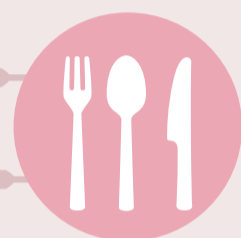


湘南ジャナル 9

2023.9.29 No.0006
SHONAN

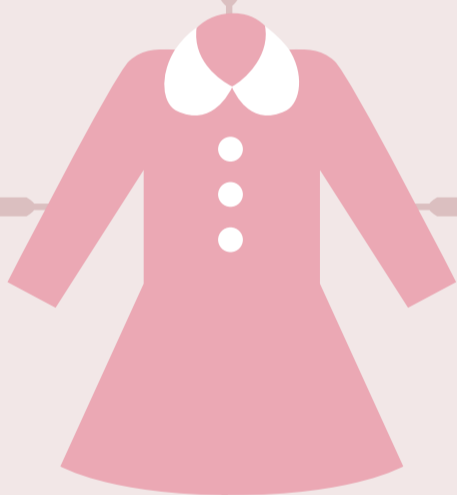


Motivation clip



Mail

QOL



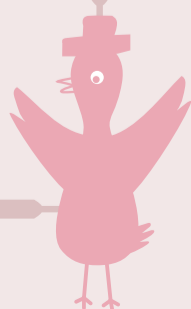
makeup



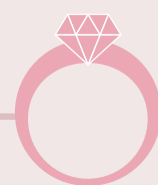
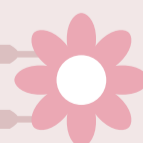
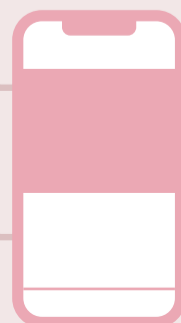
ご褒美Day



TUKINI ICHIDO NO GOHOUBI DAY!



美容Day



休日のご褒美タイムでモチベアップ♡

わたしの美容Day

Motivation up

Start!

満喫するぞー!



伏見 沙羅さん
茅ヶ崎在住の25歳。
休日は愛犬のいちごちゃんを抱っこして海へ散歩に行くのがルーティン。

今、Z世代の女性を中心に広がりを見せているのが、1日に美容の予定を全て詰め込む「美容Day」。月に1回、ご褒美メンテナンスをすることで、自分に自信がついて前向きに楽しくなれると思いませんか？今回は読者モデルの伏見沙羅さんの美容Dayに密着して、湘南女性におすすめしたいQOLが上がる美容Dayプランをご提案！

9:00

酵素風呂

朝の酵素風呂でデトックス!



#酵素風呂UNI&.

じんわり汗が.....

ヒノキの香りと、ふかふかの生ぬかに包まれてとっても気持ちよかったです♡ 身体の内側からぽかぽかして、冷え性な私にピッタリ！ 酵素のおかげで、つるすべ肌をゲット💎



SHOP DATA
こうぞおんよく ユニート
酵素風呂UNI&.
〒平塚市明石町26-10
萬福ビル6階
☎ 0463-383-962
🕒 9:00~18:00
📍 不定休

12:30

ランチ

新鮮鎌倉野菜でハレシーランチ!!



一番人気! これにしました!



ホリユームがすごい♡

SHOP DATA
ペリーページー サラダワークス
Very Veggy -SALAD WORKS-
〒藤沢市辻堂2丁目2-7
☎ 0466-54-8341
🕒 10:00~18:00
📍 毎月第1月曜・毎週火曜



彩り豊かなサラダをお腹いっぱい楽しめました😊 季節ごとに旬の野菜を使っているから、何度でも通いたい♪ 新鮮サラダのほかにもヴィーガンスイーツなど種類が豊富で迷っちゃう!

11:00

トリートメント

酵素トリートメントの力でさらツヤ髪に!



#echelle

毛先が傷んで広がり気味だった髪質が、指通りなめらかなさらツヤ髪に生き返りました😊! カウンセリングでは、悩みに寄り添ってくれてとってもうれしかったです🥰 これで朝のセットが時短に♪

SHOP DATA
エシェル
echelle
〒平塚市八重咲町18-25
☎ 0463-86-6093
🕒 9:00~20:00(日曜 19:00まで)
📍 第3月曜



ホントにさらツヤです🥰
ユキさん
ありがとう😊



さらさら
浸透させて

つぎはランチへ~



いつも親身に相談に乗ってくれて、
奥目の私に合うカールを提案してくれます ✨
施術はもちろん、テープを剥がすときも
丁寧に安心です 😊💕
目がパッチリになって、最高 🍷



SHOP DATA
ダズル
Dazzle アイラッシュ アンド ビューティー
茅ヶ崎市幸町1-12伊澤ビル3F
☎ 平日/9:00~19:00
土日祝/9:00~18:00
Ⓜ 不定休
※11月リニューアルオープン予定



まつ毛を上げて気分もUP♪
13:30
マツパ

Goal!

