

SHONAN BEACH FM MAGAZINE

789 TO YOU 湘南ビーチFMがおくる地元密着マガジン

自給自足のヒント



© EIZIN SUZUKI

beach fm78.9



listen now!

	fri	sat	sun
6	スズキヤ提供いってらっしゃいFRIDAY 石川菜帆 交通情報・天気・ニュースなどお出かけ前に役立つ情報を！(スズキヤ)	SUNRISE MUSIC 朝日のようにさわやかに	[sun] 7:53~58 海からのポエム 森川いつみ 詩人・中原かおりさんの作品 (サポート: 逗子魚勝)
7			
8	JAZZY BREAK FRIDAY	WEEKEND BY THE SEA 週末の朝は湘南の潮風を感じる音楽とローカル情報を	WEEKEND BY THE SEA 週末の朝は湘南の潮風を感じる音楽とローカル情報を
9			
10	HOT! Shonan FRIDAY #hot789 佐藤真紀子 逗子・葉山のタウン情報をホットにお届け！ 10:15~30 葉山町提供「トークイン葉山」 10:40~789 to you/タウンピックアップ 最終週「おしえて!りょうさん!」HFC 藤本嶺 11:15~25 逗子市提供「ハロー逗子」 11:30~ 鎌倉あんちょこ (隔週)	[sat] 村椿菜文 8:20 フィッシングインフォメーション 8:45 マリーナ情報 (逗子・葉山港・シーボニア) 9:15 ウォータースポーツインフォメーション 9:40 湘南波の下水族館 佐藤輝 10:00~30 Pachamama~LOVE THE BEACH~ (高幸建設/大塚商会/SL Creations) 10:45 マリーナ情報 (逗子 葉山港 シーボニア) 11:05 BY THE SEA 通信 11:15 ウォータースポーツインフォメーション 【最終週】 11:30 市長町長県議インタビュー 森川いつみ	[sun] 石川菜帆 8:15 ハヤママーケット日曜朝市情報 8:45 マリーナ情報 (逗子・葉山・シーボニア) 9:10 ~HAYAMATTA LIFE (サポート: HAYAMA BREAD Club) 9:40~ ウォータースポーツインフォメーション 10:00~30 Nā Mele nahenahē 石川菜帆 心地いいハワイアンミュージックを (サポート: KA HULA HOA) 10:45 マリーナ情報 (逗子 葉山 シーボニア) 11:15 ウォータースポーツインフォメーション
11			
12	JJ.FRIDAY たがみえみこ 日本から発信するジャズプログラム (サポート: Bistrot à Vin asile)	SHONAN BREEZE [sat] George Cockle #sbsa789 (石川菜帆/井上七重/山縣綾) 湘南から発信する Good Groove Good Wave Good Breeze 15:00 George Cockle no KatteniCorner 16:30 BANZAI JAPAN	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 13:00 ~ Shonan Re-Treat 人生が変わる魔法のシャンプー [oggi otto] がお届けする湘南の空気と音楽で心癒される30分! (oggi otto) 14:00~ (第4週) KISSA 789 /DJ PANCAKEMIX 15:00~30 NA PRAIA 堀内隆志 多彩なブラジル音楽で綴る30分 (ACTUS) 16:00~GENERAL RADIO (サポート: THE NORTH FACE/HELLY HANSEN鎌倉店)
13			
14	POPS IN THE BOX #pops789 人見欣幸 '60s~'80sの洋楽ヒッツを中心とした60分		
15	SSF Explorer 晋道はるみ (SL Creations) Friday Vibes 来島政史 週末を先取りする金曜午後のVibes♪		
16	湘南ヘミングウェイ 長村光洋 シガーとグラス片手に海の音楽を軽いタッチでまさぐる色艶時間		
17	17:20 ~霜田亮の湘南アングラースファイル フェリッツェ最上、葉山釣り女子クラブ		
18	SunsetEasy RiE MORRiS 海辺に似合うchillでcoolなグッドミュージックに包まれる1時間	SHONAN JAZZ BY THE SEA 鈴木梨江 JAZZとブラジル音楽で織りなす、上質な大人の時間! 【毎月1回】大塚商会presents 「SHONAN JAZZ BY THE SEA LIVE in RIVIERA ZUSHI MARINA」 リビエラ逗子マリーナより生放送! (大塚商会)	佐藤 竹善 SUNDAY MUSICAL VOICE 佐藤竹善(Joppa Leigh) Sing Like Talkingの佐藤竹善が100%責任選曲でお送りするボーダーレスな時間
19	THE LIGHT HOUSE Léo Nagamura Pancoast Recent Hits and Revamped Classics.		Melting Pod Radio with Vivienne and George #mpr789 ビビアン & ジョージ・ウィリアムズ 父娘の音楽愛満載の番組 Let's Have Fun !!
20	FOREST JAZZ 来島和江 新しい世代のJazzを中心に、スタンダードも織り交ぜた1時間! 音楽の森林浴で週末前にリラックスタイムを♪	seaside theatre ジョニー志田 様々な時代の映画音楽をお送りする海辺の映画館へようこそ!	MOONLIGHT CRUISIN' 鈴木梨江 月明かりの夜の海をゆったりとクルージング♪ 20:55 Life Consulting Compass (Mint Condition/Marvellous Life Design)
21	HITS AROUND THE CLOCK The 90's 本房雄一 30年前の全米トップ10+α: ヒットチャート史上、最も多彩なスタイルに彩られた10年間! 激動の90's熱気が今ここに!	HITS AROUND THE CLOCK The 80's #hatc80 人見欣幸 40年前の全米トップ10+α: Lionel, Run-DMC, Huey, Gloria Loring & Carl Anderson, Janet, Glass Tiger, Daryl, Stacey Q, Genesis, Tina Turner, Cyndi, Don Johnson, Billy Joel, Lisa Lisa and Cult Jam with Full Force, Anita Baker, Human League, Boston, Eddie Money, Madonna, Oran "Juice" Jones, Cameo, Bon Jovi, Peter Dinklage & Amy Grant, Bruce Hornsby and the Range, Bangles, Billy Idol, Wang Chung, Ben E. King, Gregory Abbott, DD, Robbie Nevil, Pretenders, Bruce Springsteen and more!	HITS AROUND THE CLOCK 晋道はるみ (週番ホスト: 池谷直樹 しずか 小野瀬雅生 井澤聡朗 NORO 高橋宏明) 懐かし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 週番ホストこだわりの選曲による特集 (ベルグローバルアソシエイツ)
22			
23	沼澤 尚 Timeless Sound-Wave 沼澤尚 #tsw789 ドラマー沼澤尚によるTimelessなドラマー特集番組。熱望にお応えして再放送! (2021-22年制作)	NUPHORIA Marcellus Nealy Groove connects everything. Let's go on a musical journey together.	BedtimeキュンStory 香川恵子 おやすみ前のひと時に、キュンな時間を過ごしましょう☆ a girl by Starlight ゆうな
0	MIDNIGHT JAZZ MEMORY LANE AGAIN MORNING JAZZ		2:00~4:00 What's Up! JAPAN George Cockle Japanese city pops
2			
4			

2026
Autumn

2026年
10月～

Shonan
Beach
FM 78.9

Time
Table

インターネット
でも24時間
放送中！

http://www.beachfm.co.jp

SHONAN BEACH FM
MAGAZINE VOL.82

発行日：2026 年9月11日
発行・編集：逗子・葉山コ
ミュニティ放送株式会社
〒249-0003
神奈川県逗子市池子2-5-6
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
Printed in Japan



	mon	tue	wed	thu
6	スズキヤ提供 いってらっしゃい 【mon】 来島政史 【tue】 孫崎虹奈 【wed,thu】 府川唯未 交通情報・天気・ニュースなどお出かけ前に役立つ情報を！			
7	【mon】 6：52～今週の鹿島万鈴フラット成功星占い			(スズキヤ)
8	JAZZY BREAK ～深呼吸しよう～			
9				
10	HOT ! Shonan #hot789 逗子・葉山のタウン情報をホットにお届け！ 香川恵子			
11	【 mon 】 ・ 10：15～30 葉山町提供 「トークイン葉山」 ・ 10：40～50警察情報 ・ 11：00～「給食大好き」 サポート：とうふ工房とちぎや ・ 11：15～25 逗子市提供 「ハロー逗子」	【 tue 】 ・ 10：15～30「ヘルシーライフ」 ・ 10：40～55 (第1・3週) 葉山町提供 わっしょい葉山 (2・4週) タウンビックス/789 to you ・ 11：15～25 逗子市提供 「ハロー逗子」	【 wed 】 ・ 10：15～30 葉山町提供 「トークイン葉山」 ・ 10：40～789 to you ・ 11：15～25 逗子市提供 「ハロー逗子」 ・ 11：35～40 SL Creations提供 「ワンダフルライフ」	【 thu 】 ・ 10：15～30 TAC21提供 湘南 日和 (協力:ロコママネットワークス) ・ 10：40～タウンビックス/ 789 to you ・ 11：15～25 逗子市提供 「ハロー逗子」
12	AFTERNOON JAZZ ～昼下がりのジャズ～ 湘南の昼下がりとは心地よいジャズナンバーでくつろぎのひとつときを			
13				
14	SHONAN MEMORY LANE 音楽たちが通り抜けた時間 懐かしのオールディーズ満載でお届けする2時間			
15	湘南ビーチFMを聴こう♪  			
16	SHONAN BEACH TWILIGHT TIME 湘南のサンセットを彩る音楽とともに			
17				
18	18：00【月1回再放送】市長町長 県議インタビュー 森川いつみ			
19	19：00【毎月1回】 「JAZZ ON THE WIND ～MONDAY Night JAZZ from jazz club daphne in KAMAKURA～」 MC：George Cockle (サポート：ハチマンデンタルクリニック)			
20	JAZZ AFTER DARK 夜はこれから			
21	LOVE THE BEACH ビーチクリーンを応援します。 逗子・葉山・鎌倉エリアで ビーチクリーンイベントを開催する団体の方は、日時・開催場所などを湘南ビーチFMまでお知らせください。ラジオCMにして、参加を呼びかけるお手伝いをします。詳しくは letter@beachfm.co.jp までお問い合わせください。LOVETHE BEACH			
22				
23	LIGHTS OUT そっと明かりを消して (HAYAMA AROMANCE)			
0	MIDNIGHT JAZZ			
2	MEMORY LANE AGAIN			
4	MORNING JAZZ			

