

上質で自由な時間を過ごす

Shonan

vol.19

1

January 2021

Lien リアン

認定遺品整理士在籍

遺品整理 生前整理

まずはライフリユースにご相談ください

ライフリユース 0120-17-5369

遺品整理・不用品回収 10:00~19:00 ◆年中無休受付

遺品整理 ライフリユース 検索

茅ヶ崎市一般廃棄物収集運搬業等許可 古物商許可証 第452670007020号

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...



笑門来福

今年はあらゆる物事のオンライン化がいきに進みました。ビデオ通話を活用し、遠く離れた家族や友人とつながる「オンライン帰省」、初詣もリモートで祈祷してくれる神社が登場したり、除夜の鐘もバーチャルになったり……。思いもかけなかったニューノーマル時代の到来で戸惑うこともありますが、せめて年末年始は笑ってストレスを解消し、明るく過ごしませんか。

「笑門来福(しょうもんらいふく)」。「縁、絆、繋がり」という意味を持つ「Lien(リアン)」は、これからも笑顔とともに、素敵な繋がりのお手伝いをしていきたいと思っています。

東大式FPセミナー

女性に大人気
セミナー企画
参加費無料

新春
開催

これからの
マネー問題をしっかり解決!
**女性のための
藤沢マネーセミナー**

100年時代に向けた資産形成
無理なく1000万円貯められる
基礎知識を学びましょう

新型コロナウイルスの影響で、仕事や生活のリズムが崩れている方も多いと思います。何かと不安な時代、これからのマネーの基礎を学び、時代に合った資産形成をはじめましょう。セミナー後に、お金のプロのアドバイザーが個別で受講者のマネー診断も承ります。

◆ドリンク&スイーツをご用意。
※写真はイメージです。

女子に大人気
おすすめ
バスグッズ♪

ミネラルたっぷりの
バスソルトは、
これからの季節におすすめ!

マルセイユ石鹸マリウス
ファブルバーム100gと
天然岩塩のバスソルト
セットをプレゼント!

マルセイユ石鹸は、香料・防腐剤・着色剤を使用せずオリーブ油とバーム油をベースに作った低刺激で肌にやさしい石けんです。
※画像はイメージです。

セミナーでマネーの基礎をじっくり学び行動しましょう。セミナーで気になったところは、気軽に個別面談時に相談できる!

**1月21日(木)
2月3日(水)
10:30~12:30**

各日共に、
女性に人気の
お飲物+スイーツ
付き

湘南クリスタルホテル
住所: 藤沢市南藤沢14-1
アクセス: JR、小田急、江ノ島電鉄
「藤沢駅」(南口)より徒歩5分

会場

各回
20名様

※セミナーは、少人数制のスクール形式です。受講者同士の会話はございません。会場の衛生管理環境に留意しています。
※当セミナーは基本的対処方針にあわせて開催致します。

定員

応募方法
右記の応募フォームから応募ください。
当選者には、TELまたはメールにてご連絡致します。

セミナーの詳細、お申し込みは右記からも承ります。

東大式FPセミナー 検索

お問い合わせ/セミナー総合お問い合わせ窓口
TEL: 080-7041-6689 (平日10:00~18:00)
※セミナーでは特定の商品の勧誘はありません。

【主催】株式会社クロス・デジタル・イノベーション

「湘南ライナー」廃止 来春から特急「湘南」に

NEWS

JR東日本では、2021年春のダイヤ改正に合わせて、東海道線で特急「湘南」の運転を開始すると発表しました。これにより、「湘南ライナー」はおはようライナー新宿などが廃止になります。各ライナーは、乗車券のほか、ライナー券（一律520円）で利用することができ、必ず着席できる通勤列車として支持

されてきました。特急「湘南」を利用するには、乗車券と特急券が必要で、特急券は東京⇨大船が760円、東京⇨小田原が1020円（事前料金）。例えば東京⇨藤沢の場合、料金は990円（IC乗車券）に特急券を加えた2010円になります。特急「湘南」は、「えきねつとチケットレスサ

ビス」でも購入でき、スマートフォンから「えきねつと会員」に登録して指定席特急券を購入すると、一律100円（こどもは50円）引きになります。また「START記念キャンペーン」期間中は、チケットレス割引引きが300円（こどもは150円）になります。※来年9月30日（木）までの申し込み分まで

市制施行80周年記念 企画展「藤沢トラフィック」

EVENTS

江戸時代以前から東海道の交通の要衝として歴史がある藤沢市では、2020年に市制施行80周年を迎えました。これを記念して、「藤澤浮世絵館」（藤沢市辻堂神台2ノ2ノ2、ココテラス湘南7階）では、2月14日（日）まで「藤沢トラフィックー浮世絵の道から鉄道と道路の記憶」を開催しています。

東海道を描いた浮世絵を中心に、江戸期の絵柄や近現代の鉄道網、自動車道の発達などがみられる資料など、移り変わる東海道・藤沢の交通の歴史を展示。1月30日（土）午後1時から、日本地図センター客員研究員を講師に、「藤沢の交通と地図の変遷」と題した講演会を行います。1月13日（水）午前10時から予約制、開館時間（午前10時〜午後7時）入館6時30分まで。休館日 12月28日（月）〜1月4日（月）、



大山道との分岐点「四ツ谷の立場」の様子が描かれた、歌川広重「東海道七十五三之内 藤沢」

月曜（祝日の場合は翌平日）。入館無料。詳細はHP（<http://fujisawa-ukiyokanet.jp>）0466（33）0111

さいか屋 藤沢店で1/5（火）まで 「ふれあいねこ展」開催中

EVENTS



「ひざねこ」グッズも販売しています

おなじみのねこちゃんから珍しいねこちゃんまで、世界のねこちゃんが大集合する「ふれあいねこ展」が、1月5日（火）まで、さいか屋藤沢店5階の催物場（藤沢市藤沢555）で開催中です。

猫たちを見て、触れて楽しむ「ふれあい広場」や、ゆつくり癒やしの時間が過ごせる「ふれあいコーナー」、猫の秘密が分かる「パネルコーナー」など、全国各地で行われているイベントで、猫に

