

Shonan Sports Rookies

鳴らせ! 夢のホイッスル。



湘南 える

Vol.80
2023年2月11日

🎁 読者プレゼント

甘芋パイや葉山牛の
釜飯など人気商品
豪華詰め合わせを

5名様



湘南しらすせんべい、江ノ電バスチョコサン
ドクッキーなど定番の人気商品もセットに

>>>> 詳細は15ページ

今号のTOPICS

- 2・3 地元プロスポーツチームの
子どもスクール特集
- 5~12 湘南ベルマーレ応援特集
Jリーグ2023年公式戦開幕
- 16 藤沢花ごよみ
早春に香る梅を訪ねて

発行 株式会社 湘南える新聞社
〒251-0055 藤沢市南藤沢5-9 朝日生命藤沢ビル1階
湘南える新聞は
●独自の厳しい掲載基準を設けています。
●読者の個人情報の取り扱いについては紙面をご覧ください。
●原則第2・第4週土曜日付発行です。発行週の水～
金曜日にお届けします。

楽しい！ 運動する子どもの笑顔キラキラ



今回は、「湘南ベルマーレ」「湘南ユナイテッドBC」「神奈川フューチャードリームス」など地元プロスポーツチームが運営する子ども向けスクールに注目し、その活動取材しました。また、子どもたちの格闘技大会を運営する取り組みなどもご紹介します。



湘南ベルマーレサッカースクール
 年少〜小学6年生を対象に10市町15校を開催

人間性の獲得を目指して活動

「馬入校」にお邪魔すると、広々としたグラウンドをカラーコーンで分けて、年少〜小学2年生が学年別に分かれて練習を開始。各クラスに3〜4人のコーチが付いて、ドリブルや1対1、

2対1などでゴールを狙う練習などを行い、チームに分かれて試合形式で得点を競います。あつという間に1時間が経過。「楽しかった！」と笑顔で答えてくれる子どもたち。「お姉ちゃんやってくるから始めた」という年長の女の子は、「ドリブルが上手になりた」とはにかみながら話してくれました。「誰もが楽しくサッカーに取り組みめるように、

安心安全なスクール運営をしています」と話すベルマーレフットボールアカデミーの普及グループマネージャー・黒子さき。「体を動かす事の楽しさやスキルに加え、人間力にも着目し、社会に出て通用する人間性の獲得を目指し活動を続けています」と語っていました。

スクール開催概要

▶期間	4月〜3月(年間40回)
▶会場	馬入校(火・水・木・金曜日※馬入校の水・金曜日は特化特待クラスのみ)、及川校(水曜日)、厚木南校(火・水・金・土曜日)、藤沢校(月・火・水・木・金・土曜日)、秦野校(火・水・金・土・日曜日)、伊勢原校(木曜日)、大磯校(火曜日)、上府中校(水曜日)、開成校(土曜日)、秋葉台校(火・木曜日)、辻堂校(月・火・水・木・金・土・日曜日)、大船校(火・金・土曜日)、柳島校(水・木曜日)、ららぽーと湘南平塚校(土・日曜日)、TANABATA校(金・土曜日)
▶対象	年少〜小学6年
▶問い合わせ	湘南ベルマーレサッカースクール 事務局TEL0463-25-5800(受付時間10:00~15:00) ☐bellschool@mf.scn-net.ne.jp

スクールHPはこちら

<https://s-el.jp/d6/05>



湘南ベルマーレ

■所属リーグ リーグ(J1) ■創設年 1968年
 ■ホームタウン 神奈川県厚木市、伊勢原市、小田原市、茅ヶ崎市、秦野市、平塚市、藤沢市、大磯町、寒川町、二宮町、鎌倉市、南足柄市、大井町、開成町、中井町、箱根町、松田町、真鶴町、山北町、湯河原町
 ■運営法人 株式会社湘南ベルマーレ

HPはこちら



<https://s-el.jp/sbm>



from COACH

名前を呼んで褒めています

普及グループマネージャー・黒子善行さん

プレーをよく見て、一人一人の名前を呼んで褒めてあげるようにしています。何かをつかんだ時の子どもの表情・目の輝きを目の前で見ることがするのが楽しい。そんな成長の瞬間に立ち会えるのは、コーチ冥利(みより)に尽きますね。

TRIDENT FC (トライデント・エフシー)

「湘南から世界へ」を目標に格闘技のアマチュア大会を藤沢で開催

「湘南から世界へ」を目標に、格闘技のアマチュア大会「TRIDENT FC」が発足。昨年11月19日に秩父宮記念体育館で開催されました。

「コロナ禍で大会が減少し、開催されるのは東京か遠方。湘南は有望な格闘技の選手が多いのに地元で試合が行われないなんて」と、同大会を立ち上げた経緯を語る組織委員長・永松秀行さん。地元の格闘技ジムに協力を呼びかけて賛同を集めると共に、藤沢市スポーツ振興課に働きかけたところ、市の後援を得られることに。

当日は、湘南近隣の17ジムから、キックボクシング、ブラジリアン柔術の選手84人が出場し、熱闘を繰り広げました。「セコンドの人数制限も3人と多くて親も付き添えましたし、友達も応援に駆けつけたので、約700人の来場がありました。選手も気合が入ったと思います」この大会から世界チャンピオンが誕生して藤沢の知名度アップにも貢献したいと話す永松さん。今年も第2回大会開催を目指して準備中です。



TRIDENT FC 組織委員長 永松秀行さん



大会HPはこちら



<https://s-el.jp/d6/06>

子供に優しい藤沢を目指して

新型コロナウイルスは子供たちのかけがえない時間を奪いました。修学旅行をはじめとした学校行事の取り止めや縮小、部活動や少年の大会の中止、マスクや給食の黙食による子供たちのコミュニケーション不足など、子供たちの一生のうちにその時にしか経験のできないものを奪いました。これらをただウイルスのせいにするのではなく、私たち大人が、私たち政治家が、行政が、本当に子供たちのための判断ができたのか、行動が取れたのか、今一度省みる必要があります。

ここで特に注目したいのは、コロナ禍による子供たちの運動能力、体力の低下です。スポーツ庁が実施した「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果によると、小・中学生の男女共に体力の合計得点が、コロナ禍前の令和元年度から連続して低下しました。その原因として、総運動時間がコロナ以前の水準には至っていないこと、肥満である児童生徒の増加、朝食欠食、睡眠不足、テレビ・スマートフォン・ゲーム機等による映像の視聴時間の増加などの生活習慣の変化、マスク着用中の激しい運動の自粛が報告されています。

コロナ禍による外出自粛の影響により、失われた子供の体力は一朝一夕では取り戻すことは困難です。特にゴールデンエイ

ジといわれる小学校時代、ポストゴールデンエイジといわれる中学校時代の成長期に一定程度の運動習慣を身につけないとその後の成長にも多大な影響を及ぼすことが懸念されます。また、運動・スポーツにはストレスを解消する効果もあり、コロナ禍における子供たちの健全な心身の成長に必要なものであることから、学校だけではなく、地域の各種関係団体の協力の下、子供たちの運動・スポーツの再開を支援し、機会を創出することが大切です。しかし、藤沢市は人口44万人に対し、また小中学生3万4千人に対し、十分な運動・スポーツ環境があるとはいえません。公共スポーツ施設の整備、球技等のスポーツができる公園の整備、小中学校のナイター設備の整備など、多くの人がスポーツに親しめる環境整備が必要だと考えます。

私は、小学校から中学、高校とサッカーを続け、社会人となった今も藤沢市のリーグに所属しサッカーに親しんでいます。その経験を少しでも活かせればと、現在は日本サッカー協会公認指導者ライセンスを取得し子供たちにサッカーの指導を行なっています。これからも公私共に、子供たちの豊かなスポーツライフの実現に向けて取り組んでまいります。

藤沢市市議会議員



西智(にし・さとし)さん

プロフィール
 1977年7月12日生まれ(45歳)
 亀井野小学校、六会中学校、神奈川県立湘南高校、東京理科大学卒業。システムエンジニアとしてIT企業に14年間勤務。2015年初当選。現在二期目。三児の父。村岡在住。
 趣味: サッカー、ソフトボール、家庭菜園

連絡先
 TEL090-9329-2224
 ☐mail@nishisatoshi.com
<https://www.nishisatoshi.com>

HPはこちら





湘南ユナイテッドBC

- 所属リーグ B3リーグ
- 創設年 2020年
- ホームタウン 神奈川県藤沢市、茅ヶ崎市、寒川町
- 運営法人 株式会社湘南ユナイテッド藤沢

HPはこちら



https://s-el.jp/subc



地元プロスポーツチームの子どもスクール特集

スポーツって



幼児〜中学生を対象に2市4校を開催
B3リーグに2022-23シーズンから参戦した「湘南ユナイテッドBC」では、2市4校のスクールを開催。
1月のある日、「秋葉台校」を訪ねました。小学1〜3年生のクラスではウォーミングアップ、ドリブル練習に続き、チームに分かれてミニ試合。「試合が楽しかった。お姉ちゃんがやっているからバスケットを始めた」という子や、「スラムダンクの宮城リョータが好き」と笑って話す子も。
小学4〜6年生のクラスでは、さらに高度なドリブル練習などを行った後、ミニ試合で汗を流しました。「みんな優しく話しかけてくれて楽しかった」と、その日初めて参加した女の子も笑顔。「レベルに合わせて基本をしっかり習得して、一人でも多くの子にバスケットを好きになってほしい。将来的に湘南から世界を目指す選手が生まれたいらうれしいですね」と、運営事務局の小山内喜美さんは話します。

from COACH

子どもたちの成長がうれしい

子どもたちの成長を肌で感じられるのがうれしいです。プレーヤーと指導者の「二足のわらじ」ですが、教えることは無意識に行っている自身の感覚をきちんと伝えるためにプレーを振り返り理解することにつながるの、相互に好影響があると実感しています。



大野勇哉選手

スクール開催概要

- ▶会場 秩父宮校(土曜日)、秋葉台校(火曜日):年3期開催(期ごとの申し込み)
- 湘南台NAS校(水曜日)、茅ヶ崎校(金曜日):通年開催
- ▶対象 幼児、小学1〜3年、小学4〜6年、中学生 ※各クラスで対象は異なります。左記HPを参照ください
- ▶問い合わせ(スクール業務委託) 湘南バスケットボールラボ TEL0467-73-8906(受付時間9:30~17:30) 株式会社ジオスポーツ内

