



天才子役としてデビューし、女優としてドラマはもちろん、バラエティでも活躍する杉田かおるさん。長年芸能界で活躍してきた杉田さんの価値観をがらりと変えた出会いを経て、今は湘南に移り住み家族や草花と穏やかに暮らしている。自然体でスローライフを満喫する杉田さんにお話を伺った。

## 野菜が怖くて食べられない

6年ほど前に湘南へ引っ越してきて、今は茅ヶ崎で畑を借りて野菜やお花を育てています。でも、もとはまったく野菜を食べない生活でした。小学校の先生に「野菜は農業がいっぱいだから、よく洗って皮もむいて食べるんだよ」と言われたことが怖くて野菜が食べられなくなり、久々に野菜を口にしたのは2009年、テレビのダイエット企画でした。テレビ局が用意した野菜料理を食べてみたらこれが不味い。「ダイエット企画は成功させたいけどこの料理を食べ続けるのは無理」とマネージャーでもある妹に訴えると、無農薬のオーガニック野菜を見つけてきてくれました。有機野菜だったらそのままでも安心だと思えば美味しく!今では野菜が中心の生活です。

## 世界が変わった出会い

2011年、震災があった直後、福岡で20年以上も自然農を続けていた私の師匠、松尾靖子さんに会いました。そのころの私はバラエティもやっていて、東京でバリバリ仕事をしていました。高いレストランへ行き、自分で稼いだお金だからって贅沢もしていました。食べ物に対してもお金があれば買えると思っていました。震災の影響でスーパーやコンビニからも食べ物が無くなった直後のこと。松尾さんのお野菜を分けてもらいに行った時、私はお金があれば

分けてもらえるだろうと高をくくっていました。そうしたら、松尾さんは「あなたたちの分はないわよ。まずは子どもがいる所に分けます」って。お金の価値観がガラガラと崩れて、お金さえあればなんでも買えると思っていた傲慢さ、今までの生き方は間違っていたな、と人生観が変わってしまいました。

松尾さんの畑にはミミズがいて虫もいて鳥もいる。そこには命がたくさんあり、そこに人間も入れてもらっている。命に囲まれ、命の大切さを実感でき、感謝しながら毎日を生きようという気持ちに自然と変わっていきました。

## 湘南で始めた第2の人生

湘南は若い頃から憧れの場所でした。小さい時から芸能人をやっているの、普通の生活で気づかれることも多く、いつも気を張っていましたが、湘南は人が大らかでリラックスできます。挨拶して下さったら私も笑顔で返せる。私に余裕があるのでしょうか。すごくいい時間を過ごせています。

2012年、藤沢市御所見に畑を借りました。母が庭でたくさんお花を育てていたからか私もお花が大好きで、畑にはヒマワリやスイートピーなどお花もたくさん。頭の中がお花畑なのです(笑)。御所見の畑で農作業を手伝ってくれた事がきっかけで、今の主人と結婚することになったという縁が深い場所でもあります。

今、畑を借りている茅ヶ崎も、野菜やお花を育てたり梅酒を漬けたり、お味噌を作ったり、スローライフにぴったりの場所です。母の介護や仕事、主婦もしながら、こういう時間がちょっとあることで心の余裕が生まれ、幸せを感じられます。

小学校は仕事をしていたため休みがちで、観察日記は私だけ飛び飛びで、いつのまにか球根が育っていました。それが心残り、今は台所でサフランの球根を育て、上手く花が咲くか実験中です。人生で心残りだったことをやっているのかも(笑)。



心き育こる

## すぎた 女優 杉田かおるさん

7歳の時にTVドラマ「ババと呼ばないで」に出演し子役デビュー。中学生の時に出演した「3年B組金八先生」では妊娠する中学生を演じ話題を集める。女優業のほかにもバラエティ番組の出演など多岐にわたり活躍。オーガニックダイエットの実践を機に、ローフードやマクロビオティック、有機農業、自然農を学び畑作を実践している。茅ヶ崎市在住。



## 農業がつないだ不思議な縁

地元で根ざした活動をしたと思っていたところ、11月20日に藤沢で講演会のお話をいただきました。上映する映画『よみがえりのレシピ』は途絶えかけた「藤沢かぶ」の栽培や焼き畑、伝統食といった山形に残る食文化について描いた映画で、とても前向きに「奇跡であるんだ」と思わせる夢のある映画です。

昨年、ご縁があって映画の舞台の山形県鶴岡市の藤沢地区へ行くと、ちょうど「藤沢かぶ」の花が一面に咲いていました。藤沢市から来ましたという、藤沢地区も藤沢かぶも、じつは藤沢市から来ていると聞き、びっくり!山形県鶴岡市藤沢に戦国時代、遊軍二十九代体光上人が訪れてこの地に埋葬され、上人を慕う村人たちが藤沢と呼ぶようになったそうです。思いがけず、庄内と湘南がつながってしまったんです。今回一緒にトークをする先生も山形

出身の方で、不思議な土地のつながりがあります。素晴らしい映画なので、ひとりでも多くの方にご覧いただきたいと思っています。

## 宅建協会湘南支部主催チャリティ講演会 「よみがえりのレシピ」映画上映と女優 杉田かおるさんと考えるスローライフ



11月20日(日) 12時開場 12時30分開演

◆藤沢商工会館ミナパーク6F  
 ◆トークセッション: 女優 杉田かおる、管理栄養士 菅原由紀

◆入場無料  
 ◆予約不要 ※先着100名  
 ◆主催/ (公社) 神奈川県宅建協会湘南支部

とどける「迷道」  
 愛はいつでもまよい道  
 結ぶ糸切れる糸からみほつれて風に舞う

愛を  
 とどけて  
 くれませんか  
 道をおしえて  
 くれませんか  
 愛はいつでも迷い道  
 by 海野たまご

愛する歌 <http://uminotamago.jp/>

ダスキンオークラ サービスマスター  
 プロのおそうじ専門店  
 ☎0120-3-82820  
 TEL0467-24-5444 FAX0467-24-5495(24時間受付)  
 たまごちゃん® <http://www.duskin-city.com>

### 11月 伊勢海老(外国産)とビーフステーキが食べ放題!

秋の鉄板焼きランチbuffet

11月5日(土)・6日(日)  
 12日(土)・13日(日)  
 19日(土)・20日(日)  
 26日(土)・27日(日) 開催  
 11:30A.M.~3:00P.M. (L.O.2:30P.M.)

料金 (1名さま)  
 おとな ..... ¥3,900  
 シニア(65才以上) ..... ¥3,510  
 こども(小学生) ..... ¥2,340  
 幼児 ..... ¥1,560  
 (3才~未就学児童)

会場 メインダイニングルーム

ランチbuffetにプラスの逸品を  
 フォアグラのトリュフソース  
 SEIBU PRINCE CLUB 会員さま ¥800  
 一般料金 ¥1,600

### 12月 クリスマスケーキ & チキン

予約開始

ツインデコ  
 3種類の中から好きな2種類をお選びください。  
 ¥4,300 (直径12cm×2種類)

1 イチゴのクリスマスショートケーキ  
 2 ガトーショコラ  
 3 マロンケーキ

ホテルならではの味をご家庭で

限定40羽 洋風クリスマスローストチキン  
 国産鶏のローストチキン1羽(焼き上がり2kg) ¥6,200 (4~8名さま用)  
 【ご予約・お問合せ】  
 TEL: 0463-61-7714  
 バー・ラウンジ モロキニ(10:00A.M.~6:00P.M.)

限定40羽 中華風クリスマスチキン  
 鶏の香り蒸し揚げ1羽(蒸し上がり1.2kg) ¥3,200 (4~5名さま用)  
 【ご予約・お問合せ】  
 TEL: 0463-61-7813  
 中国料理 李芳(11:00A.M.~8:00P.M.)

【予約受付期間】 2016年12月20日(火)まで  
 【商品お渡し日時】 2016年12月21日(水)~25日(日) 11:00A.M.~6:00P.M.

【予約受付期間】 2016年12月20日(火)まで  
 【商品お渡し日時】 2016年12月23日(金・祝)~25日(日) 1:00P.M.~5:00P.M.

## 心がほっこりするイラストに癒される 伊藤正道 幻の絵本復刊記念展

2002年より鎌倉市稲村ヶ崎にアトリエを構え、温かみのある色彩、独特のタッチで人気を博したイラストレーターで絵本作家の伊藤正道。2012年、55歳の若さでこの世を去ったが、アトリエ「giogio factory」はギャラリーとして遺され、伊藤正道の世界を伝え続けている。

伊藤さんが約30年前に初めて手掛けた絵本が今年9月に復刊されたことを受け、11月11日より原画展「おじいちゃんとおぼく——ちきゅうという ほしに うまれて」が行われる。絵本や絵本雑誌などに掲載された原画約30点を鑑賞することができる。ボール紙に描かれた生き生きとしたキャラクターに会いに行ってみよう。

- ◆11月11日(金)～12月25日(日)の金・土・日・祭日のみ 11時～17時
- ◆giogio factory (鎌倉市稲村ヶ崎3-6-41)
- ◆問合せ ☎0467 (22) 6137



©Masa Ito

復刊された絵本も好評発売中。  
『おじいちゃんとおぼく——ちきゅうという ほしに うまれて』  
文・矢崎節夫  
絵・伊藤正道  
世界文化社、1,300円+税

湘南よみうり新聞社  
ソーシャル・コミュニティ・スペース  
**SOCOS**  
イベントスケジュール  
SOCOS 検索

**SOCOS (ソコス) 事務局**  
申込み方法 TEL 0466 (50) 5088 (受付: 平日9時～18時)  
メール socos.yoyaku@gmail.com

●講座名(日程・時間) ●お名前 ●電話番号 ●参加人数

SOCOS会場: 藤沢駅北口徒歩3分 (藤沢市藤沢496藤沢森ビル1F)