注目のスポットから楽しいイベント、地域のニュースまで気になる情報をキャッチ！

MACHI NETA SELECT

それほど興味がなかったという人も、その愛らしさから思わず笑顔に。また「我が家のねこちゃん写真展」と題して、開催期間中に会場内で展示するねこちゃんのお写真を募集中です。ぜひご持参ください」とのこと。子供から大人まで、この機会に立ち寄ってみては。営業時間 午前10時〜午後7時（12月31日・1月2日は午後6時、最終日1月5日は午後3時）。最終入場は営業終了の30分前、休業日 1月1日（金・祝）。入場料 高校生以上1000円、4歳〜中学生600円、3歳以下無料。主催 tk、後援 藤沢市教育委員会、茅ヶ崎市教育委員会、鎌倉市教育委員会。

Lien 編集部がゆく！

藤沢パブリックアート散歩

Part 1

藤沢市民会館 周辺編

1 核兵器廃絶平和祈念像 （平和の母子像）

バスから見える、やさしさあふれる大理石アート



戦後50年の節目に1995年、平和を祈念するモニュメントとして制作。母親は「地球」、子どもは「人類」をイメージしています。作者は湘南とイタリアを拠点に活動した彫刻家・熊坂兎子（なおい）さん

奥田公園前広場
住 藤沢市鰐沼東7

台座のレリーフは、平和を祈ってご主人のサー・シュワルツさんが制作した合作。子どもたちが彫刻に触れて登って遊べる交流の場にするため、台座を低くしたそう（現在は杭で囲われ入ることはできません）

2 待ちぼうけの石

奥田三角公園
住 藤沢市鰐沼東2

誰かを待って待ち続け…
とうとう石に！



残った体の一部が、雄弁に心を物語っているようですね

イトーヨーカドー藤沢店の近く、「奥田三角公園」にあるアート。関根伸夫さん作。竣工は1971年（今から約50年前！）

「ふじさわパブリックアート散歩」無料配布中

藤沢市アーツスペース（FAS）では、市内に点在するパブリックアートの調査を2018年に開始。今年9月、その調査と活動をまとめた冊子（左記）を刊行し、FASや藤沢市民会館などで無料配布しています。1冊180円の送料で郵送も可能。配布先や郵送に関する詳細は、藤沢市アーツスペース ☎0466-30-1816 まで

＼＼＼ パパママお金の 質問 答

子供がもらったお年玉、
どうしたらよいですか？

A 「お金を使う練習のキッカケに
してみてもどうでしょうか？」



この時期、お年玉についての質問を多く受けます。子供が自由に使うのもいいですが、親としては金額も大きいので「計画的に使うて欲しい」と、頭を悩ませますよね。

お金の使い方は、まず優先順位を考えてほしいと思います。その時に大切な考え方が「ニーズ&ウォンツ」です。これは、

ニーズ=本当に欲しい物

ウォンツ=欲しいけどそこまでではない物と考えます。今年のお年玉は、限られた予算の中で優先順位を付けて、計画的に買い物をする練習の場にはいかがでしょう？

自分の欲しい物を衝動的に全て買うのではなく、限られた予算の中で「本当に欲しいものか？どうか？」を一度立ち止まって考える練習にすると、子供にとっては計画的にお金を使う大きな一歩になります。

子供たちに「将来のための貯金を」と言ってもピンときません。それより「自分のお金

をどうやって使うか」ドキドキ・ワクワクしていることでしょう。時には「無駄遣いしちゃったな」と感じることもあるでしょうが、経験を積み上げていくことも、親はそこで見守ってあげることも大事です。

小さい頃の失敗は、いくらでも取り返すことができます。今のうちに小さなトライ&エラーをすることで、大人になってから大きなお金の失敗をするリスクを減らすことができるのです。これからはキャッシュレスの時代になり、ますますお金の価値が変化していきます。子供のうちに自分のお金だという自由度と、買い物をした達成感を感じてもらえたらうれしいです。お年玉を渡すとき、お金の使い方をぜひ家族で話し合ってみて下さい。

答えてくれたのは 磯川 圭太さん

ファイナンシャル・ジャパン株式会社 横浜支社
ファイナンシャル・コンサルタント
2級FP技能士
磯川圭太FP



ドンと!!

お売りください!

金・プラチナ

茶道具・骨董品

出張現金買取いたします
査定は玄関先でもOK!!

出張費無料

買取品目■貴金属・ジュエリー 金盃・銀盃 舶来・国産腕時計 中国骨董 万年筆 ブランド品 iPhone11(アップル製品) ダイヤモンド 掛け軸 切手(国内・海外) 勲章・軍服・軍曹品 サングラス 印籠・根付 金杯・銀杯 金券 純銀・シルバー

《年末年始お休み 12/28(月)~1/6(水)まで、1/7(木)より通常営業いたします》

Kind Bea

買取専門店 カインドベア 辻堂店

0466-86-7505

10:00~19:00 第4日曜定休 藤沢市辻堂駅前1-5-12 辻堂駅北口徒歩3分

Kind Bea

買取専門店 カインドベア 茅ヶ崎店

0467-81-5326

10:00~19:00 茅ヶ崎市共進1-10-16 茅ヶ崎駅南口・徒歩2分

Share Happiness! Pocky® BOWLINGキャンペーン

ファミリーで来場の小学生以下限定

2020年12月31日(木)~2021年1月3日(日)

各日先着30名にポッキープレゼント!

ポックリング場では場内の衛生確保・感染防止対策に取り組んでいます

●お客様の来場には、新型コロナウイルス感染防止の観点から、必ず保護者の同伴をお願いします。

主催/関東ボウリング場協会 特別協賛/江崎グリコ株式会社

Enoshima Bowl

TEL.0466-23-6114

藤沢市片瀬海岸2-15-22/9:30~24:00 年中無休



新年度から始めるセーリング “たくましく生きる力”をはぐくむ習い事が人気

湘南ならではの習いごと 「きっかけは？」「メリットって？」 ママ座談会で聞いてみました

江の島の目の前にある総合型地域スポーツクラブ「江の島ちょっとヨットビーチクラブ」では、東京 2020 大会の正式種目であるセーリングを中心にサーフィンや SUP など多彩なマリンスポーツを通じて、スポーツの本当の面白さを体感しながら、体力的にも精神的にも成長できるカリキュラムを実施しています。

今回は「ちょっとヨットジュニアクラブ」のトップチームのメンバーの保護者 4 人、代表の松尾さん、スタッフの店田さんに「ちょっとヨットジュニアクラブ」について話を聞きました。（本文敬称略）

学年を超えた仲間たちとヨットを通じて
海に関わり「シーマンシップ」を学ぶ

MU 入会は今から 7 年前、子どもが小学生になりたての頃です。海の近くに住んでいることもあって、子どもには海に関わるスポーツをやらせたいと思っていました。幼稚園生からヨットに乗れるんだ！という驚きと、「親の」憧れから入会しました。