15:30
ネイル

18:00

指先からかわいいを発信♡



大満足の1日でした♪



何となくイメージした色や雰囲気
をネイリストさんがくみ取ってくれて、
オトナかわいいネイルに仕上がりました ✨
理想を形にしてくれて、大満足です 💕

SHOP DATA
ネイルサロン ロウダ
Nail Salon LUODA
茅ヶ崎市浜竹2-8-1 クレスト社堂1F B号室
☎ 0467-91-2912
☎ 10:00~18:30(最終受付) Ⓜ月曜



番外編
さいごにちょこつと買っちゃいました

- 入浴剤** BARTH 中性重碳酸入浴剤 BARTH
- タオル** タオル 美容師さんが考えた髪のためのタオル
- 樹液シート** 樹液シート 足裏樹液シート

Beauty × Sleep
美容 × 睡眠
快適な睡眠でQOLを高める

アロマの優しい香りに包まれながら、
上質な寝具探しを



木のぬくもりが感じられる癒しの店内には、快適な寝具をはじめ、天然素材を使用した衣類やアロマなど日常が豊かになるステキな雑貨も充実しています。
睡眠環境診断士の資格を持つ店主が、体質や体型、睡眠環境に最適な寝具をご提案。あなたの快適な睡眠をサポートしてくれるので、きっと毎晩眠るのが楽しみになるアイテムが見つかるはず。

SHOP DATA
快眠ふとん&ベッド 夢工房かしわぎ
平塚市立野町17-22 ☎0463-32-1568
☎ 10:00~18:00 Ⓜ水曜・第3火曜

美容Dayを終えて……
「1日を自分のためだけに使えない」
そんな方にお伝えしたいのは、無理にお金や時間を使う必要はなくて、「自分の気分が上がることをする」ということ。いつもより良いパックを使ってみたり、気になっていたコスメを2つ買ってみたりなど……。あなただけのご褒美Dayを作って、たくさん自分自身を大事にしてあげてくださいね。

相南ジャーナル公式instagramにも
写真とお店情報を掲載中!
両方楽しんでね♡



総面積約20万㎡。渋沢丘陵にたたずむ湘南森林霊園

深緑とそよ風と鳥のさえずり。 家族の絆を見守る森の霊園へ



「墓所を必要としているのは、
残された家族なのかもしれない」

約4年にわたったコロナ禍の行動制限。家族を看取ることも、手厚く見送ることもできず、悔いを残したままの人は多い。そのせいか今、「弔い直し」として墓所の価値が見直されつつある。

外界を完全に遮断し、耳に届くのは鳥の鳴き声と、風に揺れる樹葉の音だけ。5年前、湘南森林霊園を初めて訪れたとき、深呼吸したくなる気持ちよさを感じた。「霊園」ではなく「楽園」の二文字が頭に浮かんだ。

以来、毎年季節ごとに「森の霊園」の進化を見てきた。今夏訪問した際には、すくすくと育ったサルズベリが咲き誇り、ケヤキやクスノキの大きさは木漏れ日が美しい休息所を提供していた。丁寧に刈り込まれた芝で囲まれた墓石。カラフルなサルズベリと墓前の献花のコラボレーションで、墓所はまるで花園のようだ。



夕焼けに染まる湘南森林霊園の全景。晴れた日には富士山の眺望も。刻々と変化する空の表情に見惚れてしまう



強い陽射しにも関わらず、ちらほらとお参りしている人々の姿もあった。その中で、折りたたみチェアに座り、汗を拭きながらずっと墓石に語りかけている男性の姿もあった。

何よりも目を見張ったのは、永代供養墓である家族墓所とめもと墓所の需要の高さだった。初期費用のみで年間管理費不要の永代供養墓は、湘南森林霊園が目ざされている理由のひとつだが、それにして、ここ1年ほどでずいぶん増えた気がする。



墓所というよりも美しい「花園」。春にはスイセンやヤマブキ、夏にはサルズベリ、そして秋には彼岸花が咲き誇る

まずは資料請求を

湘南森林霊園 shonan shinrin reien

0120-231-271

お問い合わせ施設見学予約資料請求はこちら

住所/秦野市渋沢3249-22
受付時間/8:30~17:00
定休日/毎週水曜日
(水曜日が祝日の場合、およびお盆・お彼岸の期間中は休まず営業)

湘南森林霊園は、湘南ヘルマレを応援しています

秦野中井ICから約15分
広大な駐車場完備
土日限定の無料送迎バスあり
(秦野駅、渋沢駅、二宮駅より)

令和5年度米 新米ご予約キャンペーン!

TV朝日系「グッドモーニング!」で紹介されました!

令和5年度産 神奈川県厚木市産 **はるみ新米**

日本穀物検査協会 米の食味ランキング **特A**

殺虫剤不使用 燻蒸(殺虫処理)なし 減農薬栽培

お米農家 **栗の里**

〒243-0803 厚木市山際554-1

お米のご注文が合計15kg以上で **送料無料**

お米のご注文が合計10kg以上で **5%割引**

白米	◆10kg (5kg×2)	4,480円 (税込4,838円)	5% OFF	4,256円 (税込4,596円)
	◆15kg (5kg×3)	6,720円 (税込7,257円)	5% OFF	6,384円 (税込6,894円)
	◆20kg (5kg×4)	8,960円 (税込9,676円)	5% OFF	8,512円 (税込9,192円)
玄米	◆30kg (30kg×1)	12,480円 (税込13,478円)	5% OFF	11,856円 (税込12,804円)

新米予約限定送料

- ◆お米の合計 5kg → 1,000円(税込1,100円)
- ◆お米の合計 10kg → 新米予約限定! 送料半額でお届け! **500円(税込550円)**
- ◆お米の合計 15kg以上 → **送料無料**

「湘南ジャーナルを見た」とお電話ください

「湘南ジャーナルを見た」でお米ご予約の方に **お惣菜プレゼント!**

TEL専用 046-289-2969 受付時間9:00~20:00

お届けは10月中旬頃~収穫次第、順番にお届けします

有効期限:令和5年10月末日注文分まで

金 史上最高値

貴金属・プラチナ・銀 **高価買取**

買取強化キャンペーン! **10/26(木)まで 最大25%UP**

上乗せ金額の上限なし!!

