

上質で自由な時間を過ごす

Shonan

vol.35

5

May 2022

Lien

リアン

生前整理 残置物撤去 遺品整理

リリーフは遺品整理のプロです

リリーフ 茅ヶ崎店
0120-038-588

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を大切に素敵な出逢いがありますように...

アクティブな湘南ライフを

神奈川県立 辻堂海浜公園 藤沢市辻堂西海岸 3-2

Sakosshu Taro/PIXTA

※イベント内容・スケジュールは、天候・その他の理由により、変更・中止となる可能性がありますので、あらかじめご了承ください。

TERRACE MALL SHONAN

Terrace Park

GW Event

うれしい、おいしい、3日間！
空の下、みんなで楽しむGW



ゲートスクエアに芝生広場が登場！おいしいグルメ、フラダンスなど楽しさ満喫の3日間！
3階くらしテラスでは4/29(金・祝)~5/29(日)まで誰でも自由にご参加いただける展示イベントも開催いたします。

テラスモール湘南アプリ会員限定 5/1(日)▶5(木祝)
GWポイントラリーキャンペーン

1店舗につき1万円税以上の購入で
300pt プレゼント

計300pt A店で300pt
計600pt B店で300pt
計900pt C店で300pt
どんどんポイントGET!



詳しくはWEBで

デジタル
普及

誰ひとりとして取り残さない 人に優しいデジタル革命の担い手として

2019年には著書『老いてこそデジタルを。』を出版。「高齢者こそデジタルリテラシー（デジタル情報の活用能力）が必要」という信条のもと、パソコン教室の開催やシニアネットづくり、シニアのデジタル機器の利用促進などの活動を行っている若宮さん。1999年に創設したシニア世代の交流サイト「メロウ倶楽部」では、現在も副会長としてインターネットを通じ生きがいのある豊かな生活の実現を提案しています。

「これからは自分も高齢者の一人として、誰ひとり取り残さない、人にやさしいデジタル改革のお手伝いをしていけたら」と抱負を語ってくれました。「メロウ倶楽部」の情報は下記から。

メロウ倶楽部



「若さの秘訣ですか？ そもそも若い、老いたなんて考えていません。年齢という数字に振り回される必要はありませんよ」

デジタルクリエイター
わかみや まさこ
若宮 正子さん
(87歳・藤沢市)

PROFILE

定年退職後に独学でパソコンを始め、81歳の時、スマホ向けゲームアプリ「hinadan」を開発。世界的に話題となり米国 Apple 社が主宰する世界開発者会議「WWDC 2017」にゲストとして招かれ、CEO より紹介されました。以降、講演、書籍出版活動などを行うかわら、NPO 法人ブロードバンドスクール協会理事、岸田首相主催・デジタル田園都市国家構想実現会議構成員など多方面で活躍中。今年2月には郵政・情報通信・放送の各事業分野の進歩発展に多大なる貢献をした人に贈られる「第67回（令和3年度）前島密賞」を受賞しました。

湘南の

地域のため！ 社会のため！ 自分のために！

輝くアクティブシニア大集合！

5月8日は日本記念日協会が認定・登録した「アクティブシニアの日」。湘南には年齢に関係なくさまざまなことに意欲的で、アクティブに活動するシニアがいっぱい。その中から「スーパーアクティブ」な皆さんを紹介します。

※撮影のときのみマスクを外しています

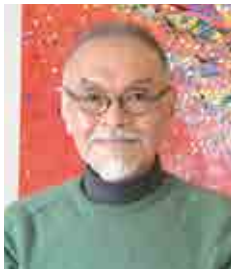
芸術
(Artist)

生きるって素晴らしい！ 常に一所懸命で、前向きに



撮影 藤井啓太郎さん

画家
ひろた らいふ
廣田 雷風さん
(75歳・藤沢市)



「絵はキレイである必要はなく、人に訴えかけるものであるべき」と語るのは、この春プレオープンした「湘南台アートスクエア」に幅18mもの壁画を描いた廣田雷風さん。ピアノをモチーフに、心も弾む音色の世界に包まれるような作品を多く描くのは、「生きるって素晴らしい“人間賛歌”の想い」から。廣田さんはホテルや医療施設、企業の研修センター

などの壁画を多く手掛けています。「後期高齢者を迎えても、まだまだ発展途上(笑)。これからも若い絵描きさんと競えるよう、モチベーションを高めていきたい」と目を輝かせます。

紙面5ページに関連情報



PROFILE

藤沢市長後で生まれ育ち、現在は湘南台在住。湘南高校在学中に油彩画に親しみ、美大を卒業。20代後半にパリで過ごした経験が、画風の形成に大きく影響。鮮やかな色彩と深みのある風合いが特徴で、音楽を融合した作品を多く発表しています。

寂げだった湘南台駅地下広場（藤沢市）に、色彩豊かでリズムミカルな壁画を制作。題名は「ザ・ピアノ(viva FUJISAWA)」。

その場の空気感も作品に吹き込みたいと、現地での制作にこだわった廣田さん。巨大な壁画には、さまざまな音色が粒子となって共鳴しているようです。自身が毎日投稿している Instagram では作品を撮影した動画などが閲覧可能。「raifu_hirota」で検索を！

ボランティア



『防災』という共通の話題で生まれる 人と人との出会いを大切に



2020年には「防災功労者内閣総理大臣表彰受賞」「第25回防災まちづくり大賞【消防庁長官賞】」を受賞。右上写真は平塚パワーズ役員の皆さん

女性防災クラブ平塚パワーズ
会長
すがの ゆみこ
菅野 由美子さん
(70歳・平塚市)



全国でも珍しい女性だけの防災ボランティア組織を率いる菅野由美子さん。講演や地元のイベント「ひらつな祭」などでの活動は終始笑いの渦中にあり、メンバー一人ひとりが生き生きとしています。「活動の中での笑いも楽しいハブニング。防災を真剣に考えたらこれほどシビアなことはありません。教える側が楽しくあってこそ、集まった人たちにも防災の必要性が伝わるのでは」と語ります。「『防災』という共通の話題で生まれる人との出会いはかけがえのないものです」。活動はブログから。

平塚パワーズ ブログ

PROFILE

「防災準備をしていればいざという時慌てない」という思いから、2004年8期生として「平塚パワーズ」に入会し、2009年会長に。50代から80代の31人で構成される組織のリーダーとして地域に根ざした防災活動を行っています。

