ぐには

ギックリ腰は、「魔女の一撃」と言われるように、痛みが強いので、予防することが最善策です。

下半身の中でも、特にふくらはぎを温かくしておくことが大切です。膝下までの長い靴下で、ふくらはぎを保温しましょう。

また、夏でも湯船に入って、下半身を温めることが大切です。さらに普段から、筋肉に必要なミネラルや、水分補給も必要です。



腰痛には崑崙

崑崙(こんろん)というツボは、外くるぶしとアキレス腱の間にあります。冷えが原因の腰痛やギックリ腰では、お灸がお勧めです。マガジン48号の承山(しょうざん)と合わせて刺激してもよいです。

また、慢性の腰痛は、マガジン40号で紹介した太溪(たいけい)がお勧めです。

(写真文 片瀬鍼灸院)

大学病院の博士がオススメする“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

Q 検索



sola-ソーラ

TEL 046-872-3039 所 逗子市逗子6-5-1 ホワイト&グレービル1F
 交 京急新逗子駅南口より徒歩2分 休 水曜日(7月は定休日なし)
 営 10:30～18:30 URL <http://sola.fem.jp/>

潮風薫る町、逗子の小さなセレクトショップ、ソーラアクセサリー、バッグ、サンダルなど定期的に海外で買い付けをしています。シーズンごとに新しい商品が入荷！リーズナブルで素敵なお小物たちにぜひ会いにいらしてください。



バナナの葉のかごバッグはこの夏にぴったり

Healing Center 逗子

TEL 046-876-8449 所 逗子市逗子1-2-8 2F 交 JR横須賀線逗子駅
 東口より徒歩約2分 休 不定休 営 日-月11:00～21:00 URL <https://www.healingcenterzushi.com>
healingcenterzushi@gmail.com

身体の中から光り輝く
 当店一押しメニュー

【DNA アクティベーション】
 60分…15,000円

その他のメニューもあります！



SHONAN SHOP LIST

LIFE

Fashion
 Music
 Goods
 Clinic

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。

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) 営 木～月9:30～19:00、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！

元気モリモリ
 ハウスモリー
 モリー君も待ってるワン♪



ハッシュタグ「#sbfm51」をつけて投稿しよう



仕事が早仕舞い出来たので、夕暮れの
 一色海岸へ @ fc3sfreak.13bre

詳しくはこちらをご覧ください。▶
 みなさま奮ってご参加よろしくおねがいします。



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。一般検診、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 Hospital



小さなドッグランあります

かなさんの足つぼ屋

TEL 090-8486-9324 所 鎌倉市雪ノ下3-2-7 交 鎌倉八幡宮 東鳥居目の前 休 火・水・第2・4土曜日 営 11:00~20:00 (18~20時予約制) 電 powdermoon.kana.makamaka.hula@i.softbank.jp

2018年の5月に「足のウラと向き合う=自分と向き合う」をコンセプトに、「かなさんの足つぼ屋」をOPENいたしました。鎌倉でたくさんの方にお会いできるのを楽しみにしています。



鎌倉のかくれ家でお待ちしております

Luna House 返子鎌倉 貳番館

所 返子市山の根 1-3-26 交 返子駅西口徒歩2分
URL <http://www.booking.com/Share-0L7uEe>
<https://abnb.me/p3oC4VUB6W>

返子駅徒歩2分、新築の宿泊施設です。完全分離の6名部屋と4名部屋はコネクティングで最大10名様まで宿泊可能。食器・調理器具もご用意しております。複数家族・友人同士への宿泊に最適です。



LIVE HAYAMA NATURAL SLEEP

TEL 0120-434-544 所 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 電 natural@hayamasleep.com

皆様にお上質な眠りをお届けしたい。ワンランク上の自然素材の寝具で湿気が多い日本の夏を乗り切りましょう。日本の昔からの知恵、麻のベッドパッド、中まで麻綿が入った麻の肌掛ふとん。キャメル製品もお薦めです。ぜひこの夏の新アイテムに加えてみませんか？



手染め麻の掛けふとん

jack gomme — ジャックゴム

TEL 046-874-7215 所 葉山町長柄 12-1 カザハヤテラス1 交 「長柄橋」返子方面バス停斜め前/長柄交差点よりR134横須賀方面へ車で1分 (専用P有) 休 火・水曜 営 11:00~17:00 URL <https://portunion.jp/>

驚くほど軽い防水生地や軽くしなやかな革を使い、シンプル&機能美を追求したフランス製バッグブランドの直営店です。その使いやすさは一度持ったら他のバッグが持てなくなるほど！



WEB SHOP & 東京・横浜・神戸にも直営店有

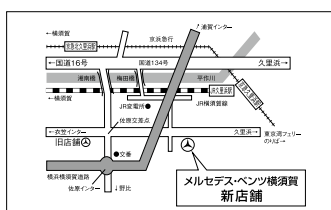
メルセデス・ベンツ横須賀

新車/認定中古車/サービスとメルセデスのことなら何なりとご用命ください。

佐原交差点から久里浜方面へ3分。皆様のご来店を心よりお待ちしております



Mercedes-Benz



メルセデス・ベンツ正規販売店 メルセデス・ベンツ横須賀 (株) シュテルン世田谷

〒239-0835 横須賀市佐原4-9-3
営業時間 / 9:30~19:00
水曜定休 (祝日の場合は営業いたします)

☎ 046-836-6555
☎ 046-833-3656

<http://www.mercedes-benz-yokosuka.jp>



ご来店記念プレゼント

本誌「湘南ビーチFMマガジンVol.54」をメルセデス・ベンツ横須賀にお持ち下さい。メルセデス・ベンツオリジナルグッズをご用意しております。

※数に限りがございます。品切れの際はご容赦願います。



一つでも当てはまる方はご連絡ください!!