**SOCOSとSOY LINK** 個人会員なら500円割引!  
がコラボ!

1 芹川明義フォトセミナーvol.83・84  
絶景の高尾山へ撮影会  
紅葉の美しい朱色をとらえよう

11月は毎年素晴らしい紅葉のハノラマを見せてくれる高尾山へ撮影会。今回はケーブルカーかりふたを利用して、美しい朱色をとらえるコツを学び、燃えるような高尾山を表現しましょう。

日程 ①11月10日(木) 10時 京王高尾線「高尾山口」駅改札出たところ集合  
②11月24日(木) 16時30分～18時30分 藤沢商工会館ミナパーク504号室

参加費 各1,500円(②は会場費別途)  
講師 芹川 明義氏(公益社団法人 日本広告写真家協会会員)

11月メルキュールホテル横須賀

- 洋梨&ベリー スイーツバイキング  
11月19日(土)・20日(日)  
1部11:00 2部13:00 90分制  
大人2,200円 小学生1,200円 幼児500円(税込)  
☎046(821)1469 1階ラウンジ「シャンゼリゼ」
- 開業7周年 ディナープラン  
2時間フリードリンク付きの特別プラン。忘・新年会にいかがですか?  
お手軽にフレンチを お一人様 4,600円  
葉山牛を堪能 お一人様 7,000円  
1月31日(火)まで ※除外日あり  
17:30～21:30(L.O.20:30)  
4名様より3日前までの要予約  
☎046(821)1594 19階レストラン「ピストロ・ブルゴニユ」
- 2016-17 忘・新年会プラン(宴会場)  
ブッフスタイル お一人様5,500円～  
オンテールスタイル お一人様6,000円～  
☎046(821)1110 営業部
- ウェディングお下見・ご相談受付中!  
☎046(821)1110 婚礼予約

メルキュールホテル横須賀  
横須賀市本町3-27 ☎046(821)1111

お得がいっぱい!ホームページをチェック  
葉山パブリックゴルフコース・練習場

葉山パブリックのホームページはお得な内容が盛りだくさん!クーポンページを見せるだけで全日1,000円キャッシュバック(併用不可)のほか、現地のお天気や新着情報も確認できます。お出かけの前にはホームページを必ずチェックしてみてください。

◆問合せ ☎046(878)8100 葉山町上山口2800  
◆平日受付6:00～ 土日祝は予約制

湘南よみうりを持参の方  
2回目プレー3,000円▶無料  
(平日のみ4名様まで、13時までに受付の方)  
※他のサービスの併用不可 ※特定日を除く 2016/11/30

4 心と体に優しい気功健康体操vol.18  
血圧が変化しやすい季節  
気功で生活改善に取り組みましょう

朝夕の冷え込みで、血圧の変化が気になる季節。食事や運動、睡眠、精神の安定などにも気を配りながら、ゆっくりとした動きと深い呼吸をする気功を取り入れ、生活改善に役立てましょう。

日程 11月24日(木) 13時30分～15時30分  
場所 藤沢商工会館ミナパーク会議室5階504号室  
藤沢市藤沢607-1 (JR藤沢駅徒歩3分 サミットストア向かい)

参加費 3,000円 定員 10名  
講師 荒川 みや子氏  
(中国医学気功師 北沢河教育基金内講師指導員、報名時太極拳師範、気功教室主宰)

5 パラの育て方教室  
“咲かせる”より“育てる”へ  
春の開花を楽しみに、今やるべきこと

バラの専門雑誌「My GARDEN 2016秋号」で、バラの育て方特集されたガーデナー・笹生 新さん。子どもを育てるようにバラに接する笹生さんに、秋冬にやるべきことを聞く貴重な講座です。

日程 11月25日(金) 10時～12時  
参加費 3,000円(2,000円の肥料付き、プロが使う2種類セット)  
講師 笹生 新氏(レストラン栗の里ローズガーデンオーナー)

2 本格的な味を求める人の料理教室vol.14  
湘南の名店の匠に和食の基本を学ぶ  
秋のおもてなし料理シリーズ最終回

秋のおもてなしシリーズは、調味料の特徴をよく知り料理にどのように活かすか、を学びました。11月は最終回、お正月に役立つ、絶品和食を学びます。いつもと違う、本格的なお正月料理をご家庭で作ります。

日程 11月16日(水) 各11時～13時  
場所 「二代目笑楽」(藤沢市鵜沼橋1-1-9 5119ビル4階)  
参加費 3,500円 定員 15名  
持ち物 筆記用具  
講師 佐藤 大磨氏(二代目笑楽 店主)

3 ノルディックウォーキングvol.43  
深まる秋を感じながら  
紅葉の箱根・旧街道を歩こう

風情のある石畳の旧東海道を約5キロ、ノルディックウォーキングしましょう。つづら折りの七曲りや階段などもありますので中級者向けです。ゆっくりと紅葉を楽しみながら歩きましょう。希望者でランチも。

日程 11月22日(火) 9時30分 ※雨天・荒天の場合中止あり  
集合場所 箱根登山鉄道 箱根湯本駅改札出たところ  
参加費 1,800円(レンタルポール代、保険代込、ポール持参は1,300円)  
持ち物 雨具、歩きやすい服装と靴 定員 20名  
講師 関水 俊明氏(日本ノルディックウォーキング協会公認講師)

6 小田原まち歩きツアーvol.33  
美しい紅葉の城下町・小田原をウォーキング  
政財界人の贅を尽くした邸園の秋。旧山縣有朋別邸の庭園見学も(27日のみ)

近代、政財界人が贅を尽くした趣きあふれる別邸を構え、暮らしたまち・小田原。電力王の松永安左衛門の老樟荘、旧閑院宮別邸跡、旧松本剛吉邸園など、個性豊かな別邸を巡り、紅葉のベストシーズンを満喫するまち歩きです。27日は、日曜日のみ開館している旧山縣有朋別邸の庭園見学も。12月2日は、創作がんで有名な老舗・下田豆腐店でお買い物も楽しみましょう。昼食は清閑亭でお弁当と湯豆腐をいただきます。

日程 ①11月27日(日) ②12月2日(金) 各日10時～15時  
集合場所 小田原線「箱根橋」駅改札出たところ 小田原提灯の下(解散:小田原城馬出前前)  
参加費 各4,000円(ガイド代、ランチ代込) 定員 各30名  
※前・当日のキャンセルは、全額キャンセル料を承ります

案内 NPO法人小田原まちづくり応援団

8 湘南サイクリングライブvol.21  
初級～中級向けサイクリングツアー  
乗り取め&食べ取めサイクリング!

藤沢から三浦・荒崎までサイクリング。65キロ以上走れる体力に自信のある方向け。葉山のコロッケバーガー、長井浜つみれ汁、ソフトクリームなどグルメを楽しみお土産も!今年最後の満腹サイクリング。

※参加はロードバイク、クロスバイク、ミニベロで、個々に自転車保険加入済が条件です。

日程 12月3日(土)9時～16時 持ち物 リュックサック  
集合場所 湘南よみうり新聞社(藤沢市藤沢496藤沢森ビル1F)  
参加費 3,000円(ツアー代、イベント保険代込) ※昼食実費  
講師 菅井 豊氏(湘南ベテラン会代表)

7 ～かんたん・あんしん・便利～  
「読売タブレット」無料体験会⑨

参加者全員に最新のタブレットをご用意。写真撮影・音声文字入力・読売デジタル版の閲覧方法などを学びます。特にシニア・初心者歓迎。経験豊富な講師陣が丁寧に解説します。今月から応用編も増設。

日程 ①基本編 12月7日(水) 13時30分～15時30分  
②応用編 11月28日(月) 10時30分～12時30分  
12月12日(月) 13時30分～15時30分

場所 藤沢商工会館ミナパーク会議室 501号室(①のみ505号室)  
参加費 無料 定員 各日20名  
講師 NPO法人湘南ふじさわシニアネット

9 おちゃっぴ粘土教室vol.48  
12月のおちゃっぴは冬支度  
可愛く作って飾っちゃおう～

全国の粘土教室でみんなを笑顔にしているおちゃっぴさん!可愛いキャラクターを、みんなで一緒に作ろうね!午後の部は、時間内に終わらない場合、ご自宅仕上げになる場合もあります。

日程 12月17日(土)  
10時30分～12時30分「餅餅みたいな雪ダルマさん」対象/3歳～大人まで  
13時30分～16時30分「着物を作ってみよう」対象/中学生以上

参加費 ①1,500円 ②3,000円(各回材料費込) 定員 各回20名  
講師 おちゃっぴ氏(粘土キャラクターデザイナー)

10 湘南絵手紙教室vol.45  
一年の締めくくりを心で込めて  
世界で一枚のクリスマスカード

あつという間の師走。気ぜわしい日々を、心落ち着けて絵手紙に向かいましょう。この季節ならではの、サンタさんやスノーマン、クリスマスメッセージを添えて描きましょう。初めてセットの貸出しも。

日程 12月20日(火) 10時～12時  
参加費 1,500円 定員 20名  
持ち物 絵手紙の道具、モチーフとなるサンタやツリー、ポインセチアなど  
※初めてセット200円

講師 金子 啓子氏(日本絵手紙協会公認講師)

美顔と笑顔を結ぶ文化交流事業  
第4回「湘南絵手紙作品展」  
「大好き、ニッポン!」  
絵手紙 大募集!

