

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. **55**
Autumn
FREE



©EIZIN SUZUKI

【特集】夕暮れ時に浸る

(mon ~ thu) 16:30/17:30 交通情報

[thu] 17:00 ~ CATCH UPI
Shonan BeachFM Magazine

17

17

湘南ヘミングウェイ
長村光洋
シングルとグラスを片手に海の音楽を
聴いてタッチを探求する、色鮮やかな

(三菱自動車)

18:00 (月1火曜日)
市長町長祝賀祝儀インタビュー (再放送)

18

18

Shonan Beach FM 78.9MHz

<http://www.facebook.com/ShonanBeachFm789MHz>

【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)

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」
リビエラ選手マリーナより
ジャズライブを生放送!

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。
(マナセ メルセデス・ベンツ戸塚)

19

19

FOREST JAZZ
来島和江

MOONLIGHT CRUISING
月明りの夜の海 静かな海を感じ
るような週末の夜を彩ります。
鈴木梨江

ASIAN WAVE
占部久美子
心を惹きつけて離さない歌唱力
とセンス。アジアに聞こえられて。

20

20

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>

【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)

MUSIC OF HAWAII
クマクマ
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)

21

21

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

HITS AROUND THE CLOCK The 70's
人見欣幸
名曲ばかりの1979年もの佳曲!
Robert John, Michael Jackson,
Herb Alpert, Eagles, Commodores,
Barbra&Donna, Styx, Rupert Holmes
and more!!

HITS AROUND THE CLOCK The 60's
晋道はるみ
(選曲ホスト・折田博雄・鈴木雅雄・高治淳一)
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。
50年前の全米トップ10 + α。
50年前の全米トップ10 + α。
週番がスゴいほどの選曲による特集。
(セイコー)

22

22

LIGHTS OUT
そっと明かりを消して

リビエラ選手マリーナスタジオリニューアールのお知らせ
 湘南ビーチ FM リビエラ選手マリーナサテライトスタジオは、MALIBU HOTEL 建設
 と同時にリニューアールするため一時的に閉鎖させていただきます。リニュー
 アルオープンは2020年春を予定しております。期間中、サテライトスタジオから
 番組は、湘南ビーチ FM 本社スタジオ (選手市池子) から放送となります。
 リスナーの皆様にはサテライトスタジオ有難さではある放送を一時ご提供できなくなりますが、
 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。

The Light House
Léo Nagamura Pancoast
Recent Hits AND Revamped
Classics.

Nuphoria
MARCELLUS NEALY
Groove connects everything.
Let's go on a musical journey
together!

Laid Back Night
中嶋陸大
週末の夜に、夢つつつひと時を。

0

0

MIDNIGHT JAZZ

What's Upi JAPAN
George Cockle
English tourist information
for all of Japan.
(We Base)

2

2

MEMORY LANE AGAIN

SHONAN BEACH FM MAGAZINE VOL.55
発行日：2019年9月13日
発行：藤原 道子・渡山コエイ(放送株式会社)
〒244-0209 神奈川県藤原市池子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

4

4

MORNING JAZZ

MORNING JAZZ

【三菱自動車提供アクトランダー-PHEV】トヨタウィックイノベーション】(土・日) 8:30 / 9:30 / 10:30 / 11:30 / 12:30 / 13:30 / 14:30 / 15:30 / 16:30 / 17:30



COVER STORY | 黄昏時の happy hour

何とも嬉しい時間帯だ。黄昏の時間に夕陽を眺めてビール片手に富士に乾杯!
あー、何となくハッピーアワーなんだらう。
毎日こうして生きていく実感は味わえるなんて、幸福そのものだ。

EIZIN 拜



Shonan Beach FM 78.9 Magazine



2019年12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 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。 【mon】6:52 ~ 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 | JJ.FRIDAY 日本から発信する ジャズプログラム | | | | | | |
| 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 [sun] 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 | 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 | | | | | | |



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

り、男子校の為マリーさんパートはアレンジしながらも、ギターは完コピしていたと思います。小田さんは、ここ数年、母校の記念イベントに在校生、OB対象にコンサートを開いてくれたこともありました。PPMのおかげで、私は英語を覚えかつレコード収集にも目覚めました。

（あのマイルス来日）のライブレコードということで、初めて買った豪華絢爛見聞きジャケットの国内版LPです。フリーっぽくなるクインテットに緊張感を覚えながら、TSが代わるだろうと予想させる演奏にスリルを感じ、ジャズとライブにより一層傾倒していくのであります。

まだ生楽器が主体で、W.Shorterは勿論、M. Viciousも好きになりベース主体のレコード収集にはまっています。その後エレベがジャコになり超メジャーバンドとなり、多くの影響力を与え発展解消したグループでした。

「もう喧嘩はすみましたか？」一九七二年九月、北京を訪問した田中角栄首相に対して毛沢東主席はまずこう言ったといわれる。「喧嘩はしなきゃダメですよ。互いに言うべきことを主張し喧嘩してこそ仲良くなるものです」と毛主席は続けた。

Peter Paul & Mary
[A Song Will Rise]

家具調ステレオに何回も針をおきました。先輩のオフコースもアマ時代はPPMをコピーしてお

Miles Davis

安価な輸入盤ばかり探さず、ブラバンにも属していたこともあり

Weather Report

4.ビートにどっぷり浸っていた頃におったまげたアルバムです。

Bill Evans Live In Tokyo
Mornin', Glory]

大学時代、大阪ミナミでジャズ喫茶のバイトに明け暮れていた頃、毎朝アンプ類に灯を入れ、開店準備の珈琲を淹れながらかけた初来日時のLiveです。因みに閉店時には、C. FullerのFive Spot After Darkでした。この時代はやっぱり、親に迷惑をかけたものでした。空に向かってごめんなさい。

Bill Evans以外は、リアルタイムでコンサートにも出かけライブ大好き人間になりました。

是非、池袋や湘南ジャズライブでの生演奏も気軽に足を運んで楽しんでみてください。



西岡洋二

いってらっしゃい (月～金曜日 6:00～8:00)

アシスタント

SHONAN JAZZ BY THE SEA LIVE

(第一土曜日 19:00～21:00)

放送担当

TARO's Notes



Text: 木村太郎

この時田中首相は中国の周恩来首相と日中の歴史問題をめぐって激論を交わしていたが、この毛主席の会談で日中国交正常化がいつきに進展したとされている。国際関係で「喧嘩」は大事なのだ。逆に「喧嘩」ができなかったばかりに仲良くなれないのが日韓関係だと言えるだろう。日本側は朝鮮半島支配の歴史を負って「韓国」の言うことは我慢しよう」と「喧嘩」を避ける一方の韓国はそれをいいことに日本に好き勝手を要求した。それが限度に達したのが韓国最高裁の徴用工判決で、堪忍袋の緒が切れた日本側が対韓輸出管理強化で対抗すると韓国側は驚いたようだ。韓国側もGSO MIAの破棄を宣言して本格的に「喧嘩」が始まったわけだが、この「喧嘩」中途半端に終わらせたら元も子もない互いに言うべきことを主張し続けて初めて仲良くなるはずだ。

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10月5日(土)

TOKU MUSIC CHARGE ¥6,000

TOKU(flh.vo) / 宮本貴奈(pf) / 佐藤ハチ恭彦(b) / 守 真人(ds)



TOKU

2019年11月2日(土)

小林陽一&ジャパニーズジャズメッセンジャー

MUSIC CHARGE ¥4,500

小林陽一(ds) / 原川誠司(as) / 岡崎好朗(tp) / 北島佳乃子(pf)
池田雅明(tb) / 鈴木堅登(b)



小林陽一



伊藤君子

2019年12月7日(土)

伊藤君子 MUSIC CHARGE ¥5,500

伊藤君子(vo) / 片倉真由子(pf) / 坂井紅介(b) / 加納樹麻(ds) / 小池 修(as)



【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 ブルーピスタ (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

2019年11月15日(金)

牧山純子 MUSIC CHARGE 前売り ¥5,500 当日 ¥6,000

牧山純子(vn) / 宮本貴奈(pf) / 萱谷亮一(perc) / 鳥越啓介(b)



牧山純子

2020年1月17日(金)