- ほとんど乗らない車がある。不要になる車がある。
- 車検を通すか、車を買替えるか悩み中。
- 運転免許を返納予定で、車の売却も予定している。
- 傷や凹みが多いが、少しでも高く買い取って欲しい。

**他社で査定額0円と言われた車でも
年式が古い・走行距離が多い車でも**

**最低2万円以上で
買い取ります!**

※1600cc未満は5千円以上となります。不動車は減額の場合があります。

買取事例(1)
H11年式、23万Km、修復歴有りのシビックタイプRを**45万円**で買取!

買取事例(2)
H12年式(19年前)タウンエースノアを**11.5万円**で買取!

無料出張査定にお伺いします。お気軽にご連絡ください。

カマクラハッピーヨロシイ
0467-81-4641

インターネット | ハッピーカーズ鎌倉店 | 検索 | メール: sakano@happycars.jp

ハッピーカーズ 鎌倉店
七里ガ浜オフィス: 神奈川県鎌倉市七里ガ浜1丁目1-1
神奈川県公安委員会 452640001614号

ハッピーカーズ鎌倉店
店長: 坂野(さかの)

(株)スズキヤ

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

東逗子店 TEL: 046-871-0658 9:00~21:00
http://suzukiya-inc.jp

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クラブコ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。

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。

逗子駅前店 葉山店 東逗子店

無料出張宅配
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。
0120-713-315

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

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9年目! 博物館入りするようなガレージグッズ、ファイヤーキングやバイレックス、スヌーピーやミッキー、オールドハワ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。

古き良きアメリカの宝さがしにいかがですか

ガレージアイテム&アロハシャツでます
ネイティブやウェスタンの額装もたくさんあります

ビールやお酒が美味しく飲めるグラス出してます!

Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.55

2019年 9月13日(金)

発行予定!!

Petit Necol 一ブチネコル

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: 水曜日 営: 10:30~18:30 URL: http://petitnecol.com/ 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。



信州落葉松 (カマツ) 薫る木張りの家 in 鎌倉ハコト

#clachic is a multi-disciplinary architecture firm known for the residential and the landscape design, established by Southern California Inst. of Architecture master graduates Hilo yamamoto in Kamakura in 2017. #clachic has completed many residential projects suited to the climate in Shonan by the sea, using Canadian red cedar and Shinshu larch siding.

got home?



光と風、そして自然素材の経年変化を重視した木張りの家
クラシック級建築士事務所

TEL: 0467-23-5078
Tue-Sat. 9:00-18:00
URL: www.clachic.casa
Mail: info@clachic.casa



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 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
営 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
きめ細やかなお世話をします**

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。



ネコちゃんは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、高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でできるため、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。

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・新車/中古車販売・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

返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

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
 送 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本と卓上型かアラスリムを初回のみ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



床置き型アラスリムは月々 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

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 交 JR 逗子駅より徒歩5分
 休 水曜日 営 10:00～17:00 URL <https://kirigaya.jp>



本社はショールームとして普段は椅子などを展示しています

第16回キリガヤ祭、今年も開催! 親子で作ろう 子供木工教室を楽しもう!

7/20 (土) 開催!!
 キリガヤ祭は今年で16目を迎えます! 毎年人気の子供木工教室はもちろん、クラフトワークショップや屋台など楽しい企画が盛沢山です。ぜひ遊びにいらしてください!!



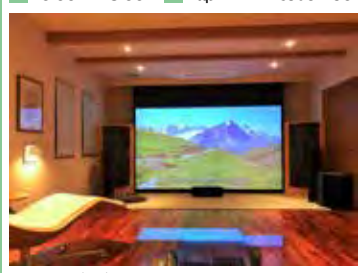
木工教室は毎年600人以上が参加する企画



ステージはフラやバンド演奏など賑やかです

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ンメント空間を、コーヒーでも飲みながら気軽に体感下さい。
 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



次号 vol.55 **2019年 9月13日(金)** **発行予定!!**

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

逕子菊池タクシー株式会社

TEL 0120-2117-75
 所 逕子市久木 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>



MOTOMACHI Union 葉山店



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 京急プレミア ポイント5倍 (土曜日)

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！

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 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 営 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)
<6 月限定> 上記施術の方、
ホワイトニング本数
何本でも追加無料！
*通常価格 2,000 円 (税抜)
◎新規の方限定 6 月末日迄
(6 月以降は要問合せ)
★保険適用外

