

上質で自由な時間を過ごす

Shonan

vol.45

3

March 2023

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
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が縁、絆を大切に素敵な出逢いがありますように...



大人の 習いごと

仕事・私生活ともに充実させながら
人生100年時代を楽しもうとする人
が増えていきます。何事も思い立った
がはじめ時。あなたも今年は新しい
ことを始めてみませんか。



入場無料・参加無料

セカンドライフセミナー

～シニアの住まい選び編～

定員50名/予約制

3/28(火)開催 9:30-13:00
昼食・お茶付き

会場：鎌倉プリンスホテル バンケットホール七里ガ浜

鎌倉市七里ガ浜東1-2-18 江ノ電七里ヶ浜駅から徒歩約8分(七里ヶ浜駅発・ホテルシャトルバスあり)

- 専門家によるシニアの住まいの講演
- シニア施設の紹介
- シニアの住まいに関するシンポジウム
- 協賛社のブース出展
- 個別相談会
- などを予定

主催：Lien編集部 セミナー事務局(株)産案 横浜 ☎ 0800-1700-255(10:00~17:00/土日祝休み)

人生100年時代。これからの
人生を自分らしく、豊かな生き方
をするためのヒントが見つかった
イベント。

シニアの住まいに関する情報が収集できる
セミナーや、相談ブースで自分に合った住まい
選びを考えてみませんか。

《参加出展》
サンシティ、藤沢エデンの園ほか



開催最新情報はリアン
ウェブサイトで随時更新!

<https://lien-web.net/2nd-life-seminar/>

セカンドライフセミナー 鎌倉 検索

※開催内容は予告なく変更になる場合があります。最新の情報は
3/1発行Lien鎌倉・Lienウェブサイトでご確認ください。

Lien
編集部 主催



居合道

仮想敵と戦う無二の奥深さ

大人から居合道を始めたという人も多い、夢想神伝流の「居合道部 修武会」。対人競技ではないので、自分の技を一心に磨く奥深さがあります。まったく同じ所作は二度と再現できないところに奥深さがあるそうで、「上達の第1に決められた形(かた)をいかに正しくできるようになるか、第2に演武はもちろん動きの「間(ま)」を追求できるか、第3段階では目に見えない「仮想敵」を頭で描き描き描くことができるかが重要です」と指導者の竹内さん。(左から3人目)



居合道(いあいどう)とは

400余年の時を経て、今に伝わる剣技。試合では、あらかじめ定められた「形(かた)」の演武を披露し、審判員の判定で勝敗が決まります

「剣道のような打ち合いがない居合道は、老若男女問わず自分の体力やペースに合わせて続けられます」と居合道部 修武会の指導者、竹内道子(みちこ)さん。竹内さんが鮮やかに行う、鞘(さや)から刀を抜く抜刀(ばつとう)や、鞘に収める納刀(のうとう)の姿に憧れて入門したという門下生も多いそう。



心地よい緊張感とともに自分を高めたい

演武するときは常に緊張感があり、終わるとその刺激は爽快感に変わります。その爽快感を求めて稽古を続けています。始めたからには長く続けて少しでも居合の奥深さをのぞいてみたい。昇段審査は自分の修練の結果を確認するためのものだと思っています。

栗原浩さん(65歳/居合道歴4年 居合道三段)

取材協力

全日本剣道連盟制定居合・夢想神伝流

剣道連盟居合道部 修武会

■会場・日時 ①藤沢市秋葉台文化体育館(藤沢市遠藤2000-1)=火曜、19:00~21:00 ②藤沢市立鶴沼中学校武道場(藤沢市鶴沼桜が岡4-3-37)=水曜、19:00~21:00

☎jimukyoku_info@fujikenren.jp(藤沢市剣連事務局)

大人の習いごと

この春、新たな趣味や学びを始めてみませんか。日常からちょっと離れて、好きなことに没頭すれば、より豊かな人生に。“素の自分”に戻るきっかけにもなります。

体幹と忍耐力を強化する筋トレ

中高年のためのパーソナルトレーニングジム「T33」の「腕立て」には“腕立て好き”の仲間が集結。徳田トレーナーは、TVのスポーツバラエティ番組で腕立てチャンピオンになった経験も。「自分のペースで行える腕立ては、初心者からプロまで、レベルに関係なく仲間と一緒にできる筋トレ。継続は力なり。たった30分ですが、数か月続けると、自分の変化に気づけます」と徳田さん。

腕立て伏せ



30分の中で計画的に「腕立て」を行うトレーニング。バリエーションはさまざま、1回として同じメニューはないそう。「簡単な動作で行える筋トレですが、しっかりと正しいやり方とコツを守って取り組み、効果的な全身運動として体幹と精神力が鍛えられます」とパーソナルトレーナーの徳田博之さん。腕立て部のレッスンは毎週金曜日、19:30~20:00(月額4000円)。

T33(ティ・サン・サン)

■住所 鎌倉市御成町11-29(鎌倉洞ビル2階(鎌倉駅西口から徒歩2分。鎌倉市役所交差点角) ■営業 11:00から(時間は応相談。金曜日は14:00まで) ■水曜定休 TEL:0467-84-8590

T33 腕立て



社交ダンス

美しさ追求をするペアダンス

「ウチダ☆ダンス スタジオ 湘南」は、さまざまな年齢層のメンバーが社交ダンスを楽しんでいます。種類や種目によって、踊り方や曲調が異なる社交ダンスは、楽しみ方もさまざま。「ペアダンスなので、心地よい音楽に合わせて息の合ったステップが踏めると、心も弾みます。教室は“社交”という名のごとくメンバー同士の社交の場。レッスン後など、ダンスを通じて語り合えるのも魅力のひとつです」と講師。

姿勢正しく優雅に、ペアで踊る社交ダンスは、非日常的だからこそ心も解放できるスポーツ。「特別な運動能力は必要なく、リハビリで通われる方も。レッスンでは講師がアシストするので、まずは簡単なステップから楽しんでみませんか」と教室オーナーで講師の内田智之さんと八木みどり(本名:内田)さん



音楽に合わせて優雅に楽しく思いやりのスポーツ

社交ダンスはペア同士、相手を思ったリードとフォローが大切で、奥深さを感じています。音楽に合わせて体を動かすのも爽快で、目標はきれいに踊れるようになること。私にとって「フレイル予防」であり生きがいでもあります。

椎野功(いさお)さん(72歳/社交ダンス歴5年)



“大人の部活動”がかけがえのない習慣に

「腕立て」はとても地味なトレーニングですが、体幹が鍛えられるので以前に比べて健康体になりました。励まし合いながら同じ目標に向かって世代を超えて集う大人の部活(笑)は、私のかけがえのない“習慣”です。