応募締切 2017.1.13 (当日消印有効)

募集要項

- テーマ 大好き、ニッポン! ■応募資格 どなたでも ■応募点数 1人3枚まで
- 応募締切 2017年1月13日(金)(当日消印有効)
- 規格 はがき大(用紙・画材自由、手書き、写真、パソコン、切り絵、貼り絵、形式自由)
- 応募方法 はがき表面左下、作品ごとに〒、住所、氏名(ふりがな)、年齢、TELを記入して、下記まで郵送。学校、団体のご応募は、ご担当者の方のご連絡先を必ずご記入ください。
- 発表 「湘南よみうり」2017年2月号紙面、HPにて。心に響いた作品の中から今回のテーマ賞として「大好き、ニッポン!賞」をはじめ、作品賞約10点を発表。作品発表の場としては、(株)湘南よみうり新聞社壁面ギャラリーで展示する予定。
- 賞品 賞状と副賞&湘南よみうり新聞社特製記念品、協賛各社より賞品の提供を予定。  
※応募作品の著作権は主催者に帰属します ※未発表の自作品に限り  
※応募作品の返却には応じかねます。カラーコピーなどをお取りの上、ご応募ください

応募先 (株)湘南よみうり新聞社内「湘南絵手紙作品展」実行委員会 http://www.shonan-yomiuri.co.jp  
〒251-0052 藤沢市藤沢496 藤沢森ビル1F TEL.0466(50)5088 FAX.0466(50)5077

絶景紅葉ウォーク 第3弾  
藤沢駅・大船駅発着バスツアー  
房総の養老溪谷と大多喜城

房総半島の奥座敷、紅葉で色づく養老溪谷を歩く。本多忠勝が初代城主の大多喜城も。一般向、9,000歩。

- 出発 12月5日(月)  
JR大船駅 7時、  
JR藤沢駅南口 7時25分
- 旅行代金 1人 7,900円  
(昼食付)
- 定員 40名(先着順)

※紅葉時期により、内容が変わる場合があります

あしまめ旅行舎  
スローライフな旅

●旅行企画・実施 (株)日本旅行 藤沢支店 観光庁長官登録旅行業第2号  
●問合せ・資料請求 ☎0466(22)7411 あしまめ旅行舎

# 第11回 禅的生活で心を整える

禅の心を日常生活で活用するためのコラム



照顧脚下

（泉通寺）住職 峯岸 秀哉

しかし、超高級な服装であっても、礼儀作法に無頓着だと、失望してしまいます。将来の紳士や淑女にするためには、躰も大切です。

その一つが、履物を揃える習慣です。訪問した家の玄関に、家族の靴やゲタなどが整然と並んでいると、躰に厳格な家風さえ感じます。

このように「履物を揃える。日常生活で足下をよく見る」心掛けが、『照顧脚下』です。

「前向きに生きよう」とか、「高い目標を掲げて進もう」という提唱とは、逆行する禅語といえましょう。

遠くにもっと幸福がある、と思い私達は探し求めます。禅はそれを否定します。足下にも幸福や喜びはあります、と諭すのです。

小さな幸福に気づき、感謝する日暮しが豊かな一生になります。未来の紳士や淑女に「履物を揃えヨ。足下を見ヨ」と躰ましょう。

休日になると、和装や洋装で着飾った子供の紳士や淑女を見かけます。七五三のお祝いで、寺院や神社をお参りするのでしょうか。一緒に祖父母や両親も嬉しそうです。幸福そうな光景は、見る人の心も暖めます。

## 全国初、改正物流総合効率化法の対象に認定 11/1、FujisawaSSTに「Next Delivery SQUARE」開業

10月25日、「Next Delivery SQUARE」(藤沢市辻堂元町6-10-10)のオープン発表会が行われた。主催のパナソニック株式会社役員 井戸正弘氏、ヤマトホールディングス株式会社 代表取締役社長 山内雅喜氏らから概要が説明され、多くの報道陣が詰めかけた。



※イメージ

同施設を拠点にこれまで各々の宅配業者が届けていたSST内の荷物をヤマト運輸が集約し一括して届けるほか、SST内の住宅に設置されたスマートテレビから受取日時の変更などが可能となる。配達を台車や自転車で行うことで、環境にやさしく住民の安全にもつながる取り組みで、来年3月から荷物情報が一本化される予定だ。

# パパは認知症

vol.38 ジャクリン若林

## 『成年後見人のオシゴト』

病院の鑑定書や本人の戸籍謄本などの公的書類をはじめ、住民税や健康保険料、生活費といった支出や年金などの収入などをふまえた収支計画書の作成など、大雑把でお金の計算が苦手な私には難儀だった成年後見人の申請。人間一人が社会と結びついていることを示す書類は想像以上に多い。法務省や横浜の家庭裁判所、父の本籍地の役所などに足を運び後見人の申請に必要な書類を用意する工程は借り物競争のようでもあった。

後見人は被後見人、すなわち私の場合は父の金銭の出納について適切な管理と収支を報告しなければならない。後見人に認定されてから、最初の報告がいつになるかハラハラしながら待っていたが、2年ほどが経過して裁判所から突然お達しが来

た。同封する所定の書類に記入して提出せよとのことだ。直筆で記入しなければならないものも多く、「はい・いいえ」と丸をつけて選択するだけなら良いが、この2年ほどの細かい収支の記録を記入するのは一言で言うところの面倒だ。書き損じや計算間違えもするに決まっている。「ああ、お役所つて……」と気が遠くなったが、私には表計算ソフトがある。

書類と同じフォーマットをエクセルで作ってレシートの金額を片っぱしから入力し、計算の過程と残金を確認してプリントアウト。病院の領収書や生活用品のレシート、通帳のコピーなどと一緒にする結構な量の紙資料になった。

次回からは年に1回の提出だ。できるなら、全部データ化してメールで送りたい。

## 目指せフットサル関東リーグ 11/6、県立体育センターでキックオフ!

9月より「第22回 全日本フットサル選手権大会 神奈川県大会」が行われており、藤沢市に拠点を置く「アズヴェール藤沢」や茅ヶ崎の「湘南フットサルクラブ」など県1部リーグ所属のチームも参戦。関東リーグやトップのFリーグを目指すチームにとって重要なトーナメント大会だ。11月6日には県立体育センター(藤沢市善行)で試合が行われ、アプリ「SOY LINK」に事前登録してアズヴェール藤沢を応援すると、オリジナルTシャツがもらえる観戦イベントを実施。入場無料、地元チームを応援に行こう!



◆観戦イベント問合せ ☎0466(47)7726 アズヴェール藤沢 ※観戦には室内履きを持参のこと

## ペットの健康相談室

猫の肝リピドーシス(脂肪肝)



のっぽ動物病院 院長 永田浩之

ストレスなどいろいろな原因で食欲不振になると、身体の脂肪を分解・利用しようとする。しかし、効率よく処理出来ないと肝臓内に留まって機能障害を引き起こします。深刻化すると意識障害、痙攣を起こし死亡することもある、猫ちゃんにとって重大な病気です。3日ほどの食欲廃絶でも発症する場合がありますので注意が必要です。特徴的なサインが少ないので、来院時には重症化している場合も少なくありません。食欲がない時に「そのうち食べるだろう」と様子を見るのは危険なことです。特に肥満の猫ちゃんは早めの受診をお願いします。

**のっぽ動物病院** アソクセンター  
 ☎0467(44)1125  
 鎌倉市岡本2-12-2  
 診療時間 ※電話予約制  
 9時30分～12時30分  
 15時30分～18時30分  
 木・日・祝日の午後は  
 時間外診療(要電話)  
 P有 のっぽ動物病院 検索

ルミネはたの眼科 院長 森野 寛  
 横浜市大 眼科臨床教授  
**目**の病気  
 教えて! 糖尿病網膜症ってどんな病気?  
 A 糖尿病の三大合併症ともいわれ、早期に発見し治療をすることで進行を抑えられます。糖尿病と診断された方は早めに眼科で検査を受けましょう。検査に役立つ超広角眼底カメラ オプトスや、治療に使用するマルチカラーレーザーなど最新の機器なら効率的に負担も少なく発見、治療が可能です。  
 緑内障勉強会(奇数月) 11月15日(火) 14時30分～15時15分  
 理解を深めたい方、参加ご自由です。お電話か窓口にてお申しください。

医療法人 湘陽会  
**ルミネ はたの眼科**  
 ☎0466-50-0811  
 JR藤沢駅ビル  
 ルミネプラザ7F  
 www.ha-ta-no.jp  
 診療時間 ※予約可  
 平日 8時30分～12時  
 14時～18時  
 土・日 8時30分～12時  
 休診日 水・祭日(振替休む)

手芸キットの展示・販売イベント開催 **手作りキット**  
 手作りキット専門通販 さくらほりきり  
 ●作るよこほ ●贈る幸せ ●つかう楽しさ  
**手に取って、見て、お買い物!** 入場無料  
 どなたでもご入場いただけます  
 予約不要! 手づくり体験もできます。はじめての方も簡単に作れます。  
 ①横須賀会場 11月11日(金) 10時～17時  
 会場 横須賀市産業交流プラザ3F  
 横須賀市本町3-27 ベイスクエアよこすか1番館3F (京急汐入駅徒歩約5分、有料P有)  
 ②平塚会場 11月16日(水) 10時～17時  
 会場 平塚プレジール6F  
 平塚市八重咲町3-8 JA平塚ビル (平塚駅南口徒歩約5分、有料P有)  
 展示商品一例 シールはり絵 ワクワククリスマスツリー 583円  
 お部屋飾りや、贈りものに。  
 2017年西暦千支シリーズ多数ご用意!  
 ゆらゆら飾り西 1,080円 ※ほかにも多数取り揃えてお待ちしております  
 無料カタログお届けいたします  
 さくらほりきり通販センター  
 TEL.0436(25)2222(代)  
 〒290-0034 千葉県東原市島野1567-2  
 http://www.sakurahorikiri.co.jp  
 さくらほりきり 検索