歯科医院 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



不動産 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 ご来店の際は自家用車などで越してください。
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
くいらっしゃいます。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。



店舗は葉山駅・鎌倉駅前にごじます。

カーデイトーラー 横浜トヨペット 逗子店

TEL 046-871-1311 所 逗子市久木 1-1-3 交 JR 逗子駅徒歩
10 分 休 火曜、当社規定休業日 営 10:00~19:00
URL http://www.yokohama-toyopet.co.jp/shop/zushi

カフェスペース OPEN!
お散歩の途中に、お子様の
送迎の合間に、お友達との
おしゃべりに...どなたでも
気軽に自由にご利用頂ける
快適空間で、ほっと一息つ
いていきますか？



フリーズドリンク各種スープをご用意しています

ギャラリー gallery tiptoe (ギャラリーティップトゥー)

TEL 046-854-8256 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

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く

HP のブログから
リアルタイムの写真を
ご覧頂けます。



看板犬 Tip とお待ちしております♪

教育 (幼児教室)

学研教室 葉山堀内教室 (幼児週1コース)

TEL 090-6566-5059 所 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～
 URL <https://www.889100.com>

「お勉強たのしい！」ワクワクした気持ちで学習できる幼児期は、学びのスタート！もじ、かず、ちえの学習で、楽しく勉強しながら小学校への入学準備をばっちり仕上げます。無料体験、夏の特別教室受付中！



はじめての塾は学研教室にお任せください。

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

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/>

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！

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>

小さなスクールだからこそ
 お子様から大人までひとり
 ひとりにあったレッスンが
 可能です。
 〓初回レッスン無料サービス〓//
 是非お問合せください。



無料体験実施中！ぜひお問い合わせ下さい。

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)

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。

次号 vol.55 2019年 9月13日(金) 発行予定!!

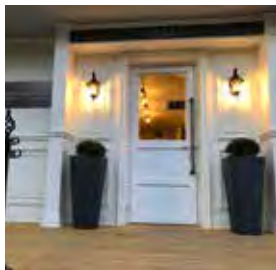
～海祈願～鹿島成浩の成功占い

<p>おひつじ座 まずまずの運氣です。水辺に行くとか運氣UP。</p> <p>おうし座 新しいステージは始まっています。</p> <p>ふたご座 自分に不利になりそうになったらはっきり言うとか吉。</p> <p>かに座 そのまま突っ走ってOK!ですよ。</p> <p>しし座 自分自身に向き合ってみて！成長の時。</p> <p>おとめ座 リズムが狂いそうになっても大丈夫、楽しく過ごせます。</p>	<p>てんびん座 オンとオフを大切に！ご褒美があるかもしれません。</p> <p>さそり座 遊びも真剣に！良い事がありますよ！</p> <p>いて座 そのままで大丈夫！あなたらしく過ごして下さいね。</p> <p>やぎ座 自分を見つめ直す良い時期です。</p> <p>みずがめ座 金運良し！何かにチャレンジしてみても？</p> <p>うお座 ここまで継続して来た物の勢いが増します。</p>	<p>占術研究家 鹿島成浩 鑑定歴15年 恋愛、仕事、相性等々のご相談を中心に、現在月200件程の鑑定をしております。 海と山に囲まれた逗子葉山浦南エリアからお届けする～海祈願～鹿島成浩の成功占い、少しでも皆様のお役に立てれば幸いです。</p>
---	---	---

212 NEWYORK

TEL 046-854-9761 所 葉山町堀内518-2 1階 交 海岸通り「元町」バス停下車 inuit coffee 2軒隣 休 完全予約制 営 11:00～20:00 11:00～18:00 (土日祝) URL www.212-newyork.jp

「ヘア」と「美容鍼」2つのアプローチと確かな技術で「美」をトータルケア。完全予約制プライベートサロンで様々なご要望にオーダーメイドでご対応します。※世界中の髪質・肌質に対応



212
TWO ONE TWO

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 (P 3台有) 休 土曜 営 7:00～19:00 URL http://ysbodyfactory.com

【Y'S BODY FACTORY トレーナー書籍】
運動嫌い・運動苦手・運動を習慣に出来ない人必見!

【タテ伸びモーションで-10才愛され美ボディメイク】
たった50秒で理想の美ボディへ、日常の動作があなたを変える!



全国の書店やAmazonで大好評発売中!

アロマガーデン

TEL 090-1047-6991 所 逗子市久木8-9-29 交 ハイランドバス停より徒歩1分 休 不定休 (完全予約制) 営 9時～20時 (要相談) URL aromagarden-zushi.com

アロマハンドトリートメントを学びませんか。ご家族やお友達、ご自身に、やさしいアロマの香りとタッチングであなたの気持ちが手から伝わります! 老人施設にも毎月訪問し大好評です。アロマで心も体も脳も元気に。逗子楽習塾にも出ています。ぜひ一度アロマガーデンにお出かけください。



たった5分で指先まで温まりました*写真右

trica Balcony Hayama

TEL 046-887-0158 所 葉山町堀内50-2 葉山マリナー2F 駐車場完備 交 JR 逗子駅より京急バス一色行き「葉山マリナー前」下車 休 火曜日 営 月曜日9:00～18:30 水～土9:00～19:00、日祝9:00～18:00 URL http://www.tricca-m2b.com/

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との同時施術、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♪



大人世代からお子様まで、お気軽にお越し下さいませ!!

