

上質で自由な時間を過ごす

Kamakura

vol.15

7

July 2020

Lien

鎌倉

リアン

FM93 AM1242 ニッポン放送

Lien(リアン)が地元情報をお届け!
ハロー神奈川 毎週水曜 13:34頃放送中

Lien 公式 Web サイト
<https://lien-web.net/>

Lien はフランス語で縁、絆、繋がりという意味をもつ言葉。出逢った人との繋がりや縁、絆を大切に素敵な出逢いがありますように...

写真 ENOTOKI 外観



富士山が見える江の島天然温泉プラン(90分)

天然温泉 & スパリゾート
江の島アイランドスパ

1,000円湯

2020年
7月1日～
9月末日
まで



www.enospa.jp/price

※6月の土曜・日曜日および特定日は
本プランはご利用になれません。

大人 1,000円 (消費税・入湯税別)

大人1,250円・小学生600円(税込) ※小学生は日曜ご入館不可
※タオルなし(別途200円でバスタオル・フェイスタオル貸出あり)

館内での食事や整体などご利用で プラス90分無料延長!!



スマホ
クーポン
提示でも
OK

Lien読者限定 coupon

タオルセット無料貸し出し

【有効期限 2020.9.30まで】ご来場時本クーポンをフロントにご提示ください。
※他券との併用はできません。

(200626Lien)

小田急線「片瀬江ノ島駅」より徒歩10分
江ノ電「江ノ島駅」、湘南モノレール「湘南江の島駅」より徒歩14分
■藤沢市江の島2-1-6【江の島島内】
■12:00～20:30(最終受付19:30)
■定休日 毎週木曜日(2020年6～9月) ※祝日と重なる場合は水曜日



島内駐車場有
(有料)

江の島アイランドスパにお越しの際は
便利な巡回送迎車をご利用ください

6月8日、新江ノ島水族館前に

New Open

えのとき

五感で楽しむ商業施設「ENOTOKI」

「湘南の自然と食とライフスタイル」を“五感”で楽しめる商業施設「ENOTOKI（えのとき）」がオープンしました。地元が大好きな人たちが、気軽に楽しめる場所を提供したいという思いを込めて、館内には湘南らしさが漂う8店舗が集結。今回はその個性豊かな店舗を紹介します。



3F 感度の高いグルメ&ビューティーが集結！

インド料理

SPICE HEAVEN (スパイスヘブン)

スタイリッシュでモダンなインド料理店



マイルドな「ホワイトソースの骨付きハーブチキンカレー（ナン付き）」（1700円）は器も素敵

スタイリッシュでモダンな「マハラジャグループ」のインド料理店。湘南の食材を生かしたENOTOKIの店舗は、器にもこだわった料理を異国情緒溢れる店内で、本場のカレー料理はもちろん、湘南鎌倉野菜や地獲れの魚介類を使った料理もおススメ。ベジタリアンやビーガンにも対応してくれます。



☎0466-52-7368
11:00 ~ 22:00 (L.O.21:30)、不定休

ヘアサロン

WAVE (ウェーブ)

海が一望できる美容室で自分へのご褒美を



「店内は波(WAVE)がコンセプトです」とスタッフの芦澤真苗(右)さんと、矢野翔太さん

下北沢、表参道で展開する美容室が江ノ島に初登場。「プリンセスケア」など、髪悩みや質感によって選べる32通りのトリートメントに定評が。スタッフもアットホーム。海が一望できる店内で、ビーチでダメージを受けた髪を蘇らせてみては。モロッカンオイル正規販売店です。

WAVE

☎0466-47-3338
平日10:00 ~ 20:00
土・日・祝9:00 ~ 19:00、火曜定休

焼肉

焼肉ぽんが 江ノ島店

江の島を眺めながら
A5ランクの厳選黒毛和牛を

スタッフが一枚一枚丁寧に焼いてくれる「たたみネギタン塩(1848円)」は一度食べたら病みつきに！



江の島を望む最高のロケーション。A5ランクの厳選黒毛和牛をリーズナブルに提供してくれる東京・目黒の名店が湘南に初出店。無農、減農薬野菜のほか、自家製キムチ、テイクアウトのデザートまでメニューも豊富。バーカウンターでは流行りの“ひとり焼肉”も。



