

① 鎌倉 Roti girl (ロティガール)

塩バターがジュワツと

鎌倉駅西口徒歩5分、店頭の
小窓から注文する屋台風のお店。
マレーシア生まれの塩バターパン
「ロティ」を日本人好みにした塩
バターパンは、外はサクサク、
中は塩バターが染み込みしっ
とりふわふわ。お店は本店と
小町シルコ横丁店の2店舗。

鎌倉市御成町 6-4 ☎ 0467-37-8994
11:00 ~ 18:00 ごろまで
火曜定休 (祝日除く)
ロティガール 鎌倉



シンプルな素焼き (1個200円・税別)
をはじめ、コーヒークリーム風味や
期間限定の桜あんぱんも注目!



Lien読者特典

塩バターパンご購入時に、「リアン鎌倉を見た」と伝えると

タイ王国ハーブティー
ティーバッグプレゼント

御成本店・小町店共通 2021.4.26 (月) まで

③ 山本餃子

野菜と肉の絶品食感

地元に根付いて10年、カウンター
7席の餃子専門店。たっぷり野菜と粗
びき肉から作る餃子は、干しエビなど
の隠し味を効かせ、昼から楽しめるよ
うニンニク・ニラに加え、化学調味料
は不使用。オープン当初から変わらぬ
値段も、うれしいポイントです。

鎌倉市御成町 9-6
☎ 080-4474-7179
11:30 ~ 19:00 (水曜は 20:00 まで)
月・火曜定休
https://www.facebook.com/
rioyamagyo/

「焼餃子定食」は、餃子6個・3種のおかず・
ライス・スープがついて850円 (税込)。
テイクアウトの冷凍餃子も人気です

Lien読者特典

テイクアウトの冷凍餃子6個入り (350
円・税込) を3セット以上ご購入時に、
「リアン鎌倉を見た」と伝えると先着5人に

冷凍餃子 5個サービス

2021.4.26 (月) まで



路地裏散歩

かまくら 御成通り

春が近づき暖かな気
温の日も増えてきた
今日この頃。近くを
ちょっとお散歩して
みませんか。1本路地
に入れば、いままで気
付かなかったお店で、
素敵なものに出会え
るかもしれません。



② 310 CAFE (サンイチマルカフェ)

本格的でリーズナブル

本格パスタをリーズナブルに楽
しめるイタリアン&洋食カフェ。
イタリアンシェフが作るポー
クカツやロコモコプレートにか
けられたデミグラスソースは、
1週間煮込んだ自信作。昼夜変
わらぬメニューと料金で、地元
常連客に愛されています。

グロッと旬をのせた「鎌倉やさい
のペペロンチーノ」(1000円)。
プラス300円で大盛に。各税別

鎌倉市御成町 5-41
☎ 0467-22-8881
11:00 ~ 18:00 (当分の間)
火曜定休

Lien読者特典

お食事ご利用時に、「リアン鎌倉を
見た」と伝えると

グループ全員に各1杯
ソフトドリンクプレゼント

2021.4.26 (月) まで



オーナーの佐藤洋一さんと、
子供店長の佐藤海(かい)君。
「御成通りは個性豊かな店が立
ち並んでいますよ」とのこと

④ トルコ雑貨店 MIMOZA (ミモザ)

直接仕入れの厳選品

トルコ在住歴もあるオーナーが、現
地から直輸入した厳選品をそろえる、
メディアにも度々登場するというトル
コ雑貨店。他店にはないデザインの
トルコランプをはじめ、シルクやキリ
ムの手織りじゅうたん、バッグなど幅
広い品ぞろえです。店頭でトルコアイ
スやケバブも販売しています。

鎌倉市御成町 5-41
☎ 0467-37-6144
10:00 ~ 18:30、不定休
トルコミモザ/MIMOZA

幻想的な灯りが魅力のトルコランプ。
天井から吊り下げるものやスタンドタ
イプなど、お部屋のアクセントに!