BEAUTY

Beauty Salon Nail Esthetic Relaxation

逗子 美容カイロのおうち

TEL 046-874-4130 所 逗子市池子3-8 東逗子ハイツ 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)

原因の追求と戻りにくい身体作りのアドバイスを大切に施術活動をしています。ご自身、ご家族の為の健康教室、美容カイロ教室を開催しています。HPで詳細をご覧ください! 出張も可



施術の後は、笑顔が一番!

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(パークド四季内) 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

アロマリンバマッサージュの前に「ハーブテント」でデトックス!! 良質なオーガニックハーブを使用。薬効成分をたっぷり含んだ薬草ミストサウナで免疫力を高めます。疲労回復、冷え症、更年期障害、美肌効果、ダイエット、産後、術後のケアにもオススメです。



<完全予約制> 女性専用隠れ家サロン

あなたのお店を 湘南でアピール!!

あなたのお店をショッピングリストに掲載しませんか!
3月、6月、9月、12月発行です。

*お申し込み・お問い合わせは

ハガキ・お電話・FAX・E-mailで
湘南ビーチFM「ショッピングリスト掲載希望係」

〒249-0003 逗子市池子2-5-6
TEL: 046-870-3313 FAX: 046-870-3323
e-mail: office@beachfm.co.jp

Maresco - マレスコ

TEL 046-827-7020 所 逗子市逗子7-3-49 クリオンハウス1F-B 交 JR 逗子駅東口
又は新逗子駅南口から徒歩6分、池田通り沿い 休 水曜日、第2木曜日 営 11:30~
14:00、18:00~21:30 URL <https://www.facebook.com/MarescoSaporeDiMare/>

旬の地場の食材をふんだんに使った魚介系イタリアン!

ムール貝の豪快蒸し "maresco" 是非ご賞味ください。



greeen face

TEL 0468-54-9957 所 葉山町堀内980 葉山館1F
交 葉山元町交差点側 休 火曜日 営 日~木 11:00~18:00
金土日 11:00~21:00 Mail greenface@gmail.com/

令和元年5/1~OPEN。
地域の方々、観光にお越しのお客先に愛される居心地の良いカフェを目指します。アート、植物の販売、熟成肉を使用した本格派ハンバーガー等取揃えております。



是非、葉山に来た際にはお立ち寄りください。



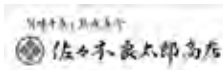
次号
vol.55
2019年
9月13日(金)
発行予定!!



旨味干魚と熟成魚介 佐々木良太郎商店

TEL 046-854-9477 所 葉山町一色982
交 県道27号線葉山郵局前交差点そば
休 水曜日 営 11:00~19:00 URL <https://sakana.ltd>

旬の魚介を美味しく加工し、地域のお客様へ販売している海産物の製造直売店。晩のおかずにも丁度良いお魚はもちろん、思わず誰かにプレゼントしたくなる逸品も手に入るお店です。

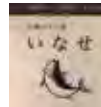


相鉄ローゼン葉山店さんの目の前です。

立ち喰いすし処 いなせ

TEL 046-871-7800 所 逗子市逗子5丁目1-16
交 JR 逗子駅、京急新逗子駅より徒歩1分
休 不定休 営 12:00~14:30、17:00~23:00

厳選された旬のネタ中心の握りと沖縄料理のつまみが満載です。寿司は塩を付けてお召し上がりください。ここでしか食べれない「いなせロール」は大將こだわりの一品です。



789ビールと一緒にご賞味ください!

5月10日OPEN

出前承ります!



まじ屋の水木

◆神奈川県三浦郡葉山町堀内50-2
葉山マリナープラザ2F

◆046-875-2302

◆定休日：火曜日

HAYAMA MARINA

2019.10.14

桜山茶寮

TEL 046-845-6232 所 逗子市桜山 3-6-22
 交 京急バス逗子警察署前下車徒歩3分
 休 水曜日 時 9:00～22:00 (L.O.21:00)

URL <http://sakurayama-saryo.jp/>



木を基調とした古民家風の店内。晴れた日はテラスも使える。

**健康な身体作りのサポート
 を通じて社会に貢献！
 医師監修のダイニング！**

健康な身体づくりは、健康な食から。地域の皆さまに何が貢献できないかと想い逗子市桜山にオープン。分子栄養学認定医師監修のメニューで健康をサポート。健康維持をしながら、多くの方々にとって笑顔溢れる憩いの場・交流の場になっていただけたら嬉しいです。