今年のクリスマスはそれいけ!アンパンマンと楽しく過ごそう!  
**それいけ!アンパンマン ショー**  
 スペシャルバージョン  
**「なきむしヒーローとゆうきのきし」**  
 11月11日(金) 10:00A.M.より 予約開始  
 2016年12月24日(土)  
 会場 バンケットホール七里ヶ浜  
 料金 おとな ¥9,800 こども(3~12才) ¥4,900  
 ※お子さまの年齢の確認をさせていただきます。年齢が記載の書類をご用意ください。  
 1回目 11:30A.M.~1:30P.M. 2回目 4:00P.M.~6:00P.M.  
 受付 10:30A.M.より 受付 3:00P.M.より  
 プラエ 11:30A.M.~12:30P.M. プラエ 4:00P.M.~5:00P.M.  
 ショー 12:30P.M.~1:30P.M. ショー 5:00P.M.~6:00P.M.  
 ゲスト ドリーミング  
 「ちよ」と「かよ」双子姉妹のユニット。現在までに「それいけ!アンパンマン」の主題歌をはじめ300曲以上をレコーディングしている実力派!  
 左:かよ(姉) / 右:ちよ(妹) ©Rights inn  
 チケットのご購入は前振り込みでのお取り扱いとなります。  
 鎌倉プリンスホテル  
 TEL:0467-33-1205(10:00A.M.~5:00P.M.)  
 〒248-0025 鎌倉市七里ヶ浜東1-2-18  
 http://www.princehotels.co.jp/kamakura

# 湘南クリスタルホテルで心温まる優雅なひとときを

ご家族と、ご友人と、恋人と… 素敵な時間を湘南クリスタルホテルでお楽しみください。

## 忘年会・新年会プラン

2016.12/1(木)～2017.2/28(火)



会社の集まりやご家族、お仲間との会食におすすめ。しかも飲み放題付き。心地よい大人の空間で、楽しいひとときをお過ごしください。

フリードリンク付き



**French フレンチ**  
6,000円コース  
8,000円コース  
10,000円コース

**中国料理 Chinese**  
6,000円コース  
8,000円コース  
10,000円コース  
(サービス料込・税別)

## Lunch Party

昼限定 一人様 4,500円  
(サービス料込・税込)

同窓会、女子会、サークルの集まり、親しい仲間との食事会に!

- イタリアン、フレンチ、中国料理よりお選びください
- ワイン、ビール、ウイスキー、焼酎、日本酒、ウーロン茶、オレンジジュースのうち、3アイテムがフリードリンク
- 11:00～15:00の時間帯の2時間のご利用

うれしい  
3大特典

- 1 乾杯時のスパークリングワインプレゼント
- 2 カラオケ歌い放題
- 3 プラス500円で1時間延長OK



※写真はイメージです

## 2016 X'mas チャペルゴスペルコンサート 12/24(土)・25(日)



キャンドルの灯りに囲まれた幻想的なセント・ラファエル大聖堂で、ゴスペルの美しいハーモニーが奏でるクリスマスソングを。素敵な聖なる夜をお届けします。

ランチ 一人様 4,000円  
(サービス料込・税込)  
受付………11:30～  
チャペルコンサート……12:00～  
ランチ………12:30～

ディナー 一人様 6,000円  
(サービス料込・税込)  
受付………17:30～  
チャペルコンサート……18:00～  
ディナー………18:30～

コンサート 予約・お問合せは セント・ラファエルチャペル湘南迎賓館 TEL 0466-29-3560 www.raphaelchapel.com

### レストラン

レストラン営業時間  
11:00～14:00(Lunch)  
17:00～20:00(Dinner)  
※サービス料込・税別となります  
※ご予約は1週間前までにお願いいたします

### French フレンチ



Lunch 1,650円  
2,750円  
Dinner 3,850円  
5,500円

### 中国料理 Chinese



Lunch 五目炒飯セット…1,650円  
西安…2,750円  
Dinner 上海…3,850円  
北京…5,500円



湘南クリスタルホテル  
藤沢市南藤沢14-1

レストラン  
ご予約・お問合せは

TEL 0466-28-2111  
www.aphaelhotel.jp



# 箱根チャリティー カレンダー2017

インターネット掲示板による観光案内を主宰する「箱根もてなしの達人」と、田中康久氏(箱根町湯本観光協会、大名行列保存会)が撮影した風景がカレンダーになりました。美しい箱根の四季をぜひお部屋で感じてください。

申込  
受付中!  
11/11(金)  
まで



※写真はイメージ

1部 1,500円(税込)

B4(見開きB3)サイズ  
フルカラー28ページ  
便利な六曜つき!

このカレンダーの売上の一部は、「箱根応援プロジェクト」に寄付し、火山活動の影響を受けた箱根町の応援に役立てさせていただきます。(1冊につき200円)



お申込みは湘南よみうり新聞社へ  
☎0466(50)5088  
(受付は平日9時～18時)

FAX 0466(50)5077

お電話またはFAXにて①お名前②ご連絡先③住所④購入部数を記入の上、お申込みください。

お近くの販売店よりご自宅まで代金引換でお届け ※お届けは11月末～12月上旬になります(予定)

## 江戸時代の参勤交代をしのぼせる 箱根の秋の伝統行事 箱根大名行列

「下に一 下に一」の掛け声とともに、総勢170名が旧東海道や温泉街を約6キロにわたり練り歩く箱根大名行列。行列は、露払いを先頭に、六尺、挟み箱、毛槍、弓、鉄砲、徒士、小姓、大名、家老、大名駕籠、奥女中、腰元、長持が続く。小田原藩11万3千石の格式にならった大行進だ。スペシャルゲストの元横綱・若乃花の花田虎上さんも参加する。



ホテル南風荘からは、各種団体が参加し、イベントを盛り上げる。トランペット鼓笛や吹奏楽のほか、「箱根湯本温泉芸能組合」のヨツシャ踊り、「小田原北条鉄砲衆」による火縄銃の演武も見ものだ。

- ◆11月3日(木・祝)
- ◆湯本小学校10時出発～湯本富士屋ホテル前14時30分着
- ◆問合せ ☎0460(85)7751 箱根湯本観光協会

箱根湯本観光協会 検索



トム・プロジェクト  
プロデュース  
「挽歌」

原発を受け入れ。原発と共に生き。そして原発に故郷を追われた人々。その故郷を悼む、悲しき挽歌。

公演日 2016年12月13日(火)  
18:00開演(17:30開場)

会場 湘南台文化センター市民シアター  
料金 全席指定:3,500円(税込)

### チケット販売場所

- 藤沢市民会館 ☎0466-23-2415
- 湘南台文化センター市民シアター ☎0466-45-1550
- チケットぴあ ☎0570-02-9999(Pコード453-430)

作:古川健 演出:日澤雄介  
出演:安田成美・高橋長英  
鳥山昌克・岡本篤・浅井伸治・大鶴美仁音  
\*未就学児の入場はお断りします。

【主催・問合せ】(公財) 藤沢市みらい創造財団 芸術文化事業課 ☎0466-28-1135 【後援】藤沢市/藤沢市教育委員会

## 医大発ベンチャーが開発 1回で染まる※「キラリ とろ〜りムース」新発売

髪のダメージを気にして従来型の白髪用ヘアカラーから、頭皮と毛髪にやさしいという利点があるカラートリートメントに移行する人が増えている。しかし、回数を重ねて徐々に染まるという特性があり「すぐにしっかり染めたい」というニーズが満たされないという課題があった。そこで医大発のベンチャー企業、(株)ナノエッグが開発したのが、染まりやすさにこだわった泡タイプの白髪用カラートリートメント「キラリ とろ〜りムース」。液だれしにくく、毛髪1本1本に密着して均一に包み込み、カラーリング成分が効率よく吸着して浸透。シャンプー前に染めて10分程度置けば、むらなく染め上がる。



女性目線によるきめ細やかな研究



(0回目) (1回目)  
※着色効果には個人差があります。



色はブラック、ダークブラウン、ライトブラウンの3色。1本(150g)3,456円(税込)のところ、「キラリ とろ〜りムース」初回購入の方に限り20%OFFの2,760円(税込・送料無料)。今なら根元を染めやすくするお手軽フォームと手袋、同シリーズのシャンプー・トリートメントのパウチ2回分をプレゼント!ご注文は ☎0120(117)987(9時～21時)へ申込コード「6BN3(ロク・ビー・エヌ・サン)」と色をお伝えください。締切は2016年11月30日(水)まで。お得な定期割引も。

販売:(株)ナノエッグ 〒107-0052東京都港区赤坂7-1-15 5F  
●商品到着はご注文後10日前後。●お支払い方法/クレジットカード、代金引換、後払い(商品到着後10日以内)。●返品、交換について/商品の不良がある場合(送料弊社負担)、お客様のご都合による返品の場合(送料お客様ご負担)は、未開封に限り到着後8日以内に ☎0120(556)994(平日9時～17時)までご連絡の上、ご返送願います。

鎌倉商工会議所主催 消費税軽減税率・価格転嫁対策

## 新商品 開発と ヒット商品の創り方。 売り込み方セミナー



ヒット商品・サービスには創り方と同様に売り込み方のポイントがあります!  
「どこにポイントをおいて、どうやって工夫するか」…実際の現場で蓄積された「売れる」ノウハウ満載のセミナーです。ぜひこの機会にご参加ください!

講師 鎌ノハウバンク 代表取締役 三科公孝氏  
(株)船井総合研究所勤務を経て、テレビ東京系「夢の貧乏脱出大作戦」に番組史上最年少の達人として出演。その後現在に至るまで、全国各地の企業・店舗活性化、ヒット商品開発等を行い、高い評価を獲得。分かりやすい解説と的を射たノウハウには定評がある。



11/21(日) 18時30分～20時30分  
会場:鎌倉商工会議所 会議室(鎌倉市御成町17-29)  
申込み・問合せ ☎0467(23)2563

定員 40名(先着順)

### 横須賀・三浦 インフォメーション

WEBにも情報満載!!  
市民活動、講座、イベント、作品展、企画展などの情報を掲載しませんか?