岡澤聖二郎さん(53歳/腕立て歴10年)



ウチダ☆ダンス スタジオ湘南

■住所 藤沢市藤沢115FTビル3階(JR 藤沢駅北口徒歩1分) ■営業 12:00~20:00 ■定休日 日曜、祝日 ■料金 予約不要のチケット制(体験レッスン20分1500円) TEL:0466-22-5803

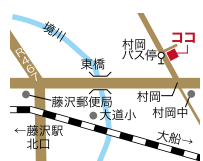
ウチダダンス



アイテムに



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



ステンドグラス体験会

先着 8人限定!
(要予約)

開催日時 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。体験会は少人数制で実施しています

贈り物に喜ばれるハンドメイドのインテリア
今人気のステンドグラス。4180円とリーズナブル。気軽にのびのびと作りたい。3月に制作するのは、三角柱のサークルラン。作ったその場で持ち帰れます。制作費は、受講料、材料費込みで。プレゼントはいかが。

ステンドグラスランプ体験

贈り物に喜ばれるハンドメイドのインテリア

マンツーマン個別指導だから君の望み通りの英語が学べる



難関校を目指す君も



英語が苦手な君も



基礎から学ぶ君も



部活と両立する君も

マンツーマン
レッスン
一人ひとりの
ペースに合わせて
無理なく学べる

初学者から
難関校受験まで
効率的に英語が
習得できるテキスト
とカリキュラム

確かな実力の
講師陣
成績アップ
志望校合格へと
導きます

大学受験・高校入試
成績アップ 定期テスト対策 英検対策

体験授業(有料)受付中!

春期講習 3/14(火)開講

英語を学ぶなら
英語専門塾に
お任せを!

つばさ英語塾

Tsubasa English School

☎0466-54-7009

藤沢駅より徒歩5分

2023年度 七里ヶ浜ゴルフ場 同好会会員募集中!!

同好会会員料金

有効期限 2024年 3月31日まで

グランドシニア(75才以上)
新規¥9,900
継続¥8,800

シニア(55才以上)
新規¥9,900
継続¥8,800

メンズ
新規¥13,200
継続¥11,000

レディース
新規¥11,000
継続¥8,800

ヤング(25才以下)
新規¥5,500
継続¥4,400

ジュニア(18才以下)
新規¥3,300
継続¥2,200

※各料金には、消費税が含まれております。

① 貸ボール料金の割引 ② 毎月7のつく日は会員感謝デー!

【ハッピー木曜日】第1・3木曜日は女性会員さま、第2・4木曜日は55才以上の方が1時間打ち放題¥1,390! ※祝日は除く

グランドシニア、ヤング会員は練習料金が土休日でも平日料金でご利用できます!(90分打ち放題、イベント、キャンペーン商品は除く)

ジュニア会員は平日・土休日いつでも1カゴ¥120で、ご利用いただけます。

お誕生月は2時間打ち放題が打席料¥590のみでご利用いただけます。(1回のみ有効)

同好会 入会特典

早期入会4特典

2023年3月31日(金)までに入会手続きをされた方にプレゼント

全日打ち放題 ¥300割引または、ボール1カゴ割引券 3枚

個人レッスン半額券(1レッスン20分) ¥1,020 1枚

全日2時間打ち放題券(打席料別) 1枚

鎌倉プリンスホテル レストラン20%割引券 1枚



七里ヶ浜ゴルフ場

☎0467-32-1112

<https://www.princehotels.co.jp/golf/shichirigahama>

営業時間 平 日/8:00A.M.~9:00P.M.
土休日/7:00A.M.~9:00P.M.
〒248-0025 鎌倉市七里ヶ浜東1-2-18



●開放的な132打席
●280ヤード打ち放し
●各種スクール開講中



続編

成人の5人に4人が歯周病といわれる時代 歯の“延命”に重要なスペシャリストとの出会い

「歯周病治療は“歯を残すためのもの”ですが、歯の温存が口全体の健康にとってプラスになるか、この判断は非常に難しい。だからこそ、歯周病専門医の診断が必要なんです」と語るのは、藤沢歯科の雨宮院長。「半面、他の医院で抜歯を勧められたけれど、何とか歯を残したいという患者さんの来院も多い」と続けます。今や、成人の5人に4人が歯周病と言われる時代。今求められている歯周病治療と予防について、2月号に引き続き、日本歯周病学会歯周病専門医の資格を持つ雨宮先生に話を聞きました。

**自然治癒しない歯周病
しみる、血が出る……
そんなサインを見逃さないで**

歯ぐきがしみる、歯ブラシを当てた時に痛みや違和感、出血することがある……。そんな症状は歯周病のサインかもしれません。歯を失う大きな原因の一つ歯周病（歯槽膿漏）は、成人の5人に4人が罹患（りかん）しているといわれています。歯周病の初期は自覚症状がないため、ひどくなるまで気づかない人も多く、また自然治癒することがありません。

歯周病は、口の中で常に炎症が続いているという状態で、進行すると血液を介して各臓器に歯周病菌が運ばれ、全身疾患の発症リスクが高まることがわかってきました。

例えば、歯周病と糖尿病がお互いを悪化させること、動脈硬化を誘発し心臓疾患や脳梗塞の発症リスクが高まることなどです。そのため、糖尿病などの全身疾患も含めた生活習慣病を改善するために来院される患者さんが増えています。

しかし、歯を残すことがその人にとって本当に大切なことなのか、適切な治療方法を選択し、最適な治療方法を提案します。

**適切な歯周病治療に不可欠な
検査と包括的チーム医療**

その診断に、重要なのが「初期歯周病予防プログラム」です。歯周病の状況はその日の体調の良し悪しによっても変わります。ですから、1カ月に渡って専門医や歯科衛生士が、お口の状態を観察することが適切な治療につながります。

つながるわけですね。このプログラムを実施したことで「歯を抜かずに済んだ」という人もいます。当院では、月1回全員で症例検討（勉強会）を実施。スタッフそれぞれの知識と技術を持つスペシャリストによるチーム医療が、歯の“延命”につながると考えています。



「藤沢歯科」は、歯周病治療とインプラント治療、静脈内鎮静法下での歯科治療を3本柱に歯科診療（自由診療）を行っています。スタッフ全員がグローバルな視点で歯科医療の知識や技術を学び、連携して包括的な歯科医療を提供しています。写真は、スタッフ主導で行われる「症例検討」の様子。

藤沢歯科の初期歯周病予防プログラム

初診(約60分)

口腔内診査、口腔内写真、レントゲン検査、診査、診断、説明。かみ合わせ、痛みの部位や不快感を聞き、急性症状は初診時に対応

歯周基本治療 1回目(90分)