ボランティア情報

ボランティア活動で自らを磨くきっかけに

普段関われない世代との交流や人脈の広がり、新たな気づきが得られるなど、その一歩、踏み出してみませんか。

藤 沢

ボランティア活動希望者と、藤沢市周辺で活動するボランティア募集団体をつなぐ「チーム FUJISAWA2020」。

活動希望者は、WEB から会員登録を行い、ボランティア活動を行う団体やチーム、地域から検索。昨年10月に開設し、3月末現在で約550人が登録。さまざまなボランティア活動から、気軽に応募ができます。

☐事務局（藤沢市役所市民自治推進課）
☎ 0466-50-3516

チーム FUJISAWA2020



茅ヶ崎

茅ヶ崎市社会福祉協議会ボランティアセンターは、ボランティア活動の調整や相談を行うコーディネーターが活動希望者と依頼者をつなぎます。

ボランティアの基礎を伝える「ボランティア大学」を毎年5月～6月に開催。今年は定員に達しましたが、昨年行われたオンデマンド型講座は、現在も YouTube で閲覧できます。

☐茅ヶ崎市社会福祉協議会
☎ 0467-85-9650

茅ヶ崎市社会福祉協議会



柔道整復師が機能訓練指導員として対応



施設見学を随時受け付け 介護の悩み相談もOK

「3月にオープンしたばかりの当施設では、見学を随時受け付けています。認知症・寝たきりなどの介護で悩みがある方、介護施設の参考までという方も、ぜひお越しください」と、菊池守施設長



※電話もしくはホームページから申し込みを
※来場の際は、感染症対策に協力ください

毎日の楽しみでもある食事は、入居者の状態に合わせてバランス良く、レクリエーションや季節の行事も、スタッフ一同趣向を凝らし、笑顔あふれる時間を過ごせます。

この春、新規オープンの介護付有料老人ホーム 大手グループならではの連携でサポート充実

「慈愛の心・尊厳を守る・お客様第一主義」を基本理念に、幼青老共生のスローガンで、介護に関する多彩なサービス提供を行う「さわやか倶楽部」が運営する介護施設は、利用者のニーズに寄り添い、入居一時金・敷金不要で全国展開。大手グループならではの幅広い連携で手厚いサポート体制が整っています。

湘南地域からアクセス便利な介護専用型の「さわやか横浜栄館」は、全個室で要介護1から5まで入居可能。24時間介護

職員が常駐するので、緊急時の対応はもちろん、早朝・夜間を問わず健康管理をしてもらえ、心強いポイントです。

また、生きるから暮らすをモットーに、生活リズム作りを目的とした活力朝礼や転倒予防体操、日常生活の中での生活リハビリ、機能訓練を積極的に推進。柔道整復師が機能訓練指導員となっており、入居者の日々の状態を把握します。

健康バランスを考えた食事はもちろん、季節を感じる行事食など、毎日の彩りに



健康バランスを考えた食事はもちろん、季節を感じる行事食など、毎日の彩りに

幼年・青年・老年に細やかなサービス提供を行う東証スタンダード市場上場の「さわやか倶楽部」が、介護付有料老人ホーム「さわやか横浜栄館」を3月にオープン。随時施設見学を受け付けています。

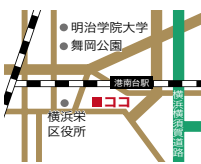
入居一時金不要・24時間介護職員常駐で笑顔あふれる毎日です！

さわやか横浜栄館

〒 横浜市区若竹町 49-24
JR 京浜東北・根岸線「港南台駅」から車で約8分／神奈川中央交通「元大橋」バス停から徒歩約1分

【受け付け・問い合わせ】
菊池(きくち)さん／氏江(うじえ)さん
☎ 受け付け 9:00～17:30

☎ 045-330-4428



詳しくは
ホームページへ

【さわやか横浜栄館 物件概要】 所在地／横浜市区若竹町49-24 交通／神奈川中央交通元大橋バス停下車徒歩1分 事業主体／株式会社さわやか倶楽部 建物の構造・規模／耐火・重量鉄骨造地上3階建て 敷地面積2024.05㎡ 延床面積2018.17㎡ 土地・建物の権利形態／事業主非所有 居室数／全個室67室 (15.08㎡) 共用設備／健康管理室・食堂・機能訓練室・大浴場・機械浴・個別 横浜市介護保険指定番号1473501698 介護付有料老人ホームの施設の類型／介護付有料老人ホーム（一般型） 権利形態／利用権方式 利用料の支払い方法／月払い方式 入居時の要件／要介護認定1から5の方 介護体制／3対1以上 入居一時金／0円 利用料／居室料8万5000円、食費4万8600円、管理費（主に共有施設の維持費など）6万6000円 医療施設との連携／協力医療機関：湘南鎌倉総合病院（緊急時の医療対応）、よこはま港南台地域包括ケア病院（往診）、コンパスクリニック湘南台（往診・訪問歯科）

基調講演や
生活を豊かにする
セミナーも

総勢 154 人が参加 湘南の海を見渡す鎌倉プリンスホテルで

自分らしい生き方をみつけよう セカンドライフセミナー開催

3月30日「セカンドライフセミナー」が開催され(主催／株式会社産案)総勢154人が集いました。ご来場ありがとうございました。



◀基調講演に登壇した、
浄智寺の朝比奈恵温(あ
さひな・えおん)住職



入退場自由だった会場には、希望のセミナーや予約したブースの個別相談時間に合わせて、多くの人が来場

シニアの暮らしに役立つ ブースが!