株湘南よみうり新聞社  
① 郵送/〒251-0052 藤沢市藤沢496 藤沢森ビル1階  
② E-mail/info@shonan-yomiuri.co.jp  
③ FAX/0466(50)5077  
※日時等変更になる場合もありますので、お確かめの上お出かけください。

### 盛りだくさんで一日中楽しい! ふれあいフェスタ2016

YMCA三浦ふれあいの村で「ふれあいフェスタ」が今年も行われる。約150店舗によるフリマやフリスビー・ドッグ競技、フラダンスや鼓笛隊のステージ、特産物の販売や飲食ブース、パザーもありと一日楽しめる。

◆11月3日(木・祝)10時～15時◆YMCA三浦ふれあいの村◆入場無料/駐車場あり◆問合せ☎046(888)2100 YMCA三浦ふれあいの村

### 横須賀の産業がよく分かる! よこすか産業まつり2016

産業の活性化を目的とした人気のイベント。市内事業者による自社製品のPR・販売を中心に、横須賀の特産物の販売、飲食ブース、米海軍による演奏、ダンスステージ、たまごつかみ取り大会、抽選会などが行われる。

◆11月5日(土)・6日(日)9時～16時(6日は15時まで)◆三笠公園◆問合せ☎046(822)9672 横須賀産業まつり実行委員会事務局

### 無人島・猿島で「猿フェス」 横須賀・猿島を再発見しよう!

島内全体を使った宝探しやミニコンサート、フリーマーケット、ワークショップ、アート作品展示のほか、横須賀三浦の美味しい飲食店も出店。緑あふれる猿島で、自然と触れ合いながらイベントに参加してみよう。「猿フェス」当日は乗船料が半額に!

◆11月5日(土) 荒天翌日6日◆猿島公園◆乗船料大人650円、小学生320円、入園料大人200円、小・中学生100円◆問合せhttp://tamatebox.wixsite.com/tamatebox8

### 追浜でちょい飲みを楽しもう! 第7回追浜バルめぐり

3枚綴りのチケットを買って、3店舗でバル・セットが楽しめる「追浜バルめぐり」。チケット1枚で飲み物とそのお店自慢の小皿料理が提供される。今まで行ったことのないお店でも気軽にはしごできて楽しい!

◆11月9日(水)・10日(木)夕刻◆追浜駅周辺31店舗◆2,500円/前売り2,400円◆問合せ☎046(865)1111 追浜観光協会

### 学童保育ってどんなところ? 第19回 学童保育まつり

横須賀市内の学童クラブの活動を紹介する「学童保育まつり」が今年も開催される。最寄り所在地や申込み方法、子どもたちがどんなことをして過ごすのかなどがよく分かる。クラブの子どもたちによるステージやコマ回し大会も。

◆11月20日(日)10時～14時30分◆市役所前公園◆雨天の際は27日(日)に延期◆問合せ☎046(847)0292 横須賀市学童保育連絡協議会

### まなびかんとコトン学校 紙芝居編 参加者募集!

やって楽しい、見て楽しい紙芝居の講座が開かれる。12月1日からの1学期は演じ方を中心に、3学期制で2018年まで学ぶ。紙芝居を学んで地域を盛り上げてみよう。

◆1学期日程/12月1日(木)、15日(木)、2017年1月12日(木)、26日(木)、28日(土)10時～12時◆横須賀市生涯学習センター◆申込み/11月8日(火)20時必着◆来館・http://manabikan.net/まで◆1学期は無料◆25名(抽選)◆問合せ☎046(822)4838

### 参観会希望者募集中! 久里浜少年院参観会

久里浜少年院の参観会が12月3日(土)に開催されるにあたり、参観希望者を募集している。参観会は、普段、馴染みのない少年院を市民の方々に広く知ってもらい、理解を深めてもらうためのもの。実習場などの院内見学のほか、生徒が制作した陶芸作品や木工作品の展示もある。

◆応募方法/はがきに表題、氏名(ふりがな・4名まで)、年齢(12月3日現在で20歳以上の方のみ対象)、住所、☎を記入し、久里浜少年院(〒239-0826長瀬3-12-1)へ郵送  
◆締切11月18日(金)必着◆定員40名(先着)◆参観会12月3日(土)10時～12時◆問合せ☎046(841)2585 久里浜少年院

### 参加してグッズを当てよう! よこすか健康スタンプラリー

横須賀市では、健康づくりに役立つスタンプラリーを開催している。健康づくりをテーマにした講演会やイベントに参加してスクリンのスタンプを貯めると、抽選で健康グッズが当たるといものだ。当たらなくてももらえる参加賞つき!

◆～12月28日(水)◆横須賀市内各会場◆イベントにより事前申込制◆対象/市内在住・在勤の方◆問合せ☎046(822)4537 横須賀市保健所健康づくり課  
よこすか健康スタンプラリー [検索](#)

### 企画展示「横須賀の古墳時代 -古墳はだれがつくったか-」

横須賀市自然・人文博物館で、横須賀の古墳時代を紹介する展示が行われている。地理的にも地形的にも古来海と深いかわりを持つ横須賀。三浦半島の古墳から出土した埴輪や副葬品をはじめ、興味深い品が展示されている。

◆～2017年2月5日(日)9時～17時◆横須賀市自然・人文博物館◆月曜(祝日の場合は翌日)・年末年始休館◆入場無料◆講演11月20日(日)13時30分◆問合せ☎046(824)3688

### 川越シェフのメニューが試食できる 「三浦半島まるごと食堂」

三崎港の「うらり」で、三浦半島自慢の食材を豊富に使ったオリジナルメニューが試食できる「三浦半島まるごと食堂」が一日限定でオープンする。メニューは、イタリアンの川越達也シェフがプロデュース!「LAUMI」と名付けられ、今後は期間限定で三浦半島内のお店で販売する。当日、川越シェフも出演予定。そのほか特産物のフードコート、地場産野菜の詰め放題やビンゴ大会など、家族で楽しめる企画も満載だ。

◆11月13日(日)10時～16時◆三崎フィッシャリーナ・ウォーフ「うらり」◆問合せ☎046(823)0278 神奈川県横須賀三浦地域県政総合センター

### 1周年記念! 南藤沢の 「e-マルシェ」に集まろう!

南藤沢イータウン商店会が主催するコミュニティイベント「e-マルシェ」では、安心・安全で美味しいふじさわやさいの直売や、加盟飲食店自慢の軽食などが楽しめる。1周年を迎える今回は、イータウン共通商品券などが当たるくじ引き大会の他、ホテルの焼きたてパンやふじさわやさいのあったかスープ、クリスマス・フレッシュリースなどの販売を予定している。出店ごとの目玉やお得情報は、Facebookで続々発信!

◆11月27日(日)10時～14時◆東奥田公園(南藤沢13-12)  
◆URL <https://www.facebook.com/minamifujisawatown/>  
◆問合せ☎0466(53)8676 浜田・☎090(9845)0812 鈴木  
SOY LINKからは、会員限定ながら「e-マルシェ」で使える500円クーポンのプレゼントあり!

### 好きなDJランキング・コミュニティ放送部門 DJ・HAGGYが全国1位V7達成!

10月27日発売の雑誌「ラジオ番組表2016年秋号」(三オブックス)で「第9回 読者が選ぶ好きなDJランキング・コミュニティ部門」が発表され、DJ・HAGGYさんが7年連続で1位に選ばれた。

DJ・HAGGYさんは今年2月に通算5,000回を迎えたレディオ湘南の情報番組「GOOD MORNING 湘南」/パーソナリティや親善大使、大学講師など多岐にわたり活躍している。

「GOOD MORNING 湘南」平日7時～10時、レディオ湘南 FM83.1MHzで放送中

### がんこ職人おすすめのお茶 今、話題の静岡「深むし茶」を直送 「おいしくなければご返品を」の自信作

お茶の本場、静岡、姿勢にお茶作りにかける信念と自信が感じられます。今回ご紹介する「真茶園」は、お茶の鑑定技術を競う全国大会で優勝経験のある八代目当主が茶葉を厳選し、がんこ職人が手作りで製茶しています。真茶園のモットーは「美味しくなければご返品を」。この一徹なこだわりが、お茶作り一筋に200余年の静岡藤枝市茶町へ。

お茶作り一筋に200余年  
静岡藤枝市茶町1-10-29  
真茶園 30係へ。

お申込み方法  
TEL 0120(64)5959 無休8:21時  
FAX 0120(80)7189 24時間受付  
〒426-0023  
静岡県藤枝市茶町1-10-29

お茶作り一筋に200余年  
静岡藤枝市茶町1-10-29  
真茶園 30係へ。

### 11月ショッピング情報

#### よこすかアーティストドットコム 25th ~LIVE SCHEDULE~

(2階センタープラザステージ)

■冬のアコースティックサウンドDAY  
12日(土)  
13時/15時  
浜田裕介(ギター弾き語り)  
14時/16時 牧野公美(ピアノ弾き語り)

■ダンスパフォーマンス&ピアノ弾き語りDAY  
23日 13時/15時 大連合軍、キッズダンス  
16時 古賀久士(ピアノ弾き語り)

■南国ムード漂うハワイアンサウンドDAY  
26日(土) 14時/16時 おおぞらウクレレ

■ミュージシャンクラブGINGA DAY  
27日(日) 14時/16時 グルーヴィーベイスOUNDS

ショッパーズプラザ横須賀 ☎046(821)2121

### MORE'S CITY

営業時間/10時～21時  
レストラン/11時～22時  
※一部店舗は22時30分、24時まで

(1階正面入口)  
■Style-3! LIVEイベント  
13日(日)13時～/14時30分/16時～(各回30分)  
高嶋英輔(バイオリン)、長澤伴彦(コントラバス)によるポップインストユニット。熱いラテン調のものから明るいポップなもの、クラシック、バラード、ロックなどあらゆるジャンルを取り入れた個性的なオリジナル楽曲。是非お楽しみください!

(地下1階上條)  
■西の市フェア開催  
11日(金)、23日(水・祝)2日間限定  
金つばや切山椒の販売を1階 正面入口前に開催いたします。

(地下1階フードシティ)  
■期間限定ショップ続々オープン  
和菓子からスイーツまで幅広いジャンルで新登場!