高木里代子 MUSIC CHARGE 前売り ¥5,500 当日 ¥6,000

高木里代子(pf) ほか



高木里代子

【会場】リビエラ東京 【開場】18:15 【開演】19:00

<https://www.beachfm.co.jp/jazztokyo/>



SALON CONCERT CLASSICA BY THE SEA

豊かな声量と心動かす歌唱〜ドラマティックナイト

- 開催日時：11月16日(土) 開場 16時 開演 17時
- 会場：リビエラ逗子マリーナ ブルーピスタ (神奈川県逗子市小坪 5-23-16)
- チケット料金：6000円 (グラスシャンパン付)
- 出演者：小林厚子(ソプラノ)・井藤航太(テノール)・五十嵐麻利江(ピアノ)
- SET LIST：ドナウティ作曲 おお愛する人よ 小林厚子
ブッチーニ作曲 「蝶々夫人」より 愛の二重唱 小林厚子・井藤航太
さようなら愛の家よ 井藤航太
ほか



小林厚子



井藤航太



五十嵐麻利江

※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。



A dramatic sunset over a vast landscape. The sky is filled with a sea of clouds, illuminated from below by the setting sun, creating a vibrant orange and yellow glow. The clouds are layered, with some appearing as thin, wispy streaks and others as thicker, more textured masses. The horizon line is visible, showing a dark silhouette of land or mountains. The overall mood is serene and majestic.

夕暮れ時に浸る

文・写真／堀祐一



▲まさに茜色といえるマジックアワー。

マジックアワー

「マジックアワー」と呼ばれる時間帯がある。1978年にテレンス・マリック監督が『天国の日々』という作品でこだわった極めて特殊な時間帯で、太陽が沈んでから暗くなるまでの20分程の美しい光に満ちた時間のことだ。

撮影監督だったネストール・アルメンドロスはこの作品でアカデミー撮影監督賞を受賞したが、どこから光が来ているのかわからない特異なタイプの光と色を、当時の低感度なフィルムに巧みなテクニックで捉えている。

逗子葉山地域は、西に相模湾があるので美しい夕陽が望める土地だ。したがって海に沈む夕陽を楽しむ時間がマジックアワーとなる。しかも空気が澄んでいる時期には富士山のシルエットがポイントになるという稀有なロケーションでもある。

一年中、四季の変化も伴って毎日違う情景になるマジックアワーが楽しめる海岸。その空間に浸ることが日常となっていることは、大変恵まれた環境に生きているということを実感する瞬間である。

▼稀に色の境界が空に現れることがある。



▼ダイヤモンド富士の黄金色の海。





▲夏の海の家でもハッピーアワーがある。

ハッピーアワー

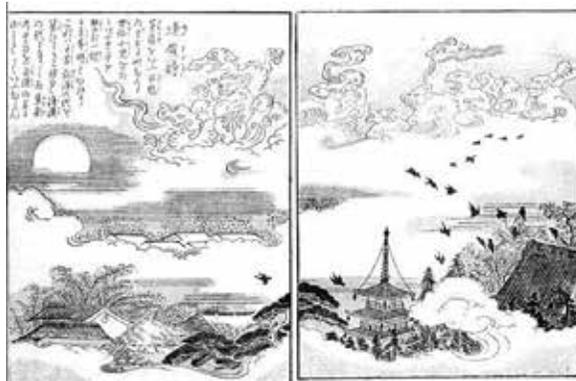
「マジック」が「ハッピー」になると意味がガラリと変わって幸せな時間となる。一般的に「ハッピーアワー」とはバーやパブ、レストランでビール、ワイン、カクテルなどのアルコール飲料が割引になるサービスタイムのことを指す。一般的には平日の夕方から店が混雑する前の時間帯である15時から19時頃の実施されることが多い。

割引率は店によって異なるが、国や場所によっては料金が同じでも飲み物の量が倍増されるときか、無料のつまみが提供されることもある。

また、同じような時間帯で酒を飲みながらつまみを楽しむという、酒飲みの極致ともいえる「蕎麦屋飲み」があるが、こちらはサービス価格ではなく、長居せず蕎麦前でさらりと酒を嗜む「粋」の真髄を楽しむものとなる。

ちなみに「ハッピーアワー」や「HAPPY HOUR」という言葉は楽曲やアルバムタイトルのにも多く、映画やラジオ番組もあるが、ややこしくなるためか店名としては見たことがない。

▼鳥山石燕『今昔画図続百鬼』より『逢魔時』。



逢魔時

日本の妖怪の基本形を作った浮世絵画家といわれる鳥山石燕の妖怪画集『画図百鬼夜行』の後編に相当する『今昔画図続百鬼』の一枚目に『逢魔時』がある。塔のそびえる街並みの上空を怪しいものが過ぎていく図である。そこには、「黄昏をいふ。百魅の生ずる時なり。世俗、小児を外にいだす事を禁む」とある。魅とは魑魅魍魎のことで、夕暮れ空の雲のように描かれている。



▲河鍋暁斎（かわなべきようさい）による肉筆画。『百鬼夜行絵巻』に登場している妖怪たちを題材としている。

逢魔時、または大禍時ともいうのは、いわゆる黄昏時なごれどきのことで、現在の夕暮れ時のことだ。「たそがれ」は、江戸時代になるまでは「たそかれ」といい、夕暮れの人の顔の識別がつかない暗さになると「そこにいるのは誰ですか」「誰そ彼（誰ですかあなたは）」とたずねる頃合いという意味だそうだ。

古神道においては「神奈備かんなび」という「神が鎮座する」山や森があり、これらが「磐座いわくら」や「神籬ひしろぎ」などと呼ばれる鎮守の森や神木のような神域の総称となっていた。神奈備はアニミズムであると共に、「現世うつよ」と「常世とこよ」の端境と考えられ、魔や禍わざいが簡単に往来できない結果として、注連縄しめなわや祠ほが設けられている。

これらに共通するのは「場の様相」が転移する空間や時間をあらわしていることで、逢魔時は昼と夜という様相が移り変わる端境の時刻であるということだ。

つまり、数多くの「百鬼夜行」に関わる説話や絵巻にもあるように、何やら妖怪や得体のしれないものに出会いそうな時間であり、柳田國男も「化け物に対する警戒の意を含んでいたように思う」としている時間帯なのである。