売らなれば今!! **小さな金製品も驚きの金額に!!**

使わなくなったブローチやガラス根付、ピアス等 **23万円**

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

ご成約で最大2,000円駐車場代、タクシー代プレゼント!!

※詳細は店舗または電話でご確認ください。

※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】

株式会社イーふらん 横浜南区分事務所 4丁目3-3 クラウンタワーB15階 古物商 神奈川県公安委員会 許可 第451380001308号

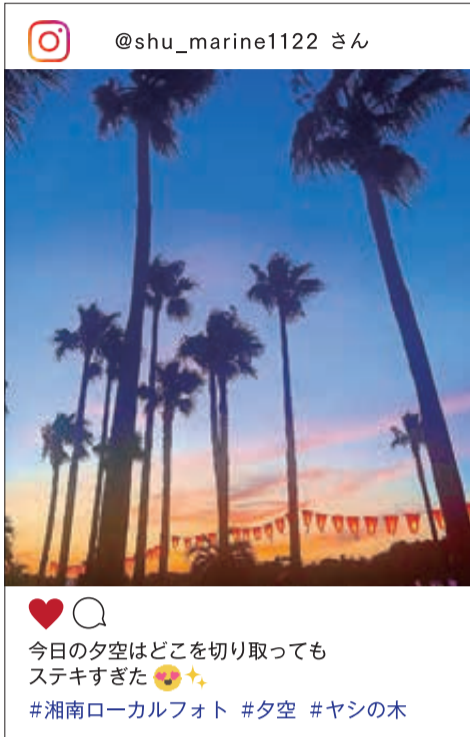
おたからや 藤沢店

ファミリーマート 柳通り さいか屋 横濱銀行

至大船駅

Shonan Local Photo #湘南ローカルフォト

あなただけの湘南フォトを投稿しませんか



#湘南ローカルフォトを付けて、自由に投稿しよう!

夏の終わりが見えて、ちょっぴり寂しいですね……



編集部 井上

投稿方法

Instagramで 湘南ジャーナルアカウント (@shonan_journal) をフォロー + ハッシュタグ「#湘南ローカルフォト」をつけて投稿!

▲湘南ジャーナル公式 Instagram

紙面掲載の条件・公開になっているアカウント

投稿完了!

美しい歯並びは自信につながります

生涯健康を見据えた専門的矯正治療 相談は無料。カウンセリングには時間をかけて

「矯正治療は、ただ歯並びを直すだけではありません。美しい歯並びは自信につながり、正しいかみ合わせは生涯健康に過ごすための重要な役割を果たします」と語る中澤先生。「当院では、患者さまが悩んでいらっしゃることをしっかり伺って解消。自信を持って思い通りの人生を過ごしていただけるよう、矯正治療を通じてお手伝いしています」と続ける。

■相談時に時間をかけてヒアリング■

初めての相談時ではじっくり話を聞き、その人に合った治療方法を提案。「目立たない装置を使用した方法や部分的な矯正などの相談にも対応しています」。



同院が使用しているクリアブラケット(表側)。ワイヤーは入っていません

■矯正の先にある「生涯の健康」を見据えて■

患者の「歯」だけでなく、「生涯の健康」を見据え、一般歯科部門と連携を取りながら治療を行なう同院。

「目のことにとらわれず、矯正治療を受けて良かったと思っていただけるような治療にしたいと考えています」(中澤先生)。

■地域密着型の矯正治療を展開■

「鶴沼アルカディア歯科・矯正歯科」の矯正歯科部門は、子どもから高齢者まで、地元の人が多く来院する地域密着型。

「アットホームな雰囲気の中で、専門的な治療が受けられます。無料相談を行なっております。気軽にお問い合わせください」。



中澤真紀先生

医療法人社団 鶴沼アルカディア歯科・矯正歯科

0120-418-462

藤沢市鶴沼石上1-1-15 (藤沢駅南口徒歩3分) 健康保険取り扱い

インプラント1本 330,000円~ 484,000円(税込)

火曜・金曜・第4日曜休診 (日曜・祝日も平常診療) 診療時間 9:00-13:00 14:00-18:30

QRコード: 医院紹介はコチラ

答えてくれたのは…
歯列矯正・専門医
なかざわ まき
中澤 真紀先生

日本大学歯学部卒業。日本矯正歯科学会認定医、日本成人矯正歯科学会認定医・臨床指導医(旧・専門医)、日本アンチエイジング歯科学会認定医。平成25年から「鶴沼アルカディア歯科・矯正歯科」で矯正歯科部門を担当

金・プラチナ高騰中! 洋酒や茶道具などの買い取りも

「頂き物のブランデーやウイスキーなどが飾ったまま、眠ったままになっていませんか?」それなら「買い取り専門店 カインドベア」へ。同店なら未開封であれば何十年経っていても、また箱がなくても買い取りしてくれる。本数が多くて大変という場合は、出張買い取りも可能。「売り主さんにとっては思い入れのある品々ですから、誠意を持ってしっかり査定します。買い取り価格はラベルの状態によって変わってくることも。買い取りに関する不安など、どんなことでも気軽にお問い合わせください」とスタッフ。

