上質で自由な時間を過ごす

Shonan

vol.23

5

May 2021

湘南 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 遺品整理・不用品回収 10:00~19:00◆年中無休受付
0120-17-5369
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、繋がりの意味をもつ言葉。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…

鎌倉 英勝寺 竹林書院の白藤

i-flower/ PIXTA

苺のランチコース
《1日15食限定！》

期間
2021年5月9日(日)まで
ご利用前日10:00A.M.までにご予約ください。

料金
1名さま ￥6,500
SEIBU PRINCE CLUB会員さま ￥6,100

時間
11:30A.M. ~ 3:00P.M.(ラストオーダー 2:30P.M.)

■苺と生ハム クリームチーズの生春巻き
■苺とトマトジュレ ビシソワーズの冷製スープ
■苺のパスタ
■オーストラリア産牛フィレ肉のロティ 苺とラズベリーのソース
■ヴェリーヌ 苺のショートケーキ
■苺のスイーツ盛り合わせ ■パン・コーヒー

開業25周年 皆さまに感謝の気持ちを込めて デザートプレート「未来」

鎌倉プリンスホテルが誇る、3名の若きパティシエ。未来ある若い世代の彼らが、互いに切磋琢磨し刺激しあって生まれた「未来」をテーマに創作したオリジナルスイーツ。

テーマ「現在」 4/29(木・祝)～5/26(水) 山口パティシエ
エスポワール ～柑橘香るトロピカルフルーツエッグ～ ￥1,500

テーマ「過去」 5/27(木)～6/22(火) 狩野パティシエ
継承 ～抹茶のムースと紫芋のビスキュイ～ ￥1,500

テーマ「未来」 6/23(水)～7/21(水) 鈴木パティシエール
アヴニール プリヨン ～メロン溢れるココナッツボール～ ￥1,500

※表記料金には、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。※仕入れの状況により、食材、メニューの変更がある場合があります。※当社のレストラン、宴会場等における食物アレルギー対応につきましては、食品表示法により製造会社等(当社の食材仕入先)に表示義務のある特定原材料7品目(えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生)のみとさせていただきます。特定原材料7品目の対応をご希望のお客さまは事前にお申し出ください。※写真はイメージです。

近場で楽しむ2人旅

Pacific DRIVE-IN 七里ヶ浜 食事券付きプラン
1泊1名さま ￥8,933より

※料金には1名さまの1泊室料、Pacific DRAIVE-IN七里ガ浜食事券、サービス料、消費税が含まれております※上記料金は1泊1室2名利用時の1名さまの料金となります

ご宿泊時にPaciffic DRIVE-INオリジナルタンブラー(ガラス製)がついてきます！

近場旅

ご家族で泊まって楽しむ新江ノ島水族館

コツメカワウソやカピバラにも会える♪
新江ノ島水族館入場券&朝食付き
1泊朝食付 1名
￥11,113より

※料金には、1名さまの1泊室料・朝食・新江ノ島水族館の入場券・サービス料・消費税が含まれております。※除外日:年末年始、その他新江ノ島水族館指定日※上記料金は1泊1室2名利用時の1名さまの料金となります

Prince Hotel Kamakura
鎌倉プリンスホテル

お問合せ ご予約
TEL:0467-32-1111
受付時間■10:00A.M.~9:00P.M.
〒248-0025 神奈川県鎌倉市七里ガ浜東1-2-18
www.princehotels.co.jp/kamakura/

PRINCE Safety COMMITMENT
プリンスホテルでは、新たな衛生・消毒基準「Prince Safety Commitment(プリンスセーフティーコミットメント)」を策定し、導入いたしました。

編集部 Lucky スポット 調査隊がゆく！

Part 1 神社編

GWは近場で 願いを叶(かな)える!? ご利益巡り

湘南エリアのラッキースポットを紹介する「Lucky スポット調査隊がゆく！」。今回は「神社編」。神の使いとなる〝神使（しんし）〟にも注目しながら、知っておきたいご利益をご紹介します。

茅ヶ崎

国道一号線沿いの鳥居から、松並木の参道を歩くこと800m。社殿脇の大イチョウは圧巻

鶴嶺八幡宮

源氏ゆかりの「鶴嶺八幡宮」に鎮座する淡嶋神社にある、諸病難病を封じる「癌（がん）封じ石」。この霊石のたもとには、神使の鳩を模したおみくじを奉納する人も多く、「癌封じ御守」は代理参拝者にも選ばれています。

また、兄弟石がある神明大神宮（茅ヶ崎市円蔵 2282）でも祈願すると、病を封じる力が増すと言われています。

癌封じ御守 癌封じ石

「祓（はらえ）給へ清（きよ）め給へ」と3回唱え、石と患部やお守りを交互にさすって

茅ヶ崎市浜之郷 462
（茅ヶ崎駅から徒歩約 25 分）
☎ 0467-82-6725
鶴嶺八幡宮

参道は史跡に、松並木は天然記念物に指定されている「鶴嶺八幡宮」

藤沢

三神体でなる「江島神社」。参拝順は問いませんが、三社全ての参拝が大切だそう

江島神社

幸福・財宝を招き、芸道上達の功徳をもつ「江島神社」は、島内にある辺津宮・中津宮・奥津宮の総称で、三姉妹の女神がそれぞれまつられています。

五頭龍を神使に、天女との恋伝説から良縁スポットとしても知られ、島内で神前結婚式を挙げるカップルも。観光協会が管理する「龍恋の鐘」には永久の愛を願った南京錠が掛けられています。

恋むすび・縁むすび絵馬

恋人同士や夫婦、これから恋を実らせたい人に。名前を書いて境内の「むすびの樹」周囲に奉納して！

藤沢市江の島 2-3-8
（片瀬江ノ島駅から徒歩約 25 分）
☎ 0466-22-4020
江島神社

南京錠が所狭しとかけられた「恋人の丘 龍恋（りゅうれん）の鐘」

鎌倉

朱色の鳥居を抜ける参道から、神狐が所狭しとまつられています

佐助稲荷神社

源頼朝を歴史的快挙に導いたという伝説から、別名“出世稲荷”と呼ばれる「佐助稲荷神社」。

鎌倉にある光明寺開山の良忠上人が、この地で子狐（こぎつね）を助けたお礼に、悪病に効く薬種袋が授けられ、多くの人を助けたと伝えられています。神社に一対の「神狐」に加えて「佐助守」を奉納すると、仕事運・生活運・商売繁盛へのご利益が増すとも！

神狐（一対）と佐助守

陶器製の神狐と「佐助守」を奉納して諸願成就を祈願して。愛犬や愛猫に、ペットのお守りや絵馬もあります

鎌倉市佐助 2-22-12
（鎌倉駅から徒歩約 20 分）
☎ 0467-22-4711
佐助稲荷神社

幻想的な雰囲気の49基の鳥居の先に「佐助稲荷神社」があります

ちょっと寄り道 耳より情報

Dishers 江ノ島店（ディッシャーズ）
あの「びっくりドンキー」の新スタイル店舗が１周年！

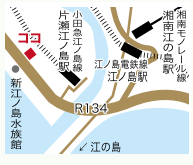
ハンバーグディッシュでおなじみの「びっくりドンキー」の新スタイル店舗「Dishers 江ノ島店」が、片瀬海岸の商業施設「ENOTOKI」に開店してもうすぐ1周年。