▼葛飾北斎『百物語こはだ小平二』。

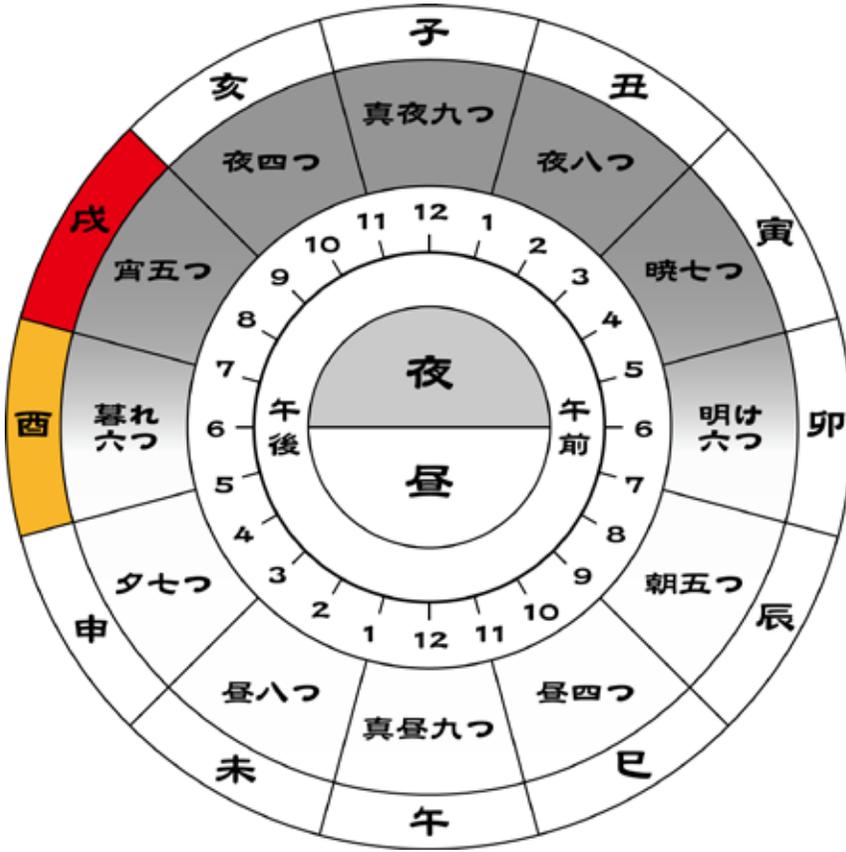


▼玉園『画本西遊記百鬼夜行ノ図』。孫悟空と日本の妖怪たちの対峙の様子が描かれている。



不定時法の刻

その昔、日本では十二時辰を用いて一日の時刻というものをとらえていた。これは十二辰刻とも呼ばれ、一日を十二支の呼び名で分け、一刻がおよそ二時間ずつとなっていた。



「およそ」というのは室町時代から江戸時代は不定時法が主流だったため、日の出が卯の正刻、日没が酉の正刻となり、夏と冬では昼と夜の長さが変動したためだ。つまり、「暮れ六つ」と呼ばれる酉の刻あたりが「逢魔時」となり、戌の刻あたりが「黄昏」と呼ばれる頃といえる。

▲不定時法の刻。

不定時法の現代だと夏至あたりの日の入りが19時頃で、冬至前には16時半頃となる。これだと季節によって同じ18時でも明るかったり暗かったりする。したがって、このような日没などに起因する言葉は、不定時法の感覚の方がしっくりくる。

葉山町では現在夕方のチャイムとして17時に『葉山町歌』が流れる。以前の『浜辺の歌』だった頃は、夏場の4月から10月は18時に流れた。つまり、時報としてはなく、夕方の気分として夏時間を採用して流していたと思う。（入れ替え時に『赤い川の谷間』が流れた時期もある）

不定時法でいう「夕方」または「夕暮れ」という時間帯は様々な呼び名があるが、明るく活動的な昼から徐々に暗くなって完全に暗い夜となるまでの境界となる時間帯のことだ。活動可能な明るさから闇が不安をかきたてる恐ろしい夜の到来となる。鳥は巣に帰り、コウモリが飛び、ヒグラシが鳴き止み、コオロギが鳴き出す。魑魅魍魎がうろつきだしてもおかしくはないはずだ。

しかし、現代では夜になっても灯火が絶えずに明るく、都会は不夜城のようだ。たまには暗い夜を思いだすようにしたいものだ。

▼日が暮れて闇が迫ってくる時間帯。



▼「江戸之刻」という懐中時計は不定時法の刻を読み取れる。





▲久隅守景『夕顔棚納涼図屏風』(部分)。

夕涼み

ところで、最近の夏の暑さは尋常ではない。この号が発行されて町に並ぶのは「秋」ではあるが、まだまだ残暑も厳しい日があるだろう。日中の暑さも和らいできた夕暮れ時に戸外で涼をとる夕涼みは、環境にも優しい日本の風物詩でもある。

上の絵は久隅守景くぐみしやまの代表作である『夕顔棚納涼図』という屏風絵で、『紙本淡彩納涼図』という指定名で国宝に指定されている。全体図は右下のように余白の多いすっきりとした構図で、おぼろな月光の下、夕顔棚で暮れゆく風情に浸りながら、涼をとる家族が淡墨で描かれている。

住宅事情は昔と違うだろうが、現代でも屋形船やビアガーデンは夕涼みを兼ねた飲み会ではあるし、なかなか見かけなくなっただが、戸外で縁台将棋をしたり、団扇を片手にビールを飲んだりしたものだ。

また、秋の夜空にあがる花火を浴衣で鑑賞するのもいいものだ。今年、は逗子海岸花火大会が9月27日に開催される。これは絶好の夕涼みイベントとなるであろうから天候が穏やかなことになることを期待する。

▼逗子海岸花火大会の様子。



▼『夕顔棚納涼図屏風』の全体。



夕風の時代

「お祭りのようだった世の中がゆっくりとおちついてきたあのころ。

のちに夕風の時代と呼ばれるてるてるの時間、ご案内。夜の前に、あったかいコンクリートにすわって」と作者である芦奈野ひとしが『ヨコハマ買い出し紀行』第一巻のカバー袖部分で書いている。

この作品は近未来の三浦半島を舞台に、穏やかで独特な「てるてる」とした時間を描いた漫画。何らかの

原因で地球温暖化が進み、海面上昇のため産業が衰退して人口も激減、人類の文明社会が徐々に滅びに向かっているという世界が設定だ。

しかし、その世界に悲壮感はなくむしろ平穩に満ちた日々がまつたりと描かれている。主人公は「初瀬野アルファ」という名の、見た目ほとんど人間で感情も持ち合わせたロボット。西の岬で営む喫茶店で行方わからないようになったオーナーの帰りを何年も待ち続けている。彼女を中心に滅びゆく時代を緩やかに生きる人々の暮らしが何ともいい感じ。



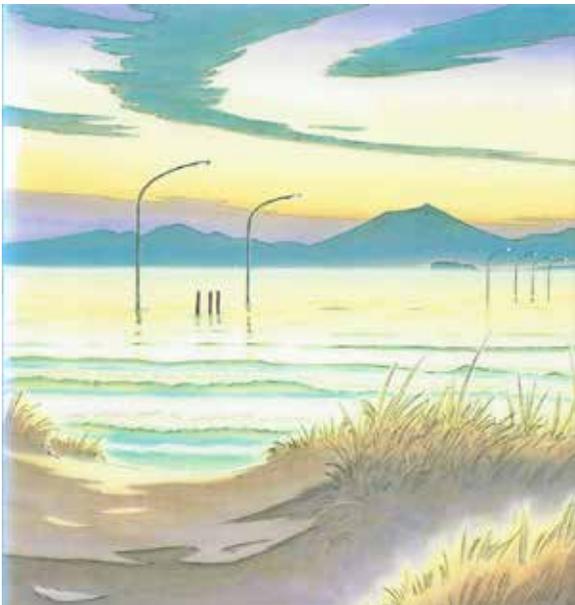
▲『ヨコハマ買い出し紀行』第1巻表紙。(アフタヌーンコミックス)

【Information】

『ヨコハマ買い出し紀行』 芦奈野ひとし

『月刊アフタヌーン』（講談社）において1994年から2006年まで連載。単行本全14巻、新装版全10巻。ラジオドラマも放送され、二度OVA版が制作されている。

▼第2巻裏表紙にある風景。頂上が欠けた富士山と江の島を望む。



「逢魔時」も「黄昏時」も超越した「夕風時」という時代ともいえるわけだが、この不思議な世界の間は、哲学も感じとれる。いわゆる「終末もの」というジャンルだが、この「てるてるの時間」のファンは多い。現実の世界に疲弊した心がゆったりした夕風のような世界に浸ることで癒されるのかもしれない。正体不明の存在も多く登場するが、作品の中で真相が明かされることもなく、そのまま自由な解釈にまかせて溶け込んでいるのも不思議。

▼登場人物の「おじさん」がいるような朽ちたガソリンスタンド。





▲北の大崩(長者ヶ崎)からの夕陽。中央には雲中の富士山。『ヨコハマ買い出し紀行』に登場する巨大飛行機「ターボン」かと思わせる機影も。

夕暮れの気分

「夕暮れ時」というテーマで書き進んできたが、やはり「朝活」のよ
うなポジティブな行動を取り上げる
ことができなかった。やはり、陽が
暮ればゆったりとした休息モード
になっていくのが人間の本能ではな
いだろうか。現代の社会は自然のサ
イクルから外れて少し慌ただしいよ
うな気がするのはどうしてだろう。
人類の進化と共に文明はものすごい
勢いで発展してきた。また同時に何
度も争いや失敗を繰り返してきた。
しかしそれにも懲りずに相変わらず
あちらこちらで様々な理由をこじつ
けて争いが続いている。魍魎魍魎は
逢魔時だけでなく、今や日中堂々と
世界中に姿を現しているのかもしれ
ない。