葉山牛のステーキ丼



栄養満点！コールドプレスジュース



ケーキと共にメディカルハーブティー



魚のソテー・ヴァンブランソース

和 みなもと

TEL 0467-25-5126 所 鎌倉市坂ノ下 33-6 鎌倉パークホテル1F
 交 江ノ電長谷駅下車徒歩15分
 休 なし



湘南の海を眺めながら贅沢な時間をお楽しみ下さい。

**何よりも【人】
 私達に会いに
 是非お越し下さい**

地元【鎌倉】【三浦】から季節ごとの野菜や地魚。加えて日本全国、四季折々の食材を使用し伝統的な技法と新しい技術を織り交ぜて調理する【相模の国懐石】そんなお料理と気持ちのこもったおもてなしで笑顔と共にお帰り頂く事が和みなもとの信念です。



相模の国会席【はなみずき】



厳選した蟹を用いた会席もございます。



ご法事のお席もご用意いたします。

【特典】
 マガジンを見た！又はラジオを聴いた！で料理長渾身の一品（非売品）をプレゼント！！その日しか味わえない限定の一品を是非お楽しみ下さい。



逗子海岸
 ウォーターパーク
 今年も開催！

逗子海岸海水浴場

2019年6月28日（金）～9月1日（日）

| 逗子海岸営業協同組合 | info@zushi-beach.jp | <http://zushi-beach.jp/> |



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。
 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、ベスト同伴利用も可能です

湘南ワインセラー 葉山店

TEL 046-875-6891 所 葉山町一色 943-1 アトリエハマ 943 1F 交 葉山郵便局
 交差点を御用邸方面へ入り200mほど行った右側 休 月～木 営 金・土・日 11:00～
 17:00 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
 にとことん味にこだわった
 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
 軽にお選びいただけます。



ショップ前に専
 用駐車スペース
 がございます。
 お気軽に、お車
 どうぞ。



シャンパンなど贈答用ワインも承ります。

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
 った和食のようなフランス
 料理をどうぞ。20名様迄
 の各種ご宴会・ご法事も承
 っております。お気軽にお
 問い合わせください。



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。

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





MAISON FONDÉE EN 1785

PIPER-HEIDSIECK

CHAMPAGNE

王妃マリー・アントワネットに献上され、
 マリリン・モンローにも愛された
 シャンパーニュ パイパー・エドシック。
 カンヌ国際映画祭の公式
 シャンパーニュとしてもよく知られています。

ストップ! 未成年者飲酒・飲酒運転。お酒は楽しく適量で。
 妊娠中・授乳期の飲酒はやめましょう。のんだあとはリサイクル。




http://www.nlwine.com



MARLOWE X **Shonan Beach FM 78.9**



7～9月の期間限定!! 個数限定!!
コラボレーションビーカプリン

この夏もマールウと湘南ビーチ FMとのコラボレーションで特別なビーカを、期間限定でご用意いたしました。野いちごプリンとクリームエベスプリンをお楽しみください。デザインはイラストレーター鈴木英人さん。お中元や帰省土産などにもぴったりです。

お問い合わせは、お近くのマールウ各店舗またはマールウホームページをご覧ください。

☎046-874-7982 <http://www.marlowe.co.jp>



6/25(火)
発売!!
在庫が無くなり次第終了となります

期間限定「野いちごのプリン」「クリームエベスプリン」
まろやかな酸味のある夏に最適なプリンです。
*クリームエベスプリンの宅配はお承りできません。
価格：800円(税別)

大衆ビストロ TAKURO

☎046-854-9327 所 逗子市逗子5-1-22 B1 (カラオケ BANBAN 下) 交 JR 逗子駅徒歩2分、京急新逗子駅徒歩1分 休 木曜日(不定休) 営 15:00～23:30 (L.O.23:00)、12:00～(土・日のみ) 取 【逗子 TAKURO】で検索

土・日のみ 12:00 オープン!!!
カジュアルなフレンチスタイル ◎グラスワイン多種
☆テラス席はベットも OK
経験豊富なオーナーが作る料理はリーズナブルな価格設定。



喫煙席もあります。カウンター、テラス有り

「宴会プラン・保護者会」
2名様からご利用できます。

カフェテロ葉山

☎046-874-9061 所 葉山町一色 1532 交 葉山大道交差点すぐ「葉山大道」バス駅徒歩2分 休 水曜日 営 10:00～18:00 取 <http://www.cafetero-hayama.jp>

生産者直送コストリカ・スペシャルティコーヒー専門店。築百年の古民家を改装した店内は落ち着いた和の空間。美味しいコーヒーと手作りスイーツをゆったりと味わえます。



AD

初めまして、葉山ハートセンターで管理栄養士をしております池田雄介と申します。まだまだ若輩者ではありますが自分が生まれ育った逗子、葉山へ地域貢献がしたく日々業務に励んでおり、患者様と栄養相談を行っていると、生まれ育った地域のつながりを感じることがあり、仕事を通じて地域貢献をしているという充実感を感じています。

日々の栄養相談で感じることは患者様の高齢化と、健康番組などの情報から得る知識のため偏食になっていくことです。高齢者の食生活の特徴は「同じ物ばかり食べる」「買い物や調理が億劫になる」「食事への関心が薄れ食生活が単調になる」「食事の回数が減少する」といった特徴があります。