Lien読者特典

店内商品ご購入時に「リアン鎌倉を
見た」と伝えると、先着50人に

トルコの邪視(じゃし)除け
ストラップをプレゼント

2021.4.26 (月) まで



◀邪視除けのお守りリ
ン・ストラップ(350円・税別)
ザイル・ボンジュウ(スト
ップ)

LUNCH

プラージュ 1名さま¥5,600

- 鎌倉野菜を楽しむオードブル ■本日のスープ
- 白身魚のパヴェ バルサミコクリーム
- 牛ロース肉のロティ 本日のソース
- または牛フィレ肉のロティ 本日のソース
- 選べるデザート 桜香るレアチーズと苺のコンフィチュール
- または おすすめのスイーツ盛り合わせ ■パン ■コーヒー

春のランチ&ディナー

期間 2021年5月11日(火)まで

会場 レストラン・トリアノン
(ホテル棟2F)

鎌倉野菜が楽しめるランチ
コースや御祝の席におすす
めのコース料理をご用意し
ました。春の鎌倉観光と一
緒にお楽しみください。

ランチ ■11:30A.M.~3:00P.M.
(ラストオーダー2:30P.M.)
ディナー ■5:00P.M.~8:30P.M.
(ラストオーダー8:00P.M.)

DINNER

セレブレ 1名さま¥10,000

- カンパチと鰯のカルパッチョ バルサミコビネグレット
- フォアグラポワレ カルパチスが香るパンドエビス
- ブイヤベースにカンズリのルイユを合わせて
- ホタテ貝のクロケット トマトソースと白ワインソース
- グラニテ
- 黒毛和牛フィレ肉のロティ 柚子胡椒が香るオランダーズソース
- デザート ■パン ■コーヒー

※上記料金には消費税が含まれております。別途サービス料10%を加算させていただきます。※写真はイメージです。※仕入れ状況により、食材・メニューに変更がある場合がございます。※特定原材料7品目食品アレルギー(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)のあるお客さまは、係にお申し出ください。※特定原材料7品目を含むすべての食材は同一環境で調理しております。※営業時間変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。





感染予防対策もバッチリ。「元氣も一緒にお届けします！」とスタッフ。対象地域は葉山・逗子・鎌倉・藤沢・茅ヶ崎に限定（一部エリアは対象外）

人気の清掃メニュー		【定期清掃パック】	
固定メニュー	選べるメニュー		
浴室 清掃	■トイレ ■脱衣場 ■キッチントップ	=	2700円
1620円	1080円		1回

オーペックス
☎ 8:00 ~ 17:00 不定休
📞 0120-026-851

エリア最安値レベル 月々2700円でプロの水回り掃除

4/10(土)までの申し込みで窓ふき掃除をサービス！

利用者の声



Oさん
(鎌倉市 70代)
毎月来てくれるのでいつも綺麗で助かっています。

地域密着型で水回り掃除を行う「オーペックス」が提案するのは、エリア最安値レベル、月々2700円で水回り掃除を行う「定期清掃パック」。

月1回訪問し、固定メニューの浴室の清掃と、左記の「選べるメニュー」から初回に一つ設定。1回の作業は約30~40分程度(初回は1万6500円で約3時間)。「家計に負担が少ない価格でプロが定期的に掃除してくれるので、日常の掃除が楽になった」と好評です。

花粉などが気になる季節。4月10日(土)までの申し込みで、窓掃除が無料プレゼント。



本格治療から歯ブラシ選びまでトータルでアドバイス

歯周病の最後のとりで「歯周組織再生療法」とは？

「大切な人といつまでも幸せな食事をしたいあなたへ～歯周病認定医と共に～」をキャッチフレーズに、昨年7月に地元藤沢に開院した同院

◀「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、都内歯科医院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

📍 藤沢市鵠沼花沢町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 🔍



日本歯周病学会認定医が診療を行う「オーラルケアクリニック 藤沢」。

歯周病が進行し、歯を支える骨が失われてしまった結果「抜歯を勧められたけれど何とかして歯を残したい」という患者さんの治療を積極的に行っています。

「これは失われた骨などの歯を支えている組織を再生する治療法「歯周組織再生療法」です。当院では、外科手術を伴う重度歯周外科治療にも対応。歯周病の治療は専門性が高く、治すことが難しい病気で、進行度にあったケアが重要。クリーニングし、口腔内をきれいにするだけでは治せません。当院は本格治療から歯ブラシ選びまで、トータルアドバイスしていますから、一緒に、生涯自分の歯で噛める口腔内環境を目指しましょう」と院長。