「ヨコハマ買い出し紀行」が心地
よく感じるのは、同じ終末だとして
も、ゾンビが闊歩したり暴力と略奪
が蔓延するよりはマシな、ブライア
ン・オールデイスが唱えた「心地よ
い破滅」のような癒しがあるからか
もしれない。
それに沈んだ陽はまた昇るだろう
からね。

▼徐々に暮れていく空に見入る人たち。



▼昼の熱がこもるコンクリートの堤防は夕陽に絶好の場所。



秋

はやっぱり食欲の秋。舌が
ビリビリ痺れる感じの麻婆
豆腐を白飯と一緒にガッツリ食べ
て、夏の疲れを吹き飛ばそう。

シェフ流の麻婆豆腐は、肉の旨
味をちゃんと保って香辛料を利か
せた大人の味。ポイントは、豚バ
ラ肉の塊を手切りで粗いみじん切
りにして、熱を加える段階では、



肉を鍋肌でしっかりと焼き目がつく
まで表面を焼き、肉の旨味を閉じ
こめること。もちろん肉屋でひき
肉を買ってきてもいいが、このひ
と手間がシェフ流の味に近づける
コツ。

そして、もうひとつのポイント
が舌が痺れる中国の香辛料
「花椒」をたっぷり使うこと。

日本の山椒の美と同じミカン科サ
ンショウ属の植物だが、種は異な
り風味も違う。使うのは果皮で、
ビリビリ痺れる味覚が特徴の四川
料理にはかせないスパイス。
今では探せば普通の食材店でも
手に入るの、本格的な自分好み
の麻婆豆腐をつくってビリビリ感
を楽しんでみよう。

湘南 レシピ

recipe47 麻婆豆腐

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

材料(4人分)

- ・絹豆腐：2丁
- ・豚バラ肉：200g
- ・椎茸：4枚
- ・ネギ：1/2本（みじん切り）
- ・生姜：1片（みじん切り）
- ・にんにく：1片（みじん切り）
- ・味噌：適量
- ・醤油：適量
- ・酒：15～30cc
- ・塩：適量
- ・ゴマ油：適量
- ・豆板醤：適量
- ・花椒：大さじ3～5
- ・水溶き片栗粉：水100cc／片栗粉大さじ1
- ・パクチー：適量

※花椒の痺れ感とは別に、辛い味がお好みなら、ラー油や唐辛子、胡椒などを適宜加えてもよい。

※パクチーの代わりに葉のにんにく、ニラ、そんみょう蒜苗などを散らしてもよい。



④塩、酒、醤油を入れた湯で豆腐を沸騰ギリギリで煮る。



①豚バラ肉を粗くみじん切りにする。



⑤下味をつけた豚肉を焼き込み、生姜と豆板醤を加える。



②椎茸は大きめのスライスで、石突も細かく輪切りに。



⑥椎茸、豆腐と茹で汁、水溶き片栗粉、花椒、ネギを加える。



③豚肉に生姜、にんにく、き片栗粉、花椒、ネギを加える。味噌と醤油を加えて混ぜる。

つくりかた

- ① 豚バラ肉の塊を粗くみじん切りにする。シェフ流にこだわらなければ、ひき肉を買ってきてもOK。
- ② ネギ、生姜、にんにくを細かいみじん切りにする。
- ③ 椎茸は石突を取って、7～8ミリの大きめにスライスし、石突は細かな輪切りに。
- ④ ボールに、豚肉、みじん切りにした生姜の半量、にんにく、輪切りにした椎茸の石突を入れ、味噌と醤油を隠し味に加えて、よく手でこねて混ぜ合わせる。【A】
- ⑤ 鍋に300ccくらいの水、塩と酒を加えて火にかけ、沸騰したら醤油を加え、大きめなサイズの目に切った豆腐を入れる。沸騰させずに豆腐がゆらゆらと踊る感じで3～5分くらい煮て下味をつけ、そのまま冷ます。
- ⑥ 粒のままの花椒を鍋でカラ炒りして香りを立たせ、フードプロセッサーで粉状にしておく。
- ⑦ 鍋にゴマ油をひき、ボールの【A】をほぐしながら入れ、鍋肌に押し付けてしっかりと焼き目がつくまで焼き込み、みじん切りにした残りの生姜と豆板醤を加え、肉と混ぜしっかりと焼く。塩をふってしんなりさせた椎茸を加え、豆腐の茹で汁を1カップくらい加える。
- ⑧ 煮たってきたら、下味をつけた豆腐を投入し、水溶き片栗粉、粉状にした花椒、ネギを加える。
- ⑨ ひと煮立ちしたら出来上がり。器に盛って、好みでパクチーを散らす。

※花椒は、山椒やヒマラヤンペッパーなどをブレンドしても面白い。

※生姜やにんにくなどの量は、カレーのスパイスをつくる要領で、自由に加減して構わない。

ツボコーナー <秋には“列缺”がお勧め>

★ツボの探し方

列缺：手の平を上に向ける。手首のシワの上に指2本並べる。
その位置にある骨の際のくぼみが列缺。

▲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○が列缺の位置

緊張性頭痛

頭痛は重篤な病気のサインでもありますが、原因となる病気が無くても、頭痛は起こります。代表的なのが「緊張性頭痛」と「片頭痛」です。

緊張性頭痛は、頸や肩周辺の筋肉の緊張が原因なので、継続的なセルフケアが症状の緩和に役立ちます。

緊張性頭痛に対して、東洋医学的なアプローチ方法は、鍼やお灸で、①硬くなった筋肉を柔らかくする②血液の流れをよくして筋肉に栄養を与える③自律神経のバランスを整える④心身の緊張を和らげることです。

では、自分でできることは何でしょうか？

- ☑同じ姿勢を長く続けない
- ☑ストレッチングや体操で肩や肩甲骨周辺の筋肉を動かす
- ☑頸や肩の筋肉を温める
- ☑スマホやパソコンは、時間を決めて、休憩しながら使う
- ☑お灸やツボの刺激で筋肉を刺激する。

いずれも簡単な事ですが、長く続けることで楽になります。

秋のセルフケア

9月は台風季節です。頭痛持ちの方の中には、台風が来る前に頭が痛くなるという方もいます。台風は低気圧なので、気圧の変化が頭痛に影響するためです。また、自律神経のバランスも崩れるため、頭痛が起こりやすいとも言われています。

その様な傾向がある方は、呼吸法で体調を整える事をお勧めします。

鼻から2秒で吸って、口から4秒で吐く呼吸を、10回を目安に試してみてください。

列缺で頭痛の予防

列缺は、手首の近くにあるツボです。お灸や指で刺激してください。また、お米やゴマなどをテープで貼り付けて、その上から刺激する方法もお勧めです。

また、列缺は咳など呼吸器系の不調のツボでもあります。秋は空気が乾燥しやすいため、乾燥が苦手な呼吸器にも不調が現れやすい季節です。長引く咳がある時にも、列缺の刺激をしてください。

(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

検索



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

学びのアクセス



2020年度教育改革の目玉である英語教育改革を踏まえ、2016年から既にカリキュラムとレッスンの改革を行い、綿密な計画のもと、実践力を身につけさせることに拘ってきた。スタッフ・講師とともに、成果に対する責務をもち、ミーティングと研修を密に行っている。

2019年4月、英会話・英語専門塾「学びのアクセス」が、逗子銀座通りにオープンし、幼児からシニアまで幅広い年代の方が通っている。横浜上永谷、藤沢に続き3スクールの開校となる逗子スクールは、明るい色調の受付とガラス張りで開放感のある教室が印象的。

中からは、外国人講師の明るくテンポの良い声で運ぶレッスンの様子、生徒たちが元気に英語で答え、ときに笑い声も聞こえてくる。このスクールの外国人講師は皆、生徒指導のノウハウを持つだけでなく、どうしたら子どもたちがオープンに英語を話し、英語のまま聞ける力がつくか「成果」を意識してレッスンに臨む。カリキュラムや方針を理解しながら目の前の生徒の理解度や性格にも配慮しながら、実に巧みに、クラスのムードを作り、英語学習空間を作りあげるのだ。中高生クラスでは、今求められている「英語を英語のまま捉え、英語で考え、英語で自分の意見を表現する」ことを中心に、会話トレーニングを行う様子が見られる。



★秋の応援キャンペーン★

- ①入校金 **10,000円OFF**
(通常 15,000円税抜)
- ②無料体験レッスン2回
- ③入校翌月月謝 **10%OFF**

※初めてお問合せされる方で、2019年11月末日までに入校される方が対象です。

英会話だけではなく、英語専門塾として、英検やTOEIC・TOEFLなどの資格対策でも実績をあげる。小学生で英検3級、中学生で2級取得といった生徒を毎年複数輩出する。忙しい学生・成人の方に対応したクラスもあり、英会話・資格コースにもレベルや目的に応じた複数クラスが用意されているので、ぜひ一度体験レッスンを訪れたい。

幼児から大人まで幅広く対応できる地域に根ざした英語コミュニケーション。まずは、無料体験レッスンで、自分に合うコースを試してみよう。

英会話・英語専門塾 学びのアクセス

【電話番号】046-873-1375

【所在地】逗子市逗子1-7-4 清水屋ビル1F
「アクセス」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

【受付時間】火～土 13:00～19:00

【URL】www.axis-english.jp

湘南スクール

個別指導学習塾

TEL 045-893-7900(代) 所 葉山町堀内899(葉山校) 栄区飯島町1398(横浜校)
 交 京急バス「逗12(海岸回り) 葉山(一色) ゆき」乗車 元町バス停または森戸海岸バス
 停下車 徒歩2分 休 日曜・祝日 営 18:00~22:00 URL http://shosoku.web.fc2.com/

湘南スクールは生徒ファーストの個別指導の塾です。生徒の「わかった」に少しでも手助けになる。生徒が自発的に塾に行きたくなる。そんな塾を目指しています。今年も生徒全員が第一志望校合格です!

湘南スクール

パソコンじゅく新逗子教室

パソコン & スマホ & タブレット教室

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18年。IT機器の単なる機能・操作説明だけではなく、活用面に応じた最良の方法をご案内します。ゆったりした座席で少人数制(最大6名)。1回120分のレッスンで、ベテラン講師が丁寧に指導しますのでじっくり学べます。スマホやiPadのカリキュラムもあり、個人レッスンも承ります。



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。

ジャック英会話

English School

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//是非お問い合わせください。



無料体験実施中!ぜひお問い合わせ下さい。

学研教室 葉山堀内教室(幼児週1コース)

教育(幼児教室)

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

「お勉強の楽しい!」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。ぜひ一度、教室までお気軽にお越しください。無料体験の参加もお待ちしています。



はじめての塾は学研教室にお任せください。

次号 vol.56

2019年 12月13日(金) 発行予定!!

葉山セーリングカレッジ・シーカヤッククラブ

ヨット、シーカヤックスクール・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 日曜日 営 9:00~18:00
 URL http://sailco.com/(葉山セーリングカレッジ) http://seekayakschool.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!

新規会員 & スクール生 会員募集中!



ヨット、カヤックの爽快感は格別です!

SOUND THERAPY SALON SHIZUKU

TEL 090-7217-1583 所 逗子市小坪5-14-2 コーポラ2C
 鎌倉駅バス40系統飯島下車徒歩1分 休 完全予約制(不定休) 営 10:00~20:00 Mail shanti@shanti-net.info

材木座オーシャンビューのプライベート・サロン。音を使ったヒーリング。428Hzチャイムを体に乗せてチャクラをチューニング。心と体をゼロにリセット。自律神経を整え、不安軽減、安眠効果など。男女OK



モニター価格：
 ベンシック30分 ¥5000
 カウンセリング60分 ¥10,000

BEAUTY

Beauty Salon Nail Esthetic Relaxation

ネイル&リラクゼーションサロン Bella Vita

TEL 046-890-6639 所 逗子市逗子5丁目3-30 ハウス逗子海岸201号 交 JR 逗子駅東口・京急新逗子駅南口から徒歩4分 / 京急バス池田通りバス停・逗子郵便局バス停徒歩1分 休 不定休 営 10:00~20:00(完全予約制) URL http://bellavita.jp/ (クーポンをご用意しています)



セキュリティ完備の新築マンションで安心の個室サロン

貴女のトータルビューティをサポートいたします!

「Bella Vita」では貴女の生活に寄り添い、美しく輝く毎日を過ごしてほしいという想いでネイルやリンパマッサージWAX脱毛などのメニューをご提供しています! 爪を削らない優しいジェル・疲れやむくみの解消は当サロンのくつろぎの空間で!!



ネイルはリクライニングチェア含め2席



別個室でゆっくりくつろいでマッサージ



肌の負担が少ないと評判の国産 WAX の匠道



耳つぼジュエルセラピーの施術もできます

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
 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!



健康 美容カイロのおうち | 健康、美容、健康、美容、健康、美容

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 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…
 ヘアー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!!

Y'S BODY FACTORY

TEL 090-4186-2020 所 葉山町堀内744-7 ラポール葉山2F
 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

【Amazonでも健康は買えない】人生は100年時代に突入しました。
 ●腰痛にならないカラダの使い方
 ●人間ドッグのC判定をA判定に変える方法
 ●ケーキを食べてもリバウンドしない食事法
 まだ遅くはありません。100年持つ体づくり、一緒に始めてみませんか?



<ダイエットは楽しんでやるもんだ!>

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

ハワイのマナ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



カフェ GOOD TABLE 鎌倉

TEL 0467-39-6730 所 鎌倉市小町2-14-7 かまくら春秋スクエア1階
 交 鎌倉駅東口より徒歩5分 休 火、水曜日 営 11:00～19:00(店内、
 テイクアウト共に 18:30L.O) URL <http://fb.me/goodtablekamakura>

チキンバーガーや自家製ス
 イーツがおすすめのカフェ
 逗子のヨロックを始め厳選
 された国内クラフトビール
 やお酒、本格エスプレッ
 マシンで抽出したコーヒー
 などお好きな組み合わせで



一面ガラス張りで見えるくもりとした店内

レストラン Sunny Side Kitchen

TEL 046-874-5495 所 葉山町木古庭236-4 交 横浜横須賀道路
 横須賀 I.C すぐ 休 月曜日 営 11:30～14:00,17:00～21:00
 URL sunmysidekitchen-hayama.storeinfo.jp

葉山町木古庭にオープン。
 バーガーやステーキを
 カジュアルに楽しめる
 アメリカンレストランです。
 ご家族やご友人と、
 ときには1人でのんびりと、
 つづぎの時間をお過ごしください。



カフェ COFFEE HUS

所 葉山町一色 1723-1 交 京急バス「葉山大道」下車徒歩1分、
 京急ストアの向かい 休 不定休 営 10:00～17:00
 URL <http://www.coffee-hus.com>

スペシャルティコーヒー
 豆取扱店。作家さんの小物
 やグルテンフリー商品など
 を集めたほっと一息できる
 葉山のこじんまりしたスタ
 ンド。是非一度足を運んで
 みて下さい。



店内は落ち着いた雰囲気

喫茶店 Sidewinder

TEL 046-884-9887 所 逗子市逗子7丁目1-57 カイナルズシ203
 交 JR 逗子駅より徒歩5分、京急新逗子駅より徒歩4分 休 月曜日
 営 13:00～20:00 URL <http://sidewinder.blue/>

モダンジャズをメインとし
 たヴォーカル、フュージョ
 ン、ロック・・・の名盤を
 美味しいコーヒーと本格的
 オーディオでお楽しみくだ
 さい。CD・LPの持込みも
 OKです。



迫力ある大型スピーカーを設置した店内

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

アロマとクレイのセルフペ
 ア講座を始めます。
 日常のちょっとしたトラブ
 ルをアロマとクレイでお手
 当します。自然のやさしい
 アロマの香の違いをわかり
 やすくご紹介します。
 アロマで心も体も元気に。
 ぜひ一度アロマガーデンに
 遊びにいらしてください。



メディカルアロマとクレイで楽しく元気に!

FOOD

Restaurant
Bar
Sweets
Grocery

食堂 おせっかい食堂「KAINA～海菜」

TEL 046-874-7877 所 葉山町堀内 1003-7
 交 バス停「森戸海岸」「森戸神社」徒歩1分 休 火曜日
 営 11:00～22:00 (朝食7:00～10:00 土日祝 & 夏季は毎日)

『玄米つやみがき』と『味
 噌汁』を基本に、地魚・地
 野菜にこだわり、カラダに
 優しいごはんを真心こめて
 作っています。海塩でもみ
 込み、米粉で揚げた唐揚げ
 『葉山チキン』が人気!!



日替りKAINA定食

ワインバー Wine & Food Spirit

TEL 0467-23-0880 所 鎌倉市御成町5-34 KIBIYA 2F 交 鎌倉駅
 西口徒歩5分 休 毎週月火水曜日 営 18:30～22:30 (21:30
 L.O) URL <https://www.facebook.com/WineFoodSpirit/>

湘南ワインセラーセレクト
 のワインをお気軽にお飲
 いただけるワインバーです。
 鎌倉で人気のKIBIYAさん
 の天然酵母パンをはじめ、
 ワインに合うおつまみや
 料理をご用意しております。



KIBIYA ベーカリー2Fにございます。

カフェ&レストラン

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 無休 ※ディナー営業 金、土曜日のみ(1週間前までに要予約)
営 9:00～21:30 (L.O.20:30) 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。

**健康でキレイである為には、
栄養素を意識した食事が
必要不可欠!**

山本メディカルセンター
山本真理子院長と、
銀座サバティエニ出身の
立石直也シェフが奏でる
「健康」「美容」「美味しさ」
に拘った医食同源ダイニング



美健! 「コールドプレスジュース」



「フォアグラと旬果実のマヌカハニーサラダ」



「特撰黒毛和牛ステーキ 純山椒の香り」



贅沢菓の三重奏「和菓のモンテビアンコ」

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 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ご用意しております。店内ではドーナツに合うドリンクと一緒に楽しめます。オリジナルトートバックとあわせてギフトとしてのご購入もオススメです。



オリジナルトートバックも販売しております。

飲茶レストラン

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

ダイニングバー

ENISHI Japanese Restaurant

TEL 046-871-5382 所 逗子市逗子1-2-7 交 J R 逗子駅徒歩1分 休 なし 営 平日 17:00～24:00 土日・祝日・祝前日 17:00～26:00

古民家を改装した店内 旨肴と酒、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～



▲お造り五種盛合せ ¥2,980

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。



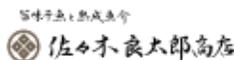
さわやかな風がテラスを吹きぬけます。

干魚店

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号線葉山郵便局前交差点そば 休 水曜日 営 11:00～19:00 URL <https://sakana.ltd>

新鮮な旬の魚介を使い自家製の干物、イカの塩辛、地魚の酢みなどを作って販売しています。晩のおかずや丁度良いお魚はもちろん土産や贈り物としての逸品も人気のお店です。



相鉄ローゼン葉山店さんの目の前で。

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

栄光富士のの名の下に、毎月原材料や作り方などを変え、趣の異なる味わいを届けてくれる富士酒造の年に一度のひやおろし。無濾過のまま瓶に詰められた生の原酒は、ひと夏を蔵で過ごすことで、熟成されています。時間が作った一品。数量限定。季節の商品です。



栄光富士熟成蔵隠しひやおろし

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せて調理する【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帰る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用意。

【特典】

マガジンを見た！又はラジオを聴いた！で料理長陣身の一皿（非売品）をプレゼント！！
 その日しか味わえない限定の一皿を是非お楽しみ下さい。

ご法事のお席もご用意いたします。

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 -34708396878986/

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味も最高!



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 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。



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 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

ワイン販売 湘南ワインセラー 葉山店

TEL 046-875-6891 所 葉山町一色943-1 アトリエハマヤ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/ ① 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。デイリーから特別なワインまで、気軽にお選びいただけます。



シャンパンなど贈答用ワインも承ります。



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/



ドダウンと焼肉三昧!

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

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



次号 vol.56  Shonan Beach FM 78.9 Magazine
 2019年12月13日(金)発行予定!!

セレクトショップ

Collection Market & COFFEE STAND

TEL (逗子店)0467-66-1279 (鎌倉小町通店)0467-23-3434 所 逗子市小坪4-28 / 鎌倉市小町1-6-12寿ビル1F 休 火曜・木曜(逗子店のみ) 営 逗子店 11:00~19:00 / 鎌倉小町通店 10:00~19:00 Mail collectionmarket.wp@gmail.com

幅広い品揃えのアメリカン雑貨、厳選したインポート古着を扱っているセレクトショップ。
お買い物をしながら本格的なコーヒーや季節限定のドリンクも味わえるスペシャルな空間です。



小坪漁港入口から徒歩1分!

Green & Cafe

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 日曜日~土曜日 11:00~19:00 Mail greeenface@gmail.com

熟成肉メインのカフェです。不動の人気が葉山バーガーそしてローストビーフプレート!インスタ映えの店内外心地良い空間を提供できるように心掛けてお待ちしております。



是非、葉山に来た際にはお立ち寄りください。

貸しスペース (ライブ・セミナー・他)

コスタルテ葉山

TEL 090-2171-6904 所 葉山町堀内745-1 交 JR 逗子駅より京急バスで10分、「風早橋」バス停より徒歩2分
休 なし 営 9:00~21:00 URL https://costarte.com/

あのボンジュールが街のコミュニティスペースに!
ライブ、個展、セミナー等使い方は自由な発想でOK
平日の朝カフェ、月1回のマルシェも開催中。会場の見学はお気軽にお電話で!



60名が集える「ラ・チャナホール」

LIFE

Fashion Music Goods Clinic

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 各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。



店舗は葉山ステーション・鎌倉駅前にごさいます。

レンタカー、自動車販売

CARROZZA - カロツツァ

TEL 0468-97-5173 所 三浦市南下浦町上宮田3196
交 京急・三浦海岸駅から徒歩5分 休 不定休 営 9:00~19:00
URL https://rental.carrozza-japan.com/

CARROZZAは興味はあったけど、所有するのは難しいクルマを揃え、「一度は乗って見たかった」を実現させます。
そんなクルマを気軽にレンタルして、湘南を楽しみませんか?



湘南や三浦半島をオープンカーで楽しもう!

~海祈願~鹿島成浩の成功占い

おひつし座 読書をするとう運気UPしそ。

おうし座 たまにはマッサージで疲れた体をリラックス。

ふたご座 一人旅をしてみたいかでしょうか?

かに座 パワーストーン巡りをすると運気UP。

しし座 古いをして悩んでいる事を吐き出すと吉。

おとめ座 たまには思い切り涙をながすのも良いかもしれません。

てんびん座 動物と遊ぶと運気UP!

さざり座 温泉にいってみるとGOOD!

いて座 好きな食べ物をたまには思い切り食べて運氣UP!

やぎ座 好きな音楽をきくと良いですよ

みずがめ座 生まれた場所に出向くと吉。

うお座 植物を育ててみたいかでしょうか?

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湘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。



ヒーリングサロン

Healing Center 逗子

TEL 046-876-8449 所 逗子市逗子1-2-8 プレイス吉沢ビル2F
交 JR 逗子駅徒歩2分 休 不定休 営 10:00~21:00 URL https://www.healingcenterzushi.com Mail healingcenterzushi@gmail.com

当店一押しメニュー
身体の中から光り輝く
「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。
毎月開催「逗子ヒーリングフェスティバル」詳しくはHPへ





英国セーリングチーム 応援Tシャツ

2,000円(税別) **販売中!**

お問合せ: 046-875-0002



HAYAMA MARINA

(株)スズキヤ

スズキヤ駅前店 046-871-3315 9:00~23:00
 葉山店 046-877-5311 9:00~21:00
 鶴沼店 0466-33-2200 9:00~22:00



鶴沼店 神奈川県藤沢市本鶴沼 4-13-11

東逗子店 046-871-0658 9:00~21:00
 西鎌倉店 0467-31-9090 9:00~21:00
<http://suzukiya-inc.jp>

**スズキヤは新鮮で安心・安全な
食材の提案から、おいしい食べ
方を提案します!**

- より一層便利に使いやすくなった、お得な電子マネー機能付きSクラブコンカカードをご利用下さい。たまったポイントは500ポイント毎にご利用できます。
- 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。

※詳細につきましては、最寄りの店舗までお問い合わせ下さい。



逗子駅前店



東逗子店



葉山店



西鎌倉店

AD

こうして地域の介護施設と共にスタートした感染対策。スタート当時は冬場だったことから、インフルエンザ対策をテーマに介護施設の職員の方と一緒に学習会を行いました。

再入院を減らすために始めたことは介護施設への訪問と勉強会でした。病気を未然に防ぐことが出来れば、入所者さんの健康維持に寄与するだけでなく、集団感染の芽を摘み、介護施設の職員の業務負担軽減、さらには医療保険財政にも貢献できます。

最初は、介護施設の職員の皆様がどのような反応を示されるのか不安もありましたが、「正直どのように勉強会したら良いか分かりませんでした。病院の看護師さんに相談できると思っていなかったのが、助かります」と言って頂きました。

2017年6月より循環器疾患に加え、総合内科、救急を含めた医療提供をスタートし3年目に入りました。高齢者施設が多い地域特性を踏まえ、内科系患者さんの入院を積極的に受け入れています。

そこでわかってきたことは、誤嚥性肺炎等、感染症で入院してくる高齢の患者さんの中に入院を繰り返す方が多いことです。



地域の皆様が安心して暮らせる

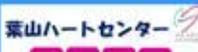
医療体制を目指して
葉山ハートセンター 看護部長

長嶋 亮子

また、介護施設の職員の方を当院に招き講演会や事例検討会なども行いました。これらは現在も継続中で、今では参加施設数は50施設を超えています。勉強会以外にも施設内のラウンド(施設内をまわってみる)をさせて頂いています。施設での集団生活の中で入所者さんの衛生面や安全面の管理と同時に、そこで働く職員の健康管理についてもアドバイスをします。

これらの活動により、翌年からの感染症による受診者数は大幅に減少しました。施設内の方々の真摯な取り組みの結果だと思います。

施設のかた、介護されているかたには受診するべきか迷ったり、様子を見て時間を消費するのではなく、「躊躇せず」「看護相談窓口」へご連絡ください」とお伝えしています。地域密着型の病院であると感じて頂けるよう、今後も様々な活動を続けていきたいと考えております。今後も葉山ハートセンターのご支援をよろしくお願いたします。



葉山ハートセンター

相談窓口

お電話 046-875-1717
 メール kango@hayamaheart.jp

毎週 月曜日～金曜日 10時～16時

クラシック一級建築士事務所



クラシック一級建築士事務所は、土地探しから家づくりまで、あらゆるニーズにお応えします。湘南エリアでのコスト高な土地探しで家の全体計画が見えにくくなっていませんか？ 気になっている土地と総予算とのバランスチェックや、「この土地ならこんな暮らしができますよ」という暮らしのアドバイスまで建築士だからできる住み方とトータルコストを意識した湘南での土地探しは、安心な家づくりに繋がります。

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
クラシック一級建築士事務所

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



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
いていきませんか？



フリードリンク各種スープをご用意しています

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
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 (FB 有り)

三家橋を越えたS字の坂を上
がって2つ目の角を左に
白い壁にブルーの窓枠、
隠れ家の様なギャラリー
10/5～20 木工作家
佐古馨さんの個展
11/9～24 ガラス作家
サブロウさんの個展
11/30～12/15 鉄の作家
江口良一、真代さんの
二人展を予定

HP のブログ、FB で様子をご
覧いただけます。



看板犬 Tip とお待ちしております

sola- ソーラ

TEL 046-872-3039 所 逗子市逗子 6-5-1 ホワイ&グレービル 1F
交 京急新逗子駅南口より徒歩2分 休 水 (9/18,25 営業)
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、小
物など定期的に海外で買い
付けをしています。
イギリス発コンフォート
シューズ fitlof、healthy
back bag も豊富!
素敵な小物たちぜひ会いに
いらしてください。



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 Mail natural@hayamasleep.com

ボディドクターの介護用品
「ドクターケア」
期間限定で販売致します。
2019年9月1日～12月末
「人と環境に優しい天然素
材」「安心」と「信頼」の
ブランド、ボディドクター
の100%天然ラテックスを
使用した製品の数々をご紹
介します。



通気&透湿防水 滑り止め付ケアシート

ハッシュタグ「#sbfm51」をつけて投稿しよう



チャレンジした夏 この葉山の空を
一生忘れない! @pakun1115

湘南ビーチFMマガジン vol.51「葉山イン
タジェニック、葉山再発見」では Instagram
でハッシュタグ「#sbfm51」を付けた葉山画
像を沢山の方に投稿協力いただきました。
今後も湘南ビーチFMマガジンでは
「#sbfm51」の投稿の中から毎号1枚をマガ
ジンに掲載していく予定です。あなた目線の逗
子・葉山」写真を Instagram「#sbfm51」で
投稿してください。

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。



保護猫としこ、新しいお家が決まりました。



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「ねもと歯科クリニック」。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。

★歯科医院のホワイトニング★
前歯上下12本の範囲
15,000円(税抜)※保険適用外
◎その他、口元を美しくするメニューがございます。

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
診 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パイレックススヌービーやミッキー、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。



ヴィンテージ缶のサボテンが大人気!



ハワイアンテイストの空間に映える額装たぐさんあります



LIFE マガジンは中の広告も価値あります



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

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 モデルハウス

TEL (モデルハウス) 046-872-6000 (本社/見学のご予約) 046-870-1500
 所 逗子市沼間 1-6-15 交 JR 東逗子駅より徒歩2分 逗子 IC を下りて5分
 休 水曜日 営 10:00～17:00 URL <https://kirigaya.jp>



新築・リフォーム・造園・外構・造作家具などがご覧頂けます

**築 20 年以上の経年変化を
体感できるモデルハウス
見学ご予約受付中!!!**

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い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役立つ工夫やノウハウがご覧頂けます。是非お越しください。



家具などの提案も特徴的なものがばりです



真似したくなるポイントが随所にあります

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/> 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

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)

獣医師7名・看護師6名・受付事務2名・サポートスタッフ2名
 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
 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。

SHONAN BEACH FM GOODS COLLECTION

湘南のご贈答品は 789 ビールで!

湘南ビーチ FM ビール 789

ピルスナー・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。

ピルスナー・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

消費税率改定により 10/1 お届け分から
税込価格が変更になります。

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。





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 **5** 倍
土曜日 ポイント

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!

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 (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!



元気モリー
ハウスモリー
モリー君も待ってるワント

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

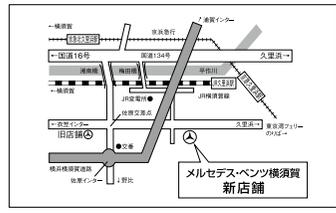
メルセデス・ベンツ横須賀

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。
皆様のご来場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)
新車 ☎046-836-6555
サービス ☎046-833-3656



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

ご来場記念プレゼント

本誌「湘南ビーチFMマガジンVol.55」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。



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

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
店長：坂野(さかの)

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 日曜・祝祭日 休 <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本と卓上型カ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パー代が無料! 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



床置き型アークスリムは月々 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バー

フランス製バッグ販売

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」
逗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 <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。秋からは、こだわりの靴や帽子も取り揃え更に魅力的にリニューアルします!



WEB SHOP & 東京・横浜・神戸にも直営店有



リラクゼーション

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) 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



次号
vol.56

2019年
12月13日(金)
発行予定!!

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
www.gascooker.co.jp



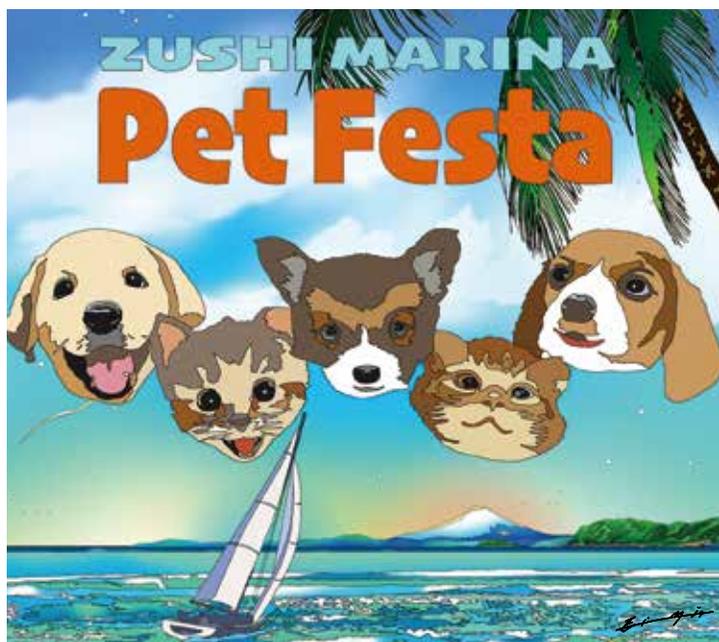
全自動温度調節コンロ

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)
<http://www.kikuchi-taxi.co.jp>





©Eizin Suzuki

逗子マリーナ ペットフェスタ 2019

「守ろう、輝くいのち 広げよう、生きる喜び」

10/12 sat.

10:00~17:00

＼先着順！お散歩バッグプレゼント／

チャリティ参加料/おひとり1,000円～
開催会場/リビエラ逗子マリーナ[ハーバー内特設会場]
※小雨決行、荒天中止

≪主催≫ 逗子マリーナPET FESTA 2019 実行委員会
(株式会社リビエラ) TEL:0467-24-1000
https://www.riviera.co.jp/event/pet_festa/
※イベント売上の一部をチャリティとして
「かながわペットのいのち基金」へ寄付いたします。



リビエラマルシェ@逗子マリーナ

カラダに嬉しいものを買って、食べて、

イベントで笑顔になって。

潮風を感じながら楽しむ、

リビエラマルシェ@逗子マリーナへようこそ。

【開催予定】

10月27日(日) ハロウィンマルシェ 11:00~17:00

※15:00~ハロウィンパレード開催！

12月1日(日) クリスマスマルシェ 11:00~15:00

※11月は開催なし

リビエラ逗子マリーナ 営業部 TEL.0467-23-0028

<https://www.riviera.co.jp/banquet/zushi/event/marche/index.html>



Ristorante AO

どの席からも青い海を一望できる海辺のダイニング、

レストランテAO 逗子マリーナ。

相模湾で水揚げされた魚介類をはじめ、

自社菜園の野菜や鎌倉野菜、葉山牛などを使用した

地産地消の創作イタリアンを景色とともに堪能するひとときを。

レストランテAO 逗子マリーナ

TEL.0467-25-0480 <https://www.riviera.co.jp/restaurant/zushi/>

LUNCH 11:30~16:00(14:30 L.O.)

TEA 14:30~16:00 DINNER 17:00~21:30(20:00 L.O.)

定休日:無休



リビエラ逗子マリーナ

〒249-0008 神奈川県逗子市小坪5-23-16

<https://www.riviera.co.jp/zushi/index.html>

ACCESS

■JR鎌倉駅、JR逗子駅、京急新逗子駅より車で7分【駐車場完備】

■土日祝日はJR鎌倉駅から15分毎に無料シャトルバス運行

※駐車台数に限りがございます。イベント時のご来場は公共交通機関をご利用ください。

coming soon



Ron Herman cafe
Los Angeles, CA



SMILEY LIFE

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。

ゆうには
いろんな
意味と想いが
あるんだよ!

“ゆう”&“ライフゆう”の

／ゆうの活動／

私たちは車イスで、どんどん出かける！そして、感じる！もっと楽しむ！それが、みなと舎流！！

福祉会館でのふれあいフェスティバルの後、
どぶ板通りのお土産屋さんに寄りました。

どぶ板通り

鎌倉江ノ電近くの、オシャレなレストラン前で！
ニコニコ笑顔があふれます。

AWkitchen

逗子マリーナ

海辺のカフェでリゾート気分を満喫！
リラックスした表情が見られました！

ゆたか

あそぶ



みなと舎の求人
information

1 看護師・支援スタッフ・
リハビリスタッフ・
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。

「事業所見学会&就職説明会」のお問い合わせはTEL046-857-0555(支援センターライフゆう)まで

TEL.046-855-3911
(受付日時：平日9時～17時まで/担当：山本)

ホームページは検索またはQRで
みなと舎 検索



今後の予定
9月25日(水)
10月8日(火)・24日(木)
11月7日(木)・23日(土)



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



AUTUMN HAS COME!

-食欲の秋がやってきた!-

今年の秋は贅沢気分を味わう「たっぷりイクラとポルチーニ茸の贅沢クリームパスタ」やコロコとしたフォルムがかわいい「丸ごとパンブキンプリン」、フルーツたっぷり「プレミアムレモネード」もおすすめ。他にもおいしいシーフードがもりだくさん!「食欲の秋」はレッドロブスターでお楽しみください! ※10月下旬までのご提供予定となります。

たっぷりいくらとポルチーニ茸の
贅沢クリームパスタ

1,480yen

たっぷりのいくらとポルチーニ茸をふんだんに使用した秋のごちそうパスタ。いからのプチプチ食感と絶妙な塩味が味に奥行きを加えます。



プレミアムレモネード
(ノンアルコール)
フルーツを使ったさわやかなレモネードを3種類をご用意しました。

ALL
550yen

巨峰

オレンジ

レモン



【ハロウィン限定】
パンブキンアイス

680yen

カボチャを使ったハロウィン期間限定のパンブキンアイスです。



<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11月30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

このたび湘南ビーチFMさまと東日本三菱自動車販売株式会社藤沢店さまのお取り計らいにより、三菱自動車アウトランダーPHEVの試乗体験をさせていただきました。紙面を借りてお礼申し上げます。

さて、なぜ私がアウトランダーPHEVに興味を持ったに至ったかについて説明したいと思います。2年ほど前、ある旅行会社の主催で今は廃止された寝台特急カシオペアが期間限定で復活することになり、その列車で東北に行く機会がありました。これまでは最速の交通手段、すなわち飛行機が新幹線で移動することになったのが、寝台特急で長時間ゆっくり車窓から景色を眺めていると、なんだか不思議な感覚を覚えました。なにかノスタルジックな、言葉では言い難いですが、子供のころ感じたことのある感覚でした。

さて、実際の試乗ですが、1泊2日で箱根、伊豆高原に遠征することになりました。運転して最初の印象は、まず走り出しの加速感です。アクセルを踏むといきなり体が持っついていかれそうなるモーター駆動の加速感。エンジンではなかなか感じるのどけない加速感です。「京浜急行に乗っているようだ……」逗子あたりに住んでおられる方はよくご存じだと思いますが、過密ダイヤをこなすために、京浜急行の電車は発車後強く加速し、そして減速します。その加速感と減速感に似ているのです。また、アウトランダーPHEVは、減速時に発生するエネルギーを電力に変換し、制動の役割を果たす回生ブレーキがあり、特に長い下り坂では安心感があります。これもどこかで同じような体験したことを思い出しました。

アウトランダーPHEVも回生ブレーキを強く設定すると、モーターの唸り声とともに、強く減速します。鉄道好きでなければピンとこない感想で申し訳ありませんが、モーター駆動の車は電車の乗り心地に似ていることに強く興味を惹かれました。

「箱根登山鉄道の下りの感覚と同じだ……」箱根登山鉄道は急こう配を下る際、モーターが発電する時の抵抗でブレーキをかけます。

これ以外にも試乗時に感じたことをまとめてみました。

- ・レイダークルーズコントロール 高速道路などで走行時に前の車が減速すると、それに追従して自動的に減速、車間は保ったままです。これには感動しました。
- ・静粛性 電気力だけで走っている時は大変静かです。ちなみに、伊豆の山中でスズメが道端で餌をついついているところに出くわしましたが、まったくスズメは気がつかず、しかたがないので車から降りて追い払いました。

以上貴重な体験の機会をいただきありがとうございます。



坂井 透



A D

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。

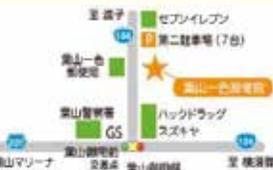
TVかながわ『ねこひたプラス』
 ヨット専門誌『KAZI』にて
 深部整体によるセルフケア
 テクニックが紹介されました



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