無料の医学講座を行っています
興味のある方はハートセンター
までお問い合わせください
TEL 046-875-1717

世間の健康志向が上昇する昨今、様々な媒体で健康の情報が発信されています。それには「これだけ食べていれば大丈夫」「この症状の改善にはこれがいい」など、さも食材が薬であるかのような内容ばかりです。発信されている情報は正しくても、情報を受け取る方の体に合うかどうかの判断はしてくれていません。

毎日の食事から十分な栄養を摂取しているのに「健康の為」といって毎日ささみやナッツやヨーグルトを食べ続けていたら、過剰に栄養素やカロリーを摂取してしまいます。健康の為とはいえ偏った食生活、いわゆる偏食です。食材は薬ではありません、毎日のバランスを考えてまんべんなくいろいろな食材から栄養素を摂取することが重要です。



地域に根差した栄養士をめざして

葉山ハートセンター管理栄養士

池田 雄介

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

徹底した温度管理があるから揃う生酒。他にも焼酎、どぶろく、調味料など、豊富なラインナップが自慢です。素材や作り方、デザイン、生産地など、ネットではできない選び方ができるお店です。駐車場もありますので、ぜひ一度足を運んで見てください。



限定品、令和誕生記念酒。

寿司店

葉山福ふく(寿司店)

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 営 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、至福のひとつをお過ごし下さい。出前も賜ります。



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 営 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



ボリューム満天のランチセットも最高!



ドーナツ・カフェ

ミサキドーナツ葉山店

TEL 046-897-4922 所 葉山町堀内905 交 JR 逗子・京急新逗子駅よりバス「元町」徒歩1分専用P有り 休 年中無休
営 10:00～18:30(土日祝9:00～) URL <http://misakidonuts.com/>

毎日手作りのドーナツが約15種類並び、葉山店限定のドーナツもあります。これからの季節にぴったりな爽やかなドーナツや冷たいドリンクもお楽しみ頂けます。



テイクアウトのご用意もいたします。



喫茶店・カフェ

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した。駐車場も10台分用意しました。心地よい風、心地よい音、心地よい空間、そして手作りの飲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。



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 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過ごしてください。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～



▲お造り五種盛合せ¥2,980

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://genkotuya29.main.jp/>



ドーンと焼肉三昧!

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



珈琲豆焙煎販売専門店

次号 vol.55 Shonan Beach FM 78.9 Magazine
2019年9月13日(金)発行予定!!

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P14台 休 木曜日
営 11:00～15:00 16:30～20:30



ジャージャー麺 ¥880



英語をもっと身近に。そして、「成果」を見せる。
それが、英会話・英語専門塾

学びのアクシス



上水谷（横浜市港南区）藤沢（藤沢市）に続き、3スクール目として開校した逗子スクールは、英会話コースはもちろん、英検®、TOEIC®・TOEFL®といった英語資格対策のコースや、ビジネス英語コース様々な要望にお応えしている。特徴的なのは、「成果」にこだわった英会話・英語専門塾であること。幼児・小学生・中高生の英会話コースでは、半期に1度、iPadやPCで習熟度を見える化し、家庭へのフィードバックを行っている。レッスンで身につけたことの一環として、年代とレベルに応じたテーマ

支持を受ける、その特徴とは

2019年4月、英会話・英語専門塾「学びのアクシス」が逗子銀座通りにオープンし、今、幼児からシニアまで幅広い年代の方が生徒として通っている。神奈川県では二を争う歴史を誇る中萬学院グループは65周年を迎えたが、その外国語教育を専門とした部門として、「学びのアクシス」もまた、23年の歴史を持つ。5年以上にわたり、生徒数を伸ばしていることから、地域の厚い支持を受けていることがうかがえる。



真摯な取り組みと成果

に沿って、自身の考えをスピーチで表現する。さらに、半期に1度、DVDにしてお渡しする。

2020年度教育改革の目玉となっている英語教育改革を見据え、学びのアクシスは、既に2016年からカリキュラムとレッスンの改革を行い、英語に親しみ、楽しみ、好きになることはもちろん、その中で、社会・学校教育で求められる英語力を育み、力をつけ、「英語で考え、英語で表現する」ことができる「トレーニングの場」となるよう、綿密な計画とカリキュラム作成、そして実践に取り組み、スタッフ・講師ともに責務を果たし、講師研修のミーティングを密に行っていることも表れている。

そうした練られた計画と実践で、これまで多くの成果を挙げている。小学生の多くが、6年生までに英検® 3級を取得していることもその1つ。中学生になり、学校英語でアドバンテージを持つことはもちろん、中学生英会話コースに進んだ多くの中学生が、英語で自分の考えを表現することが得意になっていたり、中には横浜市のスピーチ大会で学校代表に選ばれた生徒や、英検®などの英作文（ライティング）で9割近く得点をとるなど、「成果」一力をつけたことを証明する生徒が多いのだ。

「学びのコミュニティ」として

「教育的成果」の一方で、また、学びのアクシスらしきことは、「英語を学んだ人たちの、世代を超えた温かなコミュニティ」であることを挙げた。

★夏の応援キャンペーン★

こちらをご覧になった方に以下のキャンペーン特典を適用します。

10,000円 OFF!