各卓でのタブレット注文と自動精算機を用いたセミセルフの非接触型店舗で、時代のニーズに応えた快適な空間です。自由なカスタマイズが嬉しいハンバーグに加えて、昨年12月に発売以来、話題の窯焼きパンケーキに、季節限定「こぼれマンゴー」が新登場！

たっぷり生クリームと濃厚な甘みのマンゴーを盛り付けた「こぼれマンゴー」（左・1080円）。トッピングを自由にカスタマイズできるハンバーグ（右・860円～）

Lien読者特典
お会計時に「Lien 見たよ」と伝えると、合計金額から 10% 引きに。
2021 年 6 月 30 日（水）まで有効

Dishers
びっくりドンキー PRESENTS
☎0466-53-7423
9:00~21:00(L.O.20:30)、年中無休
※自治体要請により随時変更あり
https://www.instagram.com/dishers.enoshima/



江ノ電１日乗車券「のりおりくん」MaaS アプリ「EMot」でデジタル版販売

江の島・鎌倉の観光に便利な１日乗車券「のりおりくん」。この春から、次世代移動サービス「MaaS」実証実験第１弾として、デジタル版をスタート。MaaS アプリ「EMot」から購入したチケットで江ノ電を利用でき、沿線の優待施設がアプリのマップ内で確認できます。期間は 9/30（木）までを予定。「のりおりくん」デジタル版の利用は、スマホアプリ「EMot」をダウンロードして。

乗車チケット券面

江の島の春夜を彩る、新たな光のイベント「MIRROR BOWLER 光アート ～春の宵～」

写真は過去の作品

江の島の冬の夜空を彩るイルミネーション「湘南の宝石」でフィナーレを飾っていた“MIRROR BOWLER 光アート”が、江の島サムエル・コッキング苑と江の島シーキャンドルを会場に、春夜の新たなイベントとして登場します。点灯期間は、4/24（土）～5/9（日）、18:30 ～ 21:00（最終入場は 20:30 まで）。詳細は 江の島シーキャンドル で検索を。

医療従事者の皆さまに感謝を込めて『休日』を

新型コロナウイルス感染症の最前線で対応されてきた医療従事者の皆さまへ、
プリンスホテルから感謝の気持ちを込めて通常の半額でお泊まりいただける
ステイプランをご用意いたしました。
大切な方とのリフレッシュにぜひご利用ください。

期間：2021年04月23日～2021年06月30日 ゴールデンウィーク中もご利用いただけます。
※本プランはチェックイン3:00P.M.チェックアウト12:00NOONとなります。
食事なし **料金目安**(3名さまご利用時1名さま料金) **￥2,480～** お部屋タイプによって料金が異なります。
特典 レストラン ル・トリアノン 20%OFF
【対象となるかた】 ◎医療従事者のご本人さまとご同伴者さま ◎医療従事者は医師、歯科医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、准看護師、理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、視能訓練士、言語聴覚士、義肢装具士、診療放射線技師、臨床検査技師、臨床工学技士、就業歯科衛生士、就業歯科技工士、就業あん摩マッサージ指圧師、就業はり師、就業きゅう師、就業柔道整復師、救急救命士、医療事務の方とさせていただきます。 ※チェックインの際に必ず、職員証等の証明になるもののご提示をお願いいたします。

Blue YELL Prince Hotels & Resorts

鎌倉スイート～Suite Room B～ お部屋から見える相模湾を眺めながら鎌倉をお楽しみください。

注意事項※本プランは予約状況に応じて販売料金が変動しますが、購入後に宿泊料金が変更になることはございません。ただし、購入後商品や客室タイプ、人数変更については料金変動の対象となる場合がございます。

Prince Hotel Kamakura 鎌倉プリンスホテル
お問合せ ご予約 TEL:0467-32-1111
〒248-0025 神奈川県鎌倉市七里ガ浜東1-2-18
www.princehotels.co.jp/kamakura/
PRINCE Safety COMMITMENT
プリンスホテルでは、新たな衛生・消毒基準「Prince Safety Commitment（プリンスセーフティーコミットメント）」を策定し、導入いたしました。

パパママお金の質問答

Q

子供に投資教育は必要？

A

まずは裾野を広げて お小遣い教育から初めてみては？

iDeCo（イデコ）など新しい運用制度が始まっていることもあり、投資教育について注目が高まっていますが、今回は裾野を広げてお子さんのお小遣いに関してお話したいと思います。

お小遣いを渡す時に、ぜひお子さんに教えてあげて欲しいのが投資、消費、浪費の違いについてです。

「消費」……食費・家賃などの生活費
「浪費」……なくても困らない支出
「投資」……将来につながる支出

以上のように、お金は“稼ぎ方”以上に“使い方”が大切だとよく言われます。例えば、僕自身耳が痛いのですが…買ったきり日の目を見ない「通販の調理器具セット」、「続かなかったダイエット器具」など、本当に欲しいものだったのか？と言われると困る買い物は、大人になってもありますよね（笑）。ましてや、今まで買い物を経験をしたことがないお子さんの場合「本当に欲しいものや必要なものを考える能力」が低いのは当たり前のことだと思います。

そこでお小遣いを「『このお金はどんな使い道をしたら良いのか？』を考える訓練のためのお金」と捉えてみてはいかがでしょうか？

お小遣いの使い道が、本当に欲しくて満足できるお金の使い方か、一瞬の欲望を満たすためで、後から後悔するお金の使い方なのか、を考える訓練になれば、そのお小遣いはきっと、お子さんのお金を扱う能力を伸ばす“とても良い投資”になると思います。コツは、浪費してしまっても叱らないこと。だって大人の僕たちだってまだまだ浪費してしまうんですから（笑）。

さて、好評をいただいているこちらのコラム読者向けに、マネーセミナーを開催することになりました。特に質問の多かったパパママ世代の悩みにお答えします。興味ある人はぜひお問い合わせ下さい。

答えてくれたのは
村山 大樹（むらやまだいき）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
お金の義務教育　村山

お金の質問答 マネーセミナー開催

Lien でおなじみの先生が
無料で教える賢いお金の使い方

主催：ファイナンシャル・ジャパン株式会社 横浜支社

テーマ『そこが知りたい！ 教育資金と資産形成セミナー!!』

◎オンラインセミナー〈各回定員10名〉
5/5㊌祝・16㊐・26㊌
Zoom11時～13時 ※顔出し不要

◎リアルセミナー〈定員15名〉
会場：ココテラス湘南（辻堂駅北口）
5/30㊐ 13時～15時

申込み・詳細は
lien-web.net/okaneno-seminar/

【お仕事の一例】試験監督業務など
●時　間／8:30～17:00（実働7.5h）
●給　与／弊社規定により優遇（雇用形態：アルバイト）
●勤務地／東京、川崎、横浜、藤沢、相模原、小田原ほか
●応　募／履歴書（写真添付）郵送。書類選考の上、登録票を送付致します。※応募書類の返却不可
●資　格／18歳以上（高校生不可）※未経験も可
●送付先／藤沢市藤沢1015-17藤沢Fビル3階
✉info@shonan-aquatimes.co.jp
☎0466-53-7484 平日10:00～16:00 土・日・祝休み 担当／大貫・塚原