お酒のほかにも買い取り品目は豊富で、金・プラチナ、ダイヤモンド、ブランドバッグ・時計、骨董品、茶道具、掛け軸、万年筆などの取り扱いも。査定・出張費無料で出張現金買い取りも対応してくれるので、まずは相談を。



棚の奥で眠っているブランデーなどがあれば相談を

【買い取り品目】

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 iPhone ダイヤモンド
掛け軸 切手(国内・海外)
勲章・軍服・軍装品 サンゴ 印籠・根付
金杯・銀杯 金券 純銀・シルバー

【店舗地図】

辻堂店 茅ヶ崎店

至茅ヶ崎 至辻堂

社店 茅ヶ崎店

社店: 辻堂駅北口徒歩4分、茅ヶ崎店: 茅ヶ崎駅南口徒歩3分

買い取り専門店 カインドベア 【古物】神奈川県公安委員会許可第452670007020号

辻堂店 ☎0466-86-7505 茅ヶ崎店 ☎0467-81-5326

藤沢市辻堂新町1-5-12 茅ヶ崎市共恵1-10-16

土・日 10:00~19:00 あり 10:00~19:00

HPIはこちら

屋根 外壁 のリフォームなら

いらかの 屋根相談

完全予約制

日時 10/6金・7土 11:00-16:00

会場 (株)いらか 参加費 無料

地元湘南平塚で40年以上の実績をもつ
屋根専門スタッフが悩みを解決!

お見積りも依頼で(現地調査時に)
お米10kg
もしくは
ビール1ケース
プレゼント!

屋根・外壁塗装・リノベーション

(株)いらか iraka (旧 成田屋商店平塚支店)

TEL 0120-118-254 8:00-19:00 日曜日、祝日定休

〒254-0088 神奈川県平塚市北豊田624

https://www.iraka-yane.com/ いらか 屋根 検索

藤沢市、茅ヶ崎市、鎌倉市にお住まいの方

市民感謝デー

平日限定 除外日: 土日祝日・10月20日(金)・2024年1月1日(月)~3日(水)

ご利用の際はこの広告を切り取り、ご住所を確認できる身分証と一緒にフロントでご提示ください

ワンデイスパ 時間制限なくご利用になれます

大人 ¥2,500 ¥2,000
小学生 ¥1,250 ¥1,000

●バスタオル、フェイスタオル、館内着1セットのレンタル込
●レンタル水着 別途 ¥550~ ●他の割引との併用不可

期間: 10月1日(日)~2024年3月31日(日)

3F 富士海湯から望む富士山

月・木曜日 プールエリア 休業です

江の島アイランドスパ 電話 0466-29-0688

休館日: 12月11日(月)~14日(木) [4日間]

1・2Fプールエリア営業時間 10:00~18:00 / 3F温泉エリア21:00まで(最終受付)20:00
2024年1月4日(木)から小学生が利用できない曜日を変更します。公式ホームページにてご確認ください。

眠っている間に
歯科治療が終わる
「静脈内鎮静法」

歯科治療が怖い人でも
ストレスなく
治療が受けられます

無痛点滴麻酔を使用

うつらうつらした状態で
歯科治療

CDACは北海道から九州まで全国70名の日本歯科麻酔学会専門医・認定医が所属する
日本初の臨床歯科麻酔科医の専門グループ

CDAC www.cdac-masui.com/

静脈内鎮静法が行なえる歯科麻酔科医院を検索!!

患者さま専用サイト
https://patient.dental-masui.com/

静脈内鎮静法がよくわかる動画

CDAC公式 YouTube チャンネル

CDAC事務局: 藤沢口腔管理株式会社 藤沢市南藤沢21-6-4F 電話: 0466-26-8541 代表: 雨宮 啓

その痛み、我慢しないで
10万人以上の施術実績

茅ヶ崎で約30年間、延べ10万人以上の腰・股関節・膝などの痛みの解消に取り組んできた同院。独自のノウハウ「つるた療法」で、他院で改善できなかった人の駆け込み寺として愛されている。長年の悩みがある人は相談してみても。



つるた療法の生みの親、鶴田 昇院長

湘南スポーツ整体院 茅ヶ崎市円蔵83 火・水曜 4台 セミナー開校中。詳しくはHPで→
☎0467-86-5435 9:00～、時間をご相談ください。完全予約制



大切なあの人へのプレゼントに！
ステンドグラスランプ体験

芸術の秋に、ステンドグラスランプ体験はいかがだろうか。

10月に制作するのは月うさぎのステンドグラスランプ。作ったその場で持ち帰れる。費用は受講料、材料費込みで4,180円と手頃。「気軽にものづくりの楽しさを感じて」と講師(事前予約制)。可憐なランプはプレゼントにも。親子での体験も可能(対象小学生以上)。



制作するのは、月うさぎのステンドグラスランプ

ステンドグラス体験会
先着8人限定 要予約
開催 水・木・金・土
日時 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

ADWORKS アドワークス
☎0466-53-8679
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
adworkss.jp