基本をしっかりと楽しく学んでバスケットを好きになってほしい

湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール



ふじキュン♡



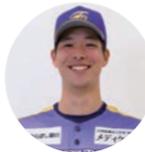
from COACH

野球を好きになってほしい

同じ土俵に立って指導

真剣に考え、寄り添いたい

状況に応じた考えを教える



増子航海選手



高橋零選手



池田瞳夢選手



柿崎嶋馬選手

「個別指導型野球教室」2市2教室を開催

神奈川フューチャードリームス 野球教室



個別指導型野球教室 開催概要

- ▶開催日と場所 2/25(土) バッティングパレス湘南・平塚店 2/26(日) バッティングパレス秦野店
- ▶投球コース・打撃コース 16:00~16:50 小学4年生以下 17:00~17:50 小学5年~中学生 18:00~18:50 一般大人(中学生以下も可) 19:00~19:50 一般大人(中学生以下も可)
- ▶定員 各回3人 ※空きがある場合は参加可能
- ▶申し込み 右記QRコードHP内の応募フォームから



神奈川フューチャードリームス

- 所属リーグ ルートインBCリーグ
- 創設年 2019年
- ホームタウン 神奈川県
- 運営法人 株式会社神奈川県民球団

HPはこちら



https://s-el.jp/d6/04

楽しい!出来た!を体感しよう! 2月大体験会

◆2回体験

対象	日程	参加費
スイミング(ベビー~小学生) 体育(年少~年長) 空手	2/1(水)~28(火)	1,100円(税込)

◆2/23(木・祝) スイミング特別体験

対象	時間	定員	参加費
新年少~新年長	15:30~16:30	10名	550円(税込)
新1年生~		10名	

◆日曜スイミングスクール体験

対象	日程	時間	定員	参加費
新1年生以上	2/19・2/26	10:45~11:45	4名	550円(税込)/1回
		11:50~12:30	6名	

ダンロップスポーツクラブ藤沢
Tel.0466-26-7997
平日/9時~22時 土/9時~20時
日・祝/9時~18時 ※マシンジムは24時間営業
※木曜休館(水23時~金6時まで)

入会特典 指定商品全品プレゼント! 先着20名様まで!

サムット 駅より徒歩3分!
セブンイレブン、ビックカメラ、ルミネ、北口、藤沢市役所、JR藤沢駅

皆様の安心安全のために 感染予防対策実施中

小学生で英検®2級合格を目指す英語教室

AIC Kids

「楽しい」だけの英語から、その先へそれが英語教室AIC Kidsです
イギリスのオックスフォード大学出版局から「オックスフォード・クオリティ・プログラム」認定校に指定

Tim先生

春の入会キャンペーン 2月末までに体験レッスン後入会の場合 入会金11,000円→0円

無料体験レッスン開催中!! 2/28まで 2/8・15・22 いずれも水曜 時間は申し込み時に相談OK

上記日程が合わない方は火~土曜まで個別対応可

22年2月末開校しました AIC Kids 湘南校
藤沢市大庭 5224-6 0466-47-9312

◆お問合せ受付時間 10:00~19:00(火~土)
◆定休日 日・月

今すぐチェック

AIC Kids 湘南校

イオン 公大園 藤沢駅 AIC Kids 首都圏中央連絡自動車道 藤沢IC 社章駅

AICバイリンガル幼稚園 湘南校 2023年4月開園!!

藤沢市内在住の方 自宅の近くまで無料送迎あり!

3/18(土)・19(日) 辻堂駅北口徒歩2分 ココテラス湘南会議室 女性のためのやさしいマネーセミナー開催

RKコンサルティング



お持ち帰り紅茶ギフト付き

人生100年時代、お金と賢く付き合いたい女性のために、初心者向けマネーセミナーが開催されます。投資の知識や加入している保険を見直したい人、老後資金について知りたい人などにお勧めのセミナーです。講師は、柔らかい物腰と丁寧な説明で好評の庄司克之さん。金利、インフレ、投資信託、お金にかかわる用語から分かりやすく説明。今知りたい話題がいっぱいです。

■投資の基礎知識
投資とはそもそも何を指すのか、始めてからの運用方法はどうするのかなどを解説。できる限りリスクを抑えた投資の仕方、特に時間をかけて紹介します。特定商品の説明はしませんので、勧誘などありません。

■保険の選び方や見直し方を解説
家計にとって大きな支出を占めることが多いのが保険です。ファイナンシャルプランナーから見

初心者向けの分かりやすい内容で人気！

参加費無料！ セミナー開催要領

- 日時 ①3/18(土) 13:30~15:30 (13:15受付開始)
②3/19(日) 10:00~12:00 (9:45受付開始)
- 参加費 無料(要予約)
- 定員 20名(同伴者1名まで可。パートナーの男性OK)
- 会場 ココテラス湘南会議室
藤沢市辻堂神台2-2-2(辻堂駅北口徒歩5分)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、アルコール消毒液設置。講師席にアクリル板設置。受け付け・講師のマスク着用、30分ごとの換気、座席間隔の確保を実施

申し込みは二次元コードかフリーダイヤルで

0120-367-377

RKコンサルティング セミナー担当
月~金10:00~18:00
セミナーHP <https://rk-moneyseminar.jp/>



申し込みはこちら



<https://form.run/@rkinc-kanagawa>

※金融関係、同業他社、営業や情報収集を目的とした参加はご遠慮を※応募者の個人情報はRKコンサルティングからの案内発送、メール連絡、当日の受け付けに使用。個人情報保護方針はHP参照

こんなことが学べます

- 10年後に差をつける賢い運用
- 無理のない家計節約術
- NISA・iDeCoの知識
- 人生3大支出の不安を安心に変える貯蓄術
- 即効性のある保険節約術

3/9(木)開催 ウォーキングマップで歩こう~村岡編 参加者募集 エリアの見どころを訪ね歩いてみませんか

藤沢市健康づくり課



新林公園

日時: 3/9(木) 9:30~12:00 (9:10受け付け開始)

場所: 村岡公民館ホール 集合・解散

内容: 村岡地区の見どころを約3.6km歩く

持ち物: 飲み物・タオル・雨具・帽子・筆記用具

申し込み期間: 2/16(木)~3/2(木)

申し込み: 健康ふじさわ 鈴木さん
TEL080-1162-6802

問い合わせ: 藤沢市健康づくり課
TEL0466-50-8430

健康づくりウォーキング <https://s-el.jp/fw>

約3.6kmのウォーキング 参加費無料

藤沢市の13地区、それぞれのコースを紹介している「健康づくりウォーキングマップふじさわ」身近なエリアの魅力を再発見しながら歩いて健康づくりを目指す企画で、平成7年から実施されています。

3月9日(木)には、市民ボランティアグループ「健康ふじさわ」の皆さんが、同マップの村岡地区

区「足ならしコース」を一緒に歩く企画を開催。市の東南部に位置する同地区をぐるっと巡ります。主な見どころは、自然豊かな新林公園や歴史を感じる川名御霊神社など。

申し込み期間は2月16日(木)~3月2日(木)。早春の一日、すがすがしいウォーキングを楽しんでみませんか。

PR

共に創る

—Luz 湘南辻堂—

開業13年目を迎える Luz 湘南辻堂と地域の学生の挑戦物語。私たちの街をより良くするのは、私たち。

Vol.1 湘南工科大学 ~①~

今年で13年目を迎えリニューアルする Luz 湘南辻堂(2010年12月開業)を所有するユナイテッド・アーバン投資法人と、運営する丸紅リアルエステートマネジメント株式会社では、Luz 湘南辻堂がますます辻堂地域の皆さまに愛される施設となるよう「産学連携」をテーマに、地域の大学と連携し辻堂の街の活性化を図るプロジェクトをスタートさせました。Luz 湘南辻堂の目指す新しい街づくりの内容や進捗を、毎月お伝えしていきます!

1回目にご紹介するのは、辻堂西海岸にキャンパスを構える【湘南工科大学・総合デザイン学科】のプロジェクト。

同学科・中尾研究室は、昨年藤沢市アートスペースにて開催された「オペラークラス」展で『あいう江おノ島縁起』という演目を上演しました。歴史ある市民オペラがある藤沢市ですが、元々オペラというのは柔軟性の高い総合芸術。湘南工科大学の演目は、江の島の伝説に最新技術や多彩な表現を織り交ぜた、まさに総合的に楽しめる作品でした。

Luz 湘南辻堂では、4月に辻堂駅北口エリアで大規模な「辻堂春まつり(仮称)」を企画しています。そのプログラムのひとつとして、【湘南工科大学・総合デザイン学科】は Luz 湘南辻堂前のひょうたん型緑地に舞台を設置し、『あいう江おノ島縁起 第二幕』の上演を企画しています。舞台装置はスチールブロックで制作し、海から採録した環境音をベースにした音響も使用する予定ということ。

上演演目の脚本制作はもちろん、舞台装置や音響なども、現在鋭意制作中。この連載の次回以降、制作中の学生さんたちの試行錯誤の様子を少しずつお見せします。

辻堂駅北口にたくさんの人が集まる賑やかな様子が目に浮かびますね、上演が今からとても楽しみです!