実際に「掛け軸」を持参して鑑定を受ける参加者も……



「スマホのお悩み解決ブース」には多くの人が相談に



「この機会に…」と金・プラチナを持参した買い取り希望の人で賑わっていました



「まとめて情報収集できる、よい機会になった」という声も多く寄せられました

「鎌倉プリンスホテルバンケットホール七里ヶ浜」で開催されたセカンドライフセミナーには、感染予防対策のもと、たくさんの来場者で賑わいました。会場には、リアン読者50代〜80代を中心に、鎌倉プリンスホテル 倉藤沢、茅ヶ崎の幅広い世代が来場。朝比奈住職による基調講演「今に生きる鎌倉の禅」のほか、シニアのための資産運用や相続、介護のこと、今さら聞けないスマホの操作方法まで、これからの人生に役立つセミナーが開

セミナー参加者の声

たくさんのご意見ありがとうございました

老々介護中なので、介護の情報のほか、相続問題などの情報収集のために来場しました。知識の補完になりました。(鎌倉市・60代・夫婦)

そろそろ将来の生活を考えなければいけない年齢だったので、介護施設情報は参考になりました。浄智寺の住職の講話も面白かったですね。もっと聞きたかった。自宅に不要な美術品もあるので持ってくればよかったです(笑)。(鎌倉市・60代・50代・夫婦)

前回の「ピンクリボンセミナー」にも参加しています。今回は基調講演、介護の情報収集のために、78歳の母と参加しました。金やプラチナも買い取ってもらいました。(茅ヶ崎市・50代・女性)

興味がある内容ばかりだったので、一日中いました。なかなか情報が入ってこないの、まとめて情報収集できるこんな機会はとてもありがたいです。また来たいです。(葉山町・70代・女性)

ボウリング好きなことが仕事、だから夢中でいられる



斉藤さん夫婦と3人の息子さん、家族全員プロボウラー。「今も大会に出場しているのは、同じ会場で息子たちの活躍が見たくて、応援がてら出場しているんです」と、照れながらも子孫を想う親の顔を見せました

江の島ボウリングセンターで勤務しながら、プロボウラー歴47年の斉藤さん。「ストライクを取るには、投球ごとに変化するレーンのオイルコンディションをイメージする必要があります。楽しさでもあります。賞金で食べていけるのは一握り。ここでの勤務は、好きなことの延長です」と、勤務時間前には約4時間(30ゲーム)も練習。再び優勝を目指し、今日も軽快なビンの音を響かせます。

PROFILE

大工職人から22歳でボウリングの道へ進み、26歳でプロに。自らを“大器晩成型”と称し、年間男子獲得ランキングではプロから10年で優勝し、全国2位になりました。

取材協力

江の島ボウル

プロボウラー
さいとう まさのり
斉藤 正典さん
(73歳・平塚市)
(江の島ボウル所属)



☎0466-23-6114
江の島ボウル

テニス

たんの くにこ
丹野 邦子さん
(71歳・逗子市)



PROFILE

逗子市生まれ。テニス歴はほぼ半世紀。2017年には「全日本ベテランテニス選手権'17」の女子ダブルス65歳以上の部で準優勝。46歳から今日まで、全日本選手権の舞台に入り続けています。

取材協力

初動負荷トレーニング®
ワールドウィング湘南

☎0466-47-7955
ワールドウィング湘南

Tennis is My Life (若さの秘訣はテニス!)

「テニスは毎日発見がある奥深いスポーツです」と語る丹野さんは、ほぼ毎日コートでラケットを握っているそう。「テニスのパフォーマンスを上げるために、トレーニングジムに週3回通う」という徹底ぶり。「無理をせず体のコンディションとメンタルのバランスを考えて、いつも自然体でいることと、尊敬する人から頂いた“Good No.2”、“8勝7敗”がモットーです」。



自らを「田舎のシルバースリット」と称する丹野さん。「これからのいい試合をするための努力は続けていきたい。テニスイズマイライフ。仲間から体力おかげと言われています(笑)」

参加者の声

誰かのために、が自分を磨く

東京五輪の都市ボランティア(藤沢市シティキャスト)から始まった地域ボランティアとしてのセカンドライフ

外資系金融マンとして海外に在住していた鈴木さんは66歳で帰国後藤沢に。地域の友人づくりのため、得意な英語を生かせるシティキャストリーダーに応募。「大会期間中シティキャストとしての活動は結局中止になりましたが、City Cast企画会議メンバーとなり、そこから波及した“チームFUJISAWA 2020”を通じて、さまざまな活動をしています」。

ボランティア活動を通じて地域とつながりが生まれ、セカンドライフがより充実したものになったそう。「2024年に開催されるパリ大会でボランティアに参加するのが目下の目標ですね」。



のぶひさ
鈴木 伸久さん
(72歳・藤沢市)

GW

BUFFET

2022

ゴールデンウィーク
buffet

静岡から神奈川をめぐる食旅。いざ鎌倉へ。

神奈川県産やまゆりポークの鉄板焼きやポークカレーなど神奈川県産を使用したbuffet料理の数々。デザートは静岡県産や神奈川県産の食材を使用したケーキやグラスデザートなどをご用意しております。

2022年5月3日(火祝)～5月5日(木祝)

期間 ①12:00NOON～②12:45P.M.～③1:30P.M.～ ※各回ご予約制

料金 おとな:¥7,000(SEIBU PRINCE CLUB会員さま:¥6,500)
こども(小学生):¥3,600 幼児(3才～未就学児):¥1,750
アルコールフリードリンク(120分)1名さま ¥2,000

会場 バンケットホール七里ヶ浜

※当社のレストラン、宴会場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。※メニューは一例となります。※料金には消費税が含まれております。※仕入れの状況により食材・メニューに変更がある場合がございます。※新型コロナウイルス(COVID-19)の感染状況や、政府による法令に基づき営業内容が変更になる場合がございます。※写真はイメージです。

Lien 通販

シャツ好きを魅了する
横浜生まれの
オリジナルシャツ「STRIPES」

産地と連携して織りあげたオリジナル素材と、ファッション性豊かなイタリア等の素材を使用したこだわりのシャツを提供するシャツメーカー「ストライプス」。「本物は年月の経過と共にその良さがわかる」というコンセプトで作られ、10年経っても着続けたいオリジナルシャツを製造販売しています。母の日のプレゼント・自分へのご褒美に、袖を通すのが楽しくなるマイベストなシャツを手に入れてみませんか。

読者特典
「リアン読者割引」あり
【注文方法】STRIPES オンラインサイトから
https://stripes.fashionstore.jp
二次元バーコードを読み込んでアクセスできます▶▶▶

サイト注文時に「クーポン番号 STSUN10」を入力。
支払い総額から20%OFFに

ドルマンスリーブの
ゆったりきれるオーバーシャツ

レディース
リトニアリネンのオーバーシャツ
2万900円※送料無料

適応バスト(実寸) 着丈 裾丈
サイズ 40 78cm～94cm (110cm) 前61cm後65cm 51cm

STRIPES ストライプス
☎045-212-0540
〒横浜市中区海岸通1丁目1番地
☎11:00～18:00 不定休
http://stripes-motomachi.jp