歯周ポケット検査、唾液検査（むし歯・歯周病菌）、咀嚼機能検査、口腔衛生指導、クリーニング（歯や歯周ポケットの歯石除去）、治療方針の説明

歯周基本治療 2回目(90分)

歯周病検査結果の説明、歯周病予防プログラムの提案、クリーニング、歯ブラシ・デンタルフロス・マウスリンスの提案、体組成計測定（追加が必要な場合）

歯周基本治療 3回目(90分)

追加で行った精密検査結果の説明、歯周組織の変化の説明と中間評価、クリーニング、禁煙サポート

歯周基本治療 4回目

再評価・説明 (90分)

歯周ポケット精密検査、クリーニング、最終評価とリスク説明、今後の歯周病予防プログラムの提案。歯周病の手術などが必要な場合は歯周組織再生療法の説明

治療

メンテナンス

3～4カ月ごとの定期健診で、長期的な健康のための保全治療を実施します

歯科医が6人、歯科衛生士が8人、管理栄養士および栄養士が4人在籍する同院。一人の患者さんを専属の歯科衛生士が担当する「担当制」を導入。症状の変化や状況を理解しやすい、一人ひとりに合わせたセルフケアの提案ができるというメリットも



藤沢歯科 院長・雨宮啓 先生

東京歯科大学歯学部卒業、同大学大学院（歯科麻酔学）修了。日本歯周病学会歯周病専門医、日本歯科麻酔学会認定医。2021年10月より発売された「進化する歯科のチカラ～歯科医療最前線に闘う12人のプロフェッショナル」でも紹介されています

「歯科医院におけるチーム医療とは？」
藤沢歯科ペリオ・インプラントセンター
が配信する動画はココから！



藤沢歯科ペリオ・インプラントセンター（4階）
藤沢歯科予防クリニック（2階）

〒藤沢市南藤沢21-6、4階・2階
9:00～13:00 / 14:00～17:30
（土曜・祝日・祝日休診）
木・日曜、祝日休診
https://www.fdic.jp/
☎ 0466-26-8541



世界4大デザイン賞の一つ「グッドデザイン賞」を受賞したシニア住宅

GOOD DESIGN

グッドデザイン賞受賞の証「Gマーク」

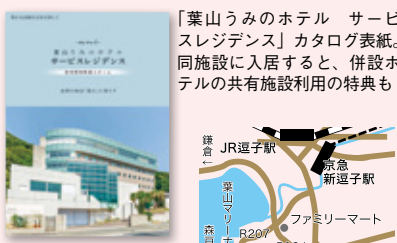
海を見渡す葉山で ホテル併設型セカンドライフを



2020年6月に開設された同施設のコンセプトは「海と建物の共有」。カフェや公衆浴場、デイサービスを併設し、積極的に地域に開かれた建物になっています

資料請求はリアン編集部で受け付け

受け付けは下記フリーダイヤルから
リ안의HPから気軽に申し込みを。



ホテル複合施設 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
〒三浦郡葉山町堀内251-1 駐車場あり

資料請求・問い合わせ

【受け付け代行】リアン編集部

☎10:00～17:00（祝日を除く月～金曜）

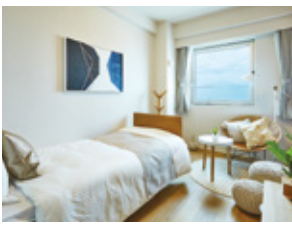
0800-1700-255



▲WEB申し込みはこちら

横浜横須賀道路「逗子IC」から逗葉新道を車で10分。富士山と相模湾が望める大パノラマが広がる、ホテル併設型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」が、昨年11月、「2022年度グッドデザイン賞」（主催／公益財団法人日本デザイン振興会）を初受賞しました。「グッドデザイン賞」は、世界4大デザイン賞のひとつともいわれる、カタチの有無に関わらず、何らかの理想や目的を果たすために築いたものをデザインにとらえ、その質を評価・顕彰していく活動です。「もともととは企業の研修施設だった建屋。入居者に会いに来たご家族が海辺のホテルに宿泊し、次の日も一緒に過ごせる、ホテル併設型の高齢者の介護施設として再生したことが評価され、栄誉ある受賞につながりました。これから、地域活性化を目的とした宿泊施設の共有と、コミュニティの場として住民へ開放など、さまざまな人たちが利用できる、街に開かれた建物、でありたいと考えています」（森本施設長）。

海に面したホテルのよう。自分や親の「これからの暮らし」について考えてみませんか。リアン編集部では同施設のカタログ資料を無料で配布しています。申し込み左記から。同施設は、旭化成ホームズ（株）の関連会社「シマダリビングパートナーズ」が運営しています。



居室の一例

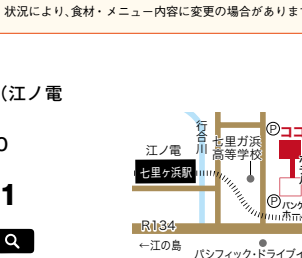
ホワイトデーもすぐそこ。“鎌プリ”春のアフタヌーンティー

うれしいイチゴの食べ放題付き 春爛漫のメニューで大切な人と楽しいひと時を



春爛漫！ いちご×ハニーレモンのアフタヌーンティー

期 間 3月4日(土)～5月10日(水)
時 間 ① 11:30～13:30
② 13:30～15:30
平日時間制限なし(土日祝日は120分入れ替え制)
場 所 「レストラン・トリアノン」
料 金 6200円 ソフトドリンク飲み放題付き
+1000円でスパークリングワイン 90分飲み放題プランあり※消費税込み、別途サービス料(13%)加算



鎌倉プリンスホテル

〒鎌倉市七里が浜東1-2-18（江ノ電

七里ヶ浜駅から徒歩約8分）

※電話予約 10:00～17:00

レストラン予約

☎ 0467-32-1111

鎌倉プリンスホテル

「鎌倉プリンスホテル」が提案する春のアフタヌーンティーの主役はハチミツとさわやかなレモン、みんなが大好きなイチゴです。なんとイチゴは何度でもおかわり自由。そのほか、お花をそのまま閉じ込めた「ホワイトチョコ」。

「鎌倉プリンスホテル」が提案する春のアフタヌーンティーの主役はハチミツとさわやかなレモン、みんなが大好きなイチゴです。なんとイチゴは何度でもおかわり自由。そのほか、お花をそのまま閉じ込めた「ホワイトチョコ」。

「鎌倉プリンスホテル」が提案する春のアフタヌーンティーの主役はハチミツとさわやかなレモン、みんなが大好きなイチゴです。なんとイチゴは何度でもおかわり自由。そのほか、お花をそのまま閉じ込めた「ホワイトチョコ」。