昨年の上演作品より

昨年使用した舞台装置

神奈川県藤沢市辻堂神台 1-2-12
Tel: 0466-30-3535 (管理事務局/10~16時)
JR 辻堂駅北口より徒歩 30 秒
基本営業時間: 10~21 時 (店舗により異なります)

歯医者さんママのオーラルケア①

温かく家庭的な雰囲気の歯科医院 女性院長が丁寧な説明で寄り添う治療

オーラルケアクリニック藤沢

一児のママでもある院長は、「妊婦さんやママの気持ちに寄り添った治療を心掛けています」

■問い合わせ
TEL 0466-54-7265
<https://www.oralcareclinic-fujisawa.com/>
藤沢市鶴沼花沢町2-3、PHビル4階
8:30~13:00、14:00~17:30
休診日は木・日曜、祝日

HPIはこちら
<https://s-el.jp/d6/11>

藤沢駅から徒歩3分の歯科医院「オーラルケアクリニック藤沢」は、溝端智美院長をはじめ、スタッフは女性中心です。

患者には、歯科治療への恐怖心が強い方や今まで通院が難しかったお子さん、より安全に出産を迎えるための歯周病治療に訪れる妊婦さんも多く、「先生はよく話を聞いてくれて、相談しやすい」「説明が丁寧で分かりやすい」と言われるそう。

「皆さんの緊張や不安をほぐすよう、家庭的な雰囲気です」と院長。

信頼関係を築きながら、「日本歯周病学会認定医だからこそできる治療で患者さんに安心を」と一人一人に向き合った治療を進めています。

溝端智美院長

湘南薬品

お客様の健康をサポート

下記の商品は、20%OFFクーポン対象外とさせていただきます。御了承下さい。

お気軽にご相談下さい

【本社】株式会社 湘南薬品
藤沢市鶴沼石上2-1-17
TEL0466-26-3336

鼻水がのどに流れたりしませんか?

それは後鼻漏!?

後鼻漏とは、鼻水がのどに流れてくる症状を言います。のどのイガイガや不快感、えへん虫が続く人が多く、原因として副鼻腔炎である場合が多いです。

《後鼻漏はこのような症状です》

<input type="checkbox"/> 鼻水がのどに流れる	<input type="checkbox"/> いつも痰がからむ	<input type="checkbox"/> のどがイガイガする
<input type="checkbox"/> 長く話すと咳が出る	<input type="checkbox"/> 常に鼻炎である	<input type="checkbox"/> のどに違和感がある
<input type="checkbox"/> 咳が長引いている	<input type="checkbox"/> のどがいつも痛い	

上記は、後鼻漏の可能性のある症状の一例です。
ひどくなりすぎる前に、一度「健康相談」してみませんか?

「後鼻漏」に良く効くお薬がございます。「鼻の悩み」お気軽にご相談下さい。

青魚サラサラ成分

青魚に多く含まれるn-3系脂肪酸 EPA・DHAを抽出・高度精製

(※日本水産(ニッスイ)製の魚油原料)

体内でつくることの出来ない成分の為、不足しないように補うことが大切です。

EPA&DHA 2,680円
(180粒) (税込2,895円)

©1993 SHONAN.BM



たのしめてるか。

BELIEVE

road to the future

湘南ベルマーレ
2023シーズン、始動



湘南ベルマーレ応援特集
企画・発行 湘南える新聞社
構成・デザイン complex design



Bellmare

写真提供：湘南ベルマーレ

THE OUTLETS

SHONAN HIRATSUKA

Bellmare



1. 湘南ベルマーレとオフィシャルクラブパートナー契約を締結
2. 湘南ベルマーレ監修によるフットサルコートがオープン
3. 湘南ベルマーレの歴史を味わえるクラブハウスを設置
4. 約300インチの大画面で迫力あるライブビューイングが楽しめるイベントスペースを設置



※パースは全てイメージです

おトクと便利がいっぱい!
THE OUTLETSアプリの
ダウンロードはこちら

※ジ アウトレット湘南平塚については
2月10日からの公開です



ios

android

2023年春 平塚大神地区にアウトレットモールOPEN

ソン ボムグン
Song Bum-keun ★新加入

GK 1



1997年10月15日生
韓国出身 194cm/88kg

杉岡 大暉
Daiki Sugioka

DF 2



1998年9月8日生
東京都出身 182cm/75kg

石原 広教
Hirokazu Ishihara

DF 3



1999年2月26日生
藤沢市出身 169cm/65kg

大型補強×安定の既存戦力で、さらなる高みを目指す！

2023シーズン 湘南ベルマーレ トップチーム在籍全選手紹介

高い目標を持って駆け抜けた昨シーズン。達成は叶わなかったものの、確かにつかんだ手応え。それをつなげて高めるべく集結した選手たちは、既存選手26名に加え期待の新加入選手5名の総勢31名。今季も上だけを見て、一歩でも前へ！

プロフィール記載データ：
生年月日/出身地/身長/体重

舘 幸希
Koki Tachi

DF 4



1997年12月14日生
三重県出身 173cm/73kg

岡本 拓也
Takuya Okamoto

DF 6



1992年6月18日生
埼玉県出身 175cm/73kg

阿部 浩之
Hiroyuki Abe

MF 7



1989年7月5日生
奈良県出身 170cm/67kg

大野 和成
Kazunari Ohno

DF 8



1989年8月4日生
新潟県出身 180cm/75kg

山下 敬大 ★新加入
Keita Yamashita

FW 9



1996年3月13日生
福岡県出身 185cm/81kg

山田 直輝
Naoki Yamada

MF 10



1990年7月4日生
埼玉県出身 168cm/66kg

タリク
Tarik Etyounoussi

FW 11



1988年2月23日生
モロッコ/ノルウェー出身
172cm/66kg

平岡 大陽
Taiyo Hiraoka

MF 13



2002年9月14日生
兵庫県出身 173cm/68kg

茨田 陽生
Akimi Barada

MF 14



1991年5月30日生
千葉県出身 173cm/69kg

山本 脩斗
Shuto Yamamoto

DF 16



1985年6月1日生
岩手県出身 180cm/70kg

大橋 祐紀
Yuki Ohashi

FW 17



1996年7月27日生
千葉県出身 181cm/76kg

町野 修斗
Shuto Machino

FW 18



1999年9月30日生
三重県出身 185cm/80kg

永木 亮太
Ryota Nagaki

MF 20



1988年6月4日生
横浜市出身 175cm/67kg

馬渡 洋樹
Hiroki Mawatari

GK 21



1994年8月16日生
福岡県出身 187cm/82kg

大岩 一貴
Kazuki Oiwa

DF 22



1989年8月17日生
愛知県出身 183cm/78kg

富居 大樹
Daiki Tomii

GK 23



1989年8月27日生
埼玉県出身 184cm/74kg

ミケル アグ
Mikel Agu

MF 24



1993年5月27日生
ナイジェリア出身
186cm/78kg

若月 大和
Yamato Wakatsuki

FW 25



2002年1月18日生
群馬県出身 170cm/65kg

畑 大雅
Taiga Hata

DF 26



2002年1月20日生
東京都出身 175cm/70kg

池田 昌生
Masaki Ikeda

MF 27



1999年7月8日生
大阪府出身 177cm/71kg

吉田 新 ★新加入
Arata Yoshida

DF 28



2000年6月29日生
千葉県出身 173cm/69kg

鈴木 章斗
Akito Suzuki

FW 29



2003年7月30日生
大阪府出身 178cm/73kg

鈴木 淳之介
Junnosuke Suzuki

MF 30



2003年7月12日生
岐阜県出身 180cm/76kg

立川 小太郎
Kotaro Tachikawa

GK 31



1997年1月4日生
和歌山県出身 189cm/83kg

松村 晟怜
Sere Matsumura

DF 32



2003年12月3日生
新潟県出身 184cm/75kg

柴田 徹 ★新加入
Toru Shibata

DF 35



2001年2月18日生
福島県出身 173cm/65kg

中野 嘉大
Yoshihiro Nakano

MF 44



1993年2月24日生
鹿児島県出身 176cm/66kg

小野瀬 康介 ★新加入
Kosuke Onose

MF 88



1993年4月22日生
東京都出身 178cm/69kg



PENALTY

PENALTY は 2023 シーズンも湘南ベルマーレを応援します！

オンラインショップには最新アイテムの他
限定商品、お得なアウトレット商品も！！
➔ QRコードより CHECK!!




ららぽーと湘南平塚
湘南ベルマーレ開幕応援キャンペーン

大抽選会

日時 2/1(水)▶2/26(日) 11:00▶19:00

会場 ららぽーと湘南平塚 1F
食品館イトーヨーカドー前特設会場

期間中、ららぽーと湘南平塚対象店舗で3,000円(税込・合算不可)以上お買いいただいたレシートを会場にお持ちいただくと抽選会へ1回ご参加いただけます。*レシート一枚につき1回。最大3回まで。

さらに！ 三井ショッピングパークポイント会員様 **プラス1回！**
もしくは新規ご入会で

おもてなし
希望選手
1人の
サイン入り！

湘南ベルマーレ
2023
オーセンティック
ユニフォーム
が2名様に当たる！

そのほかにも素敵な賞品がたくさん！
©1993 SHONAN BELLMARE CO., LTD. ©SHONAN BELLMARE

三井ショッピングパーク
ららぽーと湘南平塚
〒254-8510 神奈川県平塚市天沼10-1
TEL.0463-73-8300 受付時間(10:00~18:00)
JR東海道本線平塚駅北口より路線バス運行



開幕特別インタビュー NO.1 坂本 紘司 代表取締役副社長 GM

30年で一番魅力的で強いチームにしたいです。

さかもとこうじ ◆静岡学園高 ⇒ ジュビロ磐田 ⇒ 湘南ベルマーレ (2012年引退)
湘南ベルマーレフロントスタッフ (13) ⇒ 取締役就任 (16) ⇒ 代表取締役 GM 就任 (23)

「坂本さんは「ミスターベルマーレ」と呼ばれていました。どんな努力をされていましたか？」
「呼ばれてましたか？(笑)それはただ長くいたからで、特別な結果を残したわけでもないです。でも大変な時も逃げず、諦めず、投げ出さなかったことだけ胸を張れます。」

「ベルマーレを通じて、地域との関わりをどのように持っていますか？」
「どこに行ってもベルマーレが身近にあって、困ったことがあったら全部ベルマーレが解決できるというような存在になりたいです。元気もったとか活力になったとか。そのためにサッカーで勝利を届け続けて、地元の誇りであり続けたいと思っています。」

「まず、GMに就任することを決断した決め手はなんだったのでしょうか？」
「長年お世話になっていた会長の眞壁さんと水谷前社長から直接依頼があったので、決め手というより、断れない…いえ断る理由がなくて(笑)。」

「他の競技で、参考になっている監督や選手はいますか？」
「青山学院大学の原監督の著書は、若手選手の育成の面で参考にして読んでます。ベルマーレでも、自分の20年前とは全然違う今の若手選手たちに、どう伝えたら響くのか、どうアプローチしたら、選手を伸ばすことができるのか、勉強しています。」