【ニュース・天気予報 (SL Creations)】 (月～金) 6:08/7:08/9:54/11:47/15:54/17:54/18:54 (土・日) 8:10/9:54/11:54/13:54/15:54/
【トラフィックインフォメーション】 (土・日) 8:30/9:30/10:30/11:30/12:30/13:30/14:30/15:30/16:30/17:30

789 掲示板

私の好きな湘南

MY FAVORITE SHONAN

株式会社 TAC21
代表

田耕 邦子

子供の頃は恵比寿に住んでおり
ました。

駅から3分、代官山にも近い五
差路の交差点に住まいと店舗が並
んであり、車やバスの交通が頻繁
1930年当時には、まだ、車の
一酸化炭素排出規制もなく、渋谷
や東京に抜ける交通量が多く、夕
方になると排気ガスで鼻の穴が真
つ黒になるほどでした。

子供の頃から、肋膜炎を患
い、胃腸も弱く、病みがちだった
こともあり、恵比寿に自然食の店
を開店してからも、学生時代遠足
で行った鎌倉の爽やかでおいしい
空気が忘れられず、北鎌倉に8年
間。

その後、無性に海が恋しくなり
海が見える逗子の山の上に越して
まいりました。

昔親しかった今は亡き農学博士

の川島四郎先生は羊を常食とする
マサイ族の研究をされ、羊の羊水
の塩分濃度を計測したら、海の塩
分濃度と同一である事を知り「海
は生み」人間は海から生まれたに
違いない。人が皆海を愛し、郷愁
とする気持ちはそこから生まれた
とも。

果てしなく続く青い海 夏の初
めには川に蛍がいて、春の終わり
頃から夏にかけて庭に鶯が鳴くの
に驚き、嬉しくて逗子、葉山と歩
くのが楽しみに。

東京にいた頃は、時間の流れが
速く、少しでも運転が遅ればク
ラクションを鳴らされたのに、逗
子では車でさえ譲り合いがあり、
人は皆穏やかでゆったりと時が流
れる。自然が人を育み心まで癒す
のではないかと思います。

華やかで美しく、ドーン！と胸

のすくような花火。海水浴や海の
家、樹々の茂る小高い山に囲まれ
た湘南は正に元気の源ではないで
しょうか？

昭和45年自然食の仕事をはじめ、
病みがちだった体を健康に導いた
豆や雑穀の主食卑弥呼米をはじめ
と想っております。

め、海藻の王様と言われるアカモ
ク、昔ながらの味噌、醤油をはじ
め、食品添加物を使わない体によ
く、おいしい食品を通じてこれか
らもう少しでも地域の皆様にご愛用
頂ける商品を作り続けていきたい
と思っております。



TARO's Notes



Text: 木村太郎

コメの価格が暴落している。
一時はブランド米なら5キロで
4000円台もしたのが、今や
2000円台だ。

農家などから「これでは採算が
合わない」と苦情が高まり、早速
犯人探しが始まっている。

昨年来備蓄米を大量に放出した
農水省や、今年も高値を見込んで
コメを倉庫いっぱいに溜め込んだ
流通業者、さらに農家自身も需要
量を超えるコメの生産を続けたこ
となどの責任が問われているが、
真の犯人は別にいるように思える。
消費者だ。

一般の消費者はコメに手が出せ
なくなっただけで、代わりに食べ始
めた麺やパスタなどを再発見して
「コメ離れ」が起きたからだ。

経済学の「需要と供給」の大原
則が適用されたのに他ならない。
そこで流通業界や農業団体から
余剰米を政府が買い上げる対策を
求める声が上がりが始めているが、
それでは値下り分を税金で補うこ
とになるに過ぎない。

「コメ離れ」で勝利した一般消費
者を、それで納得させることがで
きるだろうか。

来年春の統一地方選挙では、政
治が生産者か消費者か、どちらを
向いているのかが問われることにな
るだろう。

INFORMATION

大塚商会 presents

SHONAN JAZZ BY THE SEA LIVE in RIVIERA ZUSHI MARINA

開場 17:00 開演 18:00 終演 20:00

2026 年 10 月 3 日 (土)

チケット発売中

Luis Valle Quintet with SAYAKA "Latin Jazz Caliente"

MUSIC CHARGE ¥6,500 (全席指定)

Luis Valle (tp/vo) Saito Takaya (pf) Haruyoshi Mori Morales (b)
Fujii Setsu (ds/timbales) Arakawa B Takuya (perc)
Special Guest SAYAKA Katsuki (vln)



Luis Valle with SAYAKA

2026 年 11 月 7 日 (土)

チケット発売 2026/9/6 (日) 10 時～

Akira Ishiguro NY Quartet (アキラ・イシグロ ニューヨーク カルテット)

MUSIC CHARGE ¥6,500 (全席指定)

Akira Ishiguro (g) David Bryant (pf) 須川崇志 (b) 小田桐和寛 (ds)



Akira Ishiguro

2026 年 12 月 5 日 (土)

チケット発売 2026/10/4 (日) 10 時～

Sonic Fusion

MUSIC CHARGE ¥6,500 (全席指定)

Andrea Hopkins (vo) Zack Auslander (g) Dennis Lambert (pf)
Joe Ledsam (b) Gerald Painia (d) Winterhawk Spencer (perc)



Andrea Hopkins

【会場】リビエラ逗子マリーナ オーシャンスイート (逗子市小坪 5-23-9)

【お問合せ】TEL 046-870-3313

【MC】鈴木梨江【協賛】SL Creations バロークスジャパン【協力】Jaz.in

*チケットはオンラインストアでのみ販売

*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。

*小学生以下のお子さまのご入場はご遠慮いただいております。



今の世の中、興味があっても現実的に自給自足で過ごすことはなかなか難しい。とはいえ、自給自足を目指す、普段見えないことが見えてきて、暮らしの幅が広がるというもの。

畑での野菜づくりや手仕事、DIY、釣り、竹の伐採、アウトドア……。

その道のエキスパートに話を伺うと、自給自足のヒント、魅力がたっぷり見えてきました。

自給自足

Self-sufficiency

のヒント

Edit・Text Naoko Cocklekojima

Design  Emi Saito





Self-1
sufficiency

● ● ● ● 野菜づくりや料理、養蜂、DIY…自然の恵みから広がる、無限の楽しみ

三浦半島で山深い場所で広がるマイケル・ワールド

マイケル キダ さん Michael Keida



Profile

Michael Keida / マイケル キダ

農家、俳優、モデル。

野菜づくりほか、マイケルの暮らしをシェアする畑の学校「Grow Hayama」主催。俳優業では Netflix『喧嘩独学』で元チャンピオンファイターの役を好演。ほかにも NHK BS 放送で旅やアドベンチャー系の番組に多く出演。三浦半島のこの畑は 2025 年の映画『劇映画 孤独のグルメ』のロケ地にもなり、自身も出演。

オーガニック農家として、俳優として、時には海の家のウミゴヤをつくるメンバーとして幅広く活動するマイケルさん。アメリカ出身で、葉山に住んで今年8月でちょうど20年。今ではすっかり日本になじみ、きつと定住すると思うよ、と日本語も流暢。最近ではドラマでの役作りのため身体を鍛え、かなり逞しくなった印象だ。

そんな彼を語るに、真っ先に思い浮かぶのはやはり野菜づくり。以前から秋谷に約2千坪の畑を持ち、野菜だけでなく、ピザ窯や小屋などを作り、メディアでもその暮らしづくりが話題となっていた。しかしそれでも飽き足らず、数年前に葉山の上山口にある約2千坪の敷地を開拓しさらにマイケル・ワールドが広がっている。

実はこの一帯は三浦半島のなかで最も山深く、地図で見ても驚くほど緑が広がっているエリア。県道からひとたび入れば、山道は軽トラックがぎりぎり通れる広さ、ガタガタの山道を身体を揺らしながら進むと、木々に包まれた谷戸のような空間が現れる。

小さな小屋からは3匹のヤギが出入りし、マイケルが声をかければ、近寄ってくる。草を食べたり、歩き回ったり、放し飼いで自由に動き回ること。来年はヤギのミルクからチーズを作る計画もあるそう。