本物そっくりな海鮮丼（製作時間約60分）

地元食材を使ったカフェもある観光拠点。予約不要のワークショップでは、本物そっくりのネタを盛り付ける「小田原海鮮丼サンプル作り」や「小田原の風景ちょうちん作り」などが楽しめます。

【小田原市観光交流センター】小田原市本町1-7-50 / JR・小田急線「小田原駅」東口徒歩約10分。駐車場あり（有料）／観光案内9:00～17:00、カフェ10:00～17:00、レンタサイクル9:30～16:30（最終貸し出しは15:30まで）。12/29～1/3は休み／☎0465-46-8403



©（一社）小田原市観光協会

小田原城の桜の開花シーズンに、地元の名産品「かまぼこ」を楽しむ小田原城址公園恒例イベント。小田原蒲鉾協同組合の11社が集い、かまぼこの板付けの実演や販売、ききかま大会、ライブ演奏などが行われます。

【小田原かまぼこ桜まつり】3/25（土）・26（日）10:00～17:00 / 小田原城址公園二の丸広場（小田原市城内3） / JR・小田急線「小田原駅」東口徒歩約10分。駐車場なし / 小田原市蒲鉾協同組合☎0465-22-4068

3

体験

海鮮丼のサンプル作りに挑戦
情報満載の観光拠点

4

イベント

桜咲く小田原城で集結！
第27回小田原かまぼこ桜まつり

春の小田原ぶらり散歩

歴史の中に新しさもある城下町小田原で、のんびり散歩しませんか。湘南エリアから電車で約30分、小旅行気分でお出かけを！

小田原駅東口のダイヤ街商店街にはガンダムデザインのマンホールがあるよ！

詳しくは検索して

1

イベント

第19回おだわら雛の道中
小田原駅周辺など関連商品も

大正時代の段飾りが華やかな「小田原宿なりわい交流館」。温かいお茶が用意され、散策がてら立ち寄って

小田原駅周辺など市内27カ所で、3/5（日）まで「おだわら雛の道中」を開催。場所などの詳細は下記二次元コードから。期間中、各スポットではひな人形の展示や関連商品を販売。スタンプラリー達成者にはプレゼントも（数量限定）。

【おだわら雛の道中】3/5（日）まで / 無料お休み処「小田原宿なりわい交流館」（写真）小田原市本町3-6-23 / JR・小田急「小田原駅」東口徒歩約15分。駐車場なし / 10:00～18:00。イベント期間中の休みはなし。☎090-3427-4567（小早川さん） / 交流館☎0465-20-0515

2

レジャー

大型遊具もある桜の名所
高台に佇む絶景の公園

春は多彩な品種の桜が咲き、家族連れに人気の公園。小田原城をイメージした大型遊具や芝ソリが楽しめる斜面、広い園内を楽々移動するロードトレインやこども列車など、ワクワクが満載！

【小田原こどもの森公園わんぱくランド】入園無料 / 小田原市久野4377-1 / 小田原駅西口から箱根登山バス、または伊豆箱根バス（土・日曜、祝日のみ）「いいいの森（わんぱくランド）」行き終点下車 / 9:00～16:30。月曜（祝日除く）、祝日直後の平日が定休 / ☎0465-24-3189

小田原駅から徒歩5分、相模湾を見渡す高台の樹木葬庭園

かえ

花と緑に囲まれて土に還る
主流になってきた新しいお墓のカタチ

跡継ぎがいなくても、寺院や霊園がお墓の管理をしてくれる点が魅力のひとつという「樹木葬」。「第13回お墓の消費者全国実態調査2022年（鎌倉新書 調査）」によれば、この数年の間で、購入するお墓の主流が一般墓から樹木葬に移ったとか。今後ますます注目を集めそうな新しいお墓のカタチ。今回は、小田原駅からほど近い閑静な城山地区の願修寺内に開園した「小田原樹木葬てらす」の岩山住職に話を聞きました。

小田原樹木葬てらすの墓所価格 / 費用目安

日向 [永代供養墓] 15万円 年間管理費 / なし [初回別途費用]彫刻料3.3万円 ※希望者のみ[納骨時別途費用]粉骨料:1霊毎1.98万円、納骨手数料:1回毎1.1万円 ※全て税込	双葉 2霊 100万円 年間管理費 / 6,000円 [初回別途費用]彫刻料6.6万円 [納骨時別途費用]骨董料:1霊毎3.3万円、納骨手数料:1回毎3.3万円 ※全て税込
フレグランス 1-2霊 43万円～ 年間管理費 / 3,000円 [納骨時別途費用]納骨手数料:1回毎3.3万円 ※全て税込	大希 1-4霊 70~120万円 年間管理費 / 8,000円 [初回別途費用]彫刻料6.6万円 [納骨時別途費用]骨董料:1霊毎3.3万円、納骨手数料:1回毎3.3万円 ※全て税込
凜花 1霊 30万円 2霊 50万円 3霊 70万円 4霊 90万円 年間管理費 / 3,000円 [初回別途費用]彫刻料:1霊・2霊1.65万円 / 3霊・4霊3.3万円 [納骨時別途費用]粉骨料:1霊毎1.98万円、納骨手数料:1回毎3.3万円 ※全て税込	

臨済宗 大徳寺派 願修寺について

創建から600年以上の歴史を持つ北条家ゆかりの寺院。真言宗の寺院として建立、応永14年（1407年）に禅宗に改宗されました。現在は本堂の建て替えを実施中。

お寺を守るのは、ドイツ人を父に持つ岩山レオ知実住職。小田原城天守閣での座禅や、企業研修に座禅を採り入れるプログラムを提案するなど、新しい試みを展開中です。

岩山住職が実施する座禅プログラムの風景

子どもに「負担を残さない」供養の形

宗教不問・駐車場あり・ペットもOK

●2霊の場合

個別区画使用期間

1人目 2人目

納骨① 納骨②

13年

寺が供養

合祀後も永代にわたり大切に供養を続けます

永代供養墓に合祀

毎年の管理費 2人目の命日まで管理費を支払います

残された家族に負担がありません

申し込み・見学・資料請求はこちら

小田原樹木葬てらす

小田原市城山3-1-29
受け付け9:30～16:00、水曜定休

0120-600-310

【小田原樹木葬てらす 概要】■経営主体 / 臨済宗大徳寺派 願修寺 ■所在地 / 神奈川県小田原市城山3-1-29

小田原樹木葬てらす

小田原レディスクリニック、城山バス停、LABORATORIO、Café nuovo、城山三丁目バス停、フラダンススタジオ、城山競技場入口、西小田原駅、北条早雲公像、小田原西口、小田原駅、小田原東口、小田原市観光交流センター、小田原城址公園、小田原宿なりわい交流館、小田原樹木葬てらす、小田原こどもの森公園わんぱくランド、社村植物公園、小田原こどもの森公園、小田原樹木葬てらす（願修寺）