SHONAN INFORMATION

湘南の週末のさまざまな情報を集め、みなさんにお伝えするためのコーナーです。イベントなどの情報掲載のご相談もお気軽にお待ちしています！



濱田

写真を使ったイベントやセミナーの募集告知、お店のこだわりや新メニュー・新店紹介など、読み物スタイルのお知らせをお手伝いします！

「目の愛護デー」市民公開講座
～白内障・緑内障のはなし～

10月10日の「目の愛護デー」にちなみ、10月28日(土)藤沢市眼科医会主催の市民公開講座が、藤沢商工会館ミナパークで開催される。

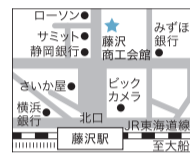
テーマは「白内障と緑内障を中心に」。入場無料(先着50人)。「人生を楽しむために、目の病気と予防について学びましょう。働き盛りの世代の人にも聞いてほしいですね」と講師の鈴木先生。



講師の善行すずき眼科 鈴木久晴院長

市民公開講座(無料)
定員:50人 予約不要
開催 10月28日(土)
日時 15:00～16:00
藤沢商工会館ミナパーク(藤沢駅北口徒歩3分)
※申し込み不要。直接会場を。駐車場はありません

主催: 藤沢市眼科医会
☎0466-22-3041
茅ヶ崎市片瀬339-1
https://fujisawa-med.com

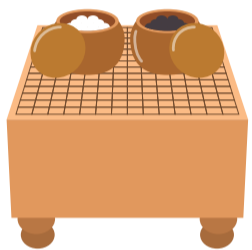


湘南ひらつか囲碁まつり開催
初心者向けイベントも多数

囲碁のまち・平塚をPRする湘南ひらつか囲碁まつりが10月8日(日)に開催される。

このまつりのメインイベントは総勢77人のプロ棋士が参加する1000面打ち大会。1回目が13:20から14:45、2回目が15:05から16:30の2回行なわれる。10月5日(木)まで参加受付中なので興味がある人は参加してみても(売り切れ次第終了)。

このほか、囲碁教室や囲碁グッズ販売、オリジナルスポーツの囲碁ボール体験など、囲碁のルールが一切わからなくても楽しめるイベントが多数行なわれる。平塚駅前周辺でイベントを楽しんでみては。



湘南ひらつか囲碁まつり
日時 10月8日(日)12:00～16:30
(雨天時 会場内特設テントで開催)
1000面打ち大会 対局1回目 13:20から14:45
対局2回目 15:05から16:30
参加費 1,000円(残席があった場合のみ当日券2,000円販売)
会場 紅谷パールロード商店街(平塚市紅谷町)周辺
参加棋士 二十四世本因坊秀芳(石田芳夫九段)ほか計77人を予定

平塚市まちづくり財団文化事業課
☎0463-32-2337



福祉事業所のアートが一堂に！
1都5県から作品集まる

一般社団法人ALTAMが主催する、障害のある人のアート活動を牽引してきた全国の福祉施設の作品が一堂に会する展覧会が平塚市の「嬉々!! CREATIVE GALLERY & CAFE」で開催中だ。10月4日(水)からは「ココまでキタ!! 表現活動支援の「いま」と題して各作品を展示する。参加団体は嬉々!! CREATIVEのほか、クラフト工房La MANO(東京)、工房集(埼玉)、工房まる(福岡)、やまなみ工房(滋賀)、リベルテ(長野)の6団体。さまざまな表現、そして活動支援の数々をぜひ目にしてほしい。



ココまでキタ!! 表現活動支援の「いま」
会期 10月4日(水)～31日(火)
会場 嬉々!! CREATIVE GALLERY & CAFE
時間 火曜日～金曜日の10:30～15:30(祝日のぞく)
10月7日(土)、21日(土)はオープン(7日はギャラリーのみ)

嬉々!! CREATIVE GALLERY&CAFE
☎0463-59-9974 平塚市明石町14-8

展覧会の特設ページはこちら→



数量限定
HALLOWEEN GIFT 2023
オンラインSHOPはこちら▶

ハロウィンBOX 2,250円
エンガディナー/ブルトンヌ/柚子ダックワーズ/抹茶カステラ/フィナンシェパナ/フィナンシェピスタチオ/アマンドサブレ/マカダミアサブレ

かぼちゃの馬車 2,450円
バターカステラ/ダックワーズ/フィナンシェパンキン/ピスタチオサブレ/マカダミアサブレ

ゴーストハウス 2,150円
バターカステラ/メイプルドレーヌ/フィナンシェパナ/フィナンシェショコラ/チョコチップサブレ/アマンドサブレ

平塚駅西口本店 ☎0463-22-1102

藤沢ルミネ店 ☎0466-54-1511

茅ヶ崎海岸店 ☎0467-58-1180

藤沢湘南台店 ☎0466-45-4488

大船ルミネ店 ☎0467-48-5156

茅ヶ崎ラスカ店 ☎0467-58-2068

なんでも
買い取ります!

Reuse Shop
WAKABA

買取店わかば
0120-222-524
古物商許可証 第452600011316号

レイ・ヴィトン
『ボロボロ・破損品でも』

モノグラム・ダミエ柄 最低保証/7,000円
エビ・タイガ柄 最低保証/5,000円

..... その他ブランド品バッグもどんな状態でも必ず買い取ります!