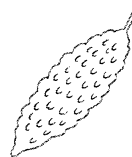
見渡せば、あちらこちらであらゆる種類の野菜が元気に育っている。なんと年間約300種類の野菜づくりを手がけ、イベントやマルシェなどで販売するという。もちろん、農業や化学肥料を一切使わない安心安全なものばかりだ。一角では原木で3種類のしいたけを栽培したり、養蜂のための巣箱もある。山あいにはレモンの木もあるそう。案内してもらいながら教えてくれたのは、ホウキモロコシの木。よく見れば細かな実がついていて、昔ながらのホウキを思い出す。「これはヤギにもあげるし、ホウキづくりのワークショップもやるう」と思っているんだ」と、マイケルさん。また、そろそろ収穫時期が近づくとウモロコシは、干してすりつぶし、トルティヤに。畑の野菜を具やサルサソースにしてタコスづくりのワークショップも近々開催予定だ。なんて楽しそうに暮らしづくり。暮らしを楽しむ、それをことごとく実践している印象だ。



自然農法でつくるマイケルの野菜は葉山や逗子のマーケットで販売することも。アーティチョークの紫の花が鮮やか



マイケルの暮らしをシェアする 「Grow Hayama」で生きる力を



マイケルのライフワークのひとつ、「Grow Hayama」の存在がある。1年間のメンバー制で、今年は3期目。畑作業をはじめ、DIY、多彩な料理づくりのワークショップなど、まさにマイケルの暮らしをシェアするような要素が詰まっている。マイケルのライフスタイルを見て、こんな暮らしをしてみたい、という周囲の声に応えて生まれたものだ。

栽培したトウモロコシからつくるタコスづくりをはじめ、ホウキづくり、柚子胡椒づくり、納豆づくり——納豆は大豆を育て、栽培したワラに包んで発酵させてつくるという徹底ぶり。大工道具でデッキをつくることもある。といっても、丁寧な暮らしというより、楽しさと生きる力がみなぎるハッピー&ピースなスタイルだ。これからはヒグラシが鳴くなか、自然薯掘りだという。

「やれることは、全部やってるよ」というマイケルさん。

一日はまず朝4時に起床。最初に10キロ走る。これは天気の良し悪し、体調に関わらずマストで、海岸線や山間など、空気がきれいなところを気分を選ぶ。信号待ちは嫌だから、そういうところは選ばない。そして走ることは自分のアイデンティティと言い切る。そう決めることが、やりきる自分の作戦なのだそう。

その後は畑へ。夏は毎日、収穫。春と秋は数々の野菜を順に苗作りしたり、植え付けしたり。冬はそれら野菜の世話と薪づくりなどなど。ほかにも山菜採りや養蜂など挙げたらキリがない。

「季節に自分のリズムを合わせているんだ。年間通して次々と楽しみが出てくるという感じ。やれることがいっぱいあるよ」

そんなふうにいっきと話すマイケルさん。

昼食をはさんで午後畑作業。ドラマの撮影が入って、畑に行けない日もあるが、まずは畑仕事の基本。最近、朝食を食べず、16時間



(右上) 敷地内にミツバチも集まり、養蜂も。(中上) DIY 活動ではみんなでテーブルセットやデッキをつくったり。(中下) 畑で育てたワラと大豆を使って、イチからの納豆づくり。おいしさもひと極。(左上) 畑では年間 300 種類ほどの野菜をつくっている。原木でシイタケも! (左下) 手づくりのピザ窯。とれたての野菜を載せて、みんなで焼きたてのピザをいただくことも!



organic



ファスティングを実践していたら、身体の調子がさらによくなってきたそう。夕方には帰宅し、夜9時には寝るという。

今の時代、完全な自給自足生活を送ることはハードルが高いが、マイケルさんのように、さまざまなことにトライして身につけ、それを楽しむライフスタイルは、何より生きる力につながる。それは充実と楽しさを運んでくれる。

「秋谷の山に小屋を建てたのは、震災のあと。何かあったときに、山に行けば畑に野菜はあるし、火も起こせるし、なんとかなる。この存在は、そんなふうになんか加えて、安心できる部分もあるんだ」

そう話すマイケルさん。この秋はこの場所でキャンプも考えているそう。見渡す限りの夜空、風が運んでくる緑と土の香り、そして夜明けの光——考えただけでもわくわくする。



(右) 東京湾久里浜沖で三男のお食い初めの真鯛を釣り上げた平田さん。(左上) 海街釣り教室にはたくさんの子供たちが参加するそう。(左下) 逗子・葉山の海岸で気軽に釣れるシロギス

● ● ● ● 釣り教室やメディアでその魅力を発信

「釣りしたい」を、かなえよう

平田 剛士 さん Tsuyoshi Hirata



Profile

平田 剛士 / ひらた つよし

8歳、4歳、1歳の男児の父。幼い頃から祖父に連れられて釣りに親しんでいたが、本格的に始めたのは中学生の頃。兄に誘われて初めて釣ったブラックバスの大きさに心を動かされた。2016年に釣りメディア「ORETSURI」を立ち上げて以来、全国の釣り好きに注目される。最近では釣り教室を通して、釣りの楽しさを紹介している。
<https://tk.oretsuri.com>

海や川での岸釣り、船釣りの悩みに相談に乗ってくれるうえ、ひとり参加も家族参加もウエルカム。釣りに興味があるのに、なかなか一歩が踏み出せない人にぴったりの。釣りはジャンルが幅広く、楽しみ方が無数にあると話す平田さんは、季節、釣り場のエリア、潮の流れや時間帯な

釣りメディア「ORETSURI」を運営する逗子在住の平田剛士さんは、釣りのリアルを発信する釣りファンには知る人ぞ知る存在。2017年から始めた「海街釣り教室」は、東京湾・相模湾・三浦半島エリアで活動する初心者向けの本格的な釣り体験教室。ただ釣って楽しむだけではなく、参加者が独り立ちできるようサポート。正しい釣り方はもちろん、最適な魚の下処理や料理方法まで細かくレクチャーしている。

海や川での岸釣り、船釣りの悩みに相談に乗ってくれるうえ、ひとり参加も家族参加もウエルカム。釣りに興味があるのに、なかなか一歩が踏み出せない人にぴったりの。釣りはジャンルが幅広く、楽しみ方が無数にあると話す平田さんは、季節、釣り場のエリア、潮の流れや時間帯な

釣りを通して遊べるのも魅力だそう。8歳と4歳になる息子たちの「お父さん、釣りたいー」の声にこたえることも楽しみのひとつだという。釣りの先にあることといえば、やはり食えること。平田さんは釣魚料理の情報発信もしているため、試行錯誤の上、調理も上達していったそう。

息子との5人家族。凝った料理はつくれるものの、家族はみな刺身好きなので、釣った魚はだいたいシンプルな刺身にしている様子。3人の息子たちのお食い初めに、真鯛を釣り上げて料理したそう。その「お食い初め真鯛チャレン

ジ」はあとに続く釣り好きの父親たちの参考になっている。都市圏で自給自足は現実的でないが、釣りをして、少しだけ自然や季節を身近に感じ、豊かな食生活を楽しむのもまた自給自足のヒントといえるだろう。

近年では、釣りを通して環境の変化に気づくことも。逗子・葉山では、南洋の魚であるコバンアジが多く混じるようになった。昨年は同じく南の魚で究極の美味とされるフライパンサイズのマルコバンを釣って驚いたそう。環境の変化に対してはひとりでは微力だが、肌感覚で意識することでも大切だ。釣りという趣味は、魚を傷つけ命を奪うことであるということ、自然に庄をもたらずこと、死や怪我と隣り合わせということは心得ておきたいと話す平田さんだ。



(左上) 内山さんの代表作、バンブープラネタリウム。(左下) 竹を伐採するところから手掛ける竹細工のカゴ、(中) 竹林を整備する代表の内山学さん。安全第一の装備。(右上) 葉山芸術祭にも出店。(右下) キッチンカーではコーヒーを。竹細工のドリッパーを使っている

● ● ● ● 竹と人のつながりを取り戻し、再び身近なものへ

竹林を整備し、竹細工や竹炭、燃料、メンマなどに

内山 学さん Manabu Uchiyama



Profile

内山 学 / うちやま まなぶ

「逗子竹活」「葉山竹活」主宰。結婚を機に逗子へ移住。もともと防災や地域活動に関わっていたが、2022年頃、以前から興味があった竹細工を本格的に学び始めたのを機に、地域の竹林整備や竹の活用へと活動を広げる。竹活は毎週木曜日、そのうち公式活動日が月2回、さらに土曜に月2回の公式活動日を設けている。

Instagram: https://www.instagram.com/zushi_takekatsu/

逗子葉山を拠点とする「逗子竹活」「葉山竹活」をご存知だろうか。代表である逗子在住の内山学さんがこの竹活で実践するのは、ひとりで表現すると、「竹と人とのつながりを取り戻す活動」だ。

竹はもともと人が食べたり、道具や生活用品などに利用するために植え、管理してきたもの。しかし生活様式や素材の変化で竹を扱う人が減り、結果、放置された竹林は細い竹が藪状に密生して問題になっていったという。そこで竹と向き合うべく竹林に入り、伐採して整備。同時に採った竹を活用する活動をスタートさせた。

具体的には竹細工をはじめ、若竹をメンマにしたり、竹炭や燃料にしたり、細い竹を斜面の土留め利用したりとさまざま。材料となる竹を買ったり、地域外から持ち込むことは原則しない。いわば、竹の自給自足、地産地消だ。