Y 小学 2 年生のときに、藤沢市八郎公園の屋内プールで「プールでセーリング体験」という藤沢市主催のイベントに参加したんです。そこでヨットの楽しさを知った息子が「やりたい！」というので、入会

です。水に慣れることから始まる教室で、砂浜遊びが中心だったので、ジュニアに上がるときに「ヨットはやりたくない」とかなりごねたんです。水に慣れることか



＜参加者プロフィール＞（左から）MAさん（藤沢市）、お子さん中学1年生（入会2014年）。MUさん（藤沢市）、お子さん中学1年生（入会2014年）。Yさん（藤沢市）、お子さん中学1年生（入会2016年）。いさん（藤沢市）、お子さん中学1年生（入会2013年）小学5年生（入会2016年）

万全なレスキュー体制下で
一人一人の成長を応援

「クラブを運営する側として大切にしていること」

店田 子供たちが安全に活動できることが最優先です。そのため、その日の天気や風、海の状態を把握して、出ずレスキューボートの艇数などを判断し、レスキュー体制を万全にしています。

「クラブが目指す子ども」とは

店田 ヨットは個人競技。一人ひとり、子どもたちが輝けるチャンスの中で、基本的なこと教えていきますが、「自分ができるのか」「決ま

断させ、どんな子にも平等に発言させてあげる場を設けることが大切だと思っています。子供たちの自由奔放さと柔軟な発想力を大切にしたいです。

また、レースで勝つことも大切ですが、勝負に執着せず、人として大切な勇気、判断力、忍耐力、思いやりを身に付けてほしいと思っています。

1 月から新年度の説明会が始まります。説明会では、潮風を受けて走る楽しさをイメージするのですが、安全に泳げなくても大丈夫。安全なヨット競技

ライフジャケットを着て活動するヨットは泳げなくても問題ありません。子どもたちには「ヨットが沈（ちん）して動けなくなったら泳ぐな」と指導しています。

沖に流されたとしても、ヨットから離れずしがみついていたければ私たちは必ず見つけることができます。徹底したレスキュー体制の構築を行っているので、例えていうなら、安全性が保障されているジェットコースターに乗るのと同じだとお考え下さい。

スポーツは「かっこいい」ことが一番。スイミングでは味わえない水や波に立ち向かうダイナミックな運動を楽しみながら、同世代の友達と力を合わせて共同作業を行うことで、チームワークの大切さを伝えています。また将来子どもたちが、生涯スポーツとして楽しくヨットをやっていく、選手を目指すなど、人生の分岐点に来たら自分で選択できるよう、経験を交えて、あらゆる選択肢を提供してあげたいですね。

ちょっとヨットビーチクラブ 代表 松尾省三

上・左 ジュニアクラブの活動
下 キッズスクールの活動
説明会では、活動風景を陸上から見学するので、子どもたちのイキイキとした姿や潮風を受けて海上を走る様子が見られます



わが子の成長に驚きも 海上で養われた判断力と精神力

「ヨットを通じて、どんなところにもわが子の成長を感じますか？」

Y このクラブは「上の子が下の子の面倒を見る」というのが基本です。小さな子が慕ってきでくれるのはすごくうれしみたいです。

I 小学校から大学生までずっと続けられるスポーツってなかなかないと思います。上下関係がなさすぎるのもどうかと思いますが（笑）。

MU うちは一子で、なんで、クラブでお兄さんに面倒を見てもらうという環境だけでも本当にありがたいです。

MA クラブでは、ヨットだけでなく、さまざまな海の活動をするんですが、海の問題にも興味を持つようになりました。ニュースで環境

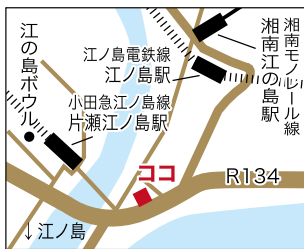
新年度入会説明会を開催

子ども連れOK！申し込みはWEBから
※日程が合わない人には個別説明会も可能です。気軽に問い合わせを

【会場】 ちょっとヨットビーチマリーナ（片瀬江ノ島駅徒歩3分）

日にち	キッズスクール (幼稚園児) 定員10人	ジュニアクラブ (小中学生) 人数制限なし	日にち	キッズスクール (幼稚園児) 定員10人	ジュニアクラブ (小中学生) 人数制限なし
1/16	10:00～12:00	13:00～15:00	2/20	13:00～15:00	10:00～12:00
1/17	13:00～15:00	10:00～12:00	2/21	10:00～12:00	13:00～15:00
1/23	10:00～12:00	13:00～15:00	2/27	13:00～15:00	10:00～12:00
1/24	13:00～15:00	10:00～12:00	2/28	10:00～12:00	13:00～15:00
1/30	10:00～12:00	13:00～15:00	3/6	—	10:00～12:00
1/31	13:00～15:00	10:00～12:00	3/7	10:00～12:00	—
2/6	10:00～12:00	13:00～15:00	3/13	—	10:00～12:00
2/7	13:00～15:00	10:00～12:00	3/14	10:00～12:00	—
2/13	10:00～12:00	13:00～15:00	3/20	—	10:00～12:00
2/14	10:00～12:00	13:00～15:00	3/21	10:00～12:00	—

【説明会会場】
ちょっとヨットビーチマリーナ
〒藤沢市片瀬海岸 1-12-4、
小田急片瀬江ノ島駅から徒歩3分
江ノ電江ノ島駅または、
湘南モノレール湘南江の島駅から徒歩6分
◎ 10:00～17:00
☎ 0120-935-121
ちょっとヨットビーチマリーナ



【説明会申し込みはこちら】
湘南海洋教育スポーツ振興協会
江の島ちょっとヨットビーチクラブ
☎ https://www.coco-bea.com/explain
☎ 050-2018-0944
湘南海洋教育スポーツ振興協会

藤沢



鵜沼伏見 稲荷神社

商売繁盛祈願
御神水が人気

商売繁盛祈願なら「鵜沼伏見稲荷神社」へ。境内の井戸から湧き出る「鵜沼和貴水」は、御神水としてあがめられ、ミネラル分が豊富な自然水として有名。毎年多くの人がこの水を求めて訪れます。拝殿左側には、奥宮に続く鳥居の回廊があり、心を静めてくれます。