- ① 入校金 (通常16,200円税込) → 6,200円
- ② 無料体験レッスン 2回
- ③ 入校翌月月謝 10% OFF

※初めてのお問合せをいただく方で、2019年7月末日までに入校される方が対象です

親子・兄弟姉妹など家族で、あるいは5年以上にわたって通うなど、満足し長く通ってくださる生徒の多さに、スタッフも嬉しく感謝をしていると言っています。

レッスンの合間には、世代を超えた談笑される皆さんの様子や、講師・スタッフとコミュニケーションや笑いがたえず、とても和やかな雰囲気スクール。地域に根ざした「コミュニティ」といった感じがびつたりするのだ。

学校生活との兼ね合いなど、英語学習に関することはもちろん、日常の中で様々な悩み、懸念も含めて、親身に相談にのり、カウンセリングを行ったうえで、納得いく提案を行うので、安心。まずは、自分の目で確かめるために無料体験レッスンを予約してみることをおすすめします。

英会話・英語専門塾「学びのアクシス」

【電話番号】046・873・3759
【所在地】逗子市逗子1-7-4 清水屋ビル1F
【交通】JR逗子駅 徒歩3分、京急逗子線 新逗子駅 徒歩5分、銀座通り沿い
【営業時間】火～土 13:00～19:00
【URL】www.axis-english.jp

シェアする
暮らして
なみに?



社会福祉法人 みなと舎

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。

・お台場にて



お台場にて
秋の健民運動会
にも参加し、地域
住民として、町
内の防災訓練、
夏祭り、盆踊り、

芦名町内会の
内、防災訓練、
夏祭り、盆踊り、
秋の健民運動会
にも参加し、地域

「どんなに障害が重くても自立し
た、その人らしい暮らしを大切に」と
いう思いから4名の暮らしがはじまり
ました。みなと舎のケアホームは今2
つあり、今年15周年の「ケアホームは
なえみ」、10周年の「ケアホームはな
あかり」、どちらも男性2名、女性2
名の4名で暮らしています。8名みん
な、重度重複障害のある方たちで生活
の多くに介護が必要ですが、昼間は通
所施設ゆうに通い、夜と土日はケア
ホームで暮らしています。週末はご実
家に帰られる方や、ヘルパーと外出さ
れる方もいま

「シェアする暮らし」



「チャレンジ」とは
1.挑戦する
2.異議を申し立てる

・HAPPY BIRTHDAY



・のんびりお散歩



す。
らも様々な方
のお力をいた
だきながら、
楽しさをシェ
アして自分ら
しい人生を送
つていきます。

・防災訓練



現在、はなえみメンバーさんの平均
年齢は44才。はなあかりでは41才。ご
両親も高齢になってきていますが、彼
らの仲間との暮らしを安心してみてい
ます。これか

の方やご家族もお誘いしています。他
のお楽しみとして、毎年観光バスを
チャーターし、一日旅行に出かけます。
行き先は、みんなが楽しめそうな場所
を相談して決めます。

の方々に声をかけて
いただくなど、近隣
とのお付き合いをと
ても大切にしていま
す。
また、ケアホームで
は時々、ホームコン
サートやフリーマー
ケットを家の中や軒
先で行ない、ご近所

1 看護師・支援スタッフ・リハビリスタッフ・
管理栄養士募集しています!

2 事業所見学会&
就職説明会を
毎月、開催しています。

3 有償ボランティアも
募集しています。
募集期間 7/29~9/30

申し込み



みなと舎の求人
information



申し込み



「事業所見学会&就職説明会」
「有償ボランティア」の
お問い合わせは
TEL.046-857-0551
(支援センターライフゆう)まで

ホームページ

ホームページは検索またはQRで



みなと舎

検索

TEL.046-855-3911

(受付日時:平日9時~17時まで/担当:山本)



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

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(単独型)
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

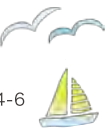
短期入所(併設型)
ショートステイ・ライフゆう

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



湘南の夏はレッドロブスターへ!

今年も湘南が一番盛り上がる季節がやってきます!
とびきりの思い出を作るなら、レッドロブスターがおススメ!

湘南の夏を思いっきり楽しんだあととは
おいしいシーフードに舌鼓! 6月はロブスターの旬の時期、
そして7月からは夏限定のメニューや、
大好評の「ロブスターワールドクルーズ」フェア第2弾の
カリブ海編がスタートいたします! ぜひお楽しみに!

※ロブスターフェスタメニューは6月末までのご提供となります。



ロブスター ガーリック 2,680yen

ガツンと香るガーリックの風味が食欲を刺激!
シンプルな味付けがロブスター本来の味わいを引き立てます。

ロブスター ケイジャン 2,680yen

スパイシーなケイジャンスパイスとバターの豊かな風味の組み合わせ。
辛さが程よいアクセントになっています。

ロブスター チリソース 2,680yen

エビチリならぬ「ロブチリ」。
特製のチリソースはご飯にもお酒にも相性抜群!

ロブスター グラタン 2,680yen

ほうれん草を加えたホワイトソースで焼き上げ、優しい味わいに仕上げました。

今年のロブスターフェスタは
ハーフサイズのロブスターを
様々な味で楽しめます!