ちなみに竹細工はザル、かご、コヒードリッパー、バンブープラネタリウムなどを制作。竹を伐採してからあらゆるプロセスを経てできるわけだが、竹の魅力は加工しやすく、試行錯誤や失敗を許容してくれることだそう。

春は新しく出てくる竹を選別し、5月後半から6月にかけては2〜3メートルほどに伸びたモウソウチクの若竹を間引いてメンマに利用する。夏には藪やツルを刈り払い、整備が進むと、竹林に光と風と人が入るようになるそう。また、道や階段なども整備し、人が竹林へ入れるような環境もつくっている。人が継続的に入ることで野生動物の食害が減ったり、林床には貴重な植物が再び見られるようになったそう。健全な竹林を維持することは、生物多様性、二酸化炭素吸収、災害防止などの観点から環境保全にもつながると考えています」と内山さん。放置された竹林と斜面の問題は、竹のライフサイクルとも関係しているという。斜面が崩れるだけでなく自然現象だが、その下に人が暮らしていれば災害になる。だからこそ、人の暮らしのすぐそばにある竹林と継続的に付き合っていく必要があると考える。適切な整備・管理を続け、斜面を支える機能などを維持していきたいという。

竹活が目指しているものをひとりで表すなら「竹と人とのつながりを取り戻し、竹をもう一度身近なものにしたいこと」。葉山芸術祭や葉山ステーション、東京ビッグサイトなどにも出展し、地域の人たちにその活動内容を広く発信している。



Self-4
sufficiency

● ● ● ● 単なるテクニックでなく、人間力を身につけることが肝心

アウトドアは生きることに直結している それは防災力でもある

寒川 一さん Sangawa Hajime

アウトドアライフアドバイザーとして、防災やアウトドア関連のワークショップを開催したり、焚き火ブランドの商品開発、著書の出版など、さまざまなアプローチでアウトドアの魅力や大切さを広めている寒川さん。しかし、本当に伝えているのは、テクニックよりも、ソフト面。つまり人間力だ。

アウトドアではハウツーを教えることは定番だが、その意味を知ることが肝心だという。例えば顕著なのは、幼稚園児たちに焚き火を教えているとき、伝えるのは技術ではない。ここで火をつけても大丈夫なのか、風はどちらから吹いているのか、そして燃やす木のこと、火のこと。風であれば、砂浜で焚き火をする時、砂を上から落としてみて、砂のなびきかたで風の強さを知り、焚き火をやっているかどうかを決める。そんなふうな「ジャッジする力」を身につけることを伝えている。確かに、テクニックはその上に成り立つものだ。

軸になっている 焚き火カフェの存在とは？

寒川さんがライフワークのひとつとしているのが、焚き火カフェ。秋谷海岸で「サボリ」をテーマにアウトドア関連の店を開いていたときから現在まで、焚き火カフェというメニューを掲げている。もともと2006年開催の葉山芸術祭の企画のひとつで、それが翌年店を開店したときにメニューのひとつになった。メニューと聞いて、???の人もあるかもしれない。わかりやすいという、久留和海岸で夕暮れ時に焚き火をしながらコーヒーを淹れたり、りんごやホットサンドを焼いたり、そう

やって自然のなかで時間を過ごすというなんともゆったりとした体験のこと。これは今でも開催していて、過ごしやすい10月から4月ごろまで受け付けている。現在までなんと何千組という人たちが焚き火カフェを体験をしているそう。そんな経緯もあり、焚き火のエキスパートとしてメディアでも焚き火シーンのアドバイザーとして、呼ばれることが多いのだ。

また、近年では防災と結びつけた活動も多い。きっかけは2011年の東北の東日本大震災。アウトドアは非日常ではなく、暮らしと密接な接点がある。生きるためのアウトドアという観点、それが防災につながっている。

日常とアウトドアがリンクする そんな暮らしが楽しく、力強い

寒川さんの暮らしには、アウトドアと日常の境目があまりない。例えばキッチンではアウトドアに使える鍋やフライパン、食器などが使われている。庭にはソーラーパネルがあり、携帯電話やパソコンへのチャージに使われていたり、無駄が省かれ、機能的だ。「アウトドアは生きることに直結し、それは防災力を身につけることでもあるんですよ」という寒川さんの言葉が身に染みる。

とはいえ、楽しみも忘れない。開発に携わっている焚き火台のブランド、タキビズムの商品のひとつは何品も同時に調理することができて便利なのに、アウトドアの楽しさが倍増する。庭で使ったり、時にはキャンプにも出かけてみようかという気持ちにさせてくれる。帽子にソーラーパネルが組み込まれた商品は、歩きながら、庭仕事をしな



①②下でピザ、上で焼き物、そばでは煮込み料理と、ひとつの熱源で3〜4品同時に調理ができるタキビズムの商品は寒川さんが開発に携わっている。奥様のせつこさんは北欧ソト料理研究家で、料理担当。③夫婦の共同作業となった一冊『「サボる」防災で、生きる』（主婦と生活社）1650 円。普段の暮らしから実用的に使用して、災害時にも確実に役立つ道具 40 アイテム以上を掲載する。④「焚き火カフェ」は、夕日を眺めながらコーヒーや焼きリンゴなどを。⑤カメラマン用のペリカンケースを使用した寒川さんのエマージェンシーバッグ。⑥ソーラーパネルが嵌め込まれた帽子「EcoFlow Power Hat」。⑦庭にソーラーパネルを置いて、ポータブル電源を充電。太陽光を無駄なく活用。⑧寒川さんのキッチン、アウトドアでも使えるものが並んでいる



Profile

寒川 一 / さんがわ はじめ

アウトドアライフアドバイザー。中学時代からずっとキャンパー。もともと自転車での旅からアウトドアにつながっていて、当時は野営場と呼ばれた、今というキャンプ場に泊まりながら旅していたそう。現在の活動は周知の通り。なかでも、焚き火用品のブランド「タキビズム」のディレクターとして、商品開発に携わり、多くのキャンパーを魅了している。
<http://sangawa-hajime.com>

から充電できて、1粒で2度美味しい商品だ。そんなアウトドアと防災を結びつけるスピリットが、さらに寒川さんのライフスタイルに幅を持たせている。商品を手につかしただけで、アウトドアの魅力にハマリ、精通していく

ケースもある。ライフスタイルをよりシンプルに、そして力強くしてくれるのはアウトドアであり防災力であり、それは自給自足につながっていくヒントかもしれない。この秋はぜひ外で過ごすことの楽しさを知ってみたい。



eiyo hound (nanoco内)

- 📍 葉山町堀内 1968-8
 ☎ 046-876-4136 🕒 11:00-17:00
 (その他の時間はご予約制)
 📅 日月火 (ご予約があればオープン)
 食べない・頑張るから卒業。
 お洋服や雑貨を楽しみながら、
 買い物ついでに時短ボディメイク。
 初回体験 3,000 円。
 公式 LINE 登録で「7 日間チャレ
 ンジ」プレゼント!



YS BODY & MENTAL FACTORY

- 📍 葉山町堀内 744-7 ラポール葉山 2F
 ☎ 090-4186-2020
 🕒 6:00 ~ 18:00
 📅 日曜日
 「50 代からは、鍛えるより“整える”」
 あなたの体の不調の原因は、年齢では
 なく運動不足と“間違った体の使い方”
 かもしれません。当ジムは、無理に鍛え
 るのではなく、本来の身体の状態へ戻す
 サポートをしていきます。10 年後も軽や
 かに動ける体へ、今から整えませんか?



Bouldering Gym BUNKER

- 📍 逗子市新宿 4-14-2 🕒 (木) 15:00 ~ 23:00 (月・火・水) 13:00 ~ 23:00 (金) 13:00 ~ 21:00 (土) 10:00 ~ 20:00 (日・祝) 10:00 ~ 19:00
 📅 不定休あり
 逗子市唯一のボルダリングジム
 お子様、初心者大歓迎!!
 子供から大人まで、楽しめる施設
 4 歳から利用可能!!
 キッズスクール随時募集中! レディ
 ースデイ、イベントなど定期的に開
 催!! 詳細は SNS を御覧ください!



パソコンじゅく新逗子教室

- 📍 京浜急行逗子・葉山駅下車、延命寺、
 逗子小学校より 5 分
 ☎ 046-873-3717
 🕒 10:00 ~ 21:00 📅 日曜日
 おかげさまで 25 周年!
 パソコン・スマホのお困りごとを解
 決! 少人数制 (最大 4 名) でベテ
 ラン講師が丁寧にご指導します。
 個人レッスンも OK。スマホや iPad
 のレッスンもあります。今なら「マ
 ガジンを見た」で入会金半額。

SHONAN SHOP LIST

BEAUTY



BEAUTY SALON, NAIL
ESTHETIC, RELAXATION

FOOD



RESTAURANT, BAR
SWEETS, GROCERY

LIFE



FASHION, MUSIC
GOODS, CLINIC

SCHOOL



DANCE, SPORTS
COOKING, LANGUAGE



沖縄空手 上地流 横須賀 西海岸道場

㊦ 横須賀市秋谷 5290 ㊧ 090-4424-0868 ㊨ 基本稽古時間 (水) 19:00~21:00 または(日)9:00~11:00
 ㊩ yokosuka.uechiryu@gmail.com

沖縄の伝統空手を体験してみませんか?
 キッズからシニアまで、目的に合わせて
 どなたでも始められます!
 見学・体験稽古は随時受け付けてい
 ます。
 お気軽に DM 等でお問い合わせく
 ださい。



沖縄三線・エイサー逗子教室

㊦ 三線: 赤い橋ぎやらりー (京急逗子・葉山駅南口すぐ)
 エイサー: 東逗子駅前ビル地下スタジオ
 ㊧ 09069595102 (コチヒラ)
 三線レッスンは月 1 ~ 2 回、
 エイサーは月 1 回行っています。
 逗子で沖縄体験、してみませんか?
 無料体験実施中! 手ぶらでお越しくだ
 さい。
 詳細は QR コードから
 ゆたしく、めんそーれよ!
 (お待ちしていますよー!)