「オフの日、オフの時間は何をしていますか？」
「アマゾンプライムで、欧州のサッカークラブを密着しているドキュメンタリーを観ています。ロケットルームまでカメラが入っててめちゃくちゃ面白くて、時間があればずっと見てます。」

開幕特別インタビュー NO.2 山口 智 監督

何を思ってサッカーをしているか、感じ取ってもらえたら。

やまくちさとし ◆ジェフユナイテッド市原⇒ガンバ大阪⇒ジェフユナイテッド千葉⇒京都サンガF.C. (2016年引退)
ガンバ大阪コーチ (16・20) ⇒湘南ベルマーレトップチームコーチ (21) ⇒湘南ベルマーレトップチーム監督 (21/9-)

「尊敬している監督はいますか？」
「西野朗さんです。選手と監督としても長く一緒にやりましたし、芯があってブレないことの大切さを学ばせてもらいました。S級(指導者ライセンス)の研修で話を聞きに行った時も本当にブレていなかったです。自分が監督になる時に「苦労した方がいい」と言われたことも印象深いです。」

「今シーズン、ベルマーレのサッカーのどこを見て!というものはありますか？」
「ゴールを奪うための守備」に対する選手の向きさを感じてください。奪い方、距離感にこだわりを持ちたいですし、何を思ってサッカーをしているかということを感じ取ってもらえたらと思います。」

「昨年ワールドカップがありました。ご覧になってどのよ様な感想を持ちましたか？」
「あのレベルで戦うためには常に、インテンシティ(身体的・精神的強度)を高く保たないといけないというのを感じました。もちろん戦術や技術にはそれぞれの国のカラーがあります。根底で共通しているのはそういう部分ではないかと。そして、そのインテンシティを監督がどのように落とし込んでいるのか、というところに興味を持ちました。」

「サッカー以外で好きなスポーツはありますか？」
「スポーツ全般大好きです。小学生の頃は、野球、ソフトボール、バスケット、バレーボール、陸上、卓球…なんでもやっていました。田舎だったのでサッカーをやっている子どもが他の競技に駆り出されたりすることもよくありましたね。」



よろこびがつなぐ世界へ
KIRIN

株式会社 鷺相田
一級建築士事務所
茅ヶ崎市円蔵2-1-11
受付時間 8:30~17:00(月~土)
TEL 0120-978-843
URL http://tobi-aida.com

三日月堂花仙
https://casen.co.jp
TEL 0467-22-8580
〒247-0062 神奈川県鎌倉市山ノ内133-11

衛生環境を整える
DUSKIN

安全・安心・おいしさのブランド
フリーデン
https://www.frieden.jp/
TEL 0463-58-0123
〒259-1201 神奈川県平塚市南金目227

MATTARI
「ブリティッシュバブマタリ」が
カフェにリニューアルオープン!
気軽にカフェタイムを楽しんで。
| 南藤沢 | マタリビル 1F

包装資材の専門店
サントク
店頭販売 **パッケージプラザ**
袖ヶ浜店 平塚市袖ヶ浜 1 9-2 2
明石町店 平塚市明石町 1 3-1 6
オンラインショップ (シモジマ正規代理店)
https://s-el.jp/p/sj

赤帽ハピネスカーゴ
緊急便や小さな引越など
各種配送承ります
tel.080-5934-2986
ハピネスカーゴ 検索 @happinesscargo
心をつなぐイベント・コミュニケーション
イベント企画・設計・運営・施工・レンタル
TSP TSP東日本株式会社
横浜市都筑区大熊町 812-1
TEL 045-478-0246 FAX 045-478-0247
https://www.tspeast.co.jp/

18 FW SHUTO MACHINO

開幕特別インタビュー
NO.3

町野 修斗 選手

ゴール前での動き、ゴールに向かう姿勢を見てください。

まちのしゅうと◆履正社高校⇒横浜F・マリノス('18)⇒ギラヴァンツ北九州('19)⇒湘南ベルマーレ('21) /代表歴 日本代表('22)



「昨シーズンを終えて、どう感じましたか？環境が変わった部分などありますか？」
注目していただける機会が増え、少しだけですが日本代表というものも背負えた最高の一年でした。

「日本代表で過ごした中で、最も影響を受けたことは？」
世界で戦っている日本人の選手とピッチ内外で一緒に過ごして、やはりサッカーに対する考え方や姿勢が一流だと感じました。彼らは食事や身体のケア、準備に関しても意識が高く、またそれを当たり前にやっていたので、自分も学ぶことがとても多かったです。

「ワールドカップでは出場機会に恵まれませんでした。得たものはありますか？」
世界レベルの基準を知ることができたので、その物差しを得たことが大きいです。これから生かしていきたいです。

「次回のワールドカップに向け、今季はどのようなシーズンにしたいですか？」
より結果を求められる難しい年になると思いますが、ここでゴールを多く取れたら自信にもなると思うので、今年も湘南のためにゴールを取りたいと思っています。

「得点王に向けて、今季は何ゴールを目標としていますか？」
自分の背番号でもある18ゴール以上を目標にしています。

「背番号18には、こだわりがあるのでしょうか？」
小さい頃初めてつけた番号が18番だったこと、18番をつけた年はある程度の活躍ができていたという印象があるんです。

「きつい時やうまくいかない時に思い出す言葉はありますか？」
「未来は明るい」です。育成年代で指導していただいた関本コーチの言葉です。この言葉を体現するのは自分自身だと思っています。

「試合前のルーティンは？」
音楽を爆音で聴くことです。ロッカーでスピーカーで流して、チームのDJ係になってます！

「観光大使をされている三重県伊賀市のアピールポイントは？」
空気がほんもおいしい街です。忍者が至るところにいて楽しいですよ！

「湘南でのお気に入りのローカルグルメはありますか？」
しらすです！湘南のしらすは大きくておいしいです。

「今シーズン自分のこのを見て！というポイントは？」
ゴール前での動き、ゴールに向かう姿勢を見てください。今シーズン、始動した初日から本場に敵しいトレーニングをしています。開幕戦を最高の勝利で飾り、いいスタートを切れるようにしたいと思っています。

「町野選手、ありがとうございます！」

開幕特別インタビュー
NO.4

ソン ボムグン 選手

チームの勝利に貢献できる選手になりたいです。

そんぼむぐん◆高麗中学校⇒全北現代モータース(韓国:'18)⇒湘南ベルマーレ('23) /代表歴 韓国 U-20('15-'17)、韓国 U-23('17-'21)、韓国代表('22)



「まず、湘南ベルマーレというチームの印象はどうですか？」
人が素晴らしいです。監督、コーチ、選手も全員温かくて良い人で、とてもありがたく思っています。

「チームに加入して、これから開幕に向けて特に力を入れていきたいことは？」
チームのサッカー感や戦術をしっかりと見極めて、失点しないことに力を入れたい。それから他の選手とのコミュニケーション、連携を強めたいです。

「日本に来て最初のシーズンですが、具体的な目標を教えてください。」
チームとしては、皆さんご存知の通り5位を目標としています。個人としては、ACLに出場したいです。あと日本語を習得したいです。

「座右の銘など、大切にしている言葉はありますか？」
「強くて勇敢」という言葉を大切にしています。聖書に出てくる文句です。

「ゴールキーパー以外で、やってみたいポジションはありますか？」
センターフォワードですね。

「サッカーを始めた時のポジションはセンターフォワードだったんです。ゴールはそんなに決めていなかったんですが(笑)」

「オフの日、オフの時間はなにをしていますか？」
おいしいものを食べることが好きで、よく出かけています。お風呂やサウナも好きですし、時間があれば旅行に行ったりもします。

「日本に住んでみて、食べ物はどうですか？」
日本食はおいしいです。中でもお寿司が大好きです。

「日本の生活には慣れてきましたか？」
慣れていこうと努力しています。周りの皆さんが手を貸してくださるので助かっています。

「今シーズン自分のこのを見て！というポイントは？」
自分のプレーはそんなに目立たなくても、陰でチームの役に立ち勝利に貢献するようなプレーをしていきたいと思っています。常に勝利に貢献できる選手になりたいと思います。

「ソン選手、ありがとうございます！」

Luz湘南辻堂 2023年春リニューアルオープン!!

辻堂駅北口すぐにあるLuz湘南辻堂はこの春きれいになり、リニューアルオープンいたします。内装も明るくなり、5階には新しい店舗も入り更に生活に寄り添った施設となります。さらに春には辻堂の街の活性化を目的とした『辻堂春祭り(仮)』を湘南地区の大学と連携し実施。コロナ禍で失った活気ある街づくりに参加してまいります。これからのLuz湘南辻堂をおたのしみに!