☎0466-53-7280
11:00 ~ 21:00 (L.O.20:00)、不定休

2F 毎日、気軽にリラックスしたい憩いの空間を提供

カフェ

麴町珈琲 江ノ島店 (こうじまちコーヒー)

フワッフワのパンケーキをカジュアルな空間で



甘酸っぱいベリーがベストマッチ「スフレパンケーキ ベリー&ホイップ」(1018円)。ソフトドリンクはテイクアウトOKです

神奈川初出店。フワッフワ新食感のスフレパンケーキに、すっきりとした味わいが特徴のこだわりコーヒー。もちろん、健康を考えたパワーサラダなど食事メニューも充実。一人でも、家族連れでも、江の島散歩の合間に気軽に立ち寄れるカフェです。夜はお酒も提供しています。



☎0466-24-7100
10:00 ~ 21:00 (L.O.20:30)、不定休

ハンバーグレストラン

Dishers 江ノ島店 (ディッシャーズ)

あのハンバーグが江の島に！



写真上:「ディッシャーズチーズ」(968円)と、夏にピッタリ「フラッピーマンゴーヨーグルト」(528円)

びっくりドンキーの美味しさを引き継ぐハンバーグを、サラダの増量やトッピングで自分好みにカスタマイズ。タブレット注文するセミセルフサービスで、カロリー、塩分、アレルギーも表示され、テイクアウトやカフェ利用も気軽にできます。



☎0466-53-7423
9:00 ~ 21:30 (L.O.21:00)、不定休

書籍・カフェ

天狼院書店「湘南天狼院」(てんろういんしょてん)

「書店」が提供する“本のその先”の体験



「天狼院書店」のHPの人気記事からネーミングされた「元(もと)カレー」(880円)。誕生秘話はHPで！

テーマは「READINGLIFE」という江ノ島初の本屋さん。出版社の機能の兼ね備えた書店には、厳選された書籍約4000冊が並び、その奥には作業や勉強も可能なカフェコーナーが。セミナーやワークショップも連日開催される“本のその先”が体験できるスペースです。



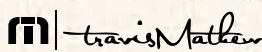
☎0466-52-7387
10:00 ~ 22:00 (L.O.21:30)、不定休

1F 新たなビーチエリアのライフスタイルを発信

メンズアパレル・バッグ

TravisMathew Shonan (トラヴィスマシュー)

日本初出店 カリフォルニアのライフスタイルブランド



☎0466-20-5111
10:00 ~ 20:00、不定休

サーフィンの聖地、カリフォルニア州ハンティントン発のメンズのライフスタイルブランドが日本初出店。店舗イメージはアメリカの店舗をそのまま再現。遊び心溢れる店内には、卓球テーブルや、バーカウンターのほか、商品を購入すると無料で利用できるシャワールームも。



Pima コットンを使用したポロシャツ(左、1万4300円) & Tシャツ(6380円)。洗っても変わらない優しい肌触りが特徴です

ピラティス

CLUB PILATES ENOSHIMA (クラブピラティス)

器具を使った体に負担の少ないエクササイズを



☎0466-53-7072
平日6:00 ~ 21:00・土・日・祝日7:00 ~ 20:00、不定休

アメリカ、カナダを中心に世界的に展開するCLUB PILATESの日本2号店。個々にマシンを利用した少人数制のレッスンが特徴。「筋力をアップしたい。軽い運動を習慣化させたいなど、健康になりたい全ての大人にピッタリです」とインストラクターのmikuさん。



「器具が補助してくれるので、体に負担が少ないのが当店のピラティスの特徴です」(mikuさん)

ENOTOKI

(エノトキ)

エノトキ

〒218-1701 藤沢市片瀬海岸2-18-17
小田急片瀬江ノ島駅から徒歩5分
江ノ電江ノ島駅、湘南モノレール湘南江の島駅から徒歩12分



ENOTOKI 衛生管理の取り組み



スタッフの手
洗手指消毒
の徹底



マスクの
着用



定期的な
店舗内換気



館内主要箇
所へのアル
コール消毒
液の設置

ENOTOKIでは新型コロナウイルス感染防止措置として上記の取り組みを行っています。来場の際は、密集(密閉)回避、マスクの着用、咳エチケット、手洗いの協力を

とある歯科医の独り言

千原院長

Vol.15

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科をはじめ、専門性の高い処置にも対応する「湘南鎌倉歯科・矯正歯科」の千原院長。常に最新の知識・過去の振り返りを学ぶため、年間40回以上国内外問わず研修会に参加。ハーバード大学、ミシガン大学、UCLAが開催する研修会参加も経験