横須賀モアーズシティ ☎046(825)1471

### Wing KURIHAMA

営業時間 ウイング専門店/10時～21時  
5階レストラン/11時～22時  
※一部店舗は営業時間が異なります

■おすすめメニュー 1日(火)～30日(水)  
突然気温が下がり、体調を崩しやすいこの時期は、体が温まるメニューをどうぞ。  
11月17日(木)からポジョレー・ヌーボーを楽しめるお店もご紹介しています。

■ウィングクリスマス2016  
11日(金)～12月25日(日)  
ウィング久里浜がクリスマス一色に!豪華賞品の当たるプレゼントキャンペーンもお見逃しなく!

●クリスマス絵画展  
展示場所:4階イベントプラザ  
23日(水・祝)～12月25日(日)  
※各イベントの詳細については館内ポスター、チラシ、ホームページをご確認ください  
※内容は変更になる場合がございます

ウィング久里浜 ☎046(834)8958

### 三浦フィッシャリーナウエフ うらり

産直センター「うらり」は年中無休  
営業時間/月～土曜 9時～17時  
日曜 7時～17時

■うらりマルシェ 5日グランドオープン!  
(1階) さかな館  
マグロや地魚の直販所として引き続き営業いたします  
(2階) やさい館  
新鮮三浦野菜の直販所としてスタートします!

●オープン記念イベント開催  
5日(土) 野菜詰め放題 300円(先着300名様限定)  
5日(土)・6日(日) やさい館 お買い物10%OFF

SATOYAMA & SATOUMI 音楽祭 2016 in三浦  
～うらりマルシェ オープニング記念～  
23日(水・祝) 15時30分開場、16時開演  
会場:三浦市民ホール  
出演:カントリーガールズ/エリック・フクサキ/Bitter & Sweet/岡田万理奈、宮澤菜凜(from LoVendo A)/かもめ児童合唱団/他  
チケットなど詳しくは三浦海業公社ホームページにて!  
(http://www.umigyo.co.jp)

(株)三浦海業公社 ☎046(881)6721

# ほおに広がった、痣(あざ)みたいなシミが…!

40歳を越えると蓄積された紫外線ダメージがシミとなって肌表面に現れやすくなる。若い頃に紫外線対策を怠った人は要注意だ。



## 「お顔のテンテン、消してきてね!」

河出えりさん(46歳)

「きっかけは、娘のひとことでした」と語る河出さん。

「もともとそばかすが多かったのですが、年齢とともにシミが増えて、顔中がシミだらけに。中でも頬のシミがアザみたいにどんどん濃く、大きくなってきて…。普段はコンシーラーでばっちりカバーしてるんですよ。厚化粧にはなりますが、仕方ないってあきらめていたんです」

それが、参観日の前日に6歳の娘に「ママ、明日は、お顔のテンテンを消してきてね!」って言われちゃって…。

ショックでしたねえ。「ああこんな小さい子にも、私の顔って汚くみえるんだ」って。

# シミに悩む女(46歳)を救った

## 紫根入り薬用美白ジェル??

シミに効くという触れ込みの化粧品は数あれど、本当に実感できるものにはまだかつて出会ったことがない。「化粧品でシミが消えるワケがない」とさえ思っていた筆者だが、つい先日ある美白ジェルの噂を耳にした。効果が出る前にあきらめてしまうことが多いこの手の商品だが、なんと「2週間で実感できる!」というのだ。にわかには信じがたい話だが真偽のほどは?まずは実際に愛用しているという女性からお話を伺ってみた。

(取材/あまのまい)



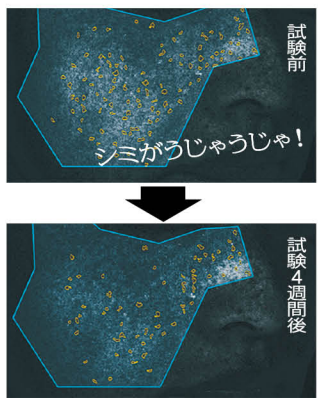
噂の薬用美白ジェル「ホワイトニングリフトケアジェル」(医薬部外品)手軽なオールインワンタイプなのも人気の秘密だ。

### シミの境目が、ぼやけてきた!

そんな時に出会ったのが、『ホワイトニングリフトケアジェル』でした。使い始めて2週間が過ぎた頃、「鏡を見て驚きました!」とびっくりしていたシミの境目が、ぼやけてきたんです。

と朝晩使うようにして1ヵ月後。「今では、お粉だけで十分カバーできるほど、頬のシミが目立たなくなりました。お化粧がずいぶん楽になりましたし、肌の感触もしっとりとした感じが、驚きです。とりと柔らかくなり、たるみも減りました。洗顔もキュッとシャープに。シミがなくなるまで、使い続けます!」

## シミの境目が、ぼやけてきた!



美白作用の臨床試験を実施!  
4週間後の計測で、  
シミが11倍も減少!

新薬と臨床

＜対象者＞35歳～59歳の女性10名  
＜試験方法＞頬の右側のみ試験品を塗布し、4週間後の肌の状態とシミの個数を特殊ライトにて計測  
→美白の力が認められ、2013年2月発行の医学雑誌「新薬と臨床」に掲載されました。  
※効果は個人差があります。

### シミに効く、薬用美白ジェル!



Grace & Lucere Simius  
グレースアンドルケレシミアス  
薬用ホワイトニングリフトケアジェル  
[医薬部外品] 内容量:60g(約1ヵ月分)

4,743円(税別) 送料無料

特典① シミ・シワ集中ケア  
プレミアムマスクパック!

特典② お試し30日間  
全額返金保証!  
※初回購入のお客様に限り

特典③ 送料無料!  
通常600円(税別)

特典④ 代引き手数料  
当社負担!

特典⑤ シミアスジェルで  
みるみるキレイになる  
活用ブック  
プレゼント!

※単品購入の場合、初回のみ送料無料

## 40越えのシミにも。実感までのスピードが違う!

### 薬用美白13分マッサージ。

#### この2本立てが効くらしい!?

高い美白作用の秘密は、成分はもちろん、独自の使用方法にもあるらしい。実はこの商品、薬用のマッサージクリーム部門でも第1位を獲得した実績があり、肌に塗った後3分ほどマッサージすることで効果が倍増するらしいのだ。マッサージでお肌のターンオーバーを促し、プラセンタ、甘草エキスなどの薬用美白成分が効率よく浸透。肌表面のシミだけでなく、肌の奥深くに潜んだ隠れシミにも働きかけてくれる。

#### 私も使ってみました!

結論から言ってしまう! のひとこと。ちょっと硬めのジェルで、マッサージも気持ち良く、朝起きると、顔の赤みが薄くなった! これは1日目で実感できました。期待を持って続けていきます。

※13分間のマッサージは、お顔を洗った後に行ってください。

これ1つで、保湿も美白もリフトケアもカバー!



マッサージュができるオールインワンジェルは初めて。少しテクスチャーは硬めですが、手の平で温めるととんとん、なでると浸透していきます。使用後は、肌がモチモチした感触になり、透明感がグンとあがって驚きました。洗顔後のケアがこれ1つでOK。保湿も美白もリフトケアもできるので、すごくお得感があります。

#### ご愛用者さまの声



「話のネタに」と購入しましたが、ごめんなさい! 本当に消えます!」

もう3回目のリピートです。リフト効果は直ぐに実感できましたが、最近さらに嬉しい発見が、去年の今頃はかなりの目立っていたこめかみのシミがない! 美白もはあまり効果を感じたことがなく、薬用1位とこのご話のネタに購入したので、本当に驚きました。オールインワンで美白できるなら、賛助も助かりますよ。

※個人情報の保護のため、一部仮名を使用しております。※年齢は取材時のものになります。

この特典は11月15日(火)まで! お急ぎください!!

通話料無料  
今すぐ  
こちらから!

大変組み合わせます。ご注文はお早めに!  
初めてのお客様専用ダイヤル 携帯・PHSからもOK!  
0120-12-8000  
「aa 0466を見た」とお電話ください。

特別特典番号  
aa 0466  
お申し込み時には上記番号を必ずお伝えください。

FAX 通信料無料 0120-432-850  
FAX:ハガキでご注文の方は左記「特別特典番号」  
●薬用美白ジェル ●郵便番号 ●生年月日  
●数量 ●住所(フリガナ) ●お支払い方法  
●お名前(フリガナ) ●お電話番号  
を明記の上、お送りください。

WEB www.mebiusyaku.co.jp メビウス製薬  
【お届け】ご注文から1週間以内。【支払方法】代金引換、コンビニ・郵便局での後払い、クレジットカード(全て手数料無料)。【返品・交換】掲載商品を初めてご購入頂き、お肌に合わない場合、または商品に不具合のある場合、商品到着30日以内。事前にお電話ください。【個人情報】の取り扱い【お客様】の個人情報は商品発送、アンケートのお願い、弊社からののご案内以外の目的には利用いたしません。  
〒339-0057 埼玉県さいたま市岩槻区本町3-2-32  
東武人形ビル5階 株式会社メビウス製薬  
ご注文受付センター

# 読者プレゼント

締切…特記のない場合11月25日

下記要領でご記入の上、ハガキ・FAX・Eメールで!