樹木葬への思い

花とみどりに囲まれた境内で故人と語らうひと時を

願修寺境内に開園した樹木葬は、高台にあるため見晴らしも良く、春には桜が花を咲かせます。故人を思い続ける気持ちは、宗教にとらわれない人間の本能です。四季折々の樹木や花に囲まれた境内で、故人と語らう気持ちで、のんびり豊かな時間を過ごしていただければと思います。

また、人生の長い期間一緒に過ごすペットも家族の一員。人間と動物、「命」に順位をつけることはできません。当園はすべての区画で愛するペットと一緒に眠ることが可能です。

臨済宗 願修寺
岩山レオ知実住職

できるうちに、という思いで来園されています。遠方の親御さんの「もしものとき」のために、と見学に来られる人もいます。

「岩山住職の今後の想いを教えてください」

「元氣なうちに納得した墓選びをしたい」「子どもたちに負担をかけたくない」と考えるご夫婦が多いですね。安心して豊かな老後を送るために、自分で判断

「元氣なうちに納得した墓選びをしたい」「子どもたちに負担をかけたくない」と考えるご夫婦が多いですね。安心して豊かな老後を送るために、自分で判断

「元氣なうちに納得した墓選びをしたい」「子どもたちに負担をかけたくない」と考えるご夫婦が多いですね。安心して豊かな老後を送るために、自分で判断

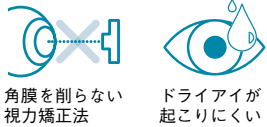


災害時でも困らない裸眼ライフを手に入れる

起きた瞬間からメガネいらず “もしも”の時に備える「ICL」

「メガネ、コンタクトレンズから解放されたいなどの相談は気軽にどうぞ。2023 年は裸眼生活を実現しませんか。メリットについて分かりやすく説明します」と吉田正至 院長（写真前列中央）

ICL 眼内レンズの特徴



「起きた瞬間からメガネいらずの生活に憧れる」という人から注目されている近視矯正手術「ICL」。

「ボビ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」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げい弱が少なく、とて視力が回復し、視界がクリアになります。

「日帰りの白内障手術には、通常の単焦点以外にも多焦点レンズを用いた白内障手術（遠近にピンポイントを合わせる2焦点）と、中距離を加えた3焦点があります。保険適用の治療と保険適用外の治療を併せて受けられる「選定療養」といういう枠組みで、多焦点眼内レンズ手術が可能になった

また、目がかすむ、まぶしい…こんな症状が特徴の「白内障」。透明の水晶体が白く濁る、誰でも起こりうる現象ですが、眼内レンズを挿入することで視力が回復し、視界がクリアになります。

「日帰りの白内障手術には、通常の単焦点以外にも多焦点レンズを用いた白内障手術（遠近にピンポイントを合わせる2焦点）と、中距離を加えた3焦点があります。保険適用の治療と保険適用外の治療を併せて受けられる「選定療養」といういう枠組みで、多焦点眼内レンズ手術が可能になった

「起きた瞬間からメガネいらずの生活に憧れる」という人から注目されている近視矯正手術「ICL」。

「ボビ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」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げい弱が少なく、とて視力が回復し、視界がクリアになります。

「日帰りの白内障手術には、通常の単焦点以外にも多焦点レンズを用いた白内障手術（遠近にピンポイントを合わせる2焦点）と、中距離を加えた3焦点があります。保険適用の治療と保険適用外の治療を併せて受けられる「選定療養」といういう枠組みで、多焦点眼内レンズ手術が可能になった

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 水、日、祝 ※火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

湘南えぼし座 湘南之民素人劇団

素人じばい舞台スタッフ募集!

4月30日(日)に、茅ヶ崎市民文化会館大ホールで上演される「大岡さばき2023」を一緒に作り上げる仲間を募集中です。

- 演出補助、けいこ運営補助スタッフ
- 大道具・特殊装置製作スタッフ
- 小道具・衣装製作&和装着付けスタッフ
- 舞台転換、照明・音響補助スタッフ など...

同時募集 ちょっと役出演者募集!
練習回数少な目だけど、ちょっとだけ出演してみたい方におすすめです。

ご応募・お問合せ TEL:0467-83-1312 肉の老舗 香川屋分店 担当:カメイ(火・日休)
または公式ホームページからご連絡ください。https://eboshiza.com/

誰に相談したら良いかわからないくらい
お口にお悩みのある方、是非ご相談ください。

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
1日で取り外しのいない
白い歯が入ります

自由診療
標準価格: ¥3,300,000円~

体験動画 YouTube

安心価格保証 ※自由診療に限る
他院の見積もりをお持ちください。
納得頂ける価格を提案いたします。

新システム導入 スペシャルモニター募集 ※詳しくはお問い合わせください

医療法人社団新正会
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

Question

私は頭痛持ちで天気によって左右されます。「天気痛」とはどんな病気ですか。

Answer

昔から「燕が低く飛ぶと雨が降る」とか「猫が顔を洗うと雨が降る」といった天気の言い伝えがありますが、「天気が悪くなる頃から古傷が痛む」とか「体のだるさや頭痛がする」といった訴えを外来で良く聞くことがあります。

「天気痛」や「気象病」といった天気と病気に関連する状態は、未だ分かっていないことも多いのですが、気圧や気温の変化が「交感神経」と「副交感神経」といわれる自律神経に影響させることが分かっています。

急激な気温の変化は「ヒートショック」を引き起こしたり、冬になると持病の高血

圧が悪化する人もいますが、これも気象病の一つであると考えられます。もちろん、天気以外の精神的なストレス等、さまざまな因子が影響して生じているものもありますが、気圧や湿度の変化による関係が持病を悪化させることを良く経験します。これら湿度や温度の変化は皮膚のセンサー、気圧変化には耳の奥の内耳にあるセンサーであるTRP (Transient Receptor Potential)により自律神経が影響して引き起こされていると考えられています。

最近では、気圧の変化を教えてくれる「頭痛ー」といったアプリや、weathernewsで「天気痛予報」も行われており、自身の予防的な行動に役立つ情報として発信されています。今後の研究によりさまざまな解明が待たれるところですが、ご自身の身体に起こった変化に対し、気象と関係している可能性があれば、漢方やビタミン剤、抗めまい薬などを用いた治療で症状を予防的に緩和させることもできる場合がありますので、是非かかりつけ医にご相談ください。

答えてくれたのは…
のぞみホームクリニック
院長 新海 敏行 先生
兵庫県神戸市生まれ、東邦大学医学部卒業後、藤沢湘南台病院総合診療科、山内病院総合診療科などを経て、2020年のぞみホームクリニック開院。趣味は「昭和時代の宝探し」と、一人放浪旅。