年間約3300分!? プロケアと両輪で“健口”

前回は免疫力向上に関係する唾液の働きでしたが、今回は歯磨き習慣についてです。

予防歯科では、自分で行う「セルフケア」と専門職が行う「プロケア」に分別されます。プロケアにおいては、過去1年間に歯科検診を受診した成人の割合が約53%（平成28年・厚労省調べ）と増加傾向です。

毎日の生活習慣となるセルフケアの歯磨きを一日3回・各3分とすると、年間約3300分。一方で、歯科医院で出来る予防処置や提案には時間的な制約があります。

大切な歯を守るには、決してプロケアだけに頼るのではなく、セルフケアとの両輪で行うことが予防・未病につながります。

歯科医院では一人一人に“合う”セルフケアの方法・器具を提案しています。ぜひ、オンリーワンの口腔ケアを身に付けて健康維持・増進がかなえらばと思います！

湘南鎌倉歯科・矯正歯科

鎌倉市田代 5-4-23
0467-38-6010

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科
月夜床（土）9:00～12:30・13:30～18:00
休・日・夜

湘南鎌倉歯科・矯正歯科

FacebookやInstagramも随時更新中

思い出よみがえる宝物になる一枚

本格スタジオで残す表情輝く美しい写真

鎌倉鶴岡八幡宮近くの「写真室JUN」は、鶴ヶ岡会館にある明るく広いスタジオです。「1階にありますので、小さなお子さま、車いすのお客さまにも心配なくご来店いただけます。また、七五三を検討しているなら「早期予約割引」（下記）がおすすめです」と同写真室。

人気の鎌倉七五三スタート（予約制）。バック（衣裳＋仕度＋写真＋外出OK）の衣裳はHPをチェック。

七五三の思い出を生き生きとした表情で撮影。同写真室は、感染症対策にも力を入れています。

7月8月は「大人のポートレート」「家族写真」が、お一人一人に合わせたライティングとボーディングで、より魅力的に演出。

写真室 JUN
鎌倉市小町2-12-27 鶴ヶ岡会館1階
10:00～16:00（水曜定休）
※営業時間外、定休日にも対応可
0467-81-5135
写真室 JUN

七五三 早期予約割引 10% OFF！
8/31（月）までの予約で、七五三通常写真料金・鎌倉七五三パック基本料金が10% OFF
7月8月限定 写真室 JUN 10周年 キャンペーン
1ポーズ1万円！
大人のポートレート・家族写真
通常料金1ポーズ1万5千円→1万円（税別）※六切1枚台紙付き

7/17（金）～19（日）内覧会開催

充実した介護体制と医療連携
オーシャンビューの介護施設

皇室の別荘地としても名高い葉山で、6月から入居を開始したばかりの住宅型有料老人ホーム「葉山うみのホテル サービスレジデンス」では、7月17日（金）～19日（日）の3日間、内覧会を開催します（個別見学は常時）。

開放感あふれる「葉山うみのホテル」を併設し、最上階のレストランでは、富士山や江の島をパノラマで一望。ほかにも日常に彩りを加える

「これらの日常的な習慣は、患者さんご自身の意識が何より重要です。当クリニックでは、生涯にわたり気軽に相談できる、かかりつけ医になれるよう、歯だけを診るのではなく、患者さんの声を大切に想いを合わせて、その方自身を診る歯科医を目指しています」

【内覧会の申し込み・問い合わせ】
葉山うみのホテル サービスレジデンス
葉山町堀内251-1（駐車場あり）／JR 逗子駅（東口）から3番バス乗り場、葉山一色（海岸回り）行き乗車（約10分）、「清浄寺」下車徒歩1分

※内覧会当日は、マスク着用にご協力ください
046-854-9202

気軽に相談できる“かかりつけ医”