語学・資格など
各種検定試験の登録スタッフ募集中！

《主な仕事内容》
会場設営、受験者受付・案内、試験監督業務など、登録制のお仕事です。

Aqua Times
Township Press & Planning
株式会社 湘南アクアタイムズ
www.shonan-aquatimes.co.jp

湘南台駅東口徒歩2分の同店。店舗にはキッズスペースも！

加入中の医療保険、まずはお店で保障内容を確認！

“アフラックのお店”で保険の悩みを一挙に解決！

もしもに備える医療保険ですが、「今の自分に必要な保障内容か心配」という人も多いのでは。

それなら、アフラックの保険を扱う専門店「よくわかる！ほけん案内湘南台店」に相談を。

「ライフステージの変化によって必要な保障が変わることもあります。柔軟に保障を見直せるアフラックの『医療保険EVER Prime』は、長生きの時代に合わせて、ご契約後でも特約を追加できます。また、ご加入中のアフラックの医療保険にも、契約内容やご健康状態などによっては、特約を追加して保障を充実させることもできます」と担当者。※商品の詳細は「契約概要」等をご確認ください。

相談は何度でも無料。オンライン相談も随時受け付けています。

よくわかる！ほけん案内　湘南台店
＜募集代理店＞
㈱インキューブ＆リリーズHLDGS.
藤沢市湘南台1-6-1、西村ビル1階（湘南台駅東口から徒歩2分）
10:00～19:00、定休日なし
0120-88-0269
インキューブ＆リリーズ

＜引受保険会社＞
アフラック ショップ推進部
東京都新宿区西新宿1-23-7、新宿ファーストウエスト
0120-555-595

ご相談から、お申込みまで
アフラックのオンライン相談
オンライン相談はこのマークが目印です

AF291-2021-0041 4月15日(220415)

初夏の耳より情報

こどもの日スウィーツ特集

端午の節句は家族そろってお祝いを

5/3~5 月・祝～水・祝

「さいか屋藤沢店」1階の菓匠街では、「こどもの日スウィーツ特集」として期間限定のお菓子を販売します。5/5の端午の節句は、子どもの健やかな成長を願って、家族でお祝いしませんか。

「こどもの日生デコレーション」
5号（約15㎝） 3996円
プチ・フルール
家族みんなで食べられるように、リキュールは不使用。イチゴをサンドしたスポンジに、こどもの日デコレーションがキュート。予約可能（2日前までに）

「こいのぼり」
1個173円
日本橋屋長兵衛
こいのぼりの姿に焼き上げたかわいらしい乳菓子。風味が良く、またロどけよく仕上げられたミルク餡をしっとりとした生地で包んでいます
※なくなり次第終了

「柏餅（つぶ・こし）」
1個216円
和・洋菓子舗　日影茶屋
端午の節句には欠かせない柏餅。生地に「米粉」を使用して、さっくりとした上品な食感に仕上げています

さいか屋 藤沢
さいか屋 藤沢店　☎0466-27-1111　藤沢市藤沢555
営業時間：地下1階～7階 10:00～19:00、8階レストラン街11:00～21:00（当面の間）
※一部テナントの営業時間が異なる場合があります※昨今の情勢により営業時間が変更する場合がございます

Mother's Day

母の日は感謝の気持ちにケーキを添えて

5/9 日

今年5/9（日）は「母の日」。「ルミネ藤沢」では「Happy Mother's Day」として母の日ギフトを提案しています。今年は「ありがとう」の気持ちと共に、イチゴがたっぷりのったホールケーキはいかがですか。

「紅ほっぺいちごとピーチティーのブーケタルト」
5号（約16㎝） 3880円
ラ・メゾン アンソレイユ ターブル パティスリー
TEL0466-55-0505
真っ赤なカーネーションと甘酸っぱいイチゴを可愛らしく装飾。爽やかな桃クリームと紅茶の風味を味わって

「母の日ガトーフレーズ」
4号（約12㎝）3200円
湘南クリエイティブ・ガトー 葦
TEL0466-54-1511
ガトーフレーズ（イチゴのケーキ）にカーネーションを飾り、母の日らしくデコレーション

LUMINE FUJISAWA
ルミネ藤沢　☎0466-24-4000　藤沢市藤沢438-1
店舗により営業時間が異なるので、詳細は各ショップにご確認を

ド～ンと!!
お売りください！
金・プラチナ
洋酒 お酒
ウイスキー・ブランデー等
未開栓のものなら何十年経っても買取OK!
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
●古くなり使わなくなったもの
●物置や押入れに眠っている古いもの
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・軍書品　サンゴ　印籠・根付　金杯・銀杯　金券　純銀・シルバー
遺品整理士
遺品の取り扱いや遺品整理に関する知識を持った遺品整理士が在籍しております。
買 Kind Bea カインドベア 検索
古物商許可証 第452670007020号
買取専門店 カインドベア 辻堂店
0466-86-7505
10:00～19:00／第2・第4日曜定休
藤沢市辻堂新町1-5-12　辻堂駅北口徒歩3分
買取専門店 カインドベア 茅ヶ崎店
0467-81-5326
10:00～19:00／
茅ヶ崎市共恵1-10-16　茅ヶ崎駅南口・徒歩2分
駐車場1台有

おうちじかんをもっとたのしく！
壁紙をもっと気軽に着替えませんか？
1壁 税込30,000円～　施工は半日
店内には国内6メーカーのサンプルをご用意！専門スタッフにご相談も可能です。
BEFORE　AFTER
アクセントクロス専門店
4.2 NEW OPEN
ACS ACCENT CLOTH SHOP
茅ヶ崎市幸町7-26 TSUBANA B棟104
☎0120-744-741
営業時間：12:00～17:00／11:00～18:00（土・祝）
定 休 日：毎週木・日曜日
JR茅ヶ崎駅　南口　ムラサキスポーツ　桜道　ACS　ローソン　マミー保育園　茅ヶ崎徳洲会病院
Homepage　Instagram

カラー剤はすべてオーガニック！　使い慣れたカラー剤の持ち込みも OK

話題のオイルカラーで手軽に・素早く・艶髪に！ ヘアカラー専門店が次回1250円になる開店1周年企画実施

小田急線鵠沼海岸駅から徒歩1分の「カラル鵠沼海岸駅前店」。オイルカラー半額キャンペーンは、鵠沼海岸駅前店のみの実施です

イラストはイメージ。カラーのほか、カット(2200円)や前髪カット(300円)だけの利用も可能です

気になるときにすぐ行ける プロが染める30分スピード仕上げ

今話題の、オイルから生まれた「オイルカラー」は、ヘアカラー独特の刺激臭も少なく、キューティクルを傷めないので、トリートメントをしたような艶のある髪質を実現してくれるカラーリング剤です。

リーズナブルな価格と技術力に定評があるヘアカラー専門店「カラル」。鵠沼海岸駅前店開店一周年特別企画として、オイルカラー(2500円)が次回半額で利用できるキャンペーンを実施しています。※5月31日(月)までに初来店した人が対象。「リアンを見た」で予約を。

「当店は、カラーリング後セルフドライしていただくのですが、その場でサラサラ感が実感できると好評です」と店長。

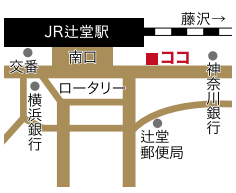
白髪染めなら、生え際の部分染めが1100円。ヘアマニキュアやノンジアミンカラーなどのメニューもあり、種類豊富なカラー剤はすべてオーガニック。使い慣れたカラー剤の持ち込みもOKです。