藤沢



江島神社

日本三大弁財天で
新年初祈願を

辺津宮、中津宮、奥津宮からなる「江島神社」の御祭神には、3柱の女神様がまつられています。また、「江島弁財天」は、商売繁盛や財宝を招き、芸道上達の功德を持ち、「日本三大弁財天」の一つとしても有名です。新年初祈願を元朝から随時行います。

三が日・松の内に関係なく 3密を避けた初詣を推進

Q 具体的な対策を教えてください

マスク着用などの対策協力を記した大型看板や横断幕のほか、二次元コードを記載した立て看板を島周辺に設置して混雑状況が分かるシステムを導入します。境内では、社殿内の席数

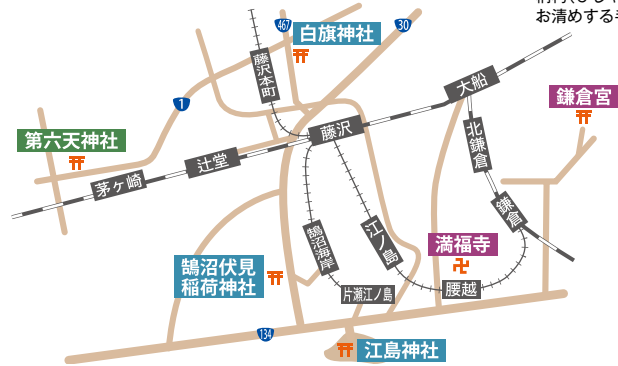
Q 新たなガイドラインとは？

四季を通じてにぎわう江の島ですが、中でも正月期間、最も混雑します。江島神社をはじめ、江の島振興連絡協議会、江の島観光会、江の島弁財天、藤沢市観光協会では、神社施設内・島内各所の環境や状況を見極め、来島者に「安心、安全な江の島」が提供できるように、ガイドラインを作成しました。

新たな生活様式で迎える新年。初詣も新たなスタイルが提案されています。毎年多くの参拝者でにぎわう江島神社などでは、新年を前に新たなガイドラインを作成。榎欄宜（ごんねぎ）・狩野見英聰さんに話を伺いました。令和三年の初詣は、各寺社仏閣の感染予防対策に従って参拝を。



柄杓（ひしゃく）が撤去され、流水でお清めする手水舎



今年分散参拝で

御利益めぐり

湘南初詣ガイド

令和三年

茅ヶ崎



第六天神社

強靱な精霊を持つ
神を祀る

天神七代神々のうち、第六代の神を祀る全国でも稀有な「第六天神社」。強靱な霊力に信長は信奉し、秀吉は恐れていたそう。大みそかにはカウントダウンを行い、午前0時に国家を斉唱。唱歌「1月1日」を合唱する中で初詣が始まります。

鎌倉



満福寺

たる酒とお汁粉の
振る舞いを：

天平16年（774年）、行基が開いた「満福寺」。源義経ゆかりの寺として知られています。除夜の鐘は誰でもつくことができ、参拝客には、たる酒、お汁粉、甘酒の振る舞いも。本堂内では「護摩法要」も行われ、有志のピアノ・ニストによる生演奏も聴くことができます。

鎌倉



大塔宮・ 鎌倉宮

獅子頭守が
迎えてくれます

明治2年に明治天皇が創建された旧宮幣中社です。祭神の護良親王が戦いの際に「獅子頭」のお守りを身につけられた由緒があり、創建当初から授与されています。厄除け・幸運招来・交通安全・身代わりなどを叶えるお守りです。三が日は正式参拝、宮司講話が行われます。

藤沢



白旗神社

方位・必勝の神様
藤沢宿総鎮守

藤沢宿を護る八方除守護神。元日から厄除祈願でにぎわいを見せます。境内にある弁慶の力石は病氣・怪我平癒にご利益があるといわれ、一年の健康を願う人々が訪れます。7日から毘沙門天特別公開、14日のどんど焼きは市内最大、節分には子供豆まきも行われます。

力強い天神

第六天神社

厄除け・開運・家内安全・商売繁盛
諸祈禱は2日より受け付けます

茅ヶ崎市十間坂 3-17-18
浜見平・平塚方面行き十間坂バス停下車

☎0467-82-2384

義経 弁慶 ゆかりの寺

真言宗大覚寺派 龍護山匠王院

満福寺

鎌倉市腰越2-4-8 江ノ電腰越駅徒歩3分

☎0467-31-3612



旧官幣中社

ご祭神 大塔宮 護良親王

鎌倉宮

鎌倉市二階堂 154 番地

☎0467-22-0318

厄除・八方除・必勝祈願

源義経伝説の神社



白旗神社

小田急藤沢本町駅 下車徒歩 5 分

☎ 0466-22-9210

URL <http://www.shirahata-jinja.jp/>

新年の初詣の際には
是非お立ち寄りください

長谷本店
MAMEYAギャラリー
鎌倉市長谷2-14-16

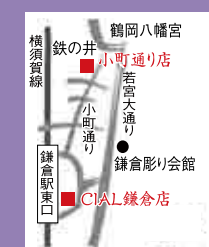


小町通り店

ミカエル教会北側

CIAL鎌倉店

JR鎌倉駅東口



大船店(大船ルミネウイング3F スイーツ小町内)・
そごう横浜店でもお求め頂けます。

☎0120-39-5402

www.mame-mame.com



人気の詰め合せ
「鎌倉 豆めぐり」
ご贈答・おみやげにぜひどうぞ。



Question

70代女性です。突然激しい吐き気とめまいが起こり、「**良性発作性頭位めまい症**」と診断されました。2週間以上経ちましたが、なかなかよくなりません。

Answer

「良性発作性頭位めまい症(以後BPPV)」は、内耳の三半規管の管腔内で「浮遊耳石」という炭酸カルシウムのカスが代謝されずに残り、頭を動かすことによってその耳石が動き、管腔内リンパ流が変化し、めまいを起こすというものです。

必然的に頭を動かさないようにして、落ち着くのを待つのが自然の反応ですが、実は早く治すためには頭を動かし耳石をコロコロ動かしの方が良いのです。耳石を動かすことによって耳石は削れて、ついには消滅すると言われています。

試しに寝返りした時にクラっときたら

答えてくれたのは…

よしむら耳鼻咽喉科・内科・呼吸器内科
院長 吉村 恵理子 先生



藤沢市在住約30年。国立旭川医科大学卒業。日本赤十字医療センターを経て、1997年藤沢市大庭に耳鼻咽喉科クリニックを開業。専門分野は聴覚系、主に新生児聴覚スクリーニング。趣味は、ジャズドラムの演奏