のぞみホームクリニック
☎0466-52-5233 藤沢市弥生寺 1-23-4
診療科目: 総合内科・消化器内科・内視鏡内科・糖尿病内科
のぞみホームクリニック

大学病院並みの設備で治療する先進的歯科治療

入れ歯やブリッジの不満はインプラント治療で解消を

角田院長（写真中央）。写真は、ハーバード大学歯学部インプラント科のウェルバー教授（右）と同校講師（左）米田ボストン、ハーバードファカルティークラブにて

「入れ歯やブリッジに不満を感じているのであれば、インプラント治療の検討を」と語るのは、鶴沼アルカディア歯科・矯正歯科の角田達治院長。インプラントの長期安定に必要なのは、エビデンス（研究成果）に基づいた治療法の採用、外科治療技術の高さ、歯の健康や噛み合わせの総合的歯科臨床技術と経験なのだそう。

「長期安定するインプラントのためには、早く、安く、簡単に、という希望本位でなく、本来の患者さん本位であることが重要だ」（角田院長）。

「当院の統計上ですが、直近10年間のインプラント成功率は99.9%以上。患者さんの満足度も高いです。高い技術力のインプラントは、10年は当たり前、20年、30年持つものです」。

1万8000本以上の実績と治療歴35年以上の長い臨床経験を持つ同院。オペ室には大学病院に準じる隔離された滅菌オペ室や全身管理モニター、笑気酸素吸引設備、点滴機材、大型医療用空気清浄機（除菌）など、先進の手術関連機器設備を備え、骨造成（骨の量を増やす）や骨移植手術なども実施。

「もちろんオールオン4なども行っています。インプラントを考えたらず、まずは情報収集が必要。さまざまな不安なども気軽に相談を」（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

医療法人社団 角理会 **鶴沼アルカディア歯科・矯正歯科**
ヨイハ シロニ
☎0120-418-462
藤沢市鶴沼石上1-1-15 (健康保険取扱い) インプラント1本 327,800円~ 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 14:30-18:30
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
のぞみ 角田 達治 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

骨董品・茶道具 お酒

ウイスキー・ブランデー等

出張買い取り承ります

Kind Bea 買取専門店
カインドベア ☎0120-815-328
10:00~19:00 / 茅ヶ崎市共恵 1-10-16 古物商許可証 第452670007020号

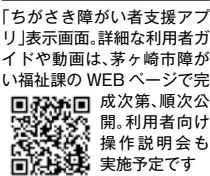
茅ヶ崎の情報を手軽に検索 障がい者支援アプリ運用開始

NEWS



茅ヶ崎市は1月24日から「ちがさき障がい者支援アプリ」の運用を開始しました。

スマートフォンやタブレット端末を利用して、障害福祉サービス事業所など（同日時点242カ所）の基本情報や空き状況を目的別に検索でき、



会員登録で、障がいの等級などに合わせた「お知らせ配信」や「オンライン相談」の予約も可能に。また、デジタル障害者手帳「ミライロID」との連携で、公共機関や商業施設など、外出先でスムーズに提示しやすくなります。アナログで行っていた

各種サービスをデジタル化することで、障がい者や介助者が求める情報や機能が一元化。3月には、公共施設や民間店舗の出入り口やトイレなどのバリアフリー情報について、写真とともに確認出来るなど、今後も充実した機能が追加されます。

なお同アプリの導入は、内閣府が推進するデジタル田園都市国家構想推進交付金を活用。市によると、行政が障がい者向けのアプリを運用するのは県内初だそうです。

地域連携のスマホ相談会 現在、ボランティア募集中

NEWS



藤沢市役所本庁舎で2月3日に行われた「スマホ何でも相談窓口」。昨秋、市内で高齢化率が最も高い湘南大庭地区で試行的に開催。好評だったため、今回は会場を増やして実施

「誰一人取り残さない、人に優しいデジタル化」を進める藤沢市では、市民ボランティアと連携し、1月と2月の計4日間、市内2会場で「スマホ何でも相談窓口」を開催。市内で高齢化率が最も高い湘南大庭地区で試行的に開催。好評だったため、今回は会場を増やして実施

マホ何でも相談窓口」を開設。デジタルデバイス（情報格差）対策のモデル事業として、高齢者をはじめ、スマートフォン操作に不安を抱く人向けに行われました。

今回相談役となったのは、東京五輪をきっかけに結成されたボランティア組織「チームFUJISAWA2020」のメンバーと、藤沢西高等学校ボランティア部の生徒たち。高校生と連携した相談窓口は、今回初めて行われました。

の試みで、新型コロナウイルス感染症拡大でボランティア部の活動が減る中、学生たちに身近なスマホを通じて、異世代交流の輪が広がりました。

なお、この相談窓口は6月ごろから市内複数の公民館で常設を予定。スマホの基本操作を教えることができるボランティアを来年3月25日（月）まで募集中。今後、事前説明会が予定され、詳細は「チームFUJISAWA」で検索してください。

江ノ電ダイヤ改正 3/18から14分間隔

NEWS



1952年以降のダイヤ改正となる江ノ島電鉄。これまで12分間隔のダイヤだったため、利用者は発車時刻に注意を

「江ノ島電鉄」は、3月18日（土）から早朝深夜の時間帯を除き、これまで

の12分間隔から14分間隔にダイヤを改正すると、1月18日に発表。運転間隔の変更は、1952年以来71年ぶりとなります。

今回の経緯は、混雑による遅延や、腰越併用軌道区間（路面区間）での道路混雑を起因とした列車遅延が多く発生しているとの説明。単線運行のため1列車の遅延が全列車の遅延につながるため、

駅停車時分を延ばすことで、回復力のあるダイヤに変更し、安定輸送の確保を図るとしています。

また、新型コロナウイルス感染症拡大で、通勤通学や観光の乗降客数が減少するなど、利用客の動向変化も踏まえられていきます。ダイヤ改正後は、時間ごとの発車時間は異なりますが、1時間あたり4〜5本の運行で、藤沢〜鎌倉間の15駅を結ぶ所要時間もこれまでの33分から37分に変更。詳しい時刻表は、各駅掲示のほか、同電鉄公式ホームページで確認できます。

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

駅停車時分を延ばすことで、回復力のあるダイヤに変更し、安定輸送の確保を図るとしています。

漁師町の郷土玩具で真剣勝負 「片瀬こま大会 2023」開催

開催概要(参加無料)

日時	3/25(土) 10:00開始 受け付け9:30、終了予定12:00
会場	片瀬漁港内芝生広場 藤沢市片瀬海岸2-20-25 ※駐車場なし
料金	200円(参加記念品付き) 事前申し込み不要(先着200人)
種目	第1部:長回し対決 第2部:長回しチャレンジ