FAX 0466 (50) 5077  
Eメール present@shonan-yomiuri.co.jp

〒251-0052 藤沢市藤沢496 湘南よみうり新聞社 読者プレゼント係

①希望プレゼント名(番号)  
②名前・年齢  
③〒・住所  
④TEL  
⑤ご購読新聞名  
⑥新聞販売店名  
⑦一番興味があった記事  
⑧ご感想・ご意見

※応募者多数の場合は抽選となります。  
※当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。  
※ご意見・ご感想の中から「たち」に掲載させていただきます場合があります。

湘南よみうり 個人情報取扱いについて  
湘南よみうり新聞社では、読者の皆様からお預かりした個人情報について、「個人情報の保護に関する法律」に基づき、責任をもって管理いたします。当社の個人情報、当選品の発送、案内状の送付等の目的にのみ使用いたします。ご本人の承諾のない限り、第三者に提供することはありません。

## 3 映画鑑賞券 (希望館名明記)

- イオンシネマ茅ヶ崎(5組10名様)  
(横浜など全国のイオンシネマで使用可)
- 横須賀HUMAXシネマズ(5名様)  
(平日限定鑑賞券)
- 横浜ブルク13&カフェ“OASE”の  
コーヒー無料券(5組10名様)

※映画館名の指定がない場合は無効となります  
※それぞれの映画館で使用できる条件が異なります

# 11月の映画情報

上映時間は各映画館へお問合せいただくか、ホームページでご確認ください。

上映作品・期間等変更になる場合があります。お確かめの上おかけください。

## 横須賀HUMAXシネマズ

●ほくのおじさん	●劇場版 艦これ
●コウノトリ大作戦!	●聖の青春
●ミュージアム	●疾風ロンド
●ボクの妻と結婚してください。	●何者
●スタートレック BEYOND(2D字幕)	●金メダル男
●GANTZ:O[PG12]	●インフェルノ(字幕・吹替)
●ジャック・リーチャー NEVER GO BACK	
●ファンタスティック・ビーストと魔法使いの旅	
●デスノート Light up the NEW world	
●映画魔法つかいプリキュア!奇跡の変身!キュアマモルン!	
●ブリジット・ジョーンズの日記 ダメな私の最後のモテ期	

●毎月1日映画ファン感謝デー 全ての方 1,100円 ※3D作品は除く  
●水曜レディースデー 1,100円

番組案内専用ダイヤル ☎046(820)0200

## チケット販売中!

ヨコハマよみうりプレイガイド  
☎045(201)9748  
電話受付10時~18時 ※土日祝日を除く

お申込み後、湘南よみうり新聞社窓口(藤沢市藤沢496 藤沢森井ビル1階)でチケット引取りを。郵送希望の方は、手数料510円を加算し、代金をお振り込みください(振込手数料は各自負担)。振込みの際、お名前の前に公演番号を入力ください。キャンセル不可。

※発券手数料として100円(1枚)申し受けます

[振込先 口座] 横浜銀行 関内支店 (普)6036980 (株)湘南よみうり新聞社

## 新春特別公演 浅野 祥 悠久の響き2017

公演番号 2017年1月13日(金) 01131 神奈川県民ホール 大ホール

昨年に横浜各地で開催したYomiuriチャリティーライブでは、軽快なトークと確かな実力で着実にファンを増やし、大好評を経て今年も開催決定!古典から現代の曲まで幅広くこなす、注目の若手三味線奏者!

[出演]浅野 祥(三味線)ほか 豪華ゲスト多数出場予定!

◆2017年1月13日(金)17時開演 神奈川県民ホール 大ホール  
◆全席指定3,000円(税込) (読売先行割引価格) ※3歳未満の入室はご遠慮ください

こちらの公演は郵送のみの受付となります

## 1 湘南韓バル GOKAN

ペアランチご招待券(5組10名様)

本年10月オープンの同店は、2016年版ミシュランガイドに掲載された中目黒の韓国料理店「和韓石鍋 若狭」の2号店。鰯魚醬や近海の魚を使った「湘南海鮮チヂミ」などオリジナルメニューが楽しめる。(ランチタイムはセットメニューのみ)

湘南海鮮チヂミ1,100円

藤沢市片瀬海岸1-13-12 B-THREEビル1階 不定休 11時~15時(L.O.14時30分) 17時~22時(L.O.21時) 問合せ☎0466(90)5586

## 4 LaLa40周年記念原画展

ご招待券(5組10名様)

月刊「LaLa」を彩り、時代をリードしてきた少女まんがが63名による、原画約270点を展示。原画ならではの「美しい少女まんがの世界」を鑑賞してみよう。

11月23日(水・祝)~2017年1月15日(日) ぞごう美術館 大人1,000円ほか 問合せ☎045(465)5515

## 2 神奈川県立花と緑のふれあいセンター

花菜ガーデンご優待券(5組10名様)

色とりどりのオータムチューリップ約13,000球が、今年も11月中旬~下旬に見ごろ予定。また11月7日(月)~13日(日)はキラキラ輝く「ダイヤモンドリリー展」も開催する。冬野菜の収穫体験もオススメ!詳しくはHPにて。

9時~16時、大人520円(12月以降は220円)ほか ※シーズンにより入園時間・料金が異なります 問合せ☎0463(73)6170 http://www.kana-garden.com/

## 5 改組 新 第3回日本美術展覧会

ご招待券(10組20名様)

日本画、洋画、彫刻、工芸美術、書の5部門の公募作品をはじめ、日本の美術界を代表する巨匠から、第一線で活躍する中堅、新人の作品が集う。会場に並び約3,000点もの作品を観て、今年の日本の美を見つけてみては。

~12月4日(日) ※11月12日(土)「展覧の日」は入場無料 国立新美術館 当日一般1,200円ほか 問合せ☎03(3823)5701 同事務局

## イオンシネマ茅ヶ崎

映画日記 Vol.188 「オケ老人!」

11月11日(金) 公開

作家・荒木源による同名小説を、細川徹監督が実写映画化。NHK連続テレビ小説「ごちそうさん」の杏が初主演する。

●ボクの妻と結婚してください。 11/5~	●何者
●オケ老人! 11/11~	●金メダル男
●ミュージアム 11/12~	
●第5回 横浜日本映画祭 11/12~18	
●宮の葉の庭 11/19~12/2	
●ジャック・リーチャー NEVER GO BACK(2D字幕) 11/11~	
●ファンタスティック・ビーストと魔法使いの旅 11/23	
●デスノート Light up the NEW world	
●映画魔法つかいプリキュア!奇跡の変身!キュアマモルン! 10/29~	

●毎月1日は香楼 1,100円  
●毎週月曜日は香楼 1,100円  
●毎日55歳以上の香楼 1,100円  
●夫婦50割引(どちらか50歳以上) 2,200円  
●平日朝10時台までの上映 1,300円  
●高校生 1,000円(要学生証)  
●毎日20時以降の上映 1,300円 ※3D作品は+300円(3Dメガネ別途)

Twitter @ac\_chigasaki  
テレホンサービス ☎0467(57)1000

## 横浜ブルク13

映画日記 Vol.17 「ジャック・リーチャー NEVER GO BACK」

11月11日(金)公開

[スタッフ] 監督:エドワード・ズウィック 脚本:マーシャル・ハースコヴィッツ [キャスト] トム・クルーズ、コビー・スマルダース、グニカ・ヤロシ、ロバート・ネッバー

リー・チャイルドの小説を実写化したアクション「アウトロー」の続編。

●ボクの妻と結婚してください。 11/5~	●コウノトリ大作戦!(吹替) 11/3~
●きんいろモザイク Pretty Days 11/12~	●ほくのおじさん 11/3~
●マイ・ベストフレンド(字幕) 11/18~	●続・深夜食堂 11/5~
●幸福のアリバイ Picture 11/18~	●溺れるナイフ 11/5~
●疾風ロンド 11/26~	●ミュージアム 11/12~
●劇場版 艦これ 11/26~	●orange 未来 11/18~12/2
●いきなり先生になったボクが彼女に恋をした 11/3~	●聖(さとし)の青春 11/19~
●ブルゴニエで会いましょう(字幕) 11/19~	
●劇場版 暗殺教室 365日の時間 11/19~	
●ハンズ・オブ・ラヴ 手のひらの勇気(字幕) 11/26~	
●ティファニー ニューヨーク五番街の秘密(字幕) 11/5~	
●ジャック・リーチャー NEVER GO BACK(字幕) 11/11~	
●[MET]ワグナー《トリスタンとイゾルデ》 11/12~19	
●ファンタスティック・ビーストと魔法使いの旅(字幕) 11/23~	
●CYBORG009 CALL OF JUSTICE 第1章 11/25~12/9	
●機動戦士ガンダム THE ORIGIN IV 運命の前夜 11/19~12/3	

IMAX 検索 桜木町駅前  
テレホンサービス ☎045(222)6222

## 島津亜矢 コンサート

公演番号12101 12月10日(土) 相模女子大学グリーンホール 大ホール

公演番号01221 2017年1月22日(日) 神奈川県民ホール 大ホール

◆12月10日(土)①11時30分開演②15時30分開演 相模女子大学グリーンホール 大ホール  
◆1月22日(日)14時開演 神奈川県民ホール 大ホール  
◆各回5席6,500円(税込) ※未就学児の入室はご遠慮ください

## 美輪明宏

ロマンティック音楽会~生きる~

公演番号01281 2017年1月28日(土) 相模女子大学グリーンホール 大ホール

公演番号02281 2017年2月28日(火) 神奈川県民ホール 大ホール

◆2017年1月28日(土)18時開演 相模女子大学グリーンホール 大ホール  
◆2017年2月28日(火)18時30分開演 神奈川県民ホール 大ホール  
◆各日全席指定5席7,200円(税込) ※未就学児の入室はご遠慮ください

## 布施明

AKIRA FUSE LIVE 2016-2017 君に会いに行くよ

公演番号04091 2017年4月9日(日)ハーモニーホール座間 大ホール

1965年のデビュー以来、「霧の摩周湖」、「シクラメンのかほり」、「マイウェイ」などの名曲を世に送り出し、国民的歌手の地位を不動のものにした布施明。伸びやかで表現力豊かな歌声は今なお健在。ヒット曲から最新曲まで存分に披露します!

受付開始:11月21日(月)10時~  
◆2017年4月9日(日) 17時30分開演  
◆ハーモニーホール座間 大ホール ◆5席6,800円(税込) ※未就学児の入室はご遠慮ください

## 湘南小町が 行く!

vol.74 ①湘南小町 ②火の元

最近、空気が乾燥して、火事には気を付けなさい。

火の元を消したかもりっか一番危ないのよ。

おかしー! 頼んだ書類、ちゃんと送って来たっ?