〒251-0041 神奈川県藤沢市辻堂神台1-2-12
JR辻堂北口より徒歩30秒 [営業時間] 10:00~21:00 Luz湘南辻堂

3 DF HIROKAZU ISHIBARA

開幕特別インタビュー
NO.5

石原広教選手



観ている人に感動を届けるような熱いプレーをしていきたい。

いしはひろかず◆湘南ベルマーレ Jr('09) ⇒湘南ベルマーレ U-15 平塚('11) ⇒湘南ベルマーレユース('14)
⇒湘南ベルマーレ('17) ⇒アビスパ福岡('19) ⇒湘南ベルマーレ('20-)

「サッカーをしている子どもたちに、メンタルを強くする方法を教えてください。」
小学生の頃はいろいろミスしても迷っても、ただただサッカーは楽しい!と思いながら練習することが大事かなと思います。中学生になるとサッカーの難しさや人間関係の悩みにぶつかることもあると思うけれど、初心を忘れないこと、純粹に楽しんでボールを蹴っていた感覚を思い出すことで悩みを乗り越えられることもあると思います。

「石原さんの地元藤沢は小学生を中心にサッカーが盛んですが、その頃すべき練習とは?」
具体的にこういう練習をしたほうが良いというよりも、小学生のうちにはとにかくたくさんボールに触ることが大切だと思います。自分は休み時間もボールを蹴っていたし、放課後少年団の練習がない時も校庭でサッカーをしてました。

「練習や試合で「これだけは譲れないもの」ってありますか?」
どんな時でも目の前にいる相手に負けないということは意識しています。今サイドをやっているのが対一になる局面は多いですが、そこを制圧できればチームにとっても起点になるので、大事にしています。

「まず、昨年はどんなシーズンでしたか?」
前半戦はチームとしても個人としても苦しかったです。後半やるべきことがはっきりしてから結果が出るようになって、年間を通してみたらチームとしてすごく成長したシーズンでした。

「サッカーを辞めたいと思ったことってありますか?」
子どものころに一度だけあります。投げやりに「辞める」って言ったら、それまで何でも自分のやりたいようにさせてくれていた母親が、初めて反対したんです。その時子どもながらに、応援してもらっていることや支えられていることに気がついたんですね。それからは、辛くても周りの支えを感じながら、そして時には周りに頼りながら頑張っています。

「憧れの選手はいますか?」
人生で初めて憧れたのは、当時日本代表 GK だった川口能活さん(現ジュビロ磐田トップチーム GK コーチ)。その頃自分もポジションは GK だったので本当に憧れてました。ベルマーレだと、ユースの先輩の菊池大介選手がプロとして格好よくて、ユースの頃に夢を大きくしてもらった思い出があります。

「プロ選手として目指す未来・目標を教えてください。」
プロである以上、日本代表は目指すところだし、目指さないといけないと思っています。たとえ周囲から「無理だ」と言われたとしても、常に目指しています。

「影響を受けた指導者は?」
一昨シーズンまで監督をやっていた浮嶋敏さんです。中学3年の時に初めて教わったんですが、それまでただがむしゃらにやっていた自分に、立つべき場所や見るべきポイントなどサッカーの本質を教えてくださいました。成長してプロの舞台と一緒にやれたのは感慨深かったです。

「石原選手、ありがとうございます!」

湘南ベルマーレ、Jリーグ加盟30周年記念事業が実施されます



◀天皇杯優勝('94年)



◀中田英寿選手('98年)

今季でJリーグ加盟30周年を迎える湘南ベルマーレは、「あたらしいうみへ」をスローガンとした記念事業の実施を決定しています。
特別な企画がたくさん用意されていますが、メインイベントの一つとして、国立競技場でのホームゲーム開催が決まりました。大切なホームスタジアム「レモンガスタジアム平塚」を飛び出して、よりたくさんの人にベルマーレの今を観ていただける最新鋭のスタジアム「国立競技場」での開催。「あたらしいうみへ」漕ぎ出す湘南ベルマーレの象徴のような一戦になるでしょう。
日程の確定は8月上旬の発表となります。いま、未来を感じながら、熱い応援をささげましょう!
また、そのほか30周年記念事業の企画は続々と発表になる予定です。節目を迎えて「あたらしいうみへ」漕ぎ出す湘南ベルマーレのこれからをお楽しみに!



湘南ベルマーレ 30周年記念試合

- ◆開催日時
2023年9月23日(土・祝) or 24日(日)
※日程の確定およびキックオフ時間は8月上旬発表予定
- ◆対戦カード
明治安田生命 J1リーグ 第28節
湘南ベルマーレ 対 川崎フロンターレ
- ◆会場
国立競技場 (〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町10-1)

© SHONAN BELLMARE

湘南で生まれて98年

がんばれ 湘南ベルマーレ!

相澤土地株式会社

神奈川県知事免許(16)第66号

〒251-0055 神奈川県藤沢市南藤沢22番7-101号

TEL.0466-26-3141 FAX.0466-26-3144



湘南ベルマーレから湘南える読者だけに、特別なプレゼントをいただきました。内容をよくお読みの上ご応募ください。たくさんのご応募お待ちしております！

湘南える読者限定!

2023シーズン開幕記念

スペシャルプレゼント!

ご応募はこちらから!
※応募締め切りは
3月10日(金)



https://s-el.jp/d6/17

A 選手のサイン入り! 2023シーズンユニフォーム

6名様

サインはソン選手、石原選手、町野選手、各2名様

予約殺到の新ユニフォームに、インタビューにご登場いただいたソン選手、石原選手、町野選手のいずれかご希望の選手のサインを入れてプレゼント! ※種類やサイズなどはお好みのものをお選びいただけます



世界にひとつのサイン入りユニ絶対欲しい!

ソン選手、石原選手、町野選手のサインを各2名様に書いてもらえます!



お選びいただけます!

- ★ タイプ
FP1st / FP2nd / GK1st / GK2nd / GK3rd
- ★ サイズ
S / M / L / O / XO / 2XO / 3XO
- ★ お好きな選手の背番号&ネーム

※キッズサイズは限定生産のためお選びいただけません
また、お届けまでお時間がかかる場合がございます

B ホームゲームご招待 ピッチに出られる体験付き!

ペアで

親子、カップル、お友だち、きょうだいなどなど、どんな関係でもOKです。

5組 10名様

レモンガススタジアムでのホームゲームにご招待!
試合前のグラウンド見学、ピッチエリアに入れるスペシャルな体験付き! ペアでご応募ください。

日程(予定)

5月3日(水・祝) 柏レイソル戦
キックオフ時刻 15時(集合は13時頃の前)

その様子は後日「湘南える」紙面で紹介します。

※日程や内容は変更になる場合がございます



2023シーズン えるマーレ女子を 紹介します!

えるマーレ女子とは?

藤沢地域の地域情報紙『湘南える』の紙面やウェブを通して、湘南ベルマーレの魅力を楽しく発信する活動をしています。この特集では、坂本GMと石原選手のインタビューに挑戦しました。「伝える」ことにはまだ不慣れですが、皆さまと共にベルマーレを応援しながら成長していきます。スタジアムで見かけたらぜひ声をかけてください。SNSのフォローもお願いします!



坂本GMにインタビューしました!

じんぼ まりあ
神保麻里亜

- 趣味
映画、音楽を聴く事
- 将来の夢
海外に関わって活躍できる仕事に就く事です。

自分自身も楽しみながら、湘南ベルマーレを知ってる人もそうでない人も楽しめるような活動をしていけるよう頑張ります!

- 好きなサッカー選手
ネイマール選手

活躍に期待してるぞ!



©1993 SHONAN.BM



石原選手にインタビューしました!

おがわ あやね
小川彩音

- 趣味
スポーツをやること・観ること
- 将来の夢
海外サッカーを親に行くこと!

この度、2023年度えるマーレ女子をやらせていただくことになりました。小川彩音です。湘南ベルマーレの魅力は1人でも多くの人に伝え、本紙を手にとっていただいた皆様に楽しんでいただけるよう、自分自身も楽しみながら精一杯頑張ります! 1年間よろしくお願いたします!

- 好きなサッカー選手
町野修斗選手、杉岡大暉選手、平岡太陽選手、吉田新選手、遠藤航選手、乾貴士選手、ケヴィン・デ・ブライネ選手

ENOTOKI

すべての時間に、ドラマがあります。



心からリラックスできる時間

夜のエノトキも格別

光と風でいっぱいテラス

刻々と変わる店内からの景色

今日は何を食べよう? も楽しい

その瞬間にしかない色を探して

エノトキ、えのすい前
小田急江ノ島線 片瀬江ノ島駅
ENOTOKI
新江ノ島水族館 国道134号

PR

わたしの好きな場所、 ENOTOKI

enotoki 2023
スペシャルショートムービー

公開中!



海と空を望む、藤沢・江の島

この街に住む彼女の

ある『特別な日常』の物語



3F ヘアサロン WAVE



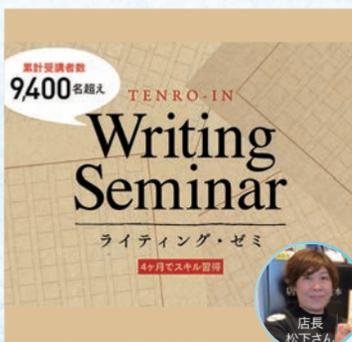
髪をいたわり、とことんこだわった
"本物のケア"は[WAVE]で体感してー

ケアに特化したサロンだからこそできる技術で、思わず触れたいくなる憧れのさらさらヘアに☆表参道出身スタイリストがあなたの"美髪"をプロデュース*今までのトリートメントで満足できなかった方にオススメ韓国式プリンセストリートメントはお勧めです◎

WAVE

☎0466-47-3338 休 火曜日
🕒平日10:00～20:00、土日祝9:00～19:00

2F 書籍・カフェ・BAR・イベント 天狼院書店



天狼院書店では「天狼院のゼミ」と称して様々なジャンルのプロフェッショナルから直接技術を指導してもらえるセミナーを開講しています。『天狼院ライティング・ゼミ』は4ヶ月間全8回の講習で文筆の極意を伝授。聞きっぱなしで終わらないよう毎回フィードバックありの課題提出に、実践的なワークショップの数々。人生が変わると言われているこのゼミで、本当に書ける人を育てます。Wi-fi環境があれば通信受講が可能です。詳細はこちらから。<https://tenro-in.com/writing-20190802-4/>

☎0466-52-7387 休 不定休
🕒9:30～19:00

1F メンズアパレル TravisMathew SHONAN



カリフォルニア・ハンティントンビーチで生まれたTravisMathew(トラヴィスマシュー)の新作が入荷しました。今シーズンのテーマは「Have an awesome weekend」。ポロシャツやストレッチのきいたパンツなどゴルフプレーで活躍するアイテムや、ビーチシーンで使えるTシャツ・ボードショーツなど、週末を仲間と楽しく過ごしていただくためのアウトフィットをご提案しています。その中でも今シーズンのおすすめは、西海岸のビーチをテーマにした景色やモチーフを取り入れたプリントのトップスです。

☎0466-20-5111 休 火曜日
🕒10:00～19:00

あなただけのエノトキ時間を彩る
個性豊かな6店舗

3F 焼肉 焼肉ぼんが



ランチタイム「焼肉ぼんが」のおすすしめは、選べる乾杯ドリンク付き! ランチ限定コース全12品(4,400円税込)2名様より。人気のたたみネギタン塩をはじめ、ランプステーキ、カインミステーキ、和牛ロース、和牛霜降りカルビや彩り豊かな減農サンチュ、キムチ、ナムル4種、スンドゥブチゲ、韓国海苔、ライス、杏仁豆腐※ランチセット1,200円～。ランチ(11:00～15:00)ディナー(15:00～22:00)海を一望できる席で江の島や富士山を見ながらランチをお過ごしください。

☎0466-53-7280 休 不定休
🕒11:00～22:00

2F ハンバーグレストラン Dishers



Dishersはお食事の量やトッピングを自由に選んで、その日の自分にちょうど良いバランスのワンプレートが作れます。本家「びっくりドンキー」の美味しさや品質はそのままに、13種類以上の彩り野菜のサラダや各種カスタマイズで、心にも体にもたっぷりの満足感をお届けします。カフェタイムには、ミルクィなクリームで思わず笑顔あふれるパンケーキや、フルーツの味わいをそのままミックスしたオリジナルスムージーの「フラッピー」でごゆっくりとお過ごしください。

☎0466-53-7423 休 無休
🕒9:00～21:00

1F ピラティス CLUB PILATES ENOSHIMA



リフォーマーと呼ばれるマシンを使用し普段は鍛えることが困難な細かい筋肉を動かすことで、人間が生まれ持った体幹と呼吸を取り戻していきます。体幹と呼吸をさせることで正しい姿勢を身に付けることができ、腰痛や肩こり、神経痛の緩和を図り疲れにくく綺麗な身体に変化していきます。スポーツに打ち込まれている10代から、いつまでも健康に動くことを目標にされている80代まで通われています。是非無料体験にお越しください!