「片瀬こま」の本体は、椿(つばき)、心棒は桎(かし)、ヒモは麻を使用。「マイ片瀬こま」での参加もOK(練習用の貸し出しはありません)。※雨天の場合中止。当日、同保存会ホームページやSNSで確認を

片瀬こま保存会
事務局：片瀬市民センター
☎ katasekoma@yahoo.co.jp
☎ 0466-27-2711

片瀬こま保存会

現役眼科医が徹底解説 眼内レンズ手術を受けるなら 読むべき1冊

白内障になった人も、まだなっていない人も。
老眼・近視・乱視の悩みを解決！
多焦点眼内レンズ手術で“生涯裸眼生活”がかなう。
初診から手術の受け方、裸眼生活スタートまでのプロセスを現役眼科医が徹底解説！

詳しくはwebで
書店・アマゾン・
鈴木眼科にて販売中
https://totsuka-suzuki.com/

著者：鈴木 高佳

こちらで提供中
amazon

生涯裸眼生活 検索

鈴木 高佳 (著) / 240ページ / 幻冬舎刊 / 単行本ソフトカバー

ふっくら、シャキシャキ
今だけの旬な味わい

季節の炊き込みご飯

あさりと筍の 炊き込みご飯 ¥1,000 (税込)

レギュラー ¥890 + ¥110 (炊き込みご飯に変更)

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

リアン読者限定特典
お会計時に「リアンを見た！」で
お食事代から10%OFF (3月31日(金)迄)

ひな祭りガトーフリース

フレッシュ生クリームで苺をサンドしたガトーフリースにひな人形・桃の花を飾りました。

4号 ¥3,600(税込)

ひな祭り苺生ロール

アーモンドパウダー入りビスキを苺と生クリームでロールにしてひな人形・桃の花を飾りました。

¥3,600(税込)

※一部飾り付けが変更になる場合がございます

平塚旭店 平塚市河内315-1 茅ヶ崎海岸店 茅ヶ崎市松が丘2-12-38 藤沢ルミネ店 藤沢市藤沢438-1ルミネ藤沢3F	平塚中原店 平塚市中原2丁目9-17 茅ヶ崎ラスカ店 茅ヶ崎市元町1-1ラスカ茅ヶ崎3F 大船ルミネ店 鎌倉市大船1丁目4-1LUMINE3F	平塚ラスカ店 平塚市宝町1-1ラスカ平塚 1F 藤沢湘南台店 藤沢市湘南台1丁目4-3サンシャイン湘南台11F 小田原ラスカ店 小田原市栄町1-1-9小田原ラスカ1F
---	--	--

ご予約 承り中

受け渡し・販売期間
3/2(木) 3(金)

藤沢
ミシン

決算SALE

3/1水▶31金

人気ミシン勢揃い！
洋裁用品もおトクな在庫一掃大バーゲン

藤沢ミシンでミシンを購入すると…

●5年保証付き※メーカー保証含む
※機種によって1年保証もあり

●ミシンの使い方無料講習あり

●オリジナルキット洋裁無料※キット代は別途要

●商品が特別価格に など特典多数！

ミシン各種

現金購入なら
当店店頭価格より

15%OFF!

※一部対象外商品あり

カードご利用なら
当店店頭価格より

10%OFF!

※一部対象外商品あり

布・ニット

糸・ミシン部品
洋裁道具・洋裁材料

全品
30%OFF

※一部対象外商品あり

10%OFF

洋裁教室なども開催！くわしくはホームページを▶ 藤沢ミシン 検索

メーカー不問 ミシンの修理もおまかせ下さい！

【裁縫機械整備技能士のいる店／国内外問わず全メーカー正規代理店】

Sewing Master 手作りクラブの 藤沢ミシン

http://fujisawa-misin.com/ スタッフ ブログ随時更新中

藤沢店 ☎0466-27-1151 10時～19時 年中無休

平塚店 ☎0463-21-0541 10時～19時/年中無休

横浜西口店 ☎045-320-3266 10時～19時/年中無休

PRESENT

イタリー湘南店
平日ディナータイム限定
「ペアお食事券」

5組
10人

湘南限定コース(前菜、プリモ、セコンド、
ドルチェ、カフェ)4980円

イタリー湘南店
☎0466-52-4147
藤沢市辻堂神台1丁目3-1
テラスモール湘南 湘南ヴィレッジ 1F/2F
◎平日 11:00-22:00 (L.O.21:00)
土日祝 10:00-22:00 (L.O.21:00)
イタリー湘南

1人

旅コレクション
「横浜発着」女子バス旅
1万円相当参加券

女性の活躍を促進するための神奈川県の事業「神奈川
なでしこブランド2023」にも認定された『横浜発着』女
子バス旅は女性限定の日帰りツアー。女性スタッフが
地元・神奈川と女性が元気に輝く旅を企画。
今回は、【占い体験付き！ガイドと歩く☆横浜中華街
大満喫(現地発着)】など、HP掲載のツアーから『1万円以
内のお好きなツアー』を1人にプレゼント。
※参加券の有効期限は2023年10月31日
旅コレクション
☎045-680-5489
横浜市中区尾上町3丁目35 横浜第一有楽ビル 5F
日曜定休
https://joshitabi-kanagawa.jp/
joshitabi_kanagawa 横浜発女子バス旅

<応募方法>①希望プレゼント番号(どちらか1つ) ②リアンの感想や意見 ③今号でよかつた記事 ④今後取り上げてほしい情報 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】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
※株式会社「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】3月6日(月)消印有効

いただいた個人情報は、賞品の発送、当選連絡・引き取りにのみ使用します。また、コメントは、個人を特定できない形で、「リアン」紙面に掲載させていただきます。ご了承ください

4月開講 年6回コース
「洋ラン講習会」生徒募集

カトレア、コチヨウランなど、華やかな姿が人気の洋ラン。難しいと思われがちな洋ラン栽培ですが、コツを押さえれば見事な花が咲きます。ランを専門に扱う「ヒロタインターナショナルフラワー」では、「洋ラン栽培講習会」を4月から開講します(先着30人)。申し込み、問い合わせは、電話・ファクス・メールのいずれかで。

講習会の風景はYouTube「SGASKIE」でも視聴できます

ヒロタインターナショナルフラワー
〒藤沢市湘南台4-30-1
(湘南台駅西口徒歩12分)
◎9:00～17:00 木曜休
☎hif@hif.co.jp (広田さん)
☎0466-44-1600
☎0466-45-4795
ヒロタインターナショナル

一洋ラン講習会一
期間 4・6・8・10・12月と、
2024年2月の第4日曜
(全6回)
10:00～正午(各回)
受講料 1万円(洋ラン3種3鉢、
水ゴケ、鉢、教材費を含む)

かながわの名産100選

かながわの名産100選に選ばれました。

湘南名物

湘南ちがさき屋

お近くの主な販売店は、
湘南ちがさき屋 検索

湘南みやげの 湘南ちがさき屋
茅ヶ崎市浜見平17-11 ☎0120-82-6708
https://www.chigasakiya.co.jp
上記ホームページからもご注文できます。

<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、テレホンカード、骨董品 他

貴金属はもちろん、
テレカ・洋酒も現金に!