よしむら耳鼻咽喉科・内科・呼吸器内科
☎ 0466-87-3315 藤沢市大庭 5681-10
診療科目：耳鼻咽喉科、内科、呼吸器内科

よしむら耳鼻咽喉科

※次回はこばやし皮膚科クリニック・小林誠一郎先生に登場いただきます(予定)

湘南グッドドクターズ

教えてドクター Q&A

同じ動作をもう一度やってみましょう。おそらく1回目より2回目、さらに頑張って3回目と行ってみると次第にめまいが軽くなるはずです。もし軽くならないようでしたら、おそらくBPPVではないものと思われ、専門医に再度ご相談ください。

高齢者のめまいではBPPVは単なるきっかけに過ぎず、別の原因でその後もフラフラが長く続くことがあります。脊椎管狭窄症などで腰痛を抱える人は体幹を支えるのに力がなく、ふらつきます。このような人は「スーパーでカートにつかまっている時にはふらつかない」というのが特徴です。また、片頭痛持ちの人は頭痛のためにめまいを反復することがあり、これを前庭性片頭痛と言います。さらに脳血管障害などで小脳の代償機能が衰えてふらつきが治らない人もいます。自律神経の乱れで立ったり座ったりの動作の際に血圧の調節の不具合でふらつく人もいます。このように、高齢者の長引くめまいには背景として他の疾患が隠れていることがあります。お心当たりがあるときは専門医にご相談下さい。

「選定療養の仕組み」について伺いました

先進医療から選定療養になった白内障治療 民間保険を賢く使うと、手術がより身近に



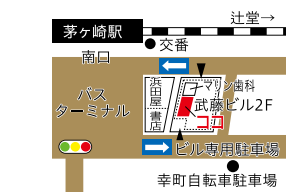
吉田正至 院長

【白内障日帰り手術】選定療養
20万円・乱視用25万円
(2焦点眼内レンズ片目)
30万円・乱視用35万円
(3焦点眼内レンズ片目)

【追加型専用レンズ】(Add-on) 自由診療
片眼：近視・乱視用25万円・
多焦点35万円
多焦点乱視用42万円

【近視矯正手術】(ICL) 自由診療
片眼：24万円～29万円・乱視用31万

※価格はシーサイド眼科の一例



シーサイド眼科

☎ 茅ヶ崎市幸町2-18 武藤ビル2階
JR 茅ヶ崎駅南口より徒歩1分
駐車場あり
☎ 9:30～12:30/14:30～17:30
土・日曜、祝日

☎ 0467-33-4335

「選定療養」になった多焦点眼内レンズ日帰り手術 生命保険未加入でも自己負担が大幅に減額することも

今年4月から選定療養という枠組みで、手術が行えるようになった「多焦点眼内レンズ」を用いた「白内障手術」。「選定療養」は追加費用を負担すること、保険適用の治療を併せて受けることができる制度です。

「多焦点眼内レンズの白内障手術を選んだ場合、3月までは保険適用外となり全額自己負担だったものが、白内障手術保険適用分と併せて、保険適用外の治療を受けられるようになりました。つまり

「多焦点眼内レンズの白内障手術を選んだ場合、3月までは保険適用外となり全額自己負担だったものが、白内障手術保険適用分と併せて、保険適用外の治療を受けられるようになりました。つまり

「多焦点眼内レンズの白内障手術を選んだ場合、3月までは保険適用外となり全額自己負担だったものが、白内障手術保険適用分と併せて、保険適用外の治療を受けられるようになりました。つまり

「多焦点眼内レンズの白内障手術を選んだ場合、3月までは保険適用外となり全額自己負担だったものが、白内障手術保険適用分と併せて、保険適用外の治療を受けられるようになりました。つまり

「多焦点眼内レンズの白内障手術を選んだ場合、3月までは保険適用外となり全額自己負担だったものが、白内障手術保険適用分と併せて、保険適用外の治療を受けられるようになりました。つまり

「多焦点眼内レンズの白内障手術を選んだ場合、3月までは保険適用外となり全額自己負担だったものが、白内障手術保険適用分と併せて、保険適用外の治療を受けられるようになりました。つまり

＜PR＞

橋本店長

年末年始 買取強化実施中! 湘南台店 限定

貴金属、切手、中国切手、ハガキ、ダイヤ、宝石、金・銀・プラチナ、金貨、時計、ブランド品、古銭、株主優待券、商品券、メダル、勲章、カメラ、鉄道部品、香水、ブランド食器、テレホンカード、骨董品 他

おたからや 湘南台店

☎ 0466-46-9022

おたからや 湘南台店

検索

神奈川公安委員会許可第452600008760号 酒類販売業免許第R2.1.22(第35)

年末の大掃除で出てきたブランドバッグ・時計・貴金属・眠っているサントリー・ニッカなどをおこづかいにしませんか?特に貴金属が売り時!壊れて使わなくなったネックレスや指輪も高価買取。買取品目も豊富なので、使っていない切手、その他「これって売れるのかな?」と思ったらまず相談を。※身分証を持参ください。

リアン読者特典

総額 洋酒3本以上で 1,000円 キャンシュ

※本広告提示※湘南台店限定※2021.1/16(土)まで

貴金属査定額 30%UP

※本広告提示※湘南台店限定※一部除外品もごいいます※2021.1/16(土)まで

湘南台パーキング無料券進呈 (湘南台店限定) 2020.12/31(木)～2021.1/5(火)

藤沢市湘南台1丁目12-7カーサ湘南台2階 10:00-18:00 日曜・祝日休

エンディングノートのポイント

終活 始めませんか

遺言が必要な人と 遺言書に書けること

遺言は満15歳になればできますが、効力のある遺言書作成には注意が必要です。

「遺言書さえあれば揉(も)めることもなかった」という例も、「遺言書があるために揉めてしまった」例も…。また「遺言するほど財産がない。家族は仲良しです」と言われますが、紛争は財産が少ない場合や分割できない場合に起きるのです。自分の財産。“あげたい人に、あげたい時に、あげたいものを”が基本です。

相続法や相続税法で決められた法定相続人に法定相続割合で、死亡した後に遺産として相続させるなら遺言書は不要ですが、疎遠の兄弟や、会ったこともない甥や姪が相続人である場合や、「相続人がいないが国庫に納めるより〇〇に寄付したい」、「法律婚の妻ではなく内縁の妻子に相続させたい」、「不動産は配偶者に、預金は孫にあげたい」など事情や思いがあるなら、やはり遺言書が必要です。