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」の千原晃院長。「春は桜から。新年度を迎えるこの時期に、新たな門出を迎える方も多いと思います。新しい出会いがあり、別れもあります。卒業・入学と…、桜を見るとさまざまな感情がわきますね」

口腔と栄養、全身の関わり～学齢期⑤～

思春期を迎えると、性ホルモンのバランスや生活環境の変化とともに、「思春期関連性歯肉炎」が起こりやすくなります。この予防には、歯と歯茎の境目に歯ブラシを丁寧に当てて磨(みが)くことが重要です。

ですが、小学生時代とは違い、しっかり歯磨きが来ているか、保護者がお子さんの口の中を見る機会が減ります。この時期の判断材料は「歯磨きにかかる時間」程度。そこで「歯磨きの時に血の味がするか」「うがいする時に血が混じっているか」と聞くのも参考になります。歯肉炎は細菌に対する免疫反応(戦い)から、歯茎が「ぷく

り腫(は)れる」「赤みが強くなる」ことで出血が起こりやすくなるからです。また、時間をかけて磨かない理由は、「面倒くさい」という返事が多いと思いますが、「歯ブラシをすると血が出るから」といった“本音”が隠されている場合もあります。

お口の健康につながる「行動」を変化させるためには、「意識・動機付け」が最も重要です。子供たちが将来健康な生活を送るため、「見守る側の世代」が「健康観教育」と一緒に学び続ける必要があります。

【湘南鎌倉歯科・矯正歯科】
鎌倉市笛田5-4-23 ☎ 0467-38-6010



やって
TRY!

お部屋の癒しアイテム【スタンドグラス】

楽しい“巣ごもりアイテム” 無料体験会を開催します

スタンドグラス無料体験教室

先着5人限定！(要予約・無料)

作品 「三角柱」

開催日時

4月中の水・木・金・土曜日

10:00 ~ 16:00

上記で都合のよい時間(2~3時間程度)

※予約、問い合わせは電話で

春から新しい習いごとをしませんか。今、「巣ごもりアイテム」として、スタンドグラスが注目されています。

スタンドグラス工房の「アドワークス」では、スタンドグラス無料体験教室を開催。制作するの

光の当たり方で表情が変わるアンティークインテリア。作品のみならず、壁や床に映る色彩もアート。全2回で制作する教室(有料)も。「新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、少人数制での体験教室を実施しています。ご不便とは思いますが、参加の際は、必ずマスク着用をお願いします」とスタッフ

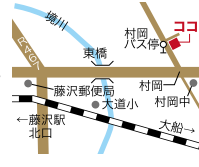
ADWORKS (アドワークス)

📍 藤沢市弥勒寺3-1-8 レボサール弥勒寺

☎ 10:00 ~ 16:00 日曜・祝日定休

🌐 adworkss.jp

☎ 0466-53-8679



は「三角柱」(写真)。「今は、徳を積む」という意味で三角柱を制作します。2~3時間で1つの作品を完成させます」と講師。当日は手ぶらで参加でき、作品も持ち帰れます。毎回先着5人限定なので、三密、も回避。体験は開室時間中ならいつでもOK！電話で予約を。

ジモトで自分らしく
子育ても仕事も楽しみたい
子育てママ活躍中

未経験から始めた
子育てママ活躍中

好きな時に
好きなだけ働く

生活目標が活かせるお仕事です

Lien湘南・鎌倉 の広告営業活動・原稿取材を
ご自宅近隣の地域で行って頂くお仕事です

一緒に紙面をつくる **営業スタッフ募集** (業務委託)

- 報酬/固定報酬 月額5万円(週4日)+売上に応じたインセンティブ
※通勤費・営業交通費は実費支給、会社スマートフォンを支給します
- 時間/1日5時間目安、週4日 の営業、取材活動をお願いします
※毎日出社の必要はありません(但し週1回のミーティングに出席して頂きます)
- 勤務地/ミーティング時 当社横浜オフィス (みなとみらい線日本大通り駅徒歩1分)
- 資格/高卒以上 主婦(夫)・未経験者歓迎、営業報告など簡単なPC操作できる方
- 応募/履歴書(写貼)ご送付下さい。書類選考の上、面接日をご連絡いたします