リエゾン テニススクール横須賀校

㊦ 横須賀市平成町 3-28-2 ノジマモール 5 階屋上
 ㊧ 046-803-1244
 ㊨ 月~金 9:00 ~ 21:00 土・日 8:40 ~ 21:00

いつ始めても早くない! いつ始めても遅くない!
テニスしよう! リエゾンテニススクール横須賀校に集合!

テニスの楽しさと健康をお届けするため2024年3月
 横須賀市平成町のノジマモールに
 リエゾンテニススクール横須賀校がオープンしました!
 初心者の方も再デビューの方も安心して通えるレッスンが充実
 会員の皆様のテニスライフを全力でサポートします!
 リエゾンテニススクールであなたもテニスを楽しみませんか?



葉山国際カンツリー倶楽部

神奈川県三浦郡葉山町木古座1043-1 海からの涼風が心地よい風光明媚な本格リゾートコース
 代表: 046-878-8111 富士山や東京湾を望む湘南葉山の雄大な自然の中で
 定休日: 12月31日・1月1日 打つ豪快なショットはまさに格別。
 詳しくはQRコードより ご確認ください。 ここでしか味わえない感動をあなたに!



葉山パブリックゴルフコース・練習場





Restaurant & Bar VAMONOS

- ① 葉山町堀内 1003-3
 - ② 046-804-4962
 - ③ 12:00 ~ 15:00 17:30 ~ 23:00
(平日のランチのみ要予約)
 - ④ 月曜日 (月曜日が祝日の場合は翌日)
- 三浦半島の新鮮な魚介や野菜を使ったスペイン料理をご提供。美味しいワインとともに日々変わるタパス (小皿料理) もぜひお楽しみください。レストランとして、またはバーとしてもお気軽にご利用ください。



1969

- ① 鎌倉市長谷 2-14-16 2F
 - ② 0467-84-7867
 - ③ 15:00 ~ 22:00 ④ 水・木曜日 (第3水曜日のみマルシェ営業)
- 『LOVE & EAT』
“ほぼ”無添加、なるべく手作りをテーマにお酒がススム旬のアテと体が喜ぶ発酵を取り入れたメニューでみなさまをお待ちしております。今日もおいしく飲んで食べて元気に乾杯いたしましょう。



葉山旭屋牛肉店

- ① 葉山町堀内 898
 - ② 046-875-0024
 - ③ 4月 ~ 10月 月末まで 9:30 ~ 19:00
 - ④ 水曜日
- 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でき、ご自宅用にはご希望の品を自由にお選び頂けます。



Alpha Betti Cafe

- ① 鎌倉市浄明寺 5-6-22
 - ② 0467-22-3901
 - ③ 9:00 ~ 18:00
 - ④ 木曜日
- 朝比奈 IC から鎌倉への道にある知ってはいくど入ったことないでお馴染みのカフェです！
ロースター併設のカフェならではのフレッシュなコーヒーと多国籍なランチメニューが楽しめます！
テイクアウト OK / 駐車場あり



Shonan Beach FM 78.9 Magazine

次号 vol.83

2026年12月11日 (金)

発行予定!!



ami hayama

- ① 葉山町一色 2152-4
 - ② 046-874-6776
 - ③ 11:00 ~ 21:00
 - ④ 火曜日、水曜日
- Friendly wine,
Friendly earth,
Love, Peace, and Happiness
買える 飲める 泊まれる ナチュラルワイン専門店 仏・独から直輸入

Shonan Beach FM Goods Collection






ご自宅用はもちろん！
ギフトにも最適です

湘南ビーチFM 公式Goods Collection
オンラインストアで販売中





井上商店



- ㊦ 逗子市逗子 2-1-15
- ㊧ 046-873-2573
- 🕒 月～日 10:00～18:30 *悪天候の場合は早目に閉める場合がございます
- 季節を感じ、日本を知る事の出来る酒屋です。
- 「鶴乃里 生原酒」上質な旨みとボリュウム感
- 「熟成蔵隠し」加藤清正公をゆかりとする酒蔵のひやおろし
- 「秋とんぼ」秋限定ひやおろし純米酒
- 秋の夜長を日本酒と共に楽しみください。



Sidewinder



- ㊦ 逗子市逗子7丁目1-57 カイナルズ203
- ㊧ 046-884-9887
- 🕒 13:00～20:00 日・祝日は17:00まで
- ㊫ 月曜日、火曜日

モダンジャズをメインに、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の持ち込みもOKです。



珈琲豆屋 プランツェン



- ㊦ 逗子市桜山 8-1-46
- ㊧ order@pflanzen.jp
- 🕒 [火～日] 15:00～20:00
- ㊫ 月曜日



自然食品製造卸 TAC21



- ㊦ 逗子市小坪 3-19-2
- ㊧ 046-872-4811
- 🕒 9:00～19:00
- ㊫ 日曜日、祝日

全国推奨土産品に選出された「ウニ殻カルシウムとアカモク入りぬか床」栄養豊富で野菜を漬ければ翌日には美味しいぬか漬が完成。「辛子ぬか床」新発売。取扱はスズキヤ各店、葉山ステーション、にんじん屋ショップで。



福来成



- ㊦ 逗子市池子 1-8-15
- ㊧ 046-873-9255
- 🕒 11:00～15:00、16:30～20:30
- ㊫ 木曜日

坂東三十三観音霊場第二番札所

海雲山岩殿寺 午歳特別御開帳のお知らせ



本尊 十一面観音菩薩像
江戸時代初期の作、像高一尺八寸



「お手綱参拝」
観音様のお手につなかれた綱に触れご縁を結びます

室町期には諸伽藍や行基菩薩の彫られたご本尊が焼失するなど寺勢は衰えましたが、源氏ゆかりの寺として徳川幕府より伽藍の再建、新たなご本尊や寺領の寄進等、手厚い庇護を受けました。

現在のご本尊は、鎌倉英勝寺様より開基英勝院様（お勝の方、水戸藩初代藩主徳川頼房の養母・菩提の六観音のひとつをご寄贈されたものです。一尺八寸と特に大きくはないものの凛とした気品に満ちています。

拝観無料
（入山志納金 百円にご協力ください）

お手綱参拝 午前八時～午後四時
境内入場 午前六時～午後五時

時間…本尊拝観・納経受付
午前九時～午後四時

二か月間

期間…九月十八日（金）～十一月十八日（水）

御開帳期間中は、坐禅会（毎月第一土曜、観音会（九月・十一月の十八日）に加え特別行持として写経会（九月十九日・二十六日、十月十四日、二十一日、十一月十一日の五回）、特別祈願法要の大概若経転読（十月十八日）がとり行われます。何れも午後二時から。すべて予約制ですので、詳細は左記までお問い合わせください。

県内屈指の古刹 岩殿寺

ご開帳中特別行持

逗子八景・景観十選の岩殿寺にて、ご本尊 十一面観音像の十二年ぶりのご開帳が行われます。

岩殿寺（逗子市） 令和八年午歳特別結縁 御開帳



亀岡八幡宮



- ① 逗子市逗子 5-2-13
- ② 046-871-4869
- ③ 24 時間

今年も亀岡八幡宮で七五三詣りが11/15(日)に行われ、宮司さんに祈禱していただけます。
大銀杏が見守る社殿でお子様の成長を感謝し、これからの健やかな日々を祈願いたしましょう。
初穂料 5000 円、予約開始日を HP にてお知らせいたします。



coloridas 鎌倉店



- ① 鎌倉市御成町 8-7
- ② 050-1808-0500
- ③ 11:00 ~ 18:00
- ④ 火曜日、水曜日

世界で唯一、ブラジルのサバンナで自生する黄金の草カッピンドウラードを使った“ピオジュエリー”やブラジルのファッションアイテム、フォークアートを企画販売。
← 9/19(土) リビエラ逗子マリーナでブラジルライブ開催お申込みはこちらから



ティーズリビング



- ① 葉山駐在 080-5454-1303(担当:竹内)
- 【本社】045-905-2160
- ③ 10:00 ~ 17:30
- ④ 日曜日、月曜日

愛着ある椅子やソファ。傷んだり壊れていても熟練職人が丁寧に修理。見違える様に生まれ変わります。
布や革の張替えはもちろん、ぐらつきや破損修理も可能です。手放す前にぜひ一度ご相談下さい。
テーブル再塗装も承っております。



みやざき行政書士事務所



- ① 逗子市逗子 7-1-27
- ② 046-827-7365
- ③ 9:00 ~ 17:30
- ④ 土曜日、日曜日、祝日

みやざき行政書士事務所は、成年後見や相続・遺言などの民事法務を中心にサポートする行政書士事務所です。
負担の大きい手続きもひとつひとつ丁寧にサポートします。
お気軽にお問い合わせください。



逗子菊池タクシー株式会社



- ① 逗子市久木 1-3-6
- ② 0120-2117-75 ④ 年中無休
- ③ 6:00 ~ 25:00 ご予約も承ります。
(朝 4:00 ~ 6:00 は、早朝予約制)

大正から令和へ
一心を乗せて、100 有余年

菊池地所株式会社
逗子一丁目計画再始動中



← 詳しくはこちらの QR コードをご覧ください。



こうめ動物病院



- ① 葉山町木古庭 1687-5
- ② 046-878-9911
- ③ 9:00 ~ 12:00、16:00 ~ 19:00
- ④ 水曜、第 2・4・5 日曜日

葉山町と横須賀市の境にある
犬猫専門の動物病院です。
犬のしつけ方教室・幼稚園・ノーズワークもやっています。
もちろん猫も大大大好きです。
ペット保険対応。予約優先。





次号 vol.83
2026年12月11日(金)
発行予定!!