☎0466-53-7072 休 不定休
🕒平日7:00～21:00、土日祝8:00～18:00

ENOTOKI

神奈川県藤沢市片瀬海岸2丁目18-17
小田急江ノ島線「片瀬江ノ島」駅徒歩5分
江ノ島電鉄「江ノ島」駅徒歩12分
有料駐車場あり



レモンガススタジアム平塚を
楽しみつくそう!

スタジアムグルメにイベント、新シーズンのグッズも見逃さない!
たっぷり一日満喫できるレモンガススタジアム平塚を紹介します。

ベルマーレフードパークで腹ごしらえ!

Jリーグ屈指のスタジアムグルメイベントである「ベルマーレフードパーク」は、湘南ベルマーレの全ホームゲーム日に開催され、地元を中心に活動する20ものフードトラックが集結します。しっかり食べてエネルギーに励みましょう! 当日の出店等の詳細情報はHPで確認いただけます。また、2023シーズンよりベルマーレフードパークは「完全キャッシュレス」となります。主要な決済方法のほか、会場で販売するプリペイドカードがご利用いただけます



今日は何を食べようかな?

※画像は昨シーズンの提供メニューです



キングベルパークでイベントをチェック

サッカー観戦だけじゃない! 楽しく遊べる大型のエア遊具、景品をかけたフットダーツなどのゲーム、お子さま向けの縁日など、さまざまなイベントが開催される広場です。ホームゲーム時の開催となりますので、当日のイベント詳細はHPでご確認ください。



©1993 SHONAN.BM

人気グッズはお早めに!

ホームゲーム開催日には、公式グッズが特設販売ブースで販売されています。ユニフォームやタオルマフラーなどの定番アイテムから、キーホルダー、ストラップなどの小物まで! 推し選手のグッズ、早めに手に入れましょうね。

2023 1st ユニフォーム (半袖)

価格: 1万7160円
サイズ: S/M/L/O / XO / 2XO / 3XO
今シーズンは、Jリーグ加盟30周年のロゴも入った特別な一着です!



2023 No. タオルマフラー

価格: 2200円
種類: 全31選手+12番
持ち歩きやすさが人気のタオルマフラー。今季もぜひ!



©1993 SHONAN.BM

Access
平塚駅から徒歩圏内!
ホームゲーム開催日は、駅からシャトルバスの運行もあります。
詳細はこちらでご確認ください!



Ticket
当日券購入も可能なチケットブース。
チケット購入の詳細はコチラ!



チケットブース



For baby & kids
各ゲートではベビーカーの預かりサービスがあります。詳しくはスタッフまで。
中央ゲート付近には授乳室があります。また各ゲートトイレには、オムツ替えスペースもあり、お子さま連れでもOKです!
※全てのトイレにはありませんので、ご不明な点はスタッフまで。

お問い合わせ



湘南ベルマーレ
TEL: 0463-25-1211
https://www.bellmare.co.jp



レモンガススタジアムで応援しよう!

2023 シーズン ホームゲームスケジュール

※28節は国立競技場での開催となります

2023 YLC グループステージ				明治安田生命 J1 リーグ																	
6	3	1	節	34	32	31	28	26	25	22	21	18	16	14	13	11	8	6	4	2	節
6	4	3	日程	12	11	10	9	9	8	8	7	6	6	5	5	5	4	4	3	2	日程
18	5	8		3	11	28	23	24	25	5	16	24	3	20	13	3	15	1	12	24	
日	水	水	曜日	日	土	土	土	土	金	土	日	土	土	土	土	水祝	土	土	日	金	曜日
18時	19時	19時	時刻	未定	未定	未定	未定	未定	19時	19時	19時	19時	15時	15時	15時	15時	15時	15時	19時	時刻	
川崎フロンターレ	清水エスパルス	浦和レッズ	対戦チーム	F.C.東京	名古屋グランパス	ヴィッセル神戸	川崎フロンターレ	鹿島アントラーズ	浦和レッズ	サンフレッチェ広島	アビスパ福岡	サガン鳥栖	アルビレックス新潟	セレッソ大阪	北海道コンサドーレ札幌	柏レイソル	横浜F.マリノス	ガンバ大阪	京都サンガF.C.	横浜F.C.	対戦チーム

進化するケーブルテレビ
SMART CABLE! + SMART LIFE!
スマートケーブルテレビ

湘南ベルマーレ応援番組

GO!GO!ベルマーレ

直近試合のダイジェスト映像や選手インタビュー、
サポーターからの応援メッセージをお届けします!

湘南チャンネル 002ch

【番組更新】毎月1日・16日

ケーブルテレビなら、DAZNのJリーグ中継*もカンタンにお茶の間の画面テレビで!

GO!GO!ベルマーレナビゲーター 林 萌絵



湘南ケーブルテレビ局 平塚市・大磯町・二宮町 中井町・大井町・松田町

大井松田ケーブルテレビ局 平塚市・大磯町・二宮町 中井町・大井町・松田町

サービスエリア

フリーコール 0120-121-302

お問い合わせ、お申し込みは今すぐ!! 受付時間 9:30~18:00

SCNサイトはこちら

SCN接続 50%

Thank you!

湘南ケーブルネットワークのWebサイトは SCN 検索

湘南ケーブルテレビ局 http://www.scn-net.jp 大井松田ケーブルテレビ局 http://www.scn-net.jp/oimatsuda

かよ子ママの部屋

仕事の悩み・恋愛・人間関係など…、人生に迷っているあなた。人生経験豊富な「かよ子ママ」があなたの悩みを解決しちゃうわよ。

今週のお悩み

夫婦でリモートワークの仕事に転職したことをきっかけに1カ月前、都内から辻堂へマンションを購入して越してきました。引っ越しを機に湘南にも友人ができれば…と思ってジムにも入会しましたが、10歳位年上の子持ちの方や学生さんが多く年齢差を感じています。大人になってからの友達作りの場や藤沢市のアラサー大集合スポットなどあれば教えてください！ (アラサー夫妻・31歳・女性)

迷える子羊へのアドバイス

私はプールに通っていますが、最初はナイスルッキングガイと出会えるかしら？…なんて心躍らせたものの、実際はジジババにガキばかりでガッカリでした。今では下心が消え、ひたすら泳いだおかげで痩せてきましたわ。今日日の物価高の中、プール通いでお風呂も入れるからガス代節約にもつながってます。あっ、話がそれてるわね。ちなみにスポーツジムでは友達は作れません。せせせと体を鍛えてシャワー浴びてスッキリしたら飲みに行きましょう！手前みそですが飲み屋はお友達が作りやすいわよ。カウンターバーは特に話しやすいからいいわよ。ちなみに私のお店からお友達を作った方々も数多くいますから気軽に足を運んでくださいませ！アラサー紹介するわよ。あらやだ！これじゃ宣伝丸出しだわ！そうね、とにかく時間が許す限りいろんな所に顔を出すようにするの。無理しなくても自然とまた会いたくなる人、それが友達になるんじゃないかしら。

かよ子ママの金言
スポーツジムでは友達はできません
友達作りはカウンターバーで(笑)



あなたのお悩み解決しちゃう♡相談待ってるわ(かよ子)

かよ子ママへの相談はこちら



かよ子ママの部屋

https://s-el.jp/kyk

Profile 7071ル 姫川 かよ子

新宿二丁目で水商売デビュー後、新宿、関内、六本木で夜の蝶として活躍。その後、しばしの休息を経て、夜の世界へカムバック。藤沢の「秘密BAR 赤さそり」のママとして、夜な夜な活動中。

遊行寺の“涅槃会(ねはんえ)”

時宗総本山清浄光寺(遊行寺)では、2月14日夕刻にお速夜(たいや)法要、翌日15日は朝の勤行の後に“涅槃会”が執り行われます。2月15日はお釈迦(しゃか)様が入滅された日でそのご遺徳をしのぶ法要です。本堂内には“釈迦涅槃図”が掲げられます。お釈迦様の周りを囲んでいるのは沙羅双樹の木で、弟子たちや多くの動物たちなどが泣き悲しんでいる様子が描かれています。

遊行寺の“涅槃図”の大きさの話

“涅槃図”は1mほど量の上に垂れています



遊行寺の釈迦涅槃図

遊行寺の“涅槃図”は明治26年(1893)の完成です。縦6m45cm、横3m64cmの大きさで、天井の上部から懸けられています。下の部分は量の上に1mほど垂れています。大正12年(1923)の関東大震災で本堂が倒壊していますので、元の本堂の大きさが推し量れます。“涅槃図”は2月6日(月)~19日(日)の期間、ご本堂内に掲げられ特別公開されます。