LINE@

鎌倉プリンスホテル
www.princehotels.co.jp/kamakura/

お問合せ
ご予約 TEL:0467-33-1203 受付時間
10:00A.M.～5:00P.M.
〒248-0025 神奈川県鎌倉市七里ヶ浜東1-2-18

PRINCE
Safety
COMMITMENT



カラダとココロを整える



心やカラダが「整っている」というのは、健康であるということ。
心身ともに健康だと、やりたいこと、やれることの幅が広がります。
さまざまな環境の変化で、ストレスがたまりやすいこんな時だからこそ、
カラダを「動かす」、「整える」そんな習慣づくりをしていきませんか。

“重力と遊ぶ”
非日常のエクササイズ

新感覚の解放感と浮遊感で 「燃えて、変わるカラダ」



アンティグラビティとは「反重力」を表し、地球上全ての物体にかかる力「重力」との新しい関わりを提案するメソッドです

5月の無料ミニ体験会
(各回定員6人・先着順)

ハンモックを使った空中で行なうヨガ
“アンティグラビティ”を無料体験

開催日時

5月6日(金)①15:00～15:30
②15:30～16:00

5月16日(月)③15:00～15:30
④15:30～16:00

内容

アンティグラビティの説明や体験レッスンの
後、希望者のみポーズ写真を撮影します

特典

ミニ体験会当日に、通常の体験レッスン
(4400円)の予約で体験料が1000円引きに。
さらに SNS 投稿で+500円引き！

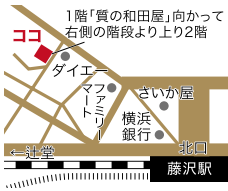
また、日本とポーランドで共同開発された「BurnG」が、藤沢に県内初登場！
バンジーコードを用いて空中を縦横無尽に飛び回るプログラムは、有酸素運動と筋力トレーニングの要素が組み合わさる、短時間で高効率の運動効果が望めます。重力から解放され空中を自由に飛びまわる爽快感、音楽に合わせた軽快なステップで、ダンスするようなグルーヴ感、全てが新感覚の高燃焼系空中エクササイズです。

スタジオナビ藤沢

藤沢市藤沢969-1、2階
10:00～20:00
(土・日、祝日は19:00まで)、火曜定休
※提携割引駐車場あり

0466-53-8291

スタジオナビ藤沢



「BurnG」は、バンジーコードを装着することで、体にかかる重力の負担を軽減。ジャンプ・ダイブ・スクワット・ステップの有酸素運動と、筋力トレーニングの要素を組み合わせた新感覚エクササイズです



美しさも健康も、気軽に “はがして”手に入れて



運営代表
時崎 正浩 さん
(ときさき まさひろ)

筋肉同士の摩擦(まさつ)を防ぎ、体の動きを滑らかにする働きがある筋膜。癒着した筋膜をときほぐす「筋膜はがし」とも呼ばれる手法の“筋膜リリース”を、お客さま自身が専用マシンで行えるサロンは全国的にも希少といえます。
すき間時間に立ち寄って、人目にも気にせずできる美と健康のセルフケアを、ぜひ一度ご利用ください。

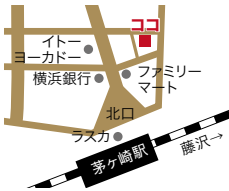
初回はスタッフが使用方法など丁寧な説明し、1コマ(15分)の金額で、2コマ利用できます。
※入会金無料。24時間WEB予約受付中、当日予約可。また、「REVIVER 茅ヶ崎レディンズ」が5月15日(日)オープン。オープンイベントも開催予定なので、SNSでチェックを！

セルフ筋膜リリースサロン
REVIVER(リバイバー) 茅ヶ崎本店

茅ヶ崎市元町3-13 元町魚静ビル202
9:00～21:00(不定休)
インスタでは最新情報を発信！
https://www.instagram.com/reviver_salon/

0467-81-5540

リバイバー茅ヶ崎
※令和2年度第3次補正事業再構築補助金により作成



15分で実感!?
スポーツパフォーマンス向上にも

気になる、こりやむくみ 顔も体もトータルケア

気軽に簡単「セルフ筋膜リリースサロン」
心地よい吸引とマッサージで美容と健康にアプローチ
「足のむくみや肩こりが気になる」「美容にかける時間がない」「エステに興味があるけど、敷居が高い」なら、今話題の「筋膜リリース」を生活に取り入れては。茅ヶ崎駅から徒歩2分、セルフ方式で気軽にできる「REVIVER(リバイバー)」が3月に茅ヶ崎で初出店しました。
「筋肉を包む膜」を「筋膜」と言い、体全体にはめぐらされています。これが癒着したり縮んだりすると、筋肉の柔軟性低下につながります。専用のマシンと部位に合わせたヘッドを用いて、筋膜を緩めて美容と健康にアプローチ。セルフで手軽に、簡単に、筋膜リリースを実践してみませんか」と同店。皮膚を吸引しな

こんなコト、ありませんか

- ☐ よく足がむくむ
- ☐ 首・肩こりが気になる
- ☐ 同じ姿勢で過ごすことが多い
- ☐ 目が疲れやすい
- ☐ 最近、疲れがとれない

まずは、実感！ 初回特典も
完全予約制(当日予約可)

気になる部位にアプローチ

通常1コマ(15分)1100円

- ☐ 顔・頭・目・喉コース
- ☐ 肩・首・腕・手コース
- ☐ 腹・腰・足・背コース

初回特典

※スタッフのレクチャー付き
2コマ1100円(35分)