株式会社ピースカンパニー



- ① 葉山町長柄 683-12
- ② 090-2675-6588
- ③ 年中無休

リフォーム全般を受け付けています。
経験豊かな職人が、低コストでお客様のご相談にのりながらよりよい空間作りのお手伝いをさせていただきます。
丁寧で誠実な仕事には定評があります。
家のことならなんでもご相談ください。





葉山うみのホテル SANDBAR



- 📍 葉山町堀内 251-1
- ☎ 046-854-7411
- 🕒 6:00 ~ 22:00 📅 不定休 / 休館日有

**葉山のうみを感じられるおしゃれなカフェ
開放的な空間でお食事をお楽しみください**

ご宿泊のお客様以外でもお食事やカフェがご利用可能。
モーニングからディナーまで、地元の食材を使用したメニューをご用意しております。ラウンジやお座敷スペースはお子様連れのファミリーにも大人気。
ワーケーション也大歓迎! うみを見ながらお仕事も捗ります。
是非ご利用ください。



3階 エメラルドルーム

富士山・江ノ島・青い海...
使い方はさまざま、お客様の理想をかなえる場所
お気軽にお問い合わせください。



6,600円/1時間～

葉山マリーナ

- 📍 葉山町堀内50-2
- ☎ 046-875-0002
- 🕒 9:00～17:00 (葉山マリーナ総合事務所)
- 📅 火曜日定休

日本ヨット発祥の地『葉山』に建つ、
日本有数の歴史と伝統を誇る葉山マリーナ
秋シーズンのおすすめは貸切クルージング。そのほか3階エメラルドルームでは絶景の中のパーティーが楽しめます。結婚式の2次会におすすめです。

毎週日曜日20時55分～放送中

Life Consulting Compass

ファイナンシャルプランナーハジメとサトルが
ライフスタイルや年齢に合わせたお悩みにお答えします

過去放送分もPodcastで配信しています(湘南ビーチFM番組HPよりお入りください)






葉山どうぶつ病院



- 📍 葉山町堀内639
- ☎ 046-875-1199 🌐 <https://www.hah.co.jp/>
- 🕒 午前 9:00-12:00 午後 16:30-19:00 (木・日・祝日は午前診療のみ)

**動物に優しいベテランのスタッフがきめ細やかなお世話をします
高齢動物のためのシニア科(腫瘍・関節疾患・内分泌疾患など)も充実
国際猫医学会(isfm)認定の“猫にやさしい病院”です**

学会認定医による専門外来も受診できます
・皮膚科・歯科・循環器科(心臓病)・整形外科・小型動物専科(犬猫以外)
自然療法(伝統獣医学療法)も受けられます
・中医学療法(漢方薬・鍼灸)・ドイツの伝統医学療法(ホモトキシコロジー)等





cadenza (カデンツァ)



- 葉山町堀内 172-1
 ☎ 046-876-0777
 🕒 10:00 ~ 18:00 📅 水曜日

RGB Mini LED 搭載 フラグシップ 4K 75インチ液晶 TV 85 インチ液晶他 65 インチ有機 EL140 インチホームシアター

一度出会ったら忘れられない音響と映像・照明・AVファニチャー。
 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ご体感ください。
 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。
 隠れ家的な落ち着いた空間はレンタルスペースとしてのご利用も
 可能です。上質なサウンドで楽しむレコード鑑賞会やプライベート
 のお茶会等、お気軽にご利用ください。



株式会社 誠行社 小坪斎場・桜山斎場 月華



- 逗子市小坪 7-1216 / 逗子市桜山 5-3-11
 ☎ 0120-889-552

心をつなぐお葬式 安心と感謝でおおくり頂くお葬式

故人との最期の想い出を誠行社でおつくりください
 故人様からご家族様へ
 ご家族様から故人様へ
 感謝の「こころをつなぐ」そんなお葬式をお手伝いします



株式会社キリガヤ



- 逗子市山の根 1-2-35 (JR 逗子駅より徒歩 5 分)
 ☎ 046-873-0066
 🕒 9:30 ~ 17:30
 📅 水曜日、祝日

注文住宅・リフォーム・ガーデン・家具 心地よい暮らしを一緒に創りませんか？

キリガヤは明治15年創業。材木店を営んできた長い歴史の中で
 木の良さを学んできました。本物の木の心地よさを感じる住まい
 づくりをしています。注文住宅やリフォームなどの住いのことはも
 ちろん、庭づくりや外構、オーダー家具など何でもご相談いた
 だけます。トータルコーディネーターもお任せください。



あなたのお店を
 湘南でアピール

湘南ビーチFMでは、季刊の無料情報誌
 「湘南ビーチFMマガジン」を
 発行しています。

地元湘南の特集や、素敵なお店を多数ご紹介
 表紙は逗子在住の人気イラストレーター鈴木英人氏

ショッピングリスト掲載への申し込み・お問合せ

046-870-3313

office@beachfm.co.jp

お気軽にお問合せください！



もとまちユニオン大船店

2026年 9月10日(木) JR・湘南モノレール 大船駅直結
大船ルミネウイング地下1階

NEW OPEN

▼くわしくはこちら



浅田眼科クリニック



- ① 逗子市逗子 2-5-23 ラブレビル 4 階
- ② 046-873-8966
- ③ 受付時間 8:45 ~ 12:15 14:45 ~ 17:30 木曜日午後は手術のため外来診療はありません
- ④ 水曜日・日曜日・祝日
- 眼科一般・小児眼科
- 眼鏡処方・コンタクトレンズ処方
- 白内障・緑内障日帰り手術を行っています。
- ※未就学児の視力検査
- 眼鏡・コンタクトレンズ処方
- は予約制となります。



明治安田

明治安田 逗子営業所

- ① 逗子市逗子 1-8-17
- ② 046-871-7956
- ③ 9:00 ~ 17:00
- ④ 土曜日、日曜日、祝日

逗子池田通りの明治安田生命保険相互会社 逗子営業所です。生命保険・損害保険・相続・法人契約のご相談ご用命がございましたらいつでもご連絡お待ちしております。「みんなの健活プロジェクト」「地元の元気プロジェクト」を展開しています。



さあ、
人生を愉しもう



COCO-HOUSE 葉山店

- ① 葉山町長柄 1583-17 HAYAMA STATION 内
- ② 046-876-6013
- ③ 9:00 ~ 19:00
- ④ 水曜日
- 「さあ、人生を愉しもう」
- ココハウスでは、
- 不動産の売買・賃貸はもちろん、
- 開業、ライフスタイル全般の
- ご提案を通して、みなさまの人生を
- 彩り豊かにするお手伝いをいたします。
- ぜひお気軽にお立ち寄りください！



葉山マルシェ

- ① 葉山町上山口954-1
- ② 046-854-4629
- ③ 10:00 ~ 17:00
- ④ 火曜日、水曜日

石井ファームでは肥育しているのはすべてメス牛。
与えるエサや環境に配慮し管理され安心安全美味しいを心がけています！
ここでしか買えない『葉山 クイーンビーフ』
そして『葉山石井牛』。
是非お楽しみください。

湘南ビーチFM

スポットCM募集中

＜あなたのお店を宣伝します＞

お手ごろな価格でご利用出来る

リーズナブルなスポットCMです

詳しくはQRコードでチェック！

ハチマンデンタルクリニック



暖簾と招き猫が目印・QRコードはHPです

- ① 鎌倉市小町 1-6-6 DAIKI 2F 2-C
- ② 0467-53-9674 ☎ 9:00 ~ 13:00 14:00 ~ 18:00 (平日)
9:00 ~ 13:00 14:00-16:30 (土曜)
- ③ 火曜日、日曜日、祝日

和の心を大切に皆様のお口の健康に貢献します
One love One tooth One destiny

小町通り入ってすぐ。暖簾やネオンの輝く鳥居と招き猫が目印。
スイス式の予防歯科をベースに虫歯や小児歯科などの一般治療から
マイクロスコープを用いた精密根管治療、ホワイトニング、
インプラント、マウスピース矯正などの専門治療まで幅広く手がけます。
あなたの笑顔が素敵になるようお手伝いいたします。



歯科デジタルレントゲン



マイクロスコープ治療



予防歯科がベース



笑顔のスタッフ一同
お待ちしております

**「白さ」で選ぶなら
ホワイトエッセンス**

ホワイトニング 内容:ホワイトニング材とホワイトニング
専用照射器を使用して歯を白くします。費用(自費):18,000
~21,000円(税別)。期間:回数:(歯の状態)1日・1回、
コースの場合)1~3か月・3~5回。副作用:リスク:個人差が
ありますが、治療中や治療後に歯がしみる場合があります。

ねもと歯科クリニック



- ① 逗子市逗子 4-3-43
- ② 046-871-8848
- ☎ 9:30 ~ 13:00 14:30 ~ 18:00 ③ 木曜日、日曜日、祝日

FM 放送で人気の歯科医院！
歯科医院ならではの安全&効果的な施術を！

歯の印象を大きく変える口元。
輝く白い歯を手に入れた貴方にお薦めなのが『歯のホワイトニ
ング』に特化した「ねもと歯科クリニック」。
確かな技術とサービス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嬉しいポイントです！
憧れの白い歯で爽やかな笑顔を目指しませんか！

全室完全個室 歯科補綴もOK!