“釈迦涅槃図”に描かれた物語

お母様が長寿の薬を与えようと届けます

お釈迦様が涅槃(臨終)に入ろうとしている時に、お母様の摩耶夫人(まやぶにん)が天より駆けつけます。長寿の薬を与え、多くの人々に、長くその教を説いてほしいとの願いです。しかし、お釈迦様のために投じた薬壺(赤い袋)は図に描かれている木に引っかかり届きませんでした。



遊行寺の涅槃会法要

探訪 歴史 かん治さんの



遊行寺の本堂/藤沢市西富1-8-1。藤沢駅北口から徒歩約15分

“お釈迦様”の一生…

お釈迦様は今から2500年ほど前に現在のネパール地方の釈迦族の皇太子として4月8日に誕生。妻子もあり恵まれた日々でしたが29歳の時に人生に疑問を持ち、山にこもって修行をします。しかし、悟りを得られずに35歳で山を下り、ニレンゼン川で身体を清めスジャータという村娘が差し出してくれた牛乳入りのおかゆを食べると菩提(ぼだい)樹の下で悟りを開きます。その後は80歳まで布教活動をして2月15日に涅槃に入ります。

Web版で過去の記事も掲載中!
https://s-el.jp/krt



かん治さん「鎌倉検定は1級でお酒は2級を飲んでいまして、プレゼントをいただきますと喜んでサンキュウと言っています」がお決まりの自己紹介。「鎌倉ガイド」としても活躍する湘南通のアマチュア落語家。

クイズです! この中で5年間乗って損が少ない (CLCが低い) 順番に並べかえてください

A アルファード SCパッケージ AGH30W型

B ランドクルーザー プラド TX Lパッケージ TRJ150W型

C ランドクルーザー ZX URJ202型

D ハリアー プレミアム ZSU60W型

答え 損が少ないのは **C⇒A⇒B⇒D** の順番でした!

1番 最もCLCが低いのは **C** ランドクルーザー 驚愕のCLCの結果は →
https://s-el.jp/d6/16



何と! 乗ってプラス?

クイズの車をCLCの計算式に当てはめてみると… ※装備条件有

2番 **A** アルファード SCパッケージ AGH30W型 月々のコスト **タダ!**
新車乗出し参考価格480万円-5年落ち買取価格480万円=0円

3番 **B** ランドクルーザー プラド 月々のコスト **5000円**
TX Lパッケージ TRJ150W型 新車乗出し参考価格430万円-5年落ち買取価格400万円=30万円

4番 **D** ハリアー プレミアム ZSU60W型 月々のコスト **1万円**
新車乗出し参考価格330万円-5年落ち買取価格270万円=60万円

※あくまでも2023年1月現在の情報です

カーライフコスト (CLC) とは?

「購入時の価格」-「売却時(手放すとき)の価格」のことです。奇跡査定センターでは、新車購入時の金額から売却時の金額(下取り額)を引いた差額を「カーライフコスト」と提唱しています。カーライフコストを考えるうえで最も重要なことは、「その車を売却するときの価値」を知っておくことです。車種によっては、売る時期が1カ月ズルだけで、何百万円も査定金額が変わることがあるためです。

CLCは低いほど、「出費を抑えて車をお得に乗れた」ことになります。ぜひ、この考え方は覚えておいてください。



カーライフコストを学んでお得に乗ろう

車を買うときだけでなく、売るときのことを考えることが大切です。カーライフコストという考え方を知っていると、これまでの車の選び方から変わってくるのではないのでしょうか?

ただ、カーライフを有意義なものにするためには、「乗りたい車に乗る」ことが一番重要です。コストとエモーション(好きな車に乗ることのできるワクワク感)のバランスは一人一人のライフスタイルや考え方によって変わるものです。

私たち奇跡査定センターのカーライフコンサルタントは、お客様一人一人のご希望に合わせたお車選択のお手伝いをさせていただきます。今乗っているお車を高く買い取るのももちろんのこと、次に乗るお車をよりお得に乗るためのサポートはお任せください。

https://s-el.jp/p/ks1

下取車の査定アップをしてカーライフコストを下げよう

営業時間 10:00~19:00/定休日曜日(祝祭日は営業) (運営会社) エコミー湘南

藤沢六会本店 藤沢市亀井野2480-3

藤沢橋店 藤沢市本町1-1-32



無料相談はコチラ ここに いいて 0120-552-113

しつこい営業は行っていませんので、お気軽にご連絡ください

売却後も安心~代車有ります

HP www.satei.net

スマホはこちら



☆ 玖末の星占い

2/13日~19日



牡羊座...7位 考えがまとまらず目的も失いがち。焦らずのんびりでよし。ラッキーナンバー7

双子座...12位 無心物なだりをしていけません。否定的になるより自分らしくと楽観主義でよし

乙女座...11位 人間関係のトラブルに要注意。協調性を意識して、できるだけ自立たためよう

水瓶座...6位 現実主義が強いので何事も経験が大事。実際に触れて体験で納得できるはず

2/20日~26日



牡羊座...1位 じつとしていられたらいい。次々に変化を求めて大忙しになりそう。運気良し

双子座...4位 独創的アイデアが豊富だが非現実的な発言と受け取られ対立の火種の可能性も

天秤座...8位 決めたければいけないことを先延ばししていませんか。強気の決断でよし

水瓶座...5位 フワフワするような楽しいことがあるかも。最新の話題がグッと開運へ

魚座...1位 真つ先に飛び出していく勇気を持つ。家族からの指示や意見を取り入れて吉

湘南ユナイテッドBC 2022-23 No.22/SF

バスケット Love!

ISHIBASHI LEON 選手に聞きました!



年齢/24歳 身長/190cm 出身地/横浜市

◆地元湘南での思い出を教えてください
アレセア湘南高校の時は、練習が終わったら、ほぼ毎日テラスモールに行っていました。マックでお茶したり... (笑)

◆プロを志したきっかけや目指すプレースタイルは?
横浜出身で、大学時代からよく「横浜ビー・コルセアーズ」の試合を観戦に行っていたのが、プロを志したきっかけです。何でもこなせる選手になりたい。レブロン・ジェームズ選手に憧れます。

◆バスケットで伸び悩む子どもたちにアドバイスを
行き詰まった時こそ、客観的に自分を見ることが大切ですね。コーチが求めている事と自分がやりたい事が一致なくて、うまくいかないことがほとんどだから。まず人の話をよく聞いて受け止める事、言われた事を素直に実行することが一番かなと思います。

◆試合前のルーティンがありますか
まずリングに近いところからシュートを打って、そこから離れて同じフォームで続けて、3Pを5カ所5本ずつくらい決めた後に、知っているブスターさんにあいさつします (笑)。

写真提供 ©ShonanUBC

石橋選手のSNS

misaのキュンレポート
取材をしていて、話し方、考えからバスケットに対してとても真面目な人だと感じました。スタイル抜群の石橋選手。堂々たるポーズを決めてくれました!

子育てにエール!

みんな今どうしてるの?

皆さんの子育てのお悩みに、同年齢やちょっと先輩のお子さんがあるママパパから「あるある」エピソードを寄せていただき、ご紹介する「子育てにエール!」。今回のお悩みはこちら

小学校に行きたくないとき折泣き出す息子...

来年度 (今年4月)、小学生になる息子がいます。小学校に行きたくない、楽しくないと言って、時折泣いてしまうこともあります。同じような経験がありましたら、アドバイスしていただきたいです。(やまさん・34歳)

投稿はこちらから <https://s-el.jp/s/yama>

4月からフルタイム勤務、平日帰宅後のスケジュールどうしていますか?

今年の4月から小学1年生になる子がいます。父母共に会社員なのですが、母は現在時短勤務。小学校入学に合わせてフルタイムに戻ることにしています。子どもたちは、放課後は学童に通うことになっていますが、平日帰宅後のタイムスケジュール、皆さんはどんな感じですか? 子どもの睡眠時間確保のために、21時には寝かせるようにと言われていますが、果たして可能なのか? 夕食の準備はいつしているのか? などなど。ご家庭によってもさまざまかと思いますが、いろんな方のスケジュールを参考にさせていただきたいです。よろしくをお願いします。(さゆまま・36歳)

投稿はこちらから <https://s-el.jp/s/sayuma>

あなたのお家ではどうしてますか? 年齢別「あるある」エピソード募集

「やまさん」さん、「さゆまま」さんのお悩みに、「うちは今こんな感じですよ」といった同年齢やちょっと先輩のお子さんの「あるある」エピソードをお寄せください。紙面掲載分には、クオカード(1000円分)をプレゼントします。投稿受付期間は2/21(火)正午まで。どしどしお寄せください。みなさんの投稿をお待ちしています!

from CHEER LEADERS

湘南UBCチアリーダース kemi

こんにちは! 湘南UBCチアリーダースとして活動させていただいていますkemiです。これからも選手と皆さまに笑顔と元気を届けられるパフォーマンスをしていきたいと思っています。会場でお待ちしています!

ホームゲーム試合日程

VS. 東京八王子ビートルズ 2/24(金)19時~ 2/25(土)14時~
会場 茅ヶ崎市総合体育館

VS. 金沢武士団 3/3(金)19時~ 3/4(土)14時~
会場 茅ヶ崎市総合体育館

チケット販売 湘南ユナイテッドBC
問い合わせ TEL0466-23-6001
<https://shonan-united.com>

NEW SHOP

VIE PILATES STUDIO

ヴィピラティススタジオ湘南辻堂

「VIE PILATES STUDIO」は、日常を快適に過ごすためのトレーニング施設として、「姿勢を良くする」「柔軟性を高める」「ココロと向き合う」空間を提供する少人数制スタジオです。「内側から全身を伸ばし整えて、機能的でしなやかな身体づくりをサポートいたします」と同スタジオ。

DATA
TEL050-3637-5039 / 藤沢市辻堂2-3-1、マリス湘南3階 (辻堂駅西口徒歩2分) / 営 平日9:00~21:00、土・日曜8:00~17:00 / 月曜定休

HPIはこちら <https://s-el.jp/d6/13>

NEW SHOP

MATTARI (マタリ)

マタリ創業50年を迎えるにあたり、カフェにリニューアルオープン。元々「マタリ珈琲店」として営業し、「プリティッシュパブマタリ」にジャンル変更。今回、原点回帰したそうです。「ゆっくりと流れる湘南の空気の中、思い思いの時間を過ごしていただきたい」と同店。気軽にカフェタイムを楽しんで。

DATA
TEL0466-25-8001 / 藤沢市南藤沢23-2 マタリビル1階 / 営 9:00~21:00 / 無休 / https://www.instagram.com/mattari_fujisawa/

Instagramはこちら <https://s-el.jp/d6/12>

新江ノ島水族館 X 湘南モノレール

湘南モノレールの1日フリーきっぷと“えのすい”入場券のお得なパックプラン「モノレールdeえのすい」

セット料金比較(えのすい入場券+モノレール1日フリーきっぷ)	定価	モノレールdeえのすい
大人	3,110円	2,860円
高校生	2,310円	2,140円
中学生	1,810円	1,690円
小学生	1,510円	1,390円

湘南モノレール大船駅窓口 ア/ビュー! で好評販売中!