サン アン
株式会社 産 案 横浜 ☎045-680-1091 採用係 まで

横浜オフィス 〒231-0021 横浜市中区日本大通18 KRCビル3F 日本大通り駅徒歩1分

国立競技場、江ノ島水族館の建設でおなじみの大成建設のグループ会社

大成建設グループ
大成有楽不動産販売
大船センター

📞 0120-470-216

〒247-0056 神奈川県鎌倉市大船1-24-5 横浜銀行大船支店3F
定休日:火・水曜日 営業時間 AM10:00~PM6:00
国土交通大臣(9)第3394号 (一社)不動産協会会員 (一社)不動産流通経営協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

弊社提携税理士、FP、司法書士との
電話相談承ります。お気軽にご連絡ください

将来、売却をする
その時の準備の為に **無料価格査定** 致します。

大船駅徒歩2分
当センターの情報は

QRコードから
アクセス

横浜銀行 3F
大船センター

大船駅 徒歩2分
大船センター

ドクター
Q&A

女性に起こりやすい「**下肢静脈瘤**」
～下肢静脈瘤の最新治療、グルー治療とは～

足がむくむ、だるい、重い、冷える、ふくらはぎがつるなどの症状。
『疲れているだけかも…』と軽く考えていませんか。静脈の血液が逆流し、
足にたまることによって起こる病気「下肢静脈瘤」かもしれません。

〈PR〉

Q 病院選びのポイントはありますか？

A 例えば、複数の外科医が在籍しているかどうかです。手術や診療に客観性や公平性が生まれるので、様々なバックグラウンドの外科医の存在が理想的かと思われれます。

他には保険適用の治療が増えてきている中で、自費診療だけをすすめる『症状からの確かな治療法を教えてください』高度技術を要するストリッピング手術を実施している』などが挙げられます。

Q 下肢静脈瘤と診断されて、レーザー手術をすすめられました。どんな治療法ですか。そのほかの治療法もありますか？

A カテーテルを使ったレーザー、高周波焼灼術です。最近ではグルー治療も導入され始めています

日本における下肢静脈瘤の手術方法はこの10年間で飛躍的に進化した。カテーテルを使ったレーザー、高周波焼灼術が登場し、切開創がなくなり麻酔も簡略化され、入院が不要になりました。

2020年には新しい治療法、瞬間接着剤を使用したグルー治療が始まりました。これまでと同様のカテーテル治療ですが、レーザーや高周波と違い熱刺激がありません。また周囲の組織(リンパ管や神経)への損傷がないということで、この2点は非常に大きな進歩です。

レーザー、高周波では熱刺激による痛みをコントロールするためにTLA局所麻酔液を10カ所以上針で注入します。そのため、軽度の眠り薬が必要になりますが、グルー治療ではTLA局所麻酔が不要で、薬の量が軽くなります。また、いままですら到達困難であった部位へのアプローチが可能になり、ここは触らないでおきたいということがなく、治療できる範囲が広がるのです。

グルー治療は10年前ヨーロッパで始まり、5年前からアメリカでも使われ始め、全体の2から3割でグルー治療が行われているくらいに少しづつ広まっているようです。日本でもこの治療が導入され始めていますが、これからはこの治療が下肢静脈瘤治療の中心になると考えています。

下肢静脈瘤の治療実績: **7,426件** (10,118肢)
(2009年1月～2021年1月31日まで)

《毎月開催の説明会では》それぞれの治療の詳細や手術を行うことの詳しくはHP・お電話にて。

風邪の症状のある人は、通院前に電話で「発熱外来」の時間予約をお願いします。
■診療時間/火・水18:15～、金17:30～、土日の午後

〈PR〉

ダイエット研究家
スペシャルレポート



▲翌月にはマイナス6kg? コーヒーの実力に迫る!