歯周病認定医による
本格的な歯科治療とケアを

藤沢駅から徒歩3分、「オーラルケアクリニック藤沢」は、子どもからシニアまで、一人一人に寄り添った治療で豊かな暮らしをサポートします。

「いつまでも健康で、幸せに食事をするには、歯周病の予防・治療・管理が欠かせません。クリニックでの治療に加えて、日常的な口腔内細菌（ブラーク）のコントロールに重要な歯磨きや、年齢や体調に合わせた食生活のアドバイスも行っています」と溝端院長。

「オーラルケアクリニック藤沢」の溝端智美院長。藤沢市出身、湘南白百合学園高等学校卒業。日本大学松戸歯学部で学び、都内歯科大学で多くの臨床経験を積みながら、日本歯周病学会認定医を取得

オーラルケアクリニック藤沢
藤沢市鶴沼花沢町2-3 PHビル4階
藤沢駅南口から徒歩3分
8:30～13:00/14:00～17:30
木・日曜、祝日休診
※新規に限りネット予約可能
0466-54-7265
オーラルケアクリニック藤沢

Aqua Clara

環境にやさしいリターナブルボトル採用

もしもの時、水道・電気などライフラインの復旧には時間が掛かります。その間でも使えるのがアクアクララです！

日本だけでなく、全世界の課題である「プラスチックごみ問題」

アクアクララは お飲みいただきましたボトルは必ず回収いたします！

無料お試しセット
2020.9/30（水）まで
12ℓボトル2本お試し出来ます

今なら 2年間利用で 新規ご入会の方、どちらか選べるプレゼント
かならずもらえるキャンペーン 2020夏
レコルト エアオープン or ソーダストリーム ジェネシス v2
油を使わないヘルシーオープン おうちで手軽に炭酸ライフ

詳しくは お気軽にお問い合わせください

アクアクララ南関東
ヨイミズ
0120-36-4132

●新横浜精水プラント ●二宮精水プラント
アクアクララ南関東 検索
東Cc200606037

顕証寺墓苑
七里ガ浜樹木葬

2周年キャンペーン
2020年7/1（水）～2020年9/30（水）の期間にご契約の方
永代使用料＋諸費用全て含んで

集	1名で ご購入のお客様	1名 通常価格 462,000円	総額 332,000円 (1霊あたり332,000円に)
	2名で ご購入のお客様	2名 通常価格 924,000円	総額 465,000円 (1霊あたり232,500円に)
	3名で ご購入のお客様	3名 通常価格 1,386,000円	総額 569,000円 (1霊あたり189,677円に)

メインツリーは泰山木

樹木葬式 永代供養墓

凜 2霊納骨 永年供養 50万円
輝 4霊納骨 永年供養 70万円
※上記金額他、諸費用がかかります。

NHK「ネタドリ」で紹介されました

江ノ電「七里ヶ浜」駅から徒歩3分。国道134号線沿い。
【七里ガ浜 樹木葬 概要】■経営主体／宗教法人 顕証寺 ■許可番号／神奈川県第148号
■所在地／神奈川県鎌倉市七里ガ浜1-5-21

お問合せ・資料請求は（受付時間：午前9時～午後5時／水曜定休）
0120-240-500
株式会社 ココ・プランニング
〒160-0023 東京都新宿区西新宿 4-32-13-401

湘南・横浜に住むアクティブな大人のための地域情報を発信

Lien姉妹フリーマガジン
Anda アンダ

Anda 湘南 <https://anda-net.com/>

Webサイトでは紙面にはない情報をお届けしています！

Kamakura 鎌倉
Lien リアン

<https://lien-web.net/>

発行／(株)産案
編集／有限会社 尚文社 <http://shoubunsha.com/>
発行エリア／鎌倉市・逗子市・藤沢市の一部
発行部数／6万部
◆紙面に掲載されている価格表記は、特記を除き記事公開日時点での税込み金額です。商品やサービスの価格については提供元の各企業にご確認ください。
◆紙面の無断転載を禁じます。
広告のお問い合わせ ☎045-680-1094

DUSKIN お家を元気に！
家事お手伝いサービスは
ご相談ください。 ☎0120-3-82820
ダスキンメリーメイド鎌倉店
ダスキンオークラ www.duskin-city.com

きものびより

着物日和

和の風情感じる「浴衣」で夏の思い出づくり

夏の風物詩「浴衣」。平安時代、入浴時に着用していた「湯帷子(ゆかたびら)」が呼び名の起源といわれています。吸汗性、通気性に優れ、時代と共に湯上がりの着衣として、さらに江戸時代中期からは夏の外出着として着られるようになりました。