イオン藤沢湘南ライフタウン11店

神奈川県藤沢市大庭 5061-2
湘南ライフタウンショッピングセンター 2F

湘南モールフィル1店

神奈川県藤沢市辻堂新町4丁目1-1
湘南モールフィル 2F

起きた瞬間からメガネいらずの裸眼生活を

手術時間は両眼 5 分程度 裸眼生活が翌日から可能に

メガネやコンタクトを装着する煩わしさから解放してくれる近視矯正手術「ICL」。適応年齢は19歳から40代までと言われており、近年は、近視の若年化で「大学生や社会人が休暇を利用して手術を受けるケースが多くなっている」という。気になる手術時間は点眼麻酔で両眼5分程度。翌日から日常生活が送れる(個人差があり)上、約3週間ほどでマリンスポーツも可能。

「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、アスリートにも施術されている新しい治療法。自由診療ですが、コンタクトレンズ約8年分相当程度の費用で手術が可能です」(吉田院長)。

「白内障手術」で近視、乱視、老眼の一挙解消に期待

60代で7割以上がかかっているという白内障も「かなりの確率で視力の回復が見込まれ、裸眼で快適な生活も」と吉田院長。濁った水晶体を取り除き、眼内レンズを挿入する手術には、単焦点以外に遠近中距離にピントを合わせた多焦点レンズがあるが



「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」と吉田正至 院長(写真前列中央)



近視の強い人や角膜が薄く、レーシックを受けることができない人も治療可能なICL。角膜形状をほとんど変化させずに視力矯正を行なう最新治療

「多焦点眼内レンズ手術が、健康保険適用の治療と保険適用外(差額レンズ代)を併せて“選定療養”の適用となり、以前に比べ自己負担が減り受けやすくなりました」と続ける。さらに民間の医療保険の日帰り給付金対象となれば、自己負担額がさらに低減するというメリットもあるようだ。「起きた瞬間からメガネいらず」は、生活の利便性向上のみならず、災害時にも役立つ。

この機会に、どんなときでも不自由ない日常が送れる裸眼生活について考えてみては。「ICL」は認定医のみでの取り扱いが可能。現在、「ICL」と「多焦点レンズ」の取り扱いは茅ヶ崎市市内では同院のみ。

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 茅ヶ崎駅前徒歩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
検診・3D-OCT
各種レーザー

10/7・8 ルミネ藤沢で フードドライブキャンペーンを実施

家庭で余っている食品を、必要とする人へ寄付する「フードドライブ」。フードロスの削減や社会貢献にもつながり、SDGsの一貫として各地で広がりをみせている。

JR藤沢駅北口に直結の「ルミネ藤沢」では、10/7(土)・8(日)に「フードドライブキャンペーン」を開催。当日、回収対象食品(右下参照)の持参で、同店で利用できるお得なチケットと交換してくれる。詳しくはホームページや店頭ポスター、館内リーフレットで確認を。

サステナブルなアイテム選びで社会貢献

館内各ショップでも、サステナブルな取り組みを多彩に実施。プラスチック問題からポリエステルやプラスチックを再活用した商品展開にも注目を。

レディスファッション「ロベクニック」(4階)では、接触冷感で丸洗いOK! 暑さが残る時季にも快適な新素材(再生ポリエステル)ジャケットを販売(下写真)。

メガネの「ゾフ」(4階)では、再生プラスチック材による製品開発に挑んだ、サステナブルなメガネを取り扱っている。

この秋は、ルミネ藤沢でスタイリッシュなサステナブル商品を探してみてもいい。詳しくは、ホームページおよび館内リーフレットで。



サラサラゴールドボタン ショート丈ジャケット (8,239円)
「See Blue #14」 ZT221011_14F1 (8,800円)



「ルミネ藤沢」は、藤沢市が取り組む「ふじさわSDGs」の共創パートナーに登録。キャンペーン当日、回収された食品は、「フードバンクふじさわ」を通じて、ひとり親世帯や一人暮らしの大学生を対象に無償で提供される

フードドライブキャンペーン
不要な食品を持参すると、ルミネ藤沢で利用できるお得なチケットを、食品1点につき1枚プレゼント(上限3枚)。さらに、ルミネカードの提示やアプリの登録&画面提示で、最大5枚プレゼント!
日時: 10/7(土)・8(日)10:00~17:00
※混雑状況に応じて受け付けを終了させていただく場合がございます
場所: 4階、ルミネカードカウンター横
【回収対象商品】
・賞味期限が1カ月以上の食品 ・常温で保存可能な食品
・未開封の食品 ・袋が破れていない食品
※上記に該当しない食品や、生鮮食品・アルコール類は回収不可

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公式HPで確認を
☎03-5334-0550ルミネ・ニューマン代表電話
☎0120-639-003(※電話受け付け10:00~18:00)

TICKET INFORMATION
10.28 Sat 14:00 kickoff
vs. ヴィッセル神戸
10/7(土)チケット一般販売開始!
▲購入はベルチケで

秋の買取強化実施中!
貴金属はもちろん、切手・洋酒も現金に!
おたからや 湘南台店 ☎0466-46-9022
ご自宅に眠っている記念切手や洋酒・カメラがチャンス! メッキ製品も買取OKとのこと。気になる方は、まずはご相談を! 長年の経験を積んだ店長が1点1点しっかりと丁寧に査定します。
湘南台バーキングセンター 湘南台店ご利用の方 駐車券提示で無料券進呈