もらえる相続財産があるはずなのに、遺言により特定のものに有利な分配がされ、侵害されたので取り戻すための権利のことで。兄弟姉妹はこの権利がありません。その他の相続人は、相続が開始されたことを知った時から1年、開始されたことを知らなかった場合は10年で時効がきます。

ある相談で、ご主人の遺言書に「すべての財産は大学の研究室に相続(寄付)させる」とありました。即座に配偶者と子供に遺留分侵害額請求手続きを提案しましたが、遺族は、夫や父親の意思を大事にしたいと請求権を行使しませんでした。

遺言作成時に遺留分を視野に入れて作成することが多いのですが、請求しない人もいるのだと、目からウロコでした。

2020年7月には、自筆証書遺言保管制度がスタートしました。偽造や紛失、検認という面倒な手続きを防ぎ、遺言を残していただくためです。あなたも遺言書を作成しますか。

遺留分侵害額(減殺)請求権と自筆証書遺言保管制度

2019年7月より「減殺(げんさい)」が「侵害」という名称になりました。

井上康子さん



アロマプランニング代表取締役
ファイナンシャルプランナー・社会福祉士・不動産
コンサルタントマスター。安心できる老後の情報
提供などのセミナー講師のほか、メディアへの出演、執筆活動も行う

12月31日(木)～1月4日(月)は 出前のみ営業致します

特典付 予約受付中!

出前のご注文を いただいたお客様に 「粗品」 プレゼント!

雅(5人前) 15,000円

華 9,000円

竹 3,000円

梅 2,000円

松 3,500円(70人前限定)

地産地消 赤酢使用

鮪は天然鮪使用

年末・年始は混雑が予想されますので ご予約はお早めをお願い致します!!

※12月31日から1月4日は上記のメニューのみとさせていただきます。
※12/31～1/4まではAM10:00～PM8:00までとさせていただきます。
※配達は5,000円より承ります。

配達エリア

総本店

片瀬海岸一丁目～三丁目・片瀬一丁目～五丁目・石上・本鵜沼・鵜沼・鵜沼海岸・鵜沼藤が谷・鵜沼桜が岡・鵜沼松が岡・辻堂・辻堂元町・辻堂太平台・辻堂東海岸・辻堂西海岸・花沢町・鵜沼橋・藤沢・片瀬山・本町一丁目～四丁目・大庭・城南・立石・稲荷・本藤沢・善行・善行団地・善行坂・みその台・花の木・白旗・羽鳥・鵜沼神明・辻堂新町・辻堂神台

お寿司と 地酒、地魚料理 樽寿司 総本店

《樽寿司・総本店》 藤沢市本鵜沼4-7-19(藤沢警察そば)

TEL.0466-36-5152

※仕入れ状況により品物が変わる場合がございますのでご了承ください。※価格は全て税込価格です。※プレミアム商品券、GO TO イート、地域共通クーポン使用不可。

日頃のご愛顧に感謝して、樽寿司総本店で使えるクーポン券プレゼント!!

樽寿司 出前割引券 5,000円以上ご注文の場合 ¥500引き 有効期限/2021年1月7日～3月31日まで

樽寿司 出前割引券 10,000円以上ご注文の場合 ¥1,000引き 有効期限/2021年1月7日～3月31日まで



▶ デジタル版は右のQRコードから。デジタル版にはふじキュン♡七福神が登場します



今回はデジタル版が同時開催！ ふじキュン♡七福神が登場

藤沢市内の七福神をめぐって歴史散歩と開運祈願 期間中に 8 寺社の完歩で、「開運干支暦手拭」をお得に購入

新春藤沢・江の島歴史散歩
藤沢七福神めぐり

期間：1/7(木)～31(日)
9:00～16:00

参加費：無料

参加用紙配布場所：

小田急電鉄各駅、江ノ島電鉄(藤沢駅・江ノ島駅)、湘南モノレール(大船駅・湘南江の島駅)、市内公民館・市民センター、藤沢七福神各神社・寺院、藤沢市観光センターなど

藤沢市観光センター

☎ 0466-22-4141

📍 藤沢市片瀬海岸 2-20-13
小田急線「片瀬江ノ島駅」徒歩1分
🕒 8:30～17:00

開運祈願に、地元藤沢で七福神を参拝しては。第24回を迎える「藤沢七福神めぐり」は、参加用紙を受け取り、市内8つの寺社を巡ってスタンプを押して、完歩を目指します。今回は2次元コードを読み取ってスタンプを集めるデジタル版も同時開催。各寺社でふじキュン♡七福神が登場します。開運祈願に、地元藤沢で七福神を参拝しては。第24回を迎える「藤沢七福神めぐり」は、参加用紙を受け取り、市内8つの寺社を巡ってスタンプを押して、完歩を目指します。今回は2次元コードを読み取ってスタンプを集めるデジタル版も同時開催。各寺社でふじキュン♡七福神が登場します。

藤沢市内8カ所の寺社

- 毘沙門天…白旗神社(藤沢市藤沢2-4-7)
- 福祿寿…常光寺(藤沢市本町4-5-21)
- 大黒天…諏訪神社(藤沢市大鋸3-7-2)
- 寿老人…感応院(藤沢市大鋸2-6-8)
- 毘沙門天…龍口寺(藤沢市片瀬3-13-37)
- 弁財天…江島神社(藤沢市江の島2-3-8)
- 恵比須…皇大神宮(藤沢市鶴沼神明2-11-5)
- 布袋…養命寺(藤沢市城南4-10-35)

Christie Premium EYELASH

自然なのにとっても綺麗!!クリスティのまつ毛エクステで目元のお悩み解決しませんか?

お客さま一人だけのプライベートな空間心をゆっくりゆだねられる静かなサロンお客様の気持ちを一番大切にする上質まつ毛エクステのお店です安心してなんでもご相談ください真摯に向き合い、卓越した技術と知識で最高のパフォーマンスをお約束いたします

★目を大きく、くりっとハッキリ見せたい
太さ0.06cm長さ1.2cm
片目60本

★地まつ毛が短かくてまつ毛長いねと言われたい
太さ0.12cm長さ1.3cm
片目45本

★上まぶたが下がってすっぴんだと顔が寂しい
太さ0.12cm長さ1.1cm
片目35本

新発売 3D ナチュラル

Single Eyelash Present!!

初めての方ご来店特典

- * 施術料金を定価より40%OFF!!
- * 10日以内のお直し(リペア)1回無料
- * ご来店当日さらに10本無料プラス
- * 次回から使えるお値引きクーポン

3D Natural Eyelash

1本の地まつ毛に複数のエクステをデザイン!!