「本当は恥ずかしいんだけど」と以ては見えない。

ウォーキングしても効果なし。医者から「痩せろ」の警告

長崎県の菅原さん(仮名46歳女性)は「病院でお医者さんから痩せるように言われました。でも私、毎日2時間のウォーキングもしてるのに減らなくて…。これ以上どうしたらいいの? ネットで色々見ていたらコーヒードライエットが良いって書いてあって…。試してみただけなんです。でも本当にコーヒーを変えただけなんですよ!」

ウォーキングしても効果なし。医者から「痩せろ」の警告

長崎県の菅原さん(仮名46歳女性)は「病院でお医者さんから痩せるように言われました。でも私、毎日2時間のウォーキングもしてるのに減らなくて…。これ以上どうしたらいいの? ネットで色々見ていたらコーヒードライエットが良いって書いてあって…。試してみただけなんです。でも本当にコーヒーを変えただけなんですよ!」

1日2時間のウォーキングでも痩せなかつたのに

コーヒで6kg減!? って本当?

痩せにくく太りやすい体質の私。趣味がダイエット、特技がリバウンド。そんな体質を活かしダイエット研究家として自分の体を実験台に様々なモノを試してきました。ある日SNSで興味深い噂をキャッチ!早速リサーチを開始!

前の写真を見せてもらおうと失礼な言

い方かもしれないが、別人!?加工してない?というくらいふっくらしている。しかも、つい先月の写真というから驚き!詳しく話を聞いてみる事に。

クロロゲン酸が

燃焼をサポート。

翌月には6kg減の衝撃!

「6キロのダイエットに成功したんですよ!元々ダイエットしようと色々やってはいたんですが、エクササイズコーヒーに変えるだけでこんなに変わるなんて」

彼女をこんなにも変えたコーヒーについてメーカーに尋ねてみると「このコーヒーにはシールカルニチン、コエンザイムQ10、コーヒークロロゲン酸という3つの身体の内側燃焼を助ける成分が入っています。まるでエクササイズをしたかのよう」にダイエットをサポートしてくれま

出荷しているヒット商品だという。実際に試してみる事にした。

モンドセレクション金賞受賞。

美味しいコーヒーで

ダイエット成功

飲んでみでの感想は「おいしい」。言わなければならない美味しいインスタントコーヒー。モンドセレクション金賞受賞もうなずける。

味は問題ないのだが、結果が出ないと意味がない。とにかく飲んでみるとすぐに変化が。

「絶対食べ過ぎた」と思って恐る恐る体重計に乗ると…増えてない!もしやと思い続けると翌月には3kg減!

これは本物だ!と思いい、調べてみると「毎日のコーヒーを置き換えるだけだから簡単!」「おいしいコーヒーでダイエットできるなんて幸せ」との声も。本気で気軽にダイエットがしたい、今まで色々挑戦しては挫折してきたという

1杯
約33円



エクササイズコーヒー
内容量:2g×30本入り

約78%OFF

通常価格4,610円(税・送料込)

定期コース

初回特別価格

982円(税込)

送料
無料

通話無料

0120-500-414

9:30~18:00(土・日・祝日を除く)

FAX 0120-964-277 24時間

特典番号

EV2103



WEBからのお申し込みはこちら▲

ダイエット研究家/おばたかな子

方にオススメ。
今なら1杯あたり約33円の特別価格で試せるので挑戦してみてはいかが?



お支払いは後払い。お届けはご注文受付後7日程度。未開封の場合は商品到着後8日以内なら返品可能(要電話連絡 送料はお客様負担)。1世帯につき1袋1回限り。定期2回目以降は3,726円(税・送料込)となります。解約をご希望の場合は、お届け予定日の10日前までにお電話でご連絡ください。

※ハガキFAXでお申し込みの場合は①お名前②住所③電話番号④生年月日⑤特典番号「EV2103」をご記入ください。※お客様の個人情報

日本第一製薬 株式会社
〒812-0013 福岡県福岡市博多区
博多駅東2-5-19サンライフ第3ビル



マレーシア生まれの塩バターパン専門店

鎌倉ロティガール

御成通り店

電話 ■ 0467-37-8994

住所 ■ 鎌倉市御成町6-4

金魚橋丁

火曜定休(祝祭日の場合は営業)

鎌倉駅西口徒歩5分

小町シルコ横丁店

電話 ■ 0467-67-7162

住所 ■ 鎌倉市小町1丁目

5-13シルコ横丁

水曜定休(祝祭日の場合は営業)