駐車場 空きあり募集!!

短期契約も可 詳細はお問い合わせを

◆藤が谷駐車場 鶴沼桜が岡1-2282-2 (月極) 料金(税込) 11,000円

◆極楽寺駐車場 鎌倉市極楽寺3-1049-2 (月極) 料金(税込) 17,600円

江ノ電 エリアサービス ビル管理部 / 0466-25-0788

上記の詳細についてはコチラ <https://s-el.jp/d6/07> をチェック



家計簿をつけるのが苦手です 給料日前が大変なことに…

Q 1か月にどのくらい自由なお金を使えるか分からず、つい使い過ぎて給料日前が大変なことになります。どうすればよいですか。

藤沢市・Aさん(24歳)

A 管理しやすい方法で お金の減り方が分かるように

私も同じ年齢の頃は、給料日前にいつも慌てていた記憶がありますのでよくわかります。今を思いっきり楽しむためにも、できるだけ楽にお金を管理できる方法を考えてみましょう。

住居費など毎月必ず出ていくお金(固定費)と、現状の貯金1万円を合わせると、月12万5000円。残額の5万2000円を生活費と自由なお金とすると、1週間およそ1万円が予算になります。残りの1万2000円を1か月の予備費としましょう。例えば、月曜日にお財布に1万円を入れて、1週間はそのお金の範囲で生活をする。キャッシュレス決済を利用するのであれば、1万円をチャージしてその分を使うなど、自分が管理しやすい方法でお金が減っていくことが分かる状態を作ってみてください。

予備費は、使ったらメモをするなど、日々のお金とは別にいくら残高があるのか分かるようにしておきます。また、固定費が下がる

収支内訳

◆月間収入(手取り)	◆ボーナス収入
..... 177,000	手取り合計... 500,000
◆月間支出	◆ボーナス支出
住居費..... 59,000	オタ活..... 200,000
水道・光熱費... 13,000	旅行..... 100,000
通信費..... 16,000	定期代..... 12,000
定期代..... 12,000	使途不明金... 200,000
家賃更新積立... 4,000	
保険料..... 11,000	◆現在の資産
貯金..... 10,000	預貯金..... 500,000
食費..... 10,000	
日用品..... 5,000	
使途不明金..... 37,000	

と使えるお金も増えます。通信費と保険料は見直しの余地があると思いますよ。

ボーナスに関しては、オタ活・洋服代として、別の口座にお金を入れるなどして、こちらにも常に残高(使ってよいお金)が把握できる状態にしたいです。

可能なら、毎月の貯金に加えて、ボーナスのうち8万円は貯金にできるようにして、いざという時のためにおおよそ半年分の生活費として貯金100万円を目指してみましょ。安心できる状態で気持ちよくお金を使うための貯金です。

秋山友美

ファイナンシャル・プランナー。CFP(R)(一財)生涯学習開発財団認定コーチ。「家計コーチ」代表。藤沢市に開設した「湘南おかねの相談室」を拠点にFP相談・家計診断・パーソナルコーチなどを行い、ライフプラン・住宅取得・資産運用などの講師としても活動中



相談受け付け中。採用分にはクオカードプレゼント！
ウェブ(QRコード)または封書で応募を。1か月の家計簿と相談内容(詳細な家計簿なしで相談のみもOK)を書いて〒住所、氏名(紙面上では匿名)、電話番号を明記し、〒251-0055藤沢市南藤沢5-9、朝日生命藤沢ビル1階 湘南える新聞社「家計簿」係へ。
<https://s-el.jp/kc>



月に1~2回、水・木・金曜日(3日間)配布、ご自分のペースでできるお仕事です 業務委託

健康のために ご覧の「湘南える」を配布しませんか？

- 業務内容** ●近隣のご家庭へのポスティングを月2回。チラシ広告類のセットあり
※配布物はご自宅まで配送 ※無料紙なので、集金や勧誘なし
- 報酬** ●担当する部数やエリアにより異なる
※配布単価：戸建て@6.00円、集合@4.00円
- 応募条件** ●20歳以上 ●シニア、未経験可 ●藤沢市にお住まいの方
●健康維持や増進、徒歩や運動をお考えの方など ※詳細はご応募時に説明
- 応募方法** ●下記連絡先へ電話かFAXで「えるパートナー」係まで。その後、当社にて個別の説明を行います。
※ご応募時の個人情報(本募集関連)のみ使用目的でお預かりします



問い合わせはこちらまで **湘南える新聞社 TEL0466-52-7448 FAX0466-52-7449**
●お電話...月~金曜日(土日祝休)10:00~17:00
●FAX...終日受け付け
<https://s-el.jp/hfs>

次号予告

- 次回2月25日号は
- ・えるレポーター発 私の好きなパン屋さん
- ・湘南江の島春まつり をお届け!

お楽しみに!

綱渡り人生を読んで 元気になってもらえたら

マルチタレント DJ・HAGGY
萩原 浩一(ひろかず)さん



「特に将来について悩んでいる子どもたちに読んでほしい。僕の綱渡りの人生を読んで、元気になってくれたらうれしいな」とHAGGYさん

レディオ湘南のモーニングワイド番組を卒業して3年になるDJ・HAGGY(ハギー)さん。人生を振り返った著書『1歳で両親に捨てられた僕が湘南でラジオDJになった話』が今月出版されました。「昨年春ぐらいから、『ハギーさんの本が読みたい』と声をかけられることが増えてきたんです。みなさんの声に背中を押され、出版へと話が進みました」

「本のタイトルを言うと、え、ハギーさんのこと!?と驚く人が多い。僕、育ちがよく見えるみたいで(笑)。育児放棄されたため親戚に預けられ、周りに極端な気を使いながら生きてきた子ども時代。思春期になると自分が生きていることが迷惑なのでは...と死を考えるように。『生きるか死ぬかだったから、グレるなんてせたくはできなかった』ほど。

そんな時期を乗り越えてからは、国家公務員、教員を経て、夢だったDJとして活躍。どの経験も無駄ではなく、つながっていたと感じるそう。親の愛情に恵まれなかった子ども時代でしたが、「教え子たちは自分の子どもみたいなもの。血が



『1歳で両親に捨てられた僕が湘南でラジオDJになった話』DJ・HAGGY 著(文芸社)
DJ・HAGGYさんのプロフィールや近況はHPでチェック! 右のQRコードから <https://s-el.jp/d6/03>

つながっていない親戚も多いけれど、自然に親戚らしい絆ができますね」と大勢の人々との縁に感謝しているそうです。「僕は社会に育ててもらったから、社会に恩返ししたい。この本もその一つです」と話す著書は、涙なしでは読めない内容ですが、「失敗して当たり前。やり直せばいいから人生楽しいよ!」というハギーさんの生き方が詰まっているのが魅力。“人生を楽しんでいる人ってすてきなだ”と、前向きな気持ちになれます。

Present *+*+*+*+* 読者プレゼント

幻の平塚クリマサリを使用した「甘芋パイ」や 葉山牛使用の釜飯など人気商品の豪華詰め合わせ

5名様

湘南のおみやげとして数々の商品を生み出している「大森商店」から、新商品が登場! 栗に勝るといわれる上品な甘さの平塚産のさつまいも「クリマサリ」を使用したしっとりとした食感の「幻の平塚クリマサリの甘芋パイ(6個入り・550円)」。神奈川県限定販売品です。また、葉山牛をぜいたくに使い、レンジで5分加熱するだけで簡単に調理できる「葉山牛と香り舞茸の出汁釜飯(1000円)」もおすすめ! ★上記商品を含む大森商店の人気商品詰め合わせ(約3770円分)を5名様に



湘南しらすせんべい、江ノ電バスチョコサンドクッキーなど定番の人気商品もセットに

ハガキ、FAX、ウェブで。①〒住所 ②氏名 ③投稿ネーム ④年齢 ⑤性別 ⑥電話番号 ⑦メールアドレス ⑧湘南えるの入手方法 ⑨湘南在住歴 ⑩気になった記事を3つ(タイトル) ⑪取り上げてほしいテーマ ⑫光熱費・物価高騰対策! あなたの節約術は? ⑬紙面へのご意見・ご感想を明記し、〒251-0055藤沢市南藤沢5-9、朝日生命藤沢ビル1階 湘南える新聞社「2/11号プレゼント」係へ。☎0466-52-7449 URL=<https://s-el.jp/23/0211> ※抽選の上、当選発表は賞品の発送をもって代えませんが、当選者は3/11号で投稿ネーム(ない場合イニシャル)、地区名までを掲載予定(一部省略する場合あり) ※湘南えるからのご案内をお送りすることがあります。同意の上、ご応募を

応募受付期間
2/8(水)
~2/24(金)
正午 必着

応募はカンタン
こちらから▼



1/14号
読者プレゼント
当選者発表
荒井だるまのウサギだるま: あんこちゃん(藤沢市湘南台)、えるうさぎさん(藤沢市辻堂東海岸)、さとりりーさん(鎌倉市手広) 他2名様
「よつぼし」イチゴ: きよ。さん(藤沢市鵜沼海岸)、こずえちゃん(藤沢市村岡東)、あやさん(茅ヶ崎市浜之郷) 他2名様
ご応募くださった皆さま、アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。



鉄板グリル
鎌倉山 藤沢店
〒251-0055 