SWING24/7 辻堂店

ゴルフをもっと
自由に、愉しく

無料
試打

24時間営業インドアゴルフ練習場
見学会開催中

試打・見学をご希望の方は
お電話またはメールにてお問い合わせください

新規会員
登録受付中

※事務手数料
1,650円別途

入会金 5,500円 月額 11,000円

今なら「リアンを見た」で入会金無料

スマホ、PCから
いつでも予約
1日1時間
打ち放題！

完全会員制
安心の24時間
セキュリティ
システム

手ぶらでOK
クラブ、シューズ
無料貸し出し

スイング
データを
チェック！
ヘッドスピード・
ボール初速・
バックスピン等



営業システムのご案内

営業時間 24時間365日無休

※1日1時間自由予約制

※スタッフ不在時あり、予約システムやご来店当日にお電話ください。

お電話受付時間 10時～20時

TEL.0466-36-0072

<https://swing24-tsujiido.com>

SWING24/7辻堂店

検索

鎌倉武士たちが眠る やぐら群を限定公開



画像提供＝逗子市教育委員会

期間 4月23日(土)～5月30(月)
の間の土・日・月曜、祝日
時間 午前10時～午後4時
場所 逗子市小坪7丁目
国史跡「名越切通」内
交通 ①JR逗子駅バスのりば6番
【亀が岡団地循環】
緑ヶ丘入口下車(徒歩8分)
亀が岡団地北下車(徒歩5分)
②JR鎌倉駅バスのりば3番
【緑ヶ丘入口行き】
緑ヶ丘入口下車(徒歩8分)
入場 無料(任意の寄付あり)
問い合わせ 逗子市教育委員会教育部
社会教育課
☎046-873-1111
※悪天の際は閉鎖することがあります
※駐車・駐輪場はありません

逗子市教育委員会は、鎌倉と逗子を結ぶ古道「名越切通」に位置する「まんだら堂やぐら群」の限定公開を5月30日(月)まで行っています。鎌倉時代～室町時代に作られたやぐらは、平地の少ない鎌倉で横穴式墳墓として武士や僧侶

などの上級階層が埋葬され、今も切通の周辺に点在。中でも「まんだら堂やぐら群」は、150穴以上のやぐらが一カ所に集中している全国的にも珍しい遺構で、名越切通とともに国の史跡に指定されています。同所は、保存管理の都合上、初夏と秋に期間限定で公開。入場は無料ですが、維持管理のため任意の寄付を募っています。

民話の世界観広がる 「河童徳利ひろば」開園



解説板では河童徳利の民話を紹介。解説板によれば、西久保の五郎兵衛さんは、間門橋(現在の太曲橋)のたもとで河童を助け、そのお礼に「いくらでもお酒が出る徳利」をもらいます。酒びたりになりますが、大切にしていた馬がやせ細っていることに気が付き改心するそうです

小出川太曲橋の茅ヶ崎側、寒川町域も含む立地に「河童徳利(かっぱどるり)ひろば」(茅ヶ崎市西久保1649ノ1)が3月28日に開園しました。この付近は、民話「河童徳利」の発祥地といわれ、地元住民などが民話を伝える場の整備を市に要望。小出川の管理者である神奈川県や寒川町とも連携して、整備が進められてきました。

公園の敷地内には、民話の世界観をイメージしたブロンズの河童像や池のほか民話の解説板を設置。また、かつて小出川から田んぼに水を引くために使用していた堰(せき)の一部が移設されています。なお、この池で使っている井戸水は、停電時には手押しポンプで給水でき、ベンチは災害時にかまどとして活用できる防災機能を備えています。

藤沢市内の地下空間が 新たな装いでお目見え



「湘南台駅地下アートスクエア」プレオープン除幕式でお披露目された壁画。湘南台在中の画家、廣田雷風(ひろたらいふう)さんが「郷土に捧げる讃歌」をテーマに描きました(2-3ページで紹介)

藤沢市の玄関口、湘南台駅と藤沢駅の地下空間が、にぎわいの場としての付加価値をプラスして、新たな装いで供用を開始しました。3月26日にプレオープンイベントが行われた「湘南台駅地下アートスクエア」は、住民参加型の音楽とアートあふれる文化芸術活動の拠点として、湘南台エリアの活性化を目指すイベント広場。地域団体が行政を巻き込みながら寄付活動などを行い、当日は幅18mの壁画や支援者のネームプレート披露のほか、グランドピアノのお披露目を兼ねた記念演奏会が行われました。

3月27日に完成式が行われた「藤沢駅北口地下通路」の全面改修は、藤沢駅周辺地区再整備事業の一貫として、2020年から改修。既存の構造躯体を活かしながらもバリアフリーやユニバーサルデザインに配慮しています。また地下広場部分には、動作と映像が連動するインタラクティブやサイネージ機能を導入したほか、多目的利用でできるパーテーション設備などが導入されています。

が行われた「湘南台駅地下アートスクエア」は、住民参加型の音楽とアートあふれる文化芸術活動の拠点として、湘南台エリアの活性化を目指すイベント広場。地域団体が行政を巻き込みながら寄付活動などを行い、当日は幅18mの壁画や支援者のネームプレート披露のほか、グランドピアノのお披露目を兼ねた記念演奏会が行われました。

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！



リニューアルした藤沢駅北口地下通路(総面積約2200㎡)の地下広場部分(床面積約305㎡)

うまい棒 キャンペーン

2022年4月29日(金祝)～5月8日(日)

期間中有料ゲームをされたお客様に
オリジナルうまい棒1本プレゼント！
大人から子供までどなたでもOK！

※大会は除く ※ご来場の際はマスクの着用・入り口での手指の消毒にご協力お願い致します

Enoshima Bowl

TEL.0466-23-6114
藤沢市片瀬海岸2-15-22
8:00-23:00(月・水・金・土) 9:30-23:00(火・木・日)

Cat sitter petit

キャットシッター プチ

キャットシッター

バードシッター

ドッグシッター

茅ヶ崎市、藤沢市、大船までお伺いします
対応地域以外でも、どうぞご相談ください。

「安心して出かけられました！」と、飼い主様よりお声を頂いております。愛玩動物飼養管理士1級取得者が、ねこちゃんを大切にお世話致します。

●愛玩動物飼養管理士1級 ●ペット食育士1級 ●動物訪問看護師
●JCSA認定マスターライセンス 老犬介護士
●ペットアシストクラブ(PAC)正会員 《ペットサービス業務保険加入》
茅ヶ崎市小和田3-8-12 動物取扱業登録番号:動保 第210209号
(有効期間:2026年10月13日) 動物取扱責任者:迫 厚子

0467-53-2095

キャットシッター プチ 検索
https://pac1.jp/petit/index.html

おかげ様で11周年

買取強化実施中!! 限定

貴金属 査定額 ▶ 30%UP
ブランドバッグ 査定額 ▶ 10%UP

おたからや 湘南台店

0466-46-9022 湘南台パーキング 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
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)