鎌倉駅東口徒歩2分

Kamakura
鎌倉
Lien リアン
<https://lien-web.net/>

発行／国産案
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!
 暮らしの悩みを解決
 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 検索 www.duskin-city.com

編集部おススメ

とっておきの「絵本」

くもとり山の
イノシシびょういん
7つのおはなし

かこさとし／文
かこさとし・なかじまかめい／絵
(福音館書店) 1100円・税別



読み聞かせにぴったり
の短いおはなし全7話
が収められています

応募締切
4/12
(月)まで

5人に
プレゼント

「だるまちゃん」シリーズや、「からすのパンやさん」などでおなじみ。藤沢市民でもあった絵本作家、故・加古里子(かこさとし)さんが、生前書き続けていた7つのお話に、孫のなかじまかめいさんによる描き下ろしの絵を加えて完成した「くもとり山のイノシシびょういん」。

山のふもとにある小さな病院の院長イノシシ先生は、不調を訴えて病院にやってくる森の仲間たちの話を、やさしく聞きながら、あっと驚く方法で見事に治してくれます……。 「こんなお医者さんがいたらいいな!」と思えるユーモアたっぷりの幼年童話。今回は「加古総合研究所」から5人の読者に抽選でプレゼント。

リアンでは、新型コロナウイルス感染症と向き合う医療従事者の皆さんを力づける感謝や応援のメッセージを、個人・法人問わず募集しています。

【応募要項】

①医療従事者への応援メッセージ ②リアンの感想やご意見 ③氏名 ④年齢 ⑤性別 ⑥〒住所 ⑦電話番号 を明記し、下記いずれかで編集部宛に送付
【送り先】ハガキ・FAX・Web で応募ください
郵送 〒231-0021 横浜市中区日本大通18、KRCビル3階 **FAX** 045-680-1092
※株産案「とっておきの絵本プレゼント」係まで
Web 下記二次元バーコードから読み込み
【応募締め切り】4月12日(月)消印有効

お寄せいただいたメッセージは、個人が特定できない形で、藤沢市医師会を通じて、医療従事者の皆さんにお届けするほか、リアン紙面、Web サイトで紹介させていただく場合があります。また、メッセージの内容によっては紹介できない場合がありますのでご了承ください。※皆様からお寄せいただいた個人情報については、上記の利用目的以外では使用いたしません。また当選発表は、賞品発送をもって代えさせていただきます。



82.8 Kamakura FM
http://www.kamakurafm.jp/ http://kfmfmfm.jp

presents

こまちゃんが行く!!

第6回

奥鎌倉にある小さな靴屋

「sawvi そうび」

鎌倉情報を発信し続ける
鎌倉エフエムの看板レポーター
小松あかりが、こまなく愛する
鎌倉の「今!気になる情報」を
Lienに発信していきます。

こうじ

カフェでは、靴を原料とした
ヘルシーなメニューを頂ける
他、靴商品やオリジナルワ
クツの販売も。

靴のある生活で日々の暮らしを健康で豊かに。

こんにちには。今回は生甘靴で健康な食生活を提案する素敵なお店を紹介します。

sawvi(そうび)は、奥鎌倉にある小さな靴屋です。福井県丹生郡越前町の緑豊かな環境の中で農業・化学肥料を使わずに作られた自家栽培米を原料に無添加の靴商品・味噌・米粉のスイーツなどを製造・販売。原料は同店のディレクター寺坂さんのご実家から取り寄せています。

単に靴を販売するだけでなく、米づくりの現場

で使われるワークウェアのプロデュースや味噌作り靴の使い方の促進など、靴にまつわる衣食住を通し世界に向けて様々な靴のあり方を伝えているそう。

奥鎌倉の竹林に囲まれた隠れ家カフェでは、靴を使ったドリンクや米粉のお菓子 靴屋のランチもいただけます。自然の音を感じながら、静かな時間を過ごしてみませんか。

////////////////////

sawvi(そうび) ☎0467-37-5188
〒248-0003 神奈川県鎌倉市浄明寺
5丁目6番1号 10:00-18:00 水曜休
<https://sawvi.jp/>

ON AIR

詳しくは「鎌倉エフエム」で
4月1日(木)11時20分頃~放送!