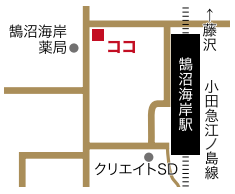
利用者からは「自分では難しかった後ろの部分も、30分ほどで色むらなく染まった。買い物ついでなど、気になるときに予約なしで利用できるのも、いいですね」との声も。「自分で染めるのは面倒。でも美容室は時間がかかるし高額……」という人は、この機会に試してみては。

左記二次元コードからの予約がお得です。

カラル辻堂駅前店
☎0466-33-6467
藤沢市辻堂1-1-8 石井ビル2階
10:00～18:00
日曜定休

カラル鵠沼海岸駅前店
☎0466-33-8829
藤沢市鵠沼海岸 2-4-3　ビア1階
10:00～17:00
日曜定休





～驚きの価格でいつでもきれいな髪に～
※白髪染め・セルフドライの価格です

部分染め	分け目と顔周りの生え際	1100円
根元染め	根元のリタッチ(2cmまで)	2200円
全体染め	根元から毛先までの全体	2750円

新型コロナ感染症と向き合う医療従事者の皆さんに向けた たくさんの感謝・応援メッセージ ありがとうございました！

寄せられたメッセージの一部

3月26日発行のリアン湘南4月号では、特集・医療従事者応援企画「新型コロナウイルスの現状とこれから」の紙面内で、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募集しました（詳細はWEB版で⇒https://lien-web.net)。たくさんの読者から温かいメッセージが集まりました。このメッセージは、リアン編集部で取りまとめて、藤沢市医師会を通じて医療従事者の皆さんにお届けします。ご応募いただいたみなさん、ありがとうございました。

対象者と順番・スケジュールをチェック！

あなたのまちの新型コロナワクチン市民接種

4月12日から、いよいよ高齢者に向けた接種が始まりました。お住まいの自治体によって接種券(クーポン)の配布時期、接種開始日が違うので、詳細は自治体のHPで最新情報を入手して。

	藤沢市（2021.4.21 現在の情報）	茅ヶ崎市（2021.4.21 現在の情報）
接種開始日	5月17日（月）予定	5月下旬以降 ※市内約90の医療機関での個別接種。集団接種は6/2(水)から
接種対象者	65歳以上 ※昭和32年4月1日以前に生まれた人	65歳以上 ※昭和32年4月1日以前に生まれた人
接種券(クーポン)配布	4月23日（金）から 「年齢の上の人」より順番かつ段階的に発送	4月19日（月）から4月22日（木）
接種会場	個別接種…身近なかかりつけ医で接種できるよう準備中 集団接種…公共施設での接種は6月以降に開始予定	巡回接種…高齢者施設など 個別接種…各医療機関 集団接種…茅ヶ崎市民文化会館、松浪コミュニティセンター、松林公民館、南湖公民館の4会場
その他	予約には接種券（クーポン券）が必要です。今後各戸に配布する「新型コロナワクチン接種実施機関一覧」でかかりつけ医の確認を。集団接種会場は今後「広報ふじさわ」、藤沢市HPでお知らせします	集団接種の実施日程は茅ヶ崎市ホームページなどで公表。高齢者施設などへの巡回接種は4月26日（月）以降、準備が整った施設から順次開始します

詳細は、お住まいの自治体担当部署へ

【藤沢市】
藤沢市コロナワクチン専用コールセンター
☎0570-07-2230
土日祝日を含む毎日　9:00～21:00

【茅ヶ崎市】
茅ヶ崎市新型コロナワクチンコールセンター
☎0570-022-028
日曜祝日を除く　平日9:00～18:00

今月のPRESENT

応募締切 5/10(月)まで

映画館で歌舞伎観賞
シネマ歌舞伎「鰯賣戀曳網(いわしうりこいのひきあみ)」東劇限定招待券 ペア3組に

5月～来年2月まで全国34か所の映画館でシネマ歌舞伎を上映する《月イチ歌舞伎》。オープニングは、5/14（金）～20（木）に上映される「野田版 研辰(のだばん とぎたつ)の討たれ」。野田秀樹演出、笑って泣ける極上エンタテインメントです(写真は「鰯賣戀曳網」)

歌舞伎の舞台を撮影し映画館で上映する「シネマ歌舞伎」（各作品2200円/一般)。6/4（金）～24（木)に東劇(東京都中央区築地4-1-1)で上演される最新作・三島由紀夫作、中村勘三郎・坂東玉三郎主演の「鰯賣戀曳網」をペア3組に。歌舞伎俳優の細やかな表情や息遣いを臨場感たっぷりに楽しめます。

<問い合わせ&上映情報・シネマ歌舞伎の最新情報>
シネマ歌舞伎

腸と脳の関係性に着目した「アヌード」の「彫脳ヘッドセラピー40分」と「水晶」料理長おススメ・腸に優しいランチ2500円がセットになった通常8250円のコースを2人に。※女性限定、平日限定。2021年6月30日(水)まで有効

ホテルで楽しむランチ&エステ！
湘南クリスタルホテル レストラン「水晶」×彫刻リンパ® コラボコース 2人に

藤沢駅南口から徒歩5分。今年3月、湘南クリスタルホテル内にオープンしたエステサロン「彫刻リンパ®サロン『アヌード』」と、中華料理レストラン「水晶」の腸に優しいランチが楽しめるコースです。

湘南クリスタルホテル　☎0466-28-2111
藤沢市南藤沢14-1　https://www.crystal-hotel.jp/

①欲しいプレゼント(いずれか1つ)　②あなたが知っている「湘南のラッキースポット&アイテム」を教えてください　③リアンの感想やご意見　④今号でよかった記事　⑤氏名　⑥年齢　⑦性別　⑧〒住所　⑨電話番号　を明記し、下記いずれかで編集部宛に応募を

【送り先】 **郵送**　〒231-0021横浜市中区日本大通18、KRCビル3階
FAX 045-680-1092　※㈱産案「リアン　5月の読者プレゼント」係まで
Web 右記二次元バーコードから読み込み
【応募締め切り】 **5月10日(月)**消印有効

いただいた個人情報は、プレゼント発送のみに使用します。また、コメントは、個人を特定できない形で、「リアン」紙面にて掲載させていただく可能性がありますので、了承の上応募を。当選発表は、賞品発送をもって代えさせていただきます。

1日で噛める 即日インプラント!!
取り外しの要らない白い歯を1日で。
All-on-4(オールオンフォー)

最少4本の
インプラントの埋め込みで
手術時間も短く
当日に白い歯が入ります
自由診療
標準価格:300,000円～
体験動画 YouTube

私達、歯を全部抜きました
医療法人社団新正会
ORC インプラントクリニック大磯
☎0463-62-1801
大磯町西小磯286-39(西小磯交差点そば)
診療時間 9:00-17:00　休診日 木曜・日曜・祝日