歯科医院のホワイトニング
前歯上下12本の範囲 / 19,900円(税込)~
*自由診療

ご予約は
こちら!

愛 の カ タ チ

カムイチェブ

紅にあって青になく、白にあつて黒になく、銀にあつて金になく、秋にあつて夏になく

さて、いきなりのあるなしクイズ！ 答えは分かりましたか？ ヒントはアイヌ文化を象徴する「カムイチェブ（神の魚）」。

そうです。鮭です！

今は、食卓に登場する鮭は多くが養殖の「銀鮭」ですが、私が入社したころは天然の「時鮭」がメインでした。大きな木箱に入って「沖」と書いてあるのが辛口。ないのが甘口でした。毎朝、カチコチの鮭を、切腹作業と言われる鮭の頭を自分のおなかに充てて尻尾から手前に両手で包丁を引くのが朝の仕事でした。これが、慣れないうちは包丁が中骨から脱線したりで、よく怒られたものです。

でもね、ご褒美もあって、鮭の頭をよくくれたんです。今はフィレばかりで、てんで見なくなりました。頭ですが、これで作る自家製の氷頭はもう絶品！ まさにヒナヒナです。何故かウチのは親父がどこかの飲み屋で教わってきたらしく、薄くスライスした玉ねぎと一緒に漬けこむのが特徴的でした。

今では考えられませんが、その時代「おう！ 俺の酒が飲めねえっていうのか!」なんてのは日常茶飯事でしたので、ちよっと自家製氷頭をつまみに出すと、先輩たち



※写真はお借りしました

が上機嫌になる事うけ合いで、よく可愛がってもらったものです。色んな意味で（笑）

おい！ 今日ばモンちゃん休みだからな。ガンガン好き勝手やっちゃいな！ それが、早く腕上げるコツだぞ！ などと上司が休みの度あおってくる悪い先輩もいて、その先輩は酒も好きだが鮭も好き！ よくどぶ漬けの紅鮭を半分分けてもらいました。焼くところや天ぷらか？ と思えるほど真っ白に衣の様な塩を吹くどぶ漬けは正に「飯泥棒」の名にふさわしい。ほんのひとかじりでご飯三杯は余裕です。酒の後の締めは、こいつのお茶漬けがまたヒナナ！ 最近、年のせいもあって甘塩の紅鮭が好きですが、たまに見かけると懐かしさがこみ上げてきます

いよいよ秋到来です。鮭の西京が最強です！ あらう…



大川 洋
プロフィール

2022 年 KARA の再結成とともに再びドボンと恋に堕ちた辰年生まれ。人生で東京オリンピックを 2 度経験しました。もっとも 1 回目はまったく覚えておりませんが……（笑）スズキヤ鶴沼店 店長。インスタ日々更新中！ https://www.instagram.com/suzukiya_official/



information

■ 仙台三越

2026年10月7日(水)～10月12日(月・祝)

■ そごう広島店

2026年11月25日(水)～11月30日(月)



2027年度カレンダー販売スタートのお知らせ

湘南ビーチFMマガジンの表紙でもお馴染みの、鈴木英人氏。

英人氏の魅力あふれる作品を楽しめる

「EIZIN SUZUKI CALENDAR 2027」が、今年も販売スタートいたします！

一年を通して、爽やかで心躍る世界をお楽しみいただけます。



2027年版壁掛カレンダー

サイズ 40×45cm 2,420円(税込)

2027年版卓上カレンダー

サイズ 12.5×14.8cm 1,430円(税込)

透明プラスチックケース入り

湘南ビーチFM
オンラインストアでも
販売致します。



←詳しくはQRコード公式HPより
ご確認いただけます



(()) 789 SUPPORTERS



789 SUPPORTERS募集中

湘南ビーチFM・湘南ビーチFMマガジンを応援してくれる“789サポーターズ”
会社、ショップ、サークル、グループ等を大募集！

枠数もご相談させていただきます、お気軽にお問合せください office@beachfm.co.jp

↓ お申し込みはQRコードから ↓

【ロゴサイズ】

- ・1枠 26 mm×26 mm
- ・画像ピクセルサイズ350dpi以上



1枠/1回掲載
¥4,400 (税込)



1枠/年4回掲載
¥13,200 (税込)
1回分お得な年間料金





甘太郎食堂

コロナウイルス

街ゆく人々の心と胃袋を満たす町中華

『甘太郎食堂』

あまたろう

しょくどう

甘太郎食堂は『早い、旨い、楽しい』をモットーに、『さあ、もいっちょがんばろう!』と元気になって頂く町中華を提供します。どこかレトロな懐かしい雰囲気の中で、おいしさ楽しさボリューム満点のお時間をお過ごし下さいませ。



甘太郎餃子 500円



チャーシューメン 1,190円



麻婆豆腐 890円
ライスセット +300円



チャーハン 790円



甘太郎丼 990円

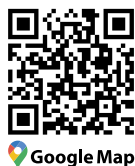
※写真はイメージです。※表示価格は全て税込です。

甘太郎食堂 逗子店

〒249-0006 神奈川県逗子市逗子5丁目2番51号

営業時間 11:00~23:00 (フード 22:30 L.O. ドリンク 22:45 L.O.)

☎ 046-874-5370



Google Map



LINE 友だち
募集中!
お得で美味しい情報を
発信します!

SPECIAL COUPON

店内ご飲食 **100円** 税込引き

ご利用期間：2026年9月10日～10月31日

■本券1枚につき、お一人様1回限り有効。■お会計時にスタッフへご提示ください。
■他の割引・サービスとの併用はできません。■現金との引き換え、およびお釣りは出ません。

SPECIAL COUPON

お持ち帰り **200円** 税込引き

ご利用期間：2026年9月10日～10月31日

■本券1枚につき、お一人様1回限り有効。■お会計時にスタッフへご提示ください。
■他の割引・サービスとの併用はできません。■現金との引き換え、およびお釣りは出ません。

with **SHONAN BEACH FM**

湘南ビーチFMマガジン

ON AIR

7つの掲載特典

ショッピングリスト掲載店 大募集

- ① 番組出演 5分～10分程度（番組による）
もしくは代読等の同等サービス
 - ② 出演番組の再放送（翌週月曜日17時過ぎ～予定）※初回のみ
 - ③ CMコメント 20秒 店主のお声で収録、掲載期間中ランダムに放送
 - ④ 掲載期間中、特別情報などの告知を代読
 - ⑤ 湘南ビーチFM SNSにて収録・店内の様子などご紹介
 - ⑥ 湘南ビーチFM HP “湘南ビーチFMマガジン” ページにて掲載
 - ⑦ 逗子、葉山、鎌倉、横須賀エリア各所配布
- ※ 掲載料金は26,400円～(52mmx75mm) コマの大きさ、掲載期間により異なります。
- 詳しくは下記お問い合わせメールアドレスまでご連絡ください。



地域応援500円ワンショットCM

店主の皆様のお声が、そのままCMになります。

期間集中型の告知に大変便利、幅広い用途にご利用いただけます！



お得な料金表

本数	期間	料金
20	1ヶ月	¥10,000
35	2ヶ月	¥15,000
50	3ヶ月	¥20,000
80	3ヶ月	¥30,000

あなたのお店を宣伝します！
5秒のお得なワンコイン
(1回：¥500)

ワンショットCM 例

CMサンプル↓

- ・〇月〇日 〇〇〇イベント開催！
逗子〇〇に集合、お待ちしております！
- ・〇月にオープンした〇〇店です！テイクアウト、イートイン
是非お気軽にいらしてください。お待ちしております。



＊フォーマットはお客様のメッセージ部分「5秒」構成されます。

同一内容の繰り返し(集中)放送により、自然に耳に浸透する効果があります。
日々の告知に、是非、地元密着“湘南ビーチFM”をご利用下さい。

お問い合わせ 湘南ビーチFM

office@beachfm.co.jp

Summer Memories



夏の毎日ビーチクリーン
～Love the beach～
#明治安田の皆様とコラボ企画



夏休み応援special
頑張る子ども達にインタビュー
#インターハイ出場！逗子開成高校ヨット部



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



葉山ステーション10周年記念
「葉山ステーションマーケット」
#出店&会場インタビュー



鎌倉逗子Luminous 女子ラグビー
#地元のチームを応援します！



ラ・マーレ・ド・チャヤ presents
ONE NIGHT STAND...” REVIVAL” 2026
supported by SHONAN BEACH FM