お気に入りの味を見つけてみてくださいね!

ロブスター 黄金焼き 2,680yen

長年愛され続ける秘伝の黄金ソースで焼き上げた、大人気の定番メニュー。

<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: 2019年8月31日(土)まで
※他券併用不可 ※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



ブランド誕生から50年を迎えたデリカ。歴代デリカを一言でいうと、「唯一無二のクルマ」だ。巨大な室内スペースは遊び道具を満載しても快適な居住空間を確保。本格的な4WDシステムとトルクフルなドライブトレインが荒地の超低速から高速走行までを余裕でこなす。高い着座位置は長距離移動の疲労を最小限に抑えるうえに、適度なボディースイズで街中の取り回しも良好。結果、長く愛されるクルマになる。地方の駅に行くとき、昭和から現代に至るまでの様々なデリカを目にするのができる。そのいずれもがオーナーの愛情をたっぷり注がれ、生き生きと輝いている。実は私の父も20年、30万キロにわたって、先々に当たるデリカスペースギアを所有してきた。愛犬とともに全国各地を旅したほか、毎日の通勤、息子(私)の度重なる引っ越しに大活躍して天寿を全うした。我が家の20年はデリカとともにあったのだ。自動車の長い歴史において、これほどまでにユーザーの信頼を勝ち取ってきたブランドはごくわずか。モデルチェンジには否応でも期待が高まる。

さっそく新型デリカ0.9sを見ていこう。迫力あるフロントフェイスに目を奪われるが、これは奇をてらつたものではなく、実に理にかなっているのだ。正面からはアルファベットの「X」状に広がるグリル(「ダイナミックシールド」と呼ばれる三菱のデザインコンセプト)の上方に伸びるのは意外にもボジションランプ。薄型のLEDランプを使い豊かな表情を演出するのは世界的なトレンド。ヘッドライトはその下のコーナー部に縦方向に広がる(これもLED)。前走車のバックミラーからは眩しさを感じることなく、しかも抜群の存在感を誇る。そして「X」状のグリルはその奥に存在するクリンディゼルエンジンの高性能を予感させる。タフで機能的なボディ全体に漲らせる。エンジンの存在感が希薄になった最近の自動車において、メーカーのこだわりと自信が感じられるポイントだ。何よりも論理に基づいた形は、時を経て色あせていることがない。今回も長く付き合えるデザインで登場したことで、歴代デリカのファンもほっと胸をなでおろしたことだろう。

旅するミニバンのパワーユニットには、ディーゼルエンジンこそふさわしい。その粘り強い走りや経済性を一度でも体験すると、もう元には戻れないはずだ。令和元年現在、日本国内で入手できる上級ミニバンでディーゼルエンジンを搭載しているのはデリカ0.9sのみ。これだけで十分な購入動機になるだろう。一方でディーゼルに否定的なひとがいるのも事実。ガラガラと音がうるさい、ブルブルと振動が大きい、アクセルレスポンスが悪い、黒煙をまき散らし環境負荷が大きい、といった意見だ。ところが新型デリカ0.9sのクリーンディーゼルにおいて、このようにネガティブな要素は無視していい。スポーツカーのような鋭さとは違うが、アクセルを踏んだ分だけ、自由自在にパワーを引き出すことができる。高性能との両立が難しい環境性能は、新たに「尿素SCRシステム」を搭載して2022年から施行される排ガス規制をクリアした。新開発の8速ATとのマッチングの良さも特筆もの。サスペンションも洗練を増し、オフロードでの頼もしさはそのままに舗装路では静かで滑らかな乗り心地を手に入れた。インテリアも上質だ。今や新型車では必須となった予防安全技術もフル装備。衝突被害軽減ブレーキ、車線逸脱警報、レーダークルーズコントロール、オートマチックハイビームを備え最先端の水準だ。デリカならではの魅力はそのままで「洗練」と「最先端」を手に入れた新型デリカ0.9s。SUVとしてもミニバンとしても、もはや死角は見当たらない。



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

3周年記念キャンペーン
初回の方限定 予約優先
深部整体コース8500円→6250円

水金限定
オイルリラクゼーションコース
60分 9000円→6000円



骨盤、背骨
ゆがみ矯正



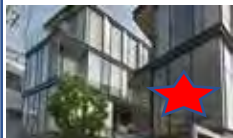
全身筋膜
リリース



血流リンパ
循環促進



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》

微振動程度の弱刺激による骨格調整と、心地よい強さでの全身筋膜リリースを中心とした施術です。ボキボキしない優しい施術ですので、高齢者から女性まで安全に安心して受けていただけます。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。

TVかながわ『ねこひたプラス』
ヨット専門誌『KAZI』にて
深部整体によるセルフケア
テクニックが紹介されました



葉山一色接骨院グループは土、日、祝日もOPEN!!

F C やわらグループも横浜市内に5院展開!! 御予約制です

葉山一色接骨院
葉山一色鍼灸院



P10台

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



P10台

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



P 7台

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



P 4台

046-854-9212

京急田浦駅より徒歩3分 船越バス停目の前