これから競技ゴルフに出場しようと考えている競技ゴルフ未経験の方、既に競技ゴルフに出場した経験はあるが、ルールやマナーに不安を感じている方、競技ゴルフ出場をきっかけに、さらにゴルフを上達させたいと思っている方等、ぜひご参加ください。
会場　茅ヶ崎ゴルフ倶楽部(2915y Par35)
講師　佐藤 史隆 (PGA)GDO主催 競技・競技委員長
【開　始】9:30～　【募集定員】最大16名
【主　催】株式会社ゴルフダイジェスト・オンライン(GDO)
※詳細は申し込みサイトをご確認ください。
【参加費用】3,300円(税込)
※当日のゴルフ場プレーフィ、昼食は別途
※プレーフィ:5,900円(税込・ゴルフ場利用税込)
茅ヶ崎ゴルフ倶楽部　茅ヶ崎市菱沼海岸9-38　TEL:0570-011-562(代表) https://chigasaki.golfdigest.co.jp/

湘南グッドドクターズ 教えてドクター Q&A

Question

徐々に背骨が曲がってきた高齢の母がいます。“背骨の曲がり”は遺伝すると聞き心配しています。健康診断で足の骨密度を測ったときは正常でしたが、今後気を付けることは何でしょうか（50代女性）

Answer

「骨粗鬆（しょう）症」になると、背骨がいつの間にか潰れやすくなります。この“いつの間にか骨折”は50代では1割もの人に認められるとも言われていますが、必ずしも骨密度が低いとは限りません。

実は、骨粗鬆症は早期発見して治療すれば、将来の骨折や背骨の曲がりを予防することができます。特に股関節の大腿骨（だいたいこつ）頸部骨折の原因は骨粗鬆症で、死亡率はガンと同じです。女性は、閉経後は骨密度が急激に低下し始めますので年に一度は検査を行いましょう。特に体重が軽い、卵巣がん・乳がん・胃がんの手術後、また腎臓が悪い、肺気腫、糖尿病、ステロイド治療経験のある人は、男女関わらず40歳を過ぎたら必ず一度精密検査を受けましょう。

骨密度検査には手足で行うものもありますが、骨折するとその後の寿命に大きく関わる、腰椎と大腿骨の骨密度検査がガイドラインでも推奨されています。

近年、骨密度が正常なのに、いつの間にか骨折などを引き起こす“骨質劣化型”の骨粗鬆症が全体の3割もいることが分かってきました。一部の整形外科では、腰椎の骨密度検査に加え、骨質も測れる海綿骨構造指標（TBS）という最新システムの導入も始まっています。背骨のレントゲンでは“いつの間にか骨折”を探すことができます。血液検査で骨吸収マーカーが高い場合、今後骨密度が低下しやすいため、破骨細胞を抑えることで予防が可能です。それ以外にビタミンKやビタミンDの不足も、骨質の劣化や免疫力低下による新型コロナウイルス感染にも関わっているので、普段簡易的な検査を受けている方も、一度精密検査を受けることをお勧めします。

答えてくれたのは… 藤沢駅前 順リハビリ整形外科 院長 渡邉 順哉 先生

私立鎌倉学園高等高校から、東邦大学医学部へ。卒業後、横浜市立大学附属市民総合医療センター整形外科などを経て、同クリニックの前身、渡辺整形外科副院長、2019年4月院長に就任。趣味は空手。全日本空手道連盟公認空手道六段。藤沢市で優勝経験も

藤沢駅前 順リハビリ整形外科
☎0466-25-3812 藤沢市鵠沼橋 1-1-1、3階
診療科目：整形外科
順リハビリ整形外科

※次回は別府医院・別府加寿子先生に登場いただきます（予定）

Lien 編集部がゆく！ 藤沢パブリックアート散歩 Part 4

湘南海岸公園から引地川を北上編

広場や街路などの公共の場に置かれている「パブリックアート」。今回は、「鳥」をテーマに湘南海岸から引地川を北上します。

取材協力：藤沢市アートスペース（FAS）

1 平和の像

湘南海岸公園
住 藤沢市鵠沼海岸1-17-3

平和の象徴「ハト」を拳に乗せ山々を見つめる男性の像

日中は展望台になっている「津波避難タワー」から撮影。絶景です！

筋肉を強調した造形と、インパクトに満ちた佇まい。高く上げた拳にハトを乗せた、たくましい男性の像は、湘南海岸公園の象徴ともいえます。

2 日の出橋欄干の鳥たち

日の出橋
住 藤沢市鵠沼海岸5丁目付近

今にも飛び立ちそうな欄干の鳥たち

湘南海岸公園から歩いて10分。日の出橋の欄干には鳥像のランドマークが…。

3 道標

作橋（さくばし）
住 藤沢市辻堂太平台1-17付近

橋上でそっと羽を休めてのんびり…

通行量が多い引地川・作橋。その両欄干にとまる2羽のハトの彫刻には、気づかない人も多いとか。

ささやかなアートも見つけながら、たまには引地川のほとりを歩いてみては。

「ふじさわパブリックアート散歩」配布中

藤沢市アートスペース（FAS）では、市内にあるパブリックアートをまとめた冊子をFASなどで無料配布中です。郵送も可能。詳細は、藤沢市アートスペース☎0466-30-1816へ

自分の歯と変わらない機能と審美の「インプラント」

インプラント治療選びは実績と満足度の高い医院で

米国ハーバード大学歯学部インプラント科研修後の角田院長（写真中央）

自分の歯とまったく変わらない機能と審美の「インプラント治療」。興味はあるがどの歯科医院を選んだらいいか…という人も多いはず。今回はインプラント専門医でもある「鵠沼アルカディア歯科・矯正歯科」の角田達治院長にインプラント治療選びに大切なことを聞きました。

◆

「歯科医院を選ぶ際大切なのは患者さんの満足度と実績です。当院の患者さん満足度は99・9％。高い技術力のインプラントは、10年は当たり前、20～30年持つものです」と角田院長。

同院のオペ室。大学病院の手術室に準じるほどの滅菌対策を徹底しています

1万本以上の症例数と治療歴32年以上の長い臨床経験を持っている同院。オペ室には、全身完全管理モニター・点滴設備・笑気酸素吸引設備・大型医療空気清浄機（除菌）など、先進の手術関連機器設備が備わっています。

インプラント手術も通常の埋入手術から骨造成手術などの高度なものも多数手がける同院。「インプラントは世界的インプラントメーカー、スイス『ストローマン社』製を使用。手術とその上の被せ物や、インプラント以外の歯の虫歯や歯周病、咬合治療も総合的に実施。経験豊富なワンドクターが行うことで、より長期安定するインプラントが可能になるのです」（角田院長）。

医療法人社団 角理会 鵠沼アルカディア歯科・矯正歯科
0120-418-462（ヨイハ シロニ）
藤沢市鵠沼石上1-1-15（藤沢駅南口徒歩3分）
健康保険取扱い
インプラント1本 33万円～42万円
毎週火・金休診（日曜・祝日も平常診療）
診療時間 9:30-13:30 15:00-19:00
医院紹介はコチラ

答えてくれたのは… インプラント・入れ歯専門医 角田（つのだ） 達治（たつじ）院長

日本大学歯学部卒、国際インプラント学会認定医、アメリカハーバード大学・南カリフォルニア大学1年コース、スイスのベルン大学・チューリッヒ大学その他でインプラントと歯周病治療を専門に学ぶ。南カリフォルニア大学客員研究員、厚生労働省歯科卒後臨床研修指導医

ワンコインからできるお部屋の癒しアイテムづくり

GWは楽しく、近場で“ステンドグラス”制作に挑戦！

今年のゴールデンウイークは、ステンドグラス工房「アドワークス」で「ものづくりフェスティバル」に参加しませんか。

制作するのは左記三種類のランプ。参加は先着各10人と少人数で、三密も回避。いずれも、作品をその場で持ち帰ることができます。制作費も一つ500円から（八面体ランプは3000円）とリーズナブルなので「気軽にものづくりの楽しさを感じてください」と講師。