おたからや 湘南台店 検索

正社員 遺品整理スタッフ／新規スタッフ募集

【仕事内容】ご依頼いただいたお宅のお片付け、遺品整理、回収、運搬、などをするお仕事です。

給 与 ●月給27万円以上
※固定残業代4万円以上/30h分を含む、超過分は別途支給 ※試用期間3ヶ月(待遇変化なし)

資 格 ●学歴不問、未経験者大歓迎、普通自動車運転免許(中型もしくは準中型限定解除総重量7.5t) ※AT限定不可

時 間 ●9:00～19:00(実働8h・作業開始時刻による)

休 日 ●各週休2日(シフト制)夏季・年末年始・有給

待 遇 ●昇給有、賞与有(業績による)、社会保険(健康・厚生年金)
雇用・労働保険有、交通費支給(当社規定による)

勤務地 ●現場による(神奈川、東京、千葉、埼玉) 直行直帰有り
カインドベア茅ヶ崎店

応 募 ●まずはお気軽に電話ください(面接時に履歴書持参)メールでの応募も可。one@kindbea.com

遺品整理事業拡大に伴い 長期で一緒に頑張ってくれる方募集

仕事内容は大きく分けて「お見積り」「現場作業」の2つ。見積依頼をいただいたお宅へ伺い、処分内容に応じたお見積書を作成。ご承諾を頂いたら日程を決めお片付け、引っ越しに伴う処分など様々なご要望に沿って作業を行います。
専門的な知識がなくとも大丈夫。将来リーダーとして遺品整理事業部をお任せできるようなやる気のある方を募集中です！

株式会社ネットリユース

0467-81-5326 担当・採用係
茅ヶ崎市共恵1-10-16 とえビル1F 茅ヶ崎駅 徒歩5分
古物商:神奈川県公安委員会許可:第452670007020号
特定国際種事業者番号:S-3-14-00179
一般廃棄物収集運搬業等許可

龍泉堂

無料にてご相談をお受けしております

26年間、調剤薬局、漢方相談薬局としてみなさまの健康に携わってまいりました。これからは、これまでの経験を生かし、漢方を中心に未病予防に貢献していきたいと思っております。
五臓六腑のみだれからの体調不良には漢方薬にて、栄養バランス、腸内フローラのみだれ、脳疲労からの体調不良はサプリメントも含めて対応していきます。お体の声に素直に耳を傾けて早めに健康を取り戻されて下さい。
漢方龍泉堂では、上記の健康相談を無料でお受けしております。

漢方龍泉堂 0466-53-7073

藤沢市藤沢556竹井ビル3階【JR藤沢駅北口より約徒歩3分】
9:00-19:00(火～土曜日) 9:00-14:00(日曜日) 月曜日・祝日定休

漢方龍泉堂 検索 https://www.ryusendo.jp

新時代のインプラント治療

高度歯周病、多数歯欠損の方のための
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:1本300,000円～

体験動画
YouTube

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 診療時間9:00-17:00
西小磯 休診日 木曜・日曜・祝日

私達、歯を全部抜きました

図1 (ICL 眼内レンズの特徴)



角膜を削らない
視力矯正法

ドライアイが
起こりにくい

【近視矯正手術】(ICL) 自由診療

片眼：24万円～29万円
乱視用31万円

手術翌日から日常生活に戻れる！
選定療養で白内障手術も可能に

最近では「運動の時、メガネから解放された」という人たちが新たな視力矯正手術として注目されている近視矯正手術「ICL」。

「ポピュラーな近視矯正治療はレーシックですが、近年眼内レンズを挿入する近視矯正手術「ICL」(図1)が注目されています。厚労省で認可されたICL治療は従来のレーシックとは違い、ドライアイや角膜の脆(ぜい)弱化が少ないと言われています。外部からの衝撃に強く、NASAや米軍、国内外のアスリートにも施術されている新しい治療法。手術時間はわずか5分程度。手術翌日から日常生活を送ることも。老眼の方への効果が高いため、対象は19歳～45歳くらいまで。治療費は自由診療で片目24万円から

最近では「運動の時、メガネから解放された」という人たちが新たな視力矯正手術として注目されている近視矯正手術「ICL」。

「ポピュラーな近視矯正治療はレーシックですが、近年眼内レンズを挿入する近視矯正手術「ICL」(図1)が注目されています。厚労省で認可されたICL治療は従来のレーシックとは違い、ドライアイや角膜の脆(ぜい)弱化が少ないと言われています。外部からの衝撃に強く、NASAや米軍、国内外のアスリートにも施術されている新しい治療法。手術時間はわずか5分程度。手術翌日から日常生活を送ることも。老眼の方への効果が高いため、対象は19歳～45歳くらいまで。治療費は自由診療で片目24万円から

図2 厚生労働省認定の選定療養とは

社会保険・国民健康保険に加入している患者さんの希望がある場合に、追加費用を負担することで、保険適用外の治療を保険適用の治療と併せて受けることができます。

手術費用

選定療養による保険適用での自己負担額

- ・0割負担者…0円
- ・1割・2割負担者…1.8万円(両目)
- ・3割負担者…5.4万円(片目)

+

差額レンズ代(すべて片目)

選定療養による保険適用外での自己負担額

- ・単焦点…0円(乱視用含む)
- ・2焦点…25万円/乱視用30万円
- ・3焦点…35万円/乱視用40万円

つまり…

以前に比べ、手術費用の負担がかなり軽減される可能性が…

※価格はすべてシーサイド眼科の一例

医療法人 風航会

シーサイド眼科茅ヶ崎

日本眼科学会認定専門医 身体障害者福祉法指定

☎0467-33-4335 茅ヶ崎駅南口徒歩1分

診療時間 9:30～12:30 14:30～17:30

休診日 日、祝 ※火曜・水曜の午後は特殊外来となります。

白内障日帰り手術

(多焦点眼内レンズ対応)

- ・近視矯正手術(ICL)
- ・緑内障・糖尿病
- ・黄斑変性硝子体注射
- ・眼瞼下垂手術

検査・3D-OCT各種レーザー

茅ヶ崎駅前2-18武蔵ビル2F

シーサイド眼科 検索

手作りインテリアで暮らしに彩りを

梅雨を楽しむ手作りアイテム
ランプは贈り物にも最適！

「アジサイのスタンドグラスランプ」3800円税別(受講料、材料費込み)。梅雨を楽しむアイテムや6月7日が誕生日の人へのプレゼントに。「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