シーサイドステーション内 Lien鎌倉「こまちゃんが行く!」
コーナーにて、sawvi ディレクター 寺坂寛志さんをお迎え
して靴についてのお話を伺います。



子ども・大人の 矯正 Q&A

| Vol.92 |

答えてくれたのは――

今村 直人 先生

日本矯正歯科学会認定医・歯学博士
清泉小学校卒 日本歯科大学大学院卒



わが子の歯並びが気になっていざ矯正専門歯科医院へ。「鎌倉矯正歯科クリニック 雪ノ下」院長今村先生に矯正治療の悩みについて聞きました

?

矯正治療って痛いの？ 違和感は？

A.

「痛みや違和感が“ない”とは言えませんが、正しく装着されていれば必ず慣れる性質のものです」

「どのような矯正装置でも、痛みや違和感が“ない”とは言えません。しかし、治療中ずっと痛いわけでもありません。

治療が始まったら、通院のたびに歯や顎を動かす力を調整します。その後、1～3日ほど、押されるように鈍く、痛がゆく感じる場合があります。これは、歯や顎が動き始めたときに起きる正常な初期反応です。その際は

必ず落ち着いて、しばらく様子を見てください。

装置を付けると、最初は唇や頬にも違和感があったり、擦れて痛みを感じたりする場合があります。正しく装着されていれば、いつの間にか粘膜が鍛えられて、気にならないようになります。強い痛みや、装置が当たってガマンできない時には、医院に連絡しましょう。適切な応急処置と調整をしてくれます」

鎌倉矯正歯科クリニック雪ノ下

〒鎌倉市雪ノ下 1-10-8 酒井ビル 2 階

10:00-13:00 / 14:30-19:00 休診日：不定休 ☎ 0467-23-0080

鎌倉矯正歯科クリニック雪ノ下 🔍

築 10 年の家なら知っておきたい

参加無料 ZOOMで簡単 失敗しない外壁塗装 WEB セミナー



WEB セミナーでは「1万4293件の施工事例をもとに、他では得られない情報が得られます」と担当者

参加者全員に、無料プレゼント！



業者選びのポイントを詳しく解説した「塗装ガイドブック」。事例や写真が多く、読みやすい内容です

開催概要

日 時
3/28(日) 10:00 ~ 11:00
4/3(土) 14:00 ~ 15:00
4/4(日) 10:00 ~ 11:00

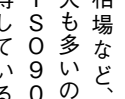
参 加 無 料

申し込みは下記電話・WEB で
ユーコーコミュニティー

〒横浜市戸塚区上倉町 507-3、4 階

受付時間 9:00 ~ 19:00
(土・日曜、祝日も受け付けています)

0120-1010-19



▲WEB 申し込み
はこちらから

春は塗装を考える人が増える季節。しかし、業者の選び方や費用の相場など、不安に思う人も多いのでは。そこで ISO9001 認証取得しているユーコーコミュニティが、「失敗しない外壁塗装 WEB セミナー」を開催。築 10 年の家なら知っておきたいポイント、信頼できる業者の見極め方や、損しない工事の仕方、契約前に押さえておきたいことを分かりやすく解説。すでに 4394 人が受講。「PC やスマホから、ZOOM (ズーム) で簡単に参加できます」(スタッフ)。自宅で寛ぎながら学びませんか。

顕証寺墓苑

七里ヶ浜

樹木葬

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。

【七里ヶ浜 樹木葬 概要】■経営主体／宗教法人 顕証寺 ■許可番号／神奈川県指令第148号
■所在地／神奈川県鎌倉市七里ヶ浜1-5-21

集

集合墓式永代供養墓

永代使用料+諸費用全て含んで

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)

4名で
ご購入のお客様

4名 通常価格
1,848,000円

>

総額
653,000円

(1霊あたり 163,250円に)

樹木葬式永代供養墓

凜 RIN

2霊納骨
永年供養

永代使用料
50万円※

輝 KAGAYAKI

4霊納骨
永年供養

永代使用料
70万円※

※上記金額他、諸費用が別途あります。
永年この場所にお眠り頂けます。樹木葬は合祀は致しません。

宗教不問

駐車場完備

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）

七里ヶ浜 樹木葬

検索Q

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

0120-240-500