- エレガント 60本×2 = 120本(¥29,700) ⇒ 初回限定価格 ¥17,820
- ゴージャス 90本×2 = 180本(¥44,550) ⇒ 初回限定価格 ¥26,730

まつ毛エクステで貴女もマスク美人!

40代～70代の大人の女性に 不自然さの無い仕上がり

FACE EYELASH NAIL 要予約 0466-23-6358

受付11:00～18:30 日曜定休

https://www.christie-eyes.com

藤沢市鶴沼石上1-2-5 第一マビル40B (ファミリー通り) 藤沢駅徒歩3分

クレジットカード PayPay コイントレ使用 クリスティ 藤沢

プロが染める ヘアカラー《毛染め》専門店

当店使用のカラー剤は、オーガニック保湿成分配合、10分で染まる特別なカラー剤です。仕上がりの良さと滞在時間が短いので喜んでいただいています。

マスク着用のみ カラーリング

店内常時 換気中

カラー最短 40分

仕上がり早く、滞在時間も短い!

ふじさわ元気回復 プレミアム商品券 取扱店

ヘアカラー専門店 カラル

カルル辻堂駅前店

カルル鶴沼海岸駅前店

しっかり白髪染

根元(2cmまで) 全体(肩まで)
2,200円 2,750円

白髪ほかして 明るめ白髪染

根元(3cmまで) 全体(肩まで)
2,860円 3,960円

上記メニューは、シャンプー付き・セルフドライ(税込価格)

その他メニュー

- ヘアマニキュア ●持込みカラー
- カット ●トリートメント ●前髪カット

*詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

←QRコード予約が得意! 0466-33-6467 10:00～18:00日曜定休 藤沢市辻堂1-1-8石井ビル2F

QRコード予約が得意! 0466-33-8829 10:00～17:00日曜定休 藤沢市鶴沼海岸2-4-3 ピア1F

あなたの不動産、今の価値は? 気になる方は是非ご応募を!

大手3社があなたの不動産を同時に査定!

不動産無料査定

お持ちの不動産、家の売却や買替えについて、どこに相談・依頼をすればいいのかわからないままいませんか? 今回の企画では、一度の応募で協賛する大手不動産3社が同時にあなたの不動産を査定します。個別に依頼する手間が省けて、じっくり比較検討するチャンスです!また、全国ネットワークを活かした提案やサービスなど不動産に関する様々な相談にもお応えします。お気軽にご応募ください!

※キリトリ線
Lien湘南 12.25 ※わかる範囲で、ご記入下さい。

住所	〒	年齢	歳
フリガナ	TEL	A. 自宅	
連絡先	FAX	B. 勤務先	
	E-mail		

物件所在地 〒

物件種別	A. 土地(現況/更地・古家有) B. 戸建 C. アパート、ビル D. マンション(名称/) (号室/)		
面積	●土地()㎡・坪 ●建物()㎡・坪 ●マンション専有面積()㎡・坪 ()階建の()階		
築年月	S・H 年 月 間取り () K・DK・LDK		
売却予定時期	A. 早急 B. 3ヶ月以内 C. 半年以内 D. 未定 売却希望価格 万円くらい		
売却理由	A. 買替 B. 転勤 C. 資産処分 D. その他()		
備考	Lien湘南 12.25		

右のチェックシートに記入してご応募ください(コピー可)

応募方法

申し込みは封書・ファックス・HPで

各社が個別に対応し、査定の結果は査定報告書で詳しくご説明いたします。

左のチェックシートに必要事項を記入して、封書またはファックスで下記の「Lien湘南 不動産無料査定」係までお申し込み下さい。ホームページのフォームからのご応募もできます。※応募多数の場合、申込日が多い人からの対応になります。※チェックシートはわかる範囲で、ご記入下さい。※応募頂いたチェックシートの各社への発送は、(株)産案が、代行致します。※お申込みから3日～1週間後、各社から直接ご連絡差し上げます。状況確認のため、電話で連絡する場合があります。

〒231-0021 神奈川県横浜市中区日本大通18 KRCビル3F (株)産案 「Lien湘南 不動産無料査定」係

FAX 045-680-1092

スマホからも簡単依頼

東急リバブル 藤沢センター ☎0120-215-109

NICE ナイス住まいの情報館 住まいるCafe湘南 ☎0120-714-570

野村の仲介+ (PLUS) 藤沢センター ☎0120-182-238

〇エリアによっては対応できない場合がございます。〇同応募によって何らかの契約・費用の請求が発生することはありません。〇具体的な査定のため、必要に応じてお電話させていただく場合があります。〇より正確な査定を必要とされる場合には、現場調査・診断などの実施が必要となります。(実施に料金は発生しません) 〇お客様にご提供いただいた個人情報、不動産売買の仲介等の取引に関する情報・サービスの提供のために利用します。なお「個人情報の保護方針」については、各社のホームページをご確認ください。

締切▶2021年1月25日(月)〈消印有効〉

FM93 AM1242 ニッポン放送

神奈川県のイベント情報をお届け！

ハロー神奈川 13:50頃放送中

Shonan
Lien 湘南
リアン

発行/編集 尚文社 http://shoubunsha.com/
編集/有限会社 尚文社
発行エリア/藤沢市・茅ヶ崎市
◆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

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

Webサイトでは紙面にはない情報もお届けしています！

Anda 湘南



2021年3月7日(日)まで「湘南の宝石」開催中 同時開催「えのすばイルミ」

「湘南の宝石」チケット提示で、
温泉プランレンタルタオルセットが無料

期間中、江の島島内施設のチケットを提示すると通常200円のレンタルタオルセットが無料に。イルミネーションを楽しんだ後は手ぶらで温泉にGo!

《対象チケット》
江の島1day バスポート/シーキャンドルセット券/サムエル・コッキング苑入苑チケット/岩屋洞窟入洞券

屋外で写真撮影OK!
夜のプールサイドイルミネーション「スパイルミ」

イルミネーションで彩られた屋外プールエリアがフотスポットとして開放されます。対岸に広がる美しい湘南の夜景とともに写真撮影ができます。
◎17:00～20:00(閉館20:30)

記念フオトスポット出現!