参加は先着各日8人と少人数なので三密も回避。作品はその場で持ち帰れるので、自分

「アドワークス」では大人のインテリアづくりが体験できます。5月に制作するのは、梅雨を楽しむためのアジサイをモチーフとしたスタンドグラスランプ。色はピンクとブルーから好きな柄を選べます。

参加は先着各日8人と少人数なので三密も回避。作品はその場で持ち帰れるので、自分

スタンドグラス体験会

各日・先着8人限定！(要予約)

開催日時 5月11日以降の 水・木・金・土

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
ブルー4名、ピンク4名の先着順

ADWORKS (アドワークス)

茅ヶ崎市弥勒寺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

茅ヶ崎駅南口

茅ヶ崎駅前2-18武蔵ビル2F

シーサイド眼科

Question

「ピロリ菌の除菌治療が、胃がん予防につながると聞きました。詳しく教えてください。」

Answer

以前は不治の病と思われていた胃がんですが、現在は早い段階で発見すればほぼ100%治る疾患になりました。そして、ピロリ菌の胃粘膜への感染が胃がんの原因であるということがわかって、その除菌治療で胃がんを予防することも可能になっています。

もともとピロリ菌に感染していない人はほぼ胃がんにはならず、ピロリ菌に感染している人に胃がんが発生することがわかっています。若い人ほどピロリ菌に感染している人は少なく、また除菌治療が広く行われるようになって、胃がんの発生は今後大幅に減ってくると予想されます。しかし現在ピロリ菌に感染している人はもちろん、除菌治療を受けても胃がんのリスクを持っているので対策が必要です。

ピロリ菌の検査を受けたことがない人はまず採血検査で調べてください。もし陰性なら、今後胃がんになる可能性は極めて少ないでしょう。陽性の場合、胃の内視鏡検査を受けて、どの程度の胃炎なのか、現在胃がんや胃潰瘍がないかどうかを確認して除菌治療を受けましょう。

除菌治療は抗生物質などを1週間内服するだけです。除菌が成功するとある程度胃がんを予防することができます。しかしまったくなくなるとは限りありません。除菌できた場合でも、定期的に内視鏡検査は受けてください。定期的に内視鏡検査を受けることによって、万が一胃がんが発生しても内視鏡で胃粘膜を一部切除するだけで治る段階で見つけることができます。

藤沢市では2年前から胃がん検診として内視鏡検診を行っています。50才以上の方は隔年で受けられますので、該当者はぜひ受けるようにしてください。

湘南グッドドクターズ

教えてドクターQ&A

答えてくれたのは…

すが内科クリニック
院長 菅 誠 先生



横浜市立大学医学部卒業後、横浜市立大学第二内科に入局。聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院消化器内科を経て、2002年湘南台に「すが内科クリニック」を開院。昨年の内視鏡件数は、胃・1700件、大腸・900件。趣味は読書と映画鑑賞

すが内科クリニック
☎0466-45-5557
藤沢市湘南台2-8-30、3階
診療科目：内科、消化器内科
すが内科クリニック

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

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「鵜沼アルカディア歯科・矯正歯科」の角田達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。

「歯科医院を選ぶ際の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年は当たり前に、20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

田院長。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つ同院。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「ストロマン社」製を使用。手術とそれの被せ物や、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 鵜沼アルカディア歯科・矯正歯科

ヨイハ シロニ

☎0120-418-462

藤沢市鵜沼石上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 363,000～462,000円(税込)

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
のだ たつひ 角田 達院長

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

ドーン!!

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!!

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

茶道具・骨董品

●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 プラント品 iPhone13(アップル製品) タイヤ・ダイヤモンド 掛け軸 切手(国内・海外) 勲章・軍服・軍書品 サングラス 印鑑・根付 金杯・銀杯 金券 純銀・シルバー

買取専門店 カインドベア 茅ヶ崎店

☎0466-86-7505

10:00～19:00 第2・第4日曜定休
茅ヶ崎市辻堂新町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
茅ヶ崎市共栄1-10-16 茅ヶ崎駅南口徒歩2分

5月末まで!

季節限定
窯焼きパンケーキ

こぼれ甘夏
抹茶とさくら

Dishers

ディッシャーズ江ノ島店

新江ノ島水族館向いENOTOKIビル2階

TEL 0466-53-7423 9:00～21:30

神奈川県
鎌倉市

大切なペットと一緒に眠れるガーデン墓地🐾

顕証寺墓苑 七里ガ浜樹木葬

新区画墓地ご案内

樹木葬式永代供養墓

凜
RIN

2霊納骨
永年供養

55 永代使用料
万円より

輝
KAGAYAKI

4霊納骨
永年供養

77 永代使用料
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。

正面のフェンスはシーズンにはバラが開花します。



集

TSUDOI

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

332,000円
(1霊 332,000円)

3名でご購入の
お客様

569,000円
(1霊 186,677円)

2名でご購入の
お客様

465,000円
(1霊 232,500円)

4名でご購入の
お客様

653,000円
(1霊 163,250円)

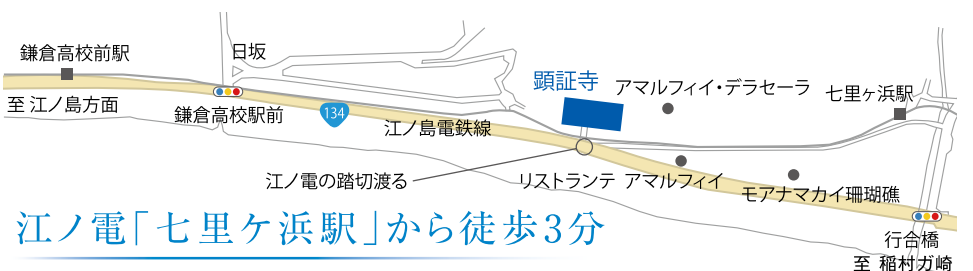
苑内からは江の島と富士が見えます



イーストサイドの休憩所



住み慣れた湘南 思い出の地湘南
永年この場所にお眠り頂けます



江ノ電「七里ヶ浜駅」から徒歩3分

国道134号線沿い。

資料請求・見学予約のお問い合わせは

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

**乳がん検診を
もっと身近に**



湘南記念病院 土井卓子医師監修アプリ
ブレストヘルスナビ



Shonan
Lien 湘南
リアン

発行/編集 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
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 ☎045-680-1091