おたからや 湘南台店
☎0466-46-9022

おたからや 検索

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

そろそろ新生活を迎え、引越しする人が増える季節。これを機に自宅に眠っている洋酒・ブランドバッグ・時計・貴金属・洋酒・商品券・テレホンカードなどを売却したい。特に関心がある人は、ぜひ「おたからや」にご相談ください。

リアン読者特典
ウイスキー・ブランド酒一箱あたり
10%UP
※本広告掲載の湘南台店限定※一部除外品も
ございます※2023.3/31(金)まで

テレホンカード高価買取
105度数 50度数
650円 360円
※枚数無制限※湘南台店限定※一部除外品も
ございます※2023.3/31(金)まで

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送呈
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



Lien 愛犬部

うちの子会

会員募集中

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



発行/編集 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 ☎045-680-1091



FM83.1

RADIO SHONAN 83.1FM FUJISAWA



PCスマホでもお聴き頂けます

www.radioshonan.co.jp



自然と一体化するラウンドは気分爽快。右写真は前回のコンペ

2023年
4月24(月)
開催

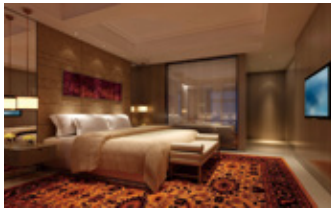
ひとり参加も歓迎
家族や友だちで



ひとり参加も歓迎！ ペア宿泊券のほか、多彩な賞品＆参加賞も！

4/24 (月)、第4回 Lien ゴルフコンペ in 葉山国際カンツリー倶楽部

優勝者には高級ホテルペア宿泊券を進呈！ そのほか豪華な賞品・参加賞もあります



写真はイメージ

青空の下で思いっきり体を動かしてみませんか。今年も恒例となったLien(リアン)編集部主催のゴルフコンペ「リアン杯」が開催されます。

会場は、湘南・葉山の丘に広がる風光明媚な「葉山国際カンツリー倶楽部」。大会には変化に富んだレイアウトと美しい景観が楽しめる「エメラルドコース」を利用します。

優勝者には高級ホテルペア宿泊券を進呈。そのほか豪華な賞品・参加賞もあります

コンペ参加申し込みは下記電話か Web で受け付け先着順・定員になり次第

先着順
定員
40人

電話は下記内容を伝え申し込んでください。Webは下記二次元バーコードから読み込み。
①氏名 ②年齢 ③性別 ④〒住所 ⑤電話番号
⑥参加人数(複数人の場合は参加者氏名)※受け付け完了後、招待券を郵送します

申し込み・問い合わせ
Lien 編集部 コンペ事務局
☎ 受付時間 平日 10:00 ~ 16:00
☎ 0800-1700-255



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

ゴルフコンペ「Lien 杯」
in 葉山国際カンツリー倶楽部
《開催概要》

日時：2023年4月24日(月)
時間：8:00 集合(8:00 受け付け開始)
8:47 スタート エメラルドコース
組数：10組(7分間隔)
競技方式：新ペリア方式
参加費：1万8000円/1人(1R4Bセルフ、飲食別、税込)
※プレー後のパーティーはありません
会場：葉山国際カンツリー倶楽部
〒三浦郡葉山町木古庭 1043-1
横浜横須賀道路 逗子ICより8km
※電車の場合、JR逗子駅よりクラブバスが運行しています

藤沢市にあるリフォーム専門店

TECS

<https://tecs-reform.jp/>

予約不要 リフォーム相談会

3/12日 クリナップ株式会社
10:00~16:00 藤沢ショールームにて



キッチンも 洗面台も

ユニットバス

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

高価買取 おたからや

0120-555-415

Webからの無料査定 ご予約はここから

高価買取 45%UP

買取強化キャンペーン

期間限定 3/23まで

買取金額 最大 45%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1階

【営業時間】10:00~19:00 藤沢駅北口 徒歩4分

ご成約で駐車料金1000円ご負担いたします

ダイヤ/色石/ブランド時計/ブランドバッグ/切手/記念硬貨など



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ワンデークラスあり

学習支援コース(授業料無料) 広域通学制 専攻学部高等学校 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

新規開校 平塚校 ☎0463-20-8328 藤沢校 藤沢市南藤沢2-1-3

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教室

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

初心者向け 初心者向けの分かりやすい内容で人気！

女性のためのやさしいマネーセミナー

人生100年時代と言われる今。かしこくお金と付き合って安心のセカンドライフを迎えられるように楽しく学んでみませんか？

参加費無料

コロナ禍の今だからこそ お金と真剣に向き合いましょう！

こんな事が学べます！

①かしこい運用で10年後に差をつける ②無理のない家計節約術 ③話題の「NISA」「iDeCo」も解説 ④人生3大支出の不安を安心にかえる貯蓄術 ⑤即効性のある保険節約術

講師 庄司 克之

受講者の声

貯蓄や投資といったことに初心者の私でも分かりやすく説明してもらえました。具体的にどうすればいいのかといった個人的な相談も無料の個別相談があり、実際にお話しされた講師の方に相談できるのも便利だと思いました。 Aさん(36歳)

【会場】ココテラス湘南会議室 藤沢市辻堂神台2-2-2 ※JR「辻堂駅」北口より徒歩5分

3/18 13:30~15:30 19 10:00~12:00 ※開始時間の15分前から受付開始

●各回先着20名様 ●お連れ様1名様まで可 ※パートナーの場合、男性も可

お申込み 二次元コードを読み取り、申込みフォーム入力、またはお電話にてお申込みください。

株式会社RKコンサルティング本社/セミナー担当 ☎0120-367-377 月~金曜 10:00~18:00

セミナーHP <https://rk-moneyseminar.jp>

かんたん フォーム申込み <https://form.run/@rkinc-kanagawa>



※金融関係の方、同業他社の方、営業や情報収集を目的とした方のご参加はご遠慮いただいております。※応募者の個人情報は弊社からの案内発送やメール連絡、当日の受付に使用します。弊社の個人情報保護方針はHPをご覧ください。

※二次元コードが読み取れない場合は、左記のフリーダイヤルからお申込みをお願いいたします。

お持ち帰り 紅茶ギフトつき