当時の浴衣は主に白地や紺地。白は日差しを吸収しにくく見た目も涼しげ。紺は染料の「藍」のおいを虫が嫌うことから、夜に着るとよいとされていました。暑い夏を快適に過ごすための、まさに先人の知恵です。

今では夏の装いとして定番人気の浴衣。「くつろぎ着」であるためフォーマルな場に着ていくのはNGです。カジュアルな場で品よく浴衣を楽しみましょう。

「青いとりきもの学院大船校」では単発の着付けレッスンを行っています。今年の夏は浴衣を羽織って、涼みのひと時を楽しんでみませんか。

要予約 — ワンコインレッスン —

日程 7月17日(土) 10:00～11:30 / 13:00～14:30
内容 浴衣の着付け 場所 逗子市市民交流センター2F (生涯学習スペース) 第6会議室和室
料金 1レッスン500円 持ち物 浴衣一式
浴衣や帯の無料貸し出しもあります

花びらにも触れて楽しんで。

「ヴィアンカ」でアンケート調査を行ったところ、花を飾る場所として断トツがリビング、次いで玄関でした。みなさんはそこにどんな色の花を飾っているのでしょうか。

一般的に、家族団らんの場であるリビングには、気持ちを明るく前向きにしてくれるイエローやオレンジ系、元気よく出かけたい玄関には赤やイエロー、寝室には心落ち着くグリーンやブルー系が良いといわれています。私たちはつい自分の好みの色の花を選びがちですが、お花屋さんで見たときには気に入っても実際に室内に飾ってみたらイマイチなんてことが

とがあるもの。室内のどこに置いて、どんな風に心を整えたいか、そんな気持ちで花を選んでみると、今までとは少し違った楽しみ方ができそうです。

また、花や緑は飾るもの、といったイメージが強いせいか、美しく咲く花に「手で触れる」ことは意外に少ないのでは？花や緑は色や形、香りばかりでなく、ぜひ手で触れて感触も味わってみてください。見た印象より硬かったり、ふわふわだったり、すてきな発見がきっとあります。もちろん触りすぎは花を傷めることになるので禁物ですが。

フラワーアート宅配サービス「ヴィアンカ」
(有)レッドムーン代表 熱海さん

ヴィアンカ 横浜

Lien 美術品鑑定部

主催／産案 Lien編集部 協力／加島美術

ご自宅の美術品を査定してみませんか。
掛け軸、絵画や陶磁器など
Lien美術品鑑定部で**無料査定**ができます。
修復の相談も承ります。

お申し込みは
WEBか**電話**にて

web 専用フォームへアクセス>>>>

電話 ☎045-680-1094 Lien編集部(産案内) 月～金 10:00～17:00

応募締切 2020年7月19日(日)

事務局にて査定・修繕のご希望をお申込みいただき、その後、加島美術より直接ご連絡致します。
電話で連絡いたしますので同意の上、応募を。

※お客様の個人情報は今回の査定他、サービス提供のため利用します。

マクドナルド ロイヤルホスト セブンイレブン 藤沢本町駅 やまか 藤沢→ 藤沢↓

家と庭を一緒にデザイン施工出来る会社です！！

私たちが提案するのは、「わくわくする新しい暮らし」

それには「家」+「庭」=「家庭」のある場所が大切だと考えています。
住まう空間全てと、住まい手の未来の暮らしまでを考えることで、
私たちだから叶えられる、いきいきとした特別な日常が始まります。

leNiwa Styleでわくわくする新しい暮らしへ。
そして、地域の皆様の健康で心豊かな日々の実現の為に
私達、leNiwa工房にお手伝いをさせていただきます。

また、新型コロナウイルス感染防止対策を講じていますので、
安心してご来店いただけると幸いです。
(お客様にもご協力いただく場合もございます。)

ぜひお越しください！

鎌倉市・逗子市の皆様には**無料相談**(プラン、見積、イメージ図面)を
受付しています！

わくわくする『新しい暮らし』のつくりて
leNiwa工房 まずは **お問合せを** ☎0120-77-0716

神奈川県藤沢市藤沢4-5-3新若松ビル1F
10:00-17:00(時間短縮営業) 火・水定休
※状況により営業を休止する場合がございます。