おかげさまで11周年! 信頼につながる「累計6万台」
トイレリフォーム6万9800円
トイレリフォームでおなじみの「三和」が、おかげさまで11周年。感謝を込めて、トイレリフォームを湘南にジャージャー読者限定の感謝還元特別価格で提供!
今回は、お手入れが簡単な「TOTO」の「TOTOピュアレストQR」本体が通常価格の79%オフ。心掛けてますと、同社スタッフ。出張費・点検・見積もり無料。「湘南ジャーナルを見た」と電話を。
湘南ジャーナル読者限定の感謝還元特別価格
TOTOピュアレストQR 本体通常価格の79%オフ
①普通便座セット 同社通常価格18万3,040円 **6万9,800円**
②TOTO純正ウォシュレットセット 同社通常価格24万2,630円 **11万6,800円**
※全て諸費用、税込

<p>テラスハウス 4DK 寺田縄 賃料 70,000円 敷1礼1駐:1台付 南西角・ドラッグストア、コンビニ近く 駐車2台可(普・軽)(媒介)</p>	<p>テラスハウス 3DK 長持 賃料 65,000円 敷1礼0駐:1台付 スーパー、バス停、コインランドリー近く 南西角・追い焚き機能付き(貸主)</p>
<p>マンション 3DK 上平塚 賃料 65,000円 敷1礼0駐:1台付 2階南西角・玄関広々・バス停近く 各部屋独立・日当たり良好(媒介)</p>	<p>アパート 2DK 中里 賃料 50,000円 敷1礼1駐:1台付 1階部分・2室南向き・日当たり良好 スーパー近く・全室洋室(媒介)</p>

所在地	種類	間取り	平米数	賃料	敷礼	駐	物件おすすめポイント (媒介)
平塚 寺田縄	アパート	2DK	41.32㎡	45,000円	1	0	洗面台、浴槽新品・日当たり良好・コンビニ近く
平塚 片岡	アパート	2DK	35㎡	45,000円	1	0	1階部分・室内猫相談可(別途費用必要)
平塚 片岡	アパート	2DK	41.25㎡	50,000円	1	1	室内小型犬相談可(別途費用必要)・追い焚き機能付き
平塚 南原1丁目	アパート	2LDK	51.08㎡	65,000円	1	0	市民病院近く・2階南西角・2カ月フリーレント
平塚 上平塚	テラスハウス	3DK	62.1㎡	65,000円	1	1	屋根裏物置あり・ドラッグストア近く・日当たり良好
平塚 平塚5丁目	アパート	3DK	48.75㎡	70,000円	1	0	ドラッグストア、コンビニ近く・日当たり良好

神奈川知事(14)第7244号 平塚市中里53-18(デニースさん隣り)
(有)アスリート ☎0120-700-124
営業時間: 9:00~18:00 毎週水曜日・祝日を定休日とさせていただきます。

<p>マンション 2LDK 田村 賃料 69,000円 敷1礼0駐:1台付 新築さん、ファミリーさんおすすめ 日当たり良好・角部屋</p>	<p>アパート 3DK 南原 賃料 58,000円 敷1礼0駐:1台付 バス停から徒歩2分・閑静な住宅街 近隣に商業施設あり</p>
<p>マンション 3LDK 田村 賃料 69,000円 敷1礼0駐:別契約 生活至便な好立地 明るく開放的な室内</p>	<p>テラスハウス 3LDK 寺田縄 賃料 70,000円 敷1礼0駐:1台付 バス停から徒歩8分・閑静な住宅街 広々LDK・南向き・収納たっぷり</p>

所在地	種類	間取り	平米数	賃料	敷礼	駐	物件おすすめポイント (媒介)
平塚 田村	アパート	2K	34.65㎡	46,000円	1	0	1台付 人気の角部屋・単身者さんおすすめ
大磯 大磯	アパート	1LDK	33.05㎡	49,000円	1	0	別契約 敷地内駐車場あり・ペット相談可(条件変更)
平塚 西八幡	アパート	2DK	35.45㎡	55,000円	1	0	1台付 バス停から徒歩4分・近隣に商業施設あり
平塚 大神	アパート	3K	46.2㎡	56,000円	1	0	1台付 ジ・アウトレット湘南近く!ファミリーさん◎
平塚 大神	アパート	3DK	51.89㎡	60,000円	1	0	1台付 全洋室・使いやすいい間取り・日当たり良好
平塚 諏訪町	アパート	1LDK	36.45㎡	60,000円	1	0	別契約 バス停から徒歩1分・おしゃれな室内

神奈川知事(13)第7989号 神奈川知事(3)第26468号
(株)協和不動産 (株)協和不動産販売
平塚市田村4-15-1 ☎55-0551 平塚市宝町3-18 ☎23-8233
営業時間: 平日9:00~17:00/日曜9:30~17:00
毎週水・木曜日・祝日を定休日とさせていただきます。

FORGOT TO SAY

編集部「言い忘れたことや、個人的なつぶやき」を毎回編集後記にお届けします。今月はどんな「言い忘れ」があるのでしょうか？



井上

特集に出演している沙羅ちゃん、じつは小学校からのお友達なんです！14年の付き合いになるみたいで、お互いビックリしちゃいました(笑)

credit

Creative Director
KOICHI KAKINUMA

株式会社湘南ジャーナル社
平塚市八重町25-2 LS42 3F
TEL:0463-79-9407
E-mail:info@shonan-journal.com
発行責任者:定成幸代
発行エリア:茅ヶ崎市、藤沢市
毎月1回80,000部発行
[配布に関するお問い合わせ]
株式会社ジーエムビー TEL:0120-999-972
※受付/9:00~18:00(土・日・祝日・年末年始除く)