連休は家族そろってステンドグラスづくりに挑戦しては（参加は事前予約が必要です）。

フェスティバル期間中は、オリジナルメガネコードや、巾着、箸置き（はしおき）、アクセサリーなどのセールも同時に開催されます。

来場時には、近隣有料駐車場の利用を。

【各作品の制作費】八面体ランプ（上）3000円、三角柱ランプ（左）500円（パープル、グリーンから選択）、三角柱アロマランプ（右）500円。制作後に持ち帰ることができます。「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」とスタッフ

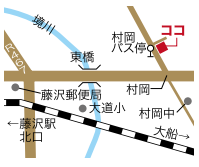
ガラス模様の“ものづくりフェスティバル”

先着各10人限定！（要予約）

開催日時
5月2日（日）、3日（月・祝）、4日（火・祝）
10:00～16:00

上記で都合のよい時間（3時間程度）
※予約、問い合わせは電話で

ADWORKS（アドワークス）
藤沢市弥勒寺3-1-8 レポサール弥勒寺
10:00～16:00 日曜・祝日定休
adworkss.jp
☎0466-53-8679



YAMAHA Make Waves
無料体験レッスン受付中！
Yamaha Music Lesson
ヤマハ大人の音楽レッスン

春の3ヶ月レッスンキャンペーン
特典 2021年6月末までにご入会の方
❶お得なレッスン料金！
3ヶ月限定入会金・施設費が全額免除
※入会費通常11,000円（税込）
❷手ぶらでレッスン！
レッスン時は無料で教室の楽器が使えます。
※一部ご利用出来ない楽器がございます

音楽を楽しむ3ヶ月レッスン			
個人	1回30分	11,000円(税込)	月3回
グループ	1回60分	8,800円(税込)	月3回
デイタイムレッスン			
個人	1回30分	7,535円(税込)	月2回
グループ	1回60分	6,050円(税込)	月2回

月 火 水 木 金 土 日
10:00～17:00～21:00
デイタイムレッスン（月2回）
音楽を楽しむ3ヶ月レッスン（月3回）

展開コース エレキギター、アコースティックギター、ドラム、エレキベース、フルート、サックス、トランペット、クラリネット、ウクレレ、ヴェノーヴァ、ピアノ、バイオリン、他
※一部キャンペーン対象外のコースがございます。

JR線・小田急線「藤沢駅」南口 徒歩5分
（株）ヤマハミュージックリテイリング
ミュージックアベニュー藤沢
0120-482-919
藤沢市南藤沢18-1グレイシャスK南藤沢3F
お近くのヤマハ大人の音楽レッスン会場をお探しの方はこちら

新型コロナウイルス感染拡大防止に向けた取り組み

- 検温・マスク着用
- 消毒液設置
- こまめな換気
- ソーシャル・ディスタンス
- 毎日の除菌・清掃
- 飛沫防止

MACHI NETA SELECT

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！

新型コロナ終息願い 江の島・西浜で開催

EVENT

5月8日(土)に江の島島内と片瀬海岸西浜で、新型コロナウイルス感染症の終息を願い、流鏑馬(やぶさめ)と武者行列が行われます。

開催概要
＜開催日＞5月8日(土)雨天中止
＜時間・内容＞10:00～先勝祈願(江島神社)、10:40～武者行列(江の島弁天仲見世通り)、11:30ごろ～武者行列(片瀬海岸西浜)、12:00～13:30　流鏑馬(片瀬海岸西浜)

※当日のスケジュール変更などの情報は「藤沢市観光公式HP」で確認を

江島神社や藤沢市観光協会などの地元団体が、昨年11月に実行委員会を組織し、新たな観光資源創出に向けて今回初開催。

当日は、江島神社(辺津宮)で新型コロナウイルス退散を祈願。その後、江の島弁天仲見世通りを練り歩く武者行列では、ふじさわ観光親善大使のつるの剛士さんを源頼朝役に、鈴木恒夫市長や増田隆之商工会議所会頭などが重臣役を務めます。さらに、新江ノ島水族館前の片瀬海岸西浜では、約300mの馬場が設置され、日本古式弓馬術協会の会員による勇壮な流鏑馬が披露されます。

なお、各所ではコロナ感染防止対策のため、警備員が配置され、密集しないよう呼びかけます。

藤沢市役所で全国初 人とロボットが協働

NEWS

利用者と同じ目線でコミュニケーションできるよう、女性の平均身長と同じ160㎝に設定。開庁時間に合わせてサービス業務を行います

「ロボット未来社会推進プロジェクト」を進める藤沢市では、4月1日から自律移動型サービスロボット「AYUDA(アユダ)」を使用した総合案内を、市役所分庁舎1階エントランス付近で開始。横浜市のソフトウエア開発会社CIJが開発したこのコミュニケーションロボットを用いたサービス提供は、全国初となります。

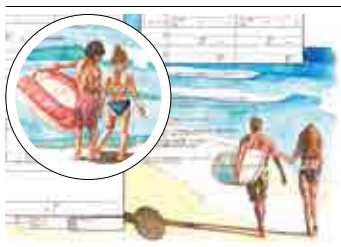
非接触による感染症対策の役割も担う「AYUDA」は、来庁者のタッチパネル操作だけでなく音声による質問から、該当する課や目的地を案内。

また、あいさつや日常会話もでき、イベント情報や非常時の情報提供機能なども備えています。

なお今回の正式導入を前に、市と同社は、ロボットによる市役所案内業務代替の可能性を検証するため、昨年2回にわたり実証実験を実施。手続きのキーワードに合わせた音声認識機能が向上されるなど開発が進められ、今後も来庁者のニーズに合わせて運用されます。

湘南の水彩画家デザイン 茅ヶ崎オリジナル婚姻届

NEWS


爽やかなブルーを基調に、描かれた人物像は、おとな、こどもバージョンの2種類用意

茅ヶ崎市では、新たに2種類の〝ご当地〟婚姻届を4月1日から配布。デザインは、市のプロモーションビデオ制作にも協力した、市内在住の水彩画家・かとうくみさん。

かとうくみさんは、市内のアイスクリーム店「プレンティーズ」の店舗壁画(下)や、江ノ電鎌倉高校前駅の看板デザインを手掛けるなど、湘南をはじめ国内外で活動

茅ヶ崎のシンボルであるサザンビーチやえぼし岩がモチーフに描かれ、合計1400部(各700部)配布されます。

今回のオリジナル婚姻届の追加により、茅ヶ崎市のご当地婚姻届は、市のキャラクター「えぼし麻呂」をあしらったこれまでの1種類に加えて、合計3種類となります。

これらの婚姻届は、通常の婚姻届用紙配布場所と同様に、市役所市民課などで入手できます。

湘南の街並みに映える、日常を切り取ったようなアメリカンテイストの作品

あなたの不動産・土地・戸建てマンションを **無料で査定します。**

うちの不動産の資産価値はいくらだろう？

そんな疑問に答えてくれます。

こんな売却の疑問 解決します

- 相続を受けた自宅の価格を知りたい
- 将来の住まいの選択肢は？
- 不動産を処分する適切なタイミングは？
- 長く住み続けた家だけど大丈夫？
- 査定の方法は会社によってどう違う？
- 相続後のライフプランは？　etc