江の島伝説の天女と五頭龍をモチーフにした顔出しパネルを設置。

新春イベント

餅(もち)つきパフォーマンス

会場 ドラゴン広場

日時 2021年1月1日(元日)
～5日(火) ①14:00②16:00

■協力:湘南しり餅

今ではすっかり見かけない臼(うす)と杵(きね)の餅つきで、迫力ある杵まわしを披露します。参加者にはミカン、ジュースが振舞われます。

※保健所の指導により、ついたお餅の振舞いはありません。天候などにより時間が変更になることがあります



江の島アイランドスパ

藤沢市江の島2-1-6 / 江の島島内 小田急片瀬江ノ島駅から徒歩10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14分

◎12:00～20:30(最終受付時間19:30、プールエリア20:00まで)

☎ https://www.enospa.jp/ ☎0466-29-0688



年末年始は富士山を望む
近場温泉でリフレッシュ

江の島アイランドスパ



〔年末年始の営業時間〕
1/1(金祝) 7:00～20:30
1/2(土) 10:00～20:30
1/3(日) 10:00～20:30
1/4(月) 10:00～20:30
12/29(火) 12:00～20:30 ※通常営業
12/30(水)・31(木) 休業 ※1/5(火)より、通常営業

topics

江の島天然温泉プラン
リーズナブルな90分登場

あつあつ天然温泉とサウナが90分利用できるプラン[1,250円(税込)]。レストラン、トリートメント、整体利用でプラス90分延長サービスあり。[1/1(元日)～1/3(日)]はタオルセット貸し出し付きで1,800円(税込)。

正月期間は朝風呂も入れるので「初富士」「初風呂」でおめでたい気分を満喫!!

藤沢市にあるリフォーム専門店

TECS

http://tecs-reform.jp/

きちんとお会いして、
きちんと直す。
シンプルなお家を
大切にしています。

メリークリスマス&ハッピーニューイヤー

水廻り工事 増改築工事

快適な住まいのお手伝い

増改築・水廻り・電気・ガス機器

株式会社 TECS(テクス)

☎0466-50-5550

藤沢市弥生寺2-1-6
小倉ビル105



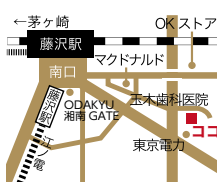
玉木院長は神奈川県で数少ない日本歯周病学会指導医に2017年12月に最年少で合格。県立湘南高校卒、日本大学歯学部兼任講師、厚生労働省認定臨床研修指導医。同院は日本歯周病学会専門医研修施設に認定されている

玉木歯科医院

藤沢市南藤沢18-1
エバース第10藤沢ビルⅡ 4階
(1階がエニタイムフィットネスのビル)
◎10:00～13:00/14:00～18:30
(土曜は17:00まで)
木・日曜・祝日休診
予約制※初診はHPからも予約可能

☎0466-29-5007

玉木歯科医院



歯周病治療のエキスパートがサポート

インプラント治療で叶える
“噛める喜び”をもう一度

歯を残すことを第一に考えて治療を行う同院。しかし、歯を抜いたまま放置していたり、よく噛(か)めない入れ歯を入れていると誤嚥性肺炎の原因になります。不幸にも抜歯になった場合、インプラントはとても有効な治療法です。インプラント治療には口腔環境の改善が重要であり、当院では口腔環境改善のエキスパートである歯周病専門医による治療と、低侵襲かつ短時間で処置が終わり、患者さんへの負担が少ないことを第一に担当が少ないコンピュータガイドシステムを採用しているため、インプラント埋入後も長期にわたって良好な状態を維持できます」と玉木院長。

また、希望者には治療への不安感や心身負担を軽減する日本歯科麻酔学会認定医による「静脈内鎮静法」も行っています。

あなたにピッタリのライフスタイルで、
自分のペースで無理なく高校卒業が目指せます!

大成学園6つの特色

- 1 大学進学コースあり
- 2 週3・5回通学型あり
- 3 不登校生もサポート
- 4 発達障がい児に学習支援コースあり
- 5 費用が安い
- 6 ワンデイクースあり

大成学園各コースのご案内

1 全日総合コース 週3・5回 オプション 専門学校コースあり	2 大学進学コース 週3・5回 オプション 代替ミテラリ予備校PAS個別
3 学習支援コース 週3・5回 対象 支援級・発達障がい及び不登校生	4 ワンデイクース 週1回 対象 働きながら高卒資格をとりた方、社会人の方

学習支援コース 広域通信制 湘南学園高等学校 通学 全日通学型

高校卒業 大学進学コース 専門学校コース

高認のための科目履修コース

お問い合わせ(平日・土曜午後2時～7時)

☎0466-54-7779

藤沢校 藤沢市南藤沢2-1-3 ダイヤモンドビル5階

0～2歳児のお子さまの保護者の皆さまへ

Stella preschool Shonan Tsujido

ステラプリスクール湘南辻堂

入園児募集

今なら入会特典あり♪

保育コース

定員	20名
クラス	0～2歳児(4/2時点のご年齢)
コース	週2～週5 ×6時間 or 10時間
開園時間	8:00～18:00(延長7:30～、～20:00)
開園日	月曜～金曜 (土日祝完全予約制)
保育料	¥56,342～ ※当園は茅ヶ崎市の認可外保育施設利用者助成対象です。

一時お預かり

対象 0～10歳
詳細お問い合わせください

予約制個別見学会
随時受付中!

お電話にてご予約ください
(平日 8:00～15:00)

※感染症拡大防止策を講じた上での開催となります。

日本最高峰の情操教育で世界で生きる人を、育てる

本気 × 英語

良質な英語環境で思考力を磨き伝える力を育成。英語でコミュニケーションができることをゴールとし、そのプロセスでバイリンガルを養成します。

本気 × 音育

日本の音楽教育ではめずらしい「裏拍」のリズムを体感。鍵盤で手指を動かして脳を活性化。オペラ鑑賞では多言語に触れ、語学のセンスを身につけます。

本気 × 体育

「走る」「跳ぶ」「投げる」をテーマにしたクロスイットを低月齢から体験することにより基礎体力をつけ、表現力を培います。

本気 × 食育

和菓子を通じて、二十四節季を背景にした日本の歴史的な食文化・西洋食文化との融合と、食の恵みを知り、食を通じて季節を感じる感性を育てます。

☎0467-67-1846

〒253-0013
茅ヶ崎市赤松町13-23
シエリア湘南辻堂
ゲートハウス1階

営業時間
月～金 8:00～18:00
原則として、年末年始(12/30-1/3)以外は年中無休です。

地図: 茅ヶ崎駅、テラスモール湘南、セブンイレブン、クレイト、セブンイレブン、北口、辻堂駅