茅ヶ崎駅にストリートピアノが再び 小出小学校150周年の記念に

茅ヶ崎市立小出小学校が5月に創立150周年を迎えたことを記念して、茅ヶ崎駅でのストリートピアノが行なわれる。

ピアノは約75年前に地域の人たちの寄付で購入されたもので、長らくほこりをかぶっていたが、2019年に修復された。

今までピアノを弾いたことがない人でも大丈夫！ぜひ当時の音色に触れてみよう！



10月13日(金)・14日(土) 11:00~18:00
ラスカ茅ヶ崎3F 正面入り口付近

問い合わせ 小出地区コミュニティセンター内小出地区まちから協議会
☎0467-54-6525(月曜休館)

藤沢市にあるリフォーム専門店
TECS
https://tecs-reform.jp/
リフォーム相談会 (ご来場者には
エコ社員グッズ
プレゼント)

10/1(日) クリナップ株式会社
10:00-16:00 藤沢ショールームにて

お風呂
洗面台
キッチン

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

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
- 5 学習支援コースあり
- 6 ワンデイコースあり

学習支援コース(授業料無料) 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 専門課程コース **大成学園**
高認のための科目履修コース ☎0466-54-7779
お問い合わせ(平日・土曜午後2時~7時)
新規開校 平塚校 ☎0463-20-8328 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サービス駅前校・藤沢駅前校

説明会のお申し込み
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

10/21(土)
10:00~16:00
(最終入場15:30)
入場・受講無料
〈予約制〉

10月はピンクリボン月間。自身や家族など、乳がんが悲しむ人を一人でも減らすために、正しい知識を知って備えませんか。

ピンクリボンセミナー

in 鎌倉プリンスホテル 湘南2023

主催/ピンクリボンセミナー実行委員会 後援/神奈川県 協力/ピンクリボンかながわ



Special guest

お子さま連れOKです
定員 150人
土井卓子先生と
くわばたりえさんの
対談が聞ける基調講演

基調講演 13:30~15:00(90分)

テーマ
「家族の幸せはママの健康と笑顔」

湘南記念病院 乳がんセンター長・土井卓子
医師とタレントのくわばたりえさんを特別
ゲストに迎え、乳がんの早期発見の重要性
や病気への理解を深めます。

- ほか、ためになるセミナー
- お楽しみ抽選会 ◎来場者全員プレゼントなど

参加申し込みは パスマーケットから。
詳しくはイベント公式サイトで >>>>>
イベントサイトhttps://lien-web.net/pinkribbon-seminar/
QRコード

◎申し込み〆切 10/10(火)まで

※参加予約は基調講演と1つ以上のセミナー予約が条件となります。
応募多数の場合は抽選となります。

お問い合わせは セミナー事務局 E-mail: kamakura-seminar@event-reserve.net
☎0800-1700-255 ※電話での申し込みはできません
主催:ピンクリボンセミナー実行委員会/リアン編集部 セミナー事務局 側産案
横浜市西区高島1-2-5 横濱ゲートタワー 3F

乳がんは自分ごと、家族ごと。

宝雲亭 一口餃子 養祥

河太郎 いか活造り 養祥

昔から変わらぬ
この味が好きです。

明太子 養祥
ふくや

お家で満喫、グルメ旅♪

明太子をつくってよかった。
博多中洲 **ふくや**

九州発祥 セット

コウマ! 口の中でとろけるほど薄めの皮にニンニク不使用の練りに練ったあんの相性が抜群の「宝雲亭の博多一口餃子」。

コウマ! 厳選されたイカと国産タマネギを使用し、鮮度と旨味をギュッと閉じ込めた「河太郎のいかしゅうまい」。

コウマ! 皮が薄く粒感がはっきりとした「たらこ」にシンプルな味付けで素材そのものの風味を堪能できる「ふくやの味の明太子」。

- 河太郎いかしゅうまい 8個 冷蔵90日
酢醤油、練り辛子
- 宝雲亭博多一口餃子 15個 冷蔵8日
- 味の明太子 100g 冷蔵15日
味を選べます(レギュラー、マイルド、どっから)
※レギュラー、マイルドは着色・無着色を選べます。

品番 32004

4,200円 (税込) **送料込み**

受付時間 9:00~18:00(年中無休)
株式会社ふくや 〒812-0039 福岡県福岡市博多区冷泉町2-20 ふくやビル

受付期間 10月31日
まで

050-1868-0642

受付時間 9:00~18:00(年中無休)

株式会社ふくや 〒812-0039 福岡県福岡市博多区冷泉町2-20 ふくやビル

お支払いについて

商品と引き換えにお支払いください。代引き手数料330円(税込)はお客さま負担となります。ご注文後、3日後以降にお届けします。※贈答用の場合は、ふくや専用の振込用紙をお送りします(コンビニ払いで手数料無料)。入金確認後、商品の手配をいたします。

個人情報のお取り扱いについて

ふくやではお客さまからお預かりしたお名前・住所・注文商品などの個人情報は、カタログ送付や商品発送・連絡などの目的以外では使用いたしません。

返品について

お客様のご都合による返品・交換は、商品の性質上承っておりません。あらかじめご了承ください。