「住み替えを考えている」、「親から相続を受けた土地の価値を知りたい」など、不動産売却で悩みはありませんか。いざ相談となると、どの会社に相談してよいか、なかなか決めにくいものです。

そんな時は、気軽に相談できる「査定シート」が便利です。不動産売却で高い実績を持つ3社が、無料であなたの不動産査定をしてくれます。価格が知りたいだけ、ちょっと試しに…という人でも気軽に相談できます。もちろん、そのまま好きな会社で売却することも可能です。各社ともネットワークを生かして、売却と併せて今後の住まいや不動産全般の悩みにも親身に対応してくれます。まずは資産の価値を知ることから始めませんか。下記「査定シート」に記入して申し込みを。

将来のため、不動産売却が気になっているという方に、**不動産企業3社が不動産の無料一括査定**を行います。売却の参考にぜひ、ご活用下さい。

協　賛

東急リバブル 藤沢センター　フリーコール 0120-215-109

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　フリーコール 0120-182-238

封書・ファックス・スマホから申し込みを

郵　送　〒231-0021 横浜市中区日本大通18 KRCビル3階 産案「不動産査定・湘南」係

FAX　045-680-1092 産案「不動産査定・湘南」係

スマホからも簡単依頼

上記の不動産企業3社が、あなたの不動産を無料査定。下記の査定シートに必要事項を記入して、封書またはファクスで上記の「不動産査定・湘南」係(受付代行：(株)産案リアン編集部)へ申し込みを。スマホからも依頼できます。5/24(月)必着。

問い合わせ　☎045-680-1094
産案(サンアン)「不動産査定・湘南」係　月～金曜(祝日除く)10:00～17:00

締め切り 5/24(月)

※応募多数の場合、申込日が早い人からの対応になります　※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 ※具体的な査定のため、必要に応じて協賛各社から問い合わせがあります　※より正確に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）　※遠方などの理由で査定できない場合があります ※応募された個人情報は、協賛各社の査定および査定に関する連絡のみに使用。連絡は協賛各社から直接あります。状況確認のため電話で連絡する場合があります。同意の上、応募を

Lien 湘南4.30 住所	〒	年齢	
お名前	フリガナ	ご連絡先	TEL / FAX　A.自宅 B.勤務先
査定を希望する物件を書いてください：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.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
売却予定期間	A.至急　B.3ヶ月以内　C.半年以内　D.まずは査定額を知りたい	売却予定金額	万円くらい
売却理由	A.買替　B.転勤　C.資産処分　D.その他(　)		

集合墓式永代供養墓

永代使用料+諸費用全て含んで

集 TSUDOI

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）

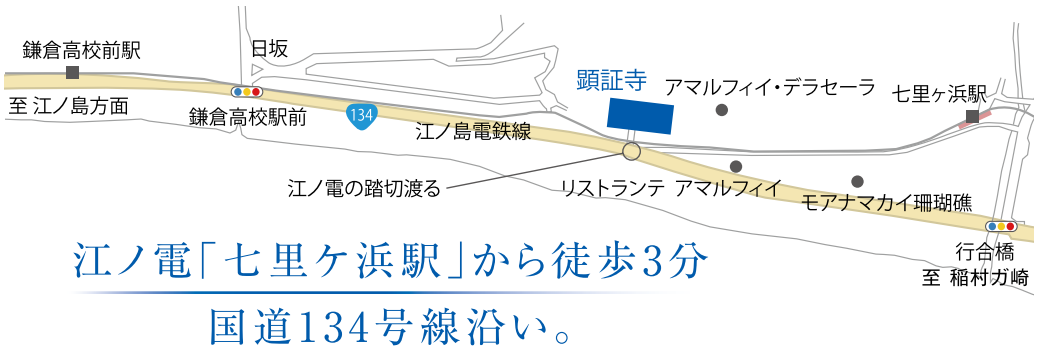
樹木葬式永代供養墓

凛 RIN　2霊納骨 永年供養　永代使用料 50万円より

輝 KAGAYAKI　4霊納骨 永年供養　永代使用料 70万円より

※上記金額他、諸費用がかかります。

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。



江ノ電「七里ケ浜駅」から徒歩3分

国道134号線沿い。

お申し込み・見学・お問い合わせは

七里ガ浜 顕証寺墓苑

お問合せ 資料請求 **0120-240-500**

受付時間 午前9時～午後5時

神奈川県鎌倉市七里ガ浜1-5-21 〒248-0026

株式会社ココ・プランニング　〒160-0023 東京都新宿区西新宿 4-32-13-103

七里ガ浜 樹木葬 検索

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

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

Shonan Lien 湘南 リアン
発行／㈱産案
編集／有限会社 尚文社 http://shoubunsha.com/
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

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
鎌倉 Roti girl
御成通り店 電話■0467-37-8994 住所■鎌倉市御成町6-4 金魚横丁 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

<PR>

教えてドクター！

ニキビ痕を残さないために早めに皮膚科受診を

ニキビは、「尋常性ざ瘡(じんじょうせいざそう)」と呼ばれる皮膚の病気。くり返すニキビやニキビ痕(あと)は、皮膚科の治療で防ぐことが期待できます。思春期の子を持つ保護者が知っておきたいことを、皮膚科医の加藤円香先生に聞きました。

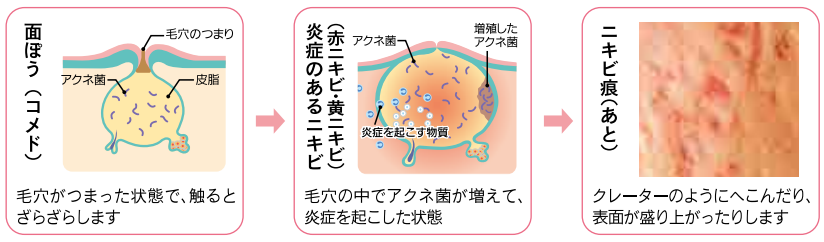
症状が軽くてもニキビ痕になることも

思春期にニキビができやすいのは、性ホルモンの影響で皮脂がたくさん分泌され、毛穴がつまりやすくなるからです。

このような毛穴がつまった状態を「面ぽう(コメド)」と呼び、これがニキビのはじまりです。毛穴の中で増えたアクネ菌により、炎症が起きて「赤ニキビ」、「黄ニキビ」になります。さらに炎症が進むと、毛穴のまわりの組織が壊されて「ニキビ痕(あと)」が残ってしまうこともあります(図1)。

いったんニキビ痕ができてしまうと、保険治療では限界があり、自費治療で多大な費用と時間がかかってしまいます。症状が軽くても、ニキビ痕になることもあるため、できるだけ早い段階から治療することが大切です。

図1「ニキビのはじまりと進行イメージ」 ※すべてのニキビの進行を示すわけではありません



治療薬の進歩で原因へのアプローチが可能に

皮膚科のニキビ治療は、ここ数年で大きく変化しました。

これまでは、抗菌薬によって炎症を抑える治療が主流で、炎症が起きてからのニキビしか治療できませんでした。

最近では、保険治療で使える薬の選択肢が増え、炎症を起こす前の面ぽう(コメド)の段階から、対策ができるようになりました。

ニキビの原因である毛穴のつまりを改善することで、ニキビができにくい肌を目指せるのが今の治療です。治療を続けることで、くり返すニキビやニキビ痕を防ぐことを目指しましょう。赤ニキビだけでなく、毛穴のつまりが気になったら、気軽に皮膚科を受診しましょう。