もちろん! あれ?

出したっつもり、わたしのに。

火の元を消したかもりっか一番危ないのよ。

おかしー! 頼んだ書類、ちゃんと送って来たっ?

もちろん! あれ?

出したっつもり、わたしのに。

## ラジオ湘南 Pickup

RADIO SHONAN FM 83.1MHz FURUKAWA

角野秀行のRIDE ON!  
毎週日曜9時~9時54分  
TUBEのベーシスト、角野秀行がお送りする音楽番組。思いのままに音楽談義を行い、影響を受けた曲やTUBEの曲、リクエスト曲を紹介。角野のバリトヴォイスとともにお楽しみあれ。

※今月の「湘南よみうりラインフォーメーションタイム」は11月22日(毎月第4火曜)8時50分~8時55分

◆問合せ☎0466(25)7000 レディオ湘南  
◆www.radioshonan.co.jp

## 11月はちよい呑み月間

みんなで楽しくはしご酒!!

今ではすっかりおなじみになった「ちよい呑みフェスティバル」。2,500円でチケットを購入して、3軒のお店をはしごしよう。

チケット1枚で参加店がそれぞれ用意したちよい呑みセット(おつまみ)と1ドリンクが楽しめる。

今年は電車に乗って、全エリアを制覇してみたいかが。

■第12回 藤沢南口 11月8日(火)・9日(水)  
■第7回 寒川 11月8日(火)・9日(水)・10日(木)  
■第5回 鎌倉・長谷 11月21日(月)・22日(火)

## Café冬号

次号11月19日(土)発行

# 三浦屋 匠の道具

たくみのどうぐ

天保6(1835)年より、浦賀で足袋や半纏など布を加工した製品を縫製していた三浦屋。江戸幕府がペリー来航を機に浦賀造船所を設置すると、目の前にあった三浦屋は、造船所の作業着の修理をするようになった。その後も取引が続き、昭和33(1958)年には船の機械カバーを作るようになり、現在も受注が続いている。店内には、数多く船に携わったことを物語る感謝状と船の写真が飾られている。中には大型練習帆船の日本丸II世や海王丸II世の写真も。



## 三浦屋 縫製職人 齊藤 正吉さん

頭の中で型を組み立て縫い上げる



の中で型を作っていきます。機械の形は複雑で、ロープを巻き取るウインチは特に凸凹。思い通りの形に表現するのが最も難しいです」と話す。形が決まれば次は縫製。生地が綿帆布であれば業務用のミシンを使う。家庭用ミシンと比べ、太い針と馬力があるが、それでも縫えない厚い生地の場合には手縫いだ。釘のような長い針とバームというあて具を使う(写真上)。また、合成帆布であれば高周波ウェルダーミシンを使い熱で溶着する。綿帆布では3本縫っていたところが1本で済み、強度があり見た目もよいという。「船以外にも洗濯機や八百屋さんのトラックのカバーなど、布製品はなんでも作ってきました。妻は帆布製のバッグ制作を始めました。どの製品も決まった形はないので、すべてがオーダーメイド。お客さんの要望に沿うものができる嬉しさと達成感は格別です」と優しく笑いながら語る齊藤さんだ。



高周波ウェルダーミシンで溶着する様子

## 横須賀出身 漫画家福本伸行の世界を堪能しよう! 「福本伸行 横須賀ざわ…ざわ…展」

『カイジ』や『アカギ』など、勝負の世界に生きる男たちを描き、熱烈なファンをもつ漫画家、福本伸行氏の企画展が、11月19日(土)より出身地の横須賀で開催される。

会場は世界三大記念艦「三笠」艦内。人気作品『カイジ』『アカギ』『黒沢』などの出力画約50点が展示されるほか、クリアファイル、缶バッジなどのコラボグッズも販売される。初日には本人と初代編集者を招いてのトークショーもあり、連載当初の様子が語られる予定だ(チケットはローソンチケットより購入。800円)。

期間中、横須賀市内の飲食店では、企



©福本伸行/講談社/竹書房/小学館

画展にちなんだグルメリレーも開催。コラボメニューを注文すると、非売品のコースターがもらえるというファン垂涎の企画だ。こちらもぜひチェックしてみよう。



©佐藤雄治

◆11月19日(土)~12月25日(日)  
9時~16時30分(入艦16時まで)  
◆世界三大記念艦「三笠」艦内  
◆入場無料  
※別途、世界三大記念艦「三笠」観覧料金が必要  
◆トークショーチケット購入先  
(11月3日より先着順)  
[http://www.gofa.co.jp/art/yokosuka\\_zawazawa/](http://www.gofa.co.jp/art/yokosuka_zawazawa/)  
◆問合せ ☎046(822)8124  
横須賀集客促進実行委員会

ここヨコ 検索

vol.212

TOP in SHONAN

神奈川県立花と緑のふれあいセンター 花菜ガーデン 園長 矢上 幸司氏

## 家族や仲間と年間を通して楽しめる植物園に

10月1日より平塚市寺田縄にある、神奈川県立花と緑のふれあいセンター花菜ガーデンの園長に就任した矢上幸司氏(42)。5年前の開園直後に訪れ、園内中央にある広場でレジャーシートを敷いて、友人とのピクニックを楽しんだという。「空が広く、緑と花がある。自然に囲まれた素敵な環境は、よい意味で当時と変わりません」と懐かしそうに話す矢上氏。

「園長になったからには、よりよい施設にするために尽力します。まずはお客様が何を望んでいるのかを探り、そこを伸ばしていきたいです」と意欲を見せる。現在、ほかの植物園をまわり、どんなお花の見せ方をしたら来園者に喜んでもらえるのかを研究している。

「バラの品種数が多いことで有名な当園は、春と秋のローズフェスティバルで多くのお客様にご来園いただいています。そのほかにも、年間を通して見応えのある花を準備していきます。季節の祭りの要素も取り入れて、イベント感を高めたいです」と、さまざまな季節に足を運びたいアイディアを考えている。

また、園芸だけでなく農業についても、



楽しみながら学ぶことができるのが同園の大きな特徴。「田植え、野菜や稲の収穫体験を通して、親子で過ごす大事な時間や、旬を感じられるその季節ならではのイベントを、これから提供していきたいです」と、さわやかな笑顔で語ってくれた。

「今秋の見どころは、赤・白・黄色と、色とりどりに園内を彩る13,000球のオータムチューリップです(11月中旬~下旬が見ごろ)。花の色だけでなく、形もさまざまな種類の球根を植えました。ぜひ足を運んでいただき、楽しんでもらえたら嬉しいです」。

かなガーデン 検索

### 輝く女性を応援する学研プレゼンツ

## 参加費無料 ママのためのマンタルアップ講座

~子育て経験を考える仕事にしませんか?~

①今の自分、好きですか?  
忙しさの中で見落としている価値観を見つめなおしましょう

②子育てに満足していますか?  
あなたの子育て傾向をチェックして対応を見直してみましょう

③自分時間持っていますか?  
自分も家族も幸せになる、自分時間の作り方

最後に、子育て中の仕事について、元学研教室指導者の大野先生の体験談もお聞きいただけます!

こんな方はぜひご参加ください

- 子どもの勉強をみていて、いつしかかになってしまふ...
- 趣味の時間や自分の勉強の時間も確保したい...
- 働くなら子どもにもメリットがある仕事したい...

ご参加の申し込みはフリーダイヤルまたはQRコードから

学研エデュケーショナル南横浜支社 ☎0120-889-100 月~金(祝日を除く) 9時~17時

QRコードから申し込みの場合 資料請求・お問合せ ▶ お問合せ項目に「コメント欄に『マンタルアップ講座希望』と入力 ▶ 必要事項を入力後に送信

## 第4回「湘南絵手紙作品展」

# 絵手紙

大好き、ニッポン!

### 大募集!

※詳細は2面参照

## 魔法!? シミが日に日に!

### 70代のおばあちゃんのシミが日に日に!

坂口朋子さん 63歳

このオイル本当にすいんです!

主成分は今注目の「リノレン酸」。特殊製法による高純度のものが使用されている。α-リノレン酸は肌細胞の柔軟性を高め、シワやたるみ、さらには既にできてしまったシミにも働きかける。今回限定のお試しセットを756円(税込)で提供。お一人様1セット限り。

実感のお試しセット 先着100名様

奥(角質層)までスッと浸透。しかも日に日に鏡の前で目元の小じわ、頬のシミが目立ってきたら、思わず笑顔を失くす前に、このオイルを試してください!

0120-776-377 受付時間(無休) 9:00~21:00

FAX 0120-802-126 受付時間 PM-819

株式会社 パールラボラトリー 〒104-0061 東京都中央区銀座6-13-4

## 役立つ無料セミナーのお知らせ

参加無料 要予約 定員各日20名

老人ホームの種類・特徴・違いなど、ポイントを絞って解説する好評のセミナーです。老人ホームを詳しく知るチャンスにぜひご参加ください。さらに!知って得する「在宅介護の困難例」についても、自宅で介護をする上で困難な事例について、実際にあったご家族からの相談内容をもとにわかりやすく解説します。

### 人気です! これで安心! 老人ホームの選び方

11月12日(土) 14時~15時45分  
会場 Cocco Terrace湘南 3階 会議室3 (辻堂駅北口より徒歩5分)

11月26日(土) 14時~15時45分  
会場 湘南ふれあいの園 2階ラウンジ (茅ヶ崎駅北口より徒歩5分)

12月3日(土) 14時~15時45分  
会場 藤沢会場 フジサワ名店ビル6階Aホール(藤沢駅南口より徒歩1分)

お申込みお問合せ 介護付有料老人ホーム 湘南ふれあいの園 湘南東部 ☎0467(57)6050 茅ヶ崎市西久保745 詳しくはホームページにて 湘南ふれあいの園 湘南東部 検索