FM83.1
RADIO SHONAN 83.1FM FUJISAWA

PCスマホでもお聴き頂けます
www.radioshonan.co.jp

もうすぐ母の日。感謝の気持ちを添えて贈ろう！

Mother's Day
5/8
(日)

リアン編集部おススメ 母の日ギフトセレクション

今年5月8日(日)は「母の日」。「ルミネ藤沢」では「Mother's Day」として母の日ギフトを提案しています。お母さんの喜ぶ顔を思い浮かべながら、「ありがとう」の気持ちを添えて、心のこもったギフトを贈りませんか？

大好きなスイーツで笑顔いっぱい



湘南クリエイティブ・ガトー華 (3F)
TEL.0466-54-1511

「母の日ガトーフレーズ」
4号(3~4人分) 3200円

「母の日」ならではの期間限定商品。イチゴ風味の生クリームを使用したガトーフレーズにカーネーションを飾りました。ブーケのようなキュートな見た目です。5月7日(土)・8日(日)のみの販売。販売数量に達し次第予約終了となります。



ラ・メゾン アンソレイユタブル
パティスリー (3F)
TEL.0466-55-0505

「いちごとベリーティラミススクリームの
ブーケタルト」
1ホール(直径16cm) 4300円

ベリーティラミススクリームを重ね、香ばしいアーモンドクランチを忍ばせたタルトに、カーネーションとイチゴを華やかに飾りました。イチゴが大好きなお母さんに！ 5月1日(日)~8日(日)の販売です。



いつもキレイでいて欲しいから

ファンケル (4F)
TEL.0466-22-6501

「パーフェクト ブライトニングキット」
5900円

毎日の紫外線、乾燥から肌を守るパーフェクトキット。ちょっとした旅行にもピッタリです。
①日焼け止めミルクサンガード50+プロテクトUV
ハーフサイズ30ml、②ブライトニングミスト
ブライトリフレッシュミスト35ml、③パウダー状美容液
トリプルビタパウダー 4g、④薬用美白美容液
ホワイトニングエッセンス<医薬部外品>18ml、⑤ひんやり
ジェル状美容液 リフトウォータージェリー
40g、⑥薬用美白マスク ホワイトニングマスク3枚
<医薬部外品>

お世話になっているお母さんに「ありがとう」を



フラワーショップ マルヤマ (1F)
TEL.0466-24-4187

「母の日のフラワーアレンジメント」3850円

25cm×25cm(サイズ、価格は花材によって異なる場合があります)

「母の日」定番のカーネーションを使ったアレンジメント。お母さんの好きな色、好きな花を連想しながら、オリジナルアレンジを贈りませんか？ 販売は5月8日(日)まで。
※母の日当日までの配送は5月5日(木・祝)の予約まで

ルミネ藤沢

◆藤沢市藤沢438-1

※店舗により営業時間が異なります。

詳しくは各ショップに確認を

☎0466-24-4000

※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、お客さまと従業員の安全に配慮し、営業を行っています

藤沢市にあるリフォーム専門店

TECS

<https://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。

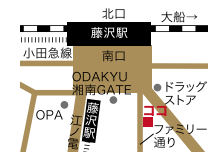
HPでねこスタッフブログ公開中！

外構・エクステリア工事 塗装・屋根工事
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



「同じことを100回聞かれても笑顔でお答えします」と同教室。右下の読者限定クーポンで、入会金が無料に！この機会を活用して



アイアールパソコン教室
藤沢教室

◆藤沢市藤沢20-23 岩田ビル3階
☎9:30 ~ 17:30 不定休
☎ <https://www.pc-fujisawa.jp/>
☎0466-28-0004

誰にも頼らずパソコンを使えますか？

パソコンが趣味という シニアや主婦が増えています

誰にも頼らずパソコン
が使えますか？
「パソコンは頭と指先
を使うので、認知症予防
にもピッタリ。パソコン
が趣味というシニアや主
婦が増えています」とイ
ンストラクター。
初心者はもちろん自己
流で使っている人も、気
軽に質問できる個別指導
のパソコン教室。ワード
やエクセル、ネットを活
用しているシニアがたく
さん通っています。
フリータイム制(月4
時間、月額8,800円か
ら)なので、自分のペー

Lienクーポン

2022/5/6(金)~6/29(水)まで

読者限定

入会金0円に

通常5500円の入会金が
無料 ※月謝コース新入会のみ
本紙持参または「リアンを見て」でも可
アイアールパソコン教室 藤沢教室

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

学習支援コース 広域通学制 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 **大成学園**
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
クラス指導 藤沢校 藤沢市南藤沢2-1-3ダイヤモンドビル5階

放課後等
デイサービス **生徒募集**

対象 小学生・中学生・高校生 障がい児

子育て支援和美
放課後デイサービス平塚駅前校

カナガク自立支援学習センター
カナガク放課後デイ辻堂駅前校・藤沢駅前校

説明会のお申込み
お問い合わせ ☎0466-54-7779(本部)
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

高価買取 おたからや 公認 通話無料 9:00~21:00

0120-555-415

コールセンターまで気軽にお電話ください！

出張 高価買取

お電話一本
後は待つだけ

出張買取の車はロゴなし一般車両を使用しております。

ブランド 時計

相場大高騰
売るなら今!!

ROLEX 2400万円
カルティエ 60万円
CHANEL 44万円

ROLEX 513万円
98万円
24万円

CHANEL 12万円以上
金額保証

キャンペーン 5月26日まで
全員対象 買取金額 40%UP

おたからや 藤沢店
藤沢市藤沢484-4 オーク湘南藤沢ビル1F
【営業時間】10:00~19:00 藤沢駅北口 徒歩4分

ご成約の方駐車料金1000円ご負担いたします

コロナ対策徹底 陰性証明書
査定員 全員PCR検査済 携帯して出張・店内に掲示

※記載している買取価格は参考です。実際の買取価格を保証するものではありません。※古物営業法に基づき、身分証明書のご提示が必要です。【】内のいずれかを必ずお持ちください【運転免許証・各種健康保険証・マイナンバーカード・在留カード等】株式会社いーふらん 古物商 神奈川県公安委員会許可 第451380001308号