セルフケアだけに頼らず皮膚科で相談を

ニキビの対処で、洗顔を心がけている人も多いと思います。洗顔は大切ですが、間違った方法だと、かえってニキビが悪化することもあります。

また、市販薬で対処する場合にも注意が必要です。肌に合っているかどうか、自己判断では難しいこともあるでしょう。

ニキビの症状や肌質・体質は、人によってさまざまです。皮膚科では、それぞれの患者さんの状態に合った治療やアドバイスができ、トラブルが生じた際にも適切に対応できます。

インターネットには間違った情報もたくさんあるため、正しい知識を得ることが大切です。セルフケアだけに頼らず、悪化する前に皮膚科で相談して、ニキビの改善につなげましょう。

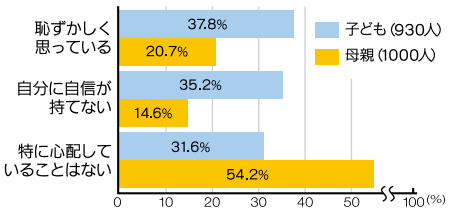
親が思う以上に子どもは悩んでいることも

ニキビで受診することに戸惑いがある人も多いのではないでしょうか。しかし、ニキビも皮膚の病気であり、ニキビ痕になってしまうと非常に治りにくくなります。

昔は軽視されがちだったニキビですが、親が思っている以上に、子どもは悩んでいます。「ニキビについての具体的な悩みと心配事」(図2)を見ると、母と子でとらえ方にギャップがあることが分かります。中には、誰にも相談できず、深刻に悩んでいる子もいるため、親が気持ちを汲み取ってあげることも必要です。

最近では、皮膚科を受診するニキビ患者さんが増えています。当院では10～20代のニキビ患者さんが多く、その半数が男性です。性別に関係なく、ぜひ一緒に考えて受診を勧めてあげてください。

図2「ニキビについての具体的な悩みと心配事」



出典：「子どもと母親のニキビに対するアンケート調査」(2011)
対象：子ども(中学生～高校生)930人、母親1000人

茅ヶ崎mamaクリニック
(茅ヶ崎市常盤町)
院長 加藤円香先生

提供：マルホ株式会社
＊新型コロナウイルスの影響で診療時間が変更されている場合があるので注意を。

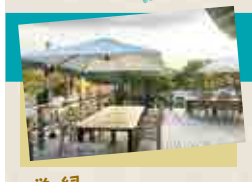
ニキビの情報サイト
ニキビ一緒に治そうProject
ニキビの解説 / 子どもの思春期ニキビ対策 / クリニック検索
正しく知ろう！
ニキビ 治そう 検索
nikibi-hifuka.jp
maruho

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。シンプルなことを大切にしています。
ぶーにゃん どのにゃん
HPでねこスタッフブログ公開中！
バリアフリー工事 外構工事
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 藤沢市弥勒寺2-1-6 小倉ビル105

編集部おススメグルメコーナー

“美味しいもの”に目がない編集部スタッフが提案する「おススメグルメコーナー」。今回はちょっと足を延ばして海岸線を横須賀まで。湘南国際村にあるオープンエアのステーキ店を紹介します。

湘南国際村 すてーき・ステーキ武(たけ)



自然に囲まれた広々テラスではBBQもスタート。特別な記念日にもおススメ

緑あふれる湘南国際村で、厳選ステーキをカジュアルに

昨年7月にオープンした、湘南国際村の中にあるステーキ店。全国から取り寄せたA5等級の上質ステーキをはじめ、湘南食材を使ったこだわり料理などを、ドレスコードを気にすることなくカジュアルに楽しめるお店です。広いテラス席では、ペット連れの食事も可能。リアン読者に2000円分の食事券を10名様にプレゼント！

☎046-845-6009
横須賀市湘南国際村 1-2-1
ランチ11:30～15:00(L.O 14:30)
ディナー17:00～21:00(L.O 20:00)
定休日：毎週水曜日

【応募方法】①リアンの感想やご意見 ②今号でよかった記事 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応募を
【送り先】郵送 〒231-0021 横浜市中区日本大通18 KRCビル3階
FAX 045-680-1092
㈱産案「リアン 編集部おススメグルメプレゼント」係まで
Web 右記二次元バーコードから読み込み

応募締切 5月10日(月)消印有効

※いただいた個人情報は、プレゼント発送のみに使用します。また、コメントは、個人を特定できない形で、「リアン」紙面にて掲載させていただく可能性がありますので、了承の上応募を。当選発表は、賞品発送をもって代えさせていただきます

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 ワンデイコースあり
学習支援コース 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
広域通信制 翔洋学園高等学校 連携 全日通学型
大成学園
お問い合わせ(平日・土曜午後2時～7時) ☎0466-54-7779
クラス指導 藤沢校 藤沢駅南口徒歩2分 藤沢市南藤沢2-1-3 ダイヤモンドビル5階
PASアカデミー キッズアフタースクール 学童塾
年長(新小1)より入室テスト対策
3日無料体験受付中！
キッズパス 藤沢校 Kid'sPAS
受験サポート、英語教室、作文教室…等充実した習い事メニュー
対象 新小1(年長)～小4(小学校送迎あり)
説明会のお申込み お問い合わせ TEL0466-90-4310
藤沢市南藤沢2-1-3 ダイヤモンドビル5階
【受付】11:00～19:00【定休日】土日・祝日

<PR>
橋本店長
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、ソフビ人形、骨董品、お酒 他
リアン読者特典
貴金属査定額 30%UP
※本広告提示※湘南台店限定※一部除外品もございます※2021.5/31(月)まで
テレホンカード高価買取
105度数→610円
50度数→310円
※枚数無制限※一部対象外あり※2021.5/31(月)まで
おかげ様で10周年
おたからや 湘南台店
☎0466-46-9022
おたからや 湘南台店 検索
神奈川県公安委員会許可第452600008760号 酒類販売業免許R2.1.22[藤法-35]
余った切手や使わなくなったブランドバッグ・時計・貴金属・眠っているウィスキー・ブランデー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、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。
おたからや湘南台店 カーサ湘南台2階
P湘南台パーキングセンター 湘南台店ご利用の方 駐車券提示で無料券進呈
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

I feel Science 株式会社サイエンス
TVCMでもおなじみ、話題の「ファインバブル技術」
ウルトラファインバブルは目では見えないほど微小な泡で、モノとモノのすき間に入り込む特性があり、すぐれた洗浄技術に利用されています。
ミラブルplus ウルトラファインミスト ¥44,990(税込)
※トルネードスティック2本(¥6,160)サービス
ミラブルキッチン ウルトラファインミスト ¥93,800(税込)
工事費・処分費コミコミ
SANWA 株式会社三和水道管理 三和水道管理 検索
0120-511-305 年中無休(1/1、2を除く)
本社 横浜市旭区二俣川2-50-14 コプレニ俣川オフィス1109
■一般建設業 神奈川県知事(般―29)第84599号■横浜市指定給水装置工事事業者 第2539号■神奈川県指定給水装置工事事業者 第2455号■ガス機器設置スペシャリストの店 第04798号
【ミラブル正規代理店】