JAZZ ON THE WIND～
MONDAY Night JAZZ from club daphne
in KAMAKURA



旧東伏見宮葉山別邸LIVE
#葉山の午後のアペリティーヴォ

逗子葉山人の
シビックプライドをくすぐる
“おいしい” おはなし

22 “魚と野菜の定期便”

漁師と農家が運ぶ旬の味

海辺の町かどマーケット

葉 山で毎週水曜日の午後、90分だけ現れる小さな直売所「定期便」。場所は葉山トンネル逗子側出口そば、クラフトビール醸造所「15brewery」の店先。きっかけは約5年前、店舗の前を地域で活用したいオーナーと、地元生産者のご縁から始まった。以来、漁師と農家が自ら品物を並べ、地域の人たちと直接言葉を交わしながら販売する、葉山らしい素朴なマーケットとして親しまれている。

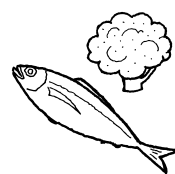
の心遣い。訪れるたびにほっこりとした気持ちになる。

ア ジヤイワシなどのおなじみの魚だけでなく、シッタカ、チャンバラ貝やアオタといった、一般のスーパーではあまり見かけない魚介が並ぶのも、定期便ならでは。それら食材は、アキラさんが名前、さばき方、食べ方まで教えてくれる。また、伊勢海老や地ダコまでがバケツに無造作に並ぶ

こともあり、その日の海の恵みとありのまま届ける、漁師のおおらかさと潔さを感じる。地元の高級食材から、市場では流通しにくい未利用魚まで、ここではすべてが大切に扱われて食卓に届けられている。さらにそのおいしさを家庭でより楽しむ後押しをしているのが、販売を手伝う料理研究家の高木奈美さん。葉山の地魚と地野菜を使ったイタリア料理を得意とし、定期便で並んだ食材を使った洋風アレンジレシピを自身のインスタで紹介。「こんな食べ方があったのか」という発見を与えてくれる。

並 ぶのは葉山の漁船「桜花丸」の漁師・アキラさんが、その日の朝に水揚げした鮮魚や貝類、乾物と、小菅農家から届く朝採れの三浦野菜。軽トラの荷台には、その季節ならではの野菜がずらりと並び、価格は100円からという手頃さ。どちらも生産者自身で運び、販売するからこそその鮮度と価格が魅力。町内に魚屋がない葉山では、徒歩で新鮮な魚を買いえる貴重な場所として評判になり、今では毎週訪れる常連客も多い。近隣の高齢者に配慮して、少量から購入できるように工夫したり、子どもがいる家庭にはついおまけをしてしまうのも、直売ならではの

海 の町だからこそ、もっと魚を食べてもらいたい、と言



うアキラさんは、葉山の人気ベーカー「ブレドール葉山本店」でも金曜に移動販売を開始し、魚を直接人の手へ届ける機会を増やしている。夏は余った食材を海の家で活用しており、今後は町内の飲食店との連携も目指している。旬のおいしさはもちろん、生産者の思いも直に感じられる定期便は海辺ライフの豊かさの象徴だ。

葉山 定期便 (teikibin)

毎週水曜
14:30~16:00
葉山町堀内 744-7
(「15brewery」前)
※天候不順による休みなど
開催情報はインスタで



<https://www.instagram.com/teikibin/?hl=ja>
※ブレドール葉山本店（一色）での販売は第一から第四金曜の 10:00~13:00 頃まで



① (写真左上から時計まわりに) 販売を手伝う高木さんと農家の小菅さん、漁師のアキラさん、ひと盛り 500 円の魚、小菅さんの野菜

食生活をプロデュースする 湘南生まれのスーパーマーケット

逗子、葉山など、湘南エリアを中心に全 11 店舗を展開するスズキヤ。

「安心・安全・美味しい」をモットーに、地元生鮮食品から厳選した食材や加工品、オリジナル商品を抱負に揃え、これからもお客様の食卓を楽しく豊かに演出します。

スズキヤのお得な情報はコチラから
スズキヤ公式アカウント



逗子駅前店 046-871-3315
 東逗子店 046-871-0658
 葉山店 046-877-5311
 鶴沼店 0466-33-2200
 西鎌倉店 0467-31-9090
 横須賀店 046-820-1700



SUZUKIYA



相南 逗子 葉山のコミュニティFMラジオ
Shonan Beach FM 78.9MHz

【月】来島政史 (キジー)

【火】孫崎虹奈 (まごちゃん)

【水、木】府川唯未 (ゆみちゃん)

【いってらっしゃいFRIDAY】
石川栞帆 (シュッポ)

電車・道路情報、ニュース、
天気予報など朝いちばんの情報をお届けします。
ぜひお出かけ前にチェックしてください。

スズキヤ提供 いってらっしゃい

MON - FRI am 6:00-8:00



自分の生き方は自分で選ぶ 18歳の壁を越え 若者を未来につないでいく

公益社団法人アマヤドリ 代表理事

菊池 操さん

Misao Kikuchi

写真家としての一面もある菊池さん。2018年には、ドキュメンタリーフォトの新人賞「名取洋之助写真賞奨励賞」を受賞した

「ないなら自分が作ろう、今すぐに」と、2020年にアマヤドリを設立。対面に加え、メールやオンラインでも全国から相談を受け付け、生活サポート付きの住まいを提供。昨年は、女性専用の日中の居場所アマヤドリスタジオもオープンさせた。

東京出身の菊池さんがアマヤドリの場所にこの地を選んだのは、「海も山も川もあって、人が温かい。回復

小学校と高校で『保健室の先生』だった菊池さんは、子どもはもちろん、時には保護者からもさまざまな相談を受けてきた。ある日、高校の卒業生から「家にいられないし相談先もない」とSOSの連絡が。日本では18歳以上は成人となり、児童福祉法や児童虐待防止法の原則対象外となる。一緒に支援先を探すも、18歳以降の若者が助けを求められる場所がない現実を目の当たりにした。

18歳からの支援の空白 若者のSOSに応えたい



相談や同行支援のほか、サポート付きの住まいも提供。秋には男性向けシェアハウスがオープン予定

あなたは大事にされている存在 誰もが生き方を選べるように



相談はもちろん、ワークシヨップや学習、休憩スペースなどを備えたアマヤドリスタジオ。女性が日中、自由に過ごせる

期を過ごす場所にびったりだと思っただから」と、自らも移住した。

設立から相談は1万件を超えた。「親からの暴力や過干渉などは当たり前のことで、中には自分が悪いとすら思っていた子もいる。また、その親が虐待されていたケースも。自分が大事にされ自分を大事にできれば、自分が家族を作り子どもができて虐待の連鎖は終わるはず」と話す。また、自分で選ぶ経験ができていなかったため、今食べたいものさえ選べない子が多いという。「ささいなことでも自分で選んで決めることを積み重ねていけば、自分で選んだ人生、未来にきつとつながる。だから、少しでも自分が楽しく、心地よくなることを考えて選ぶ経験をアマヤドリでできるように意識しています」

● 菊池 操

東京都出身。小学校・高校の養護教諭として勤務したのち、2020年に公益社団法人アマヤドリを設立。さまざまな事情で家族を頼ることができない15～29歳の若者を対象に相談や同行支援、住まい・居場所の提供を行う。県内の大学を巡回するキッチンカーもスタート予定。



クレーブとともに相談先を届けるキッチンカー・TOMBO。ゆくゆくはクレーブの一般販売を行い、若者の就労支援先にしたい夢を描く

実は、菊池さん自身も子ども時代、家族や帰る場所に悩み傷ついてきた経験がある。「人との出会いや活動、子育てを通してケアできました。今は、昔のつらかった自分に顔向けできる大人でありたい。これからも、多くの若者に支援を届けていきます」

website



instagram



葉山の"いのち"でわたしが輝く

Earth Dining HAYAMA 2026年秋 オープン



ベジバー（サラダビュッフェ） / スープカレー
三浦半島の朝採れ野菜を、たっぷりと。



information

神奈川県三浦郡葉山町上山口1431-1（スターフォレストキャンプ葉山 併設）
営業時間 11:00～20:00 / 駐車場あり

ロゴは、豊穡の精霊ココリ。
背中に種を負い、笛を吹きながら
煙に実りを運ぶといわれています。
煙と食卓をつなぐーわたしたちが
やりたいことと、あまりに重なって
いました。だから、この店の顔になりま



EARTH DINING
HAYAMA

三浦半島の畑で育った、安全・安心の野菜たち。
採れたてを並べる「ベジバー」と
8種の野菜を煮込んだ「スープカレー」。
育てた人の時間ごと、食卓へ届けます。
海と森にかこまれた場所で、お待ちしております。

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。

コスモMyカーリースSTORE		
車検	買取・販売	メンテナンス
洗車	タイヤ交換	カーリース



COSMO

コスモMyカーリースSTORE

— 民間車検工場 —

セル 葉山SS

逗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

全国200軒以上の整骨院に指導している 深部整体を一度受けてみませんか？



東逗子駅徒歩5分、すいどう道 逗子警察署並び
逗子市桜山4-7-15 ☎046-845-6045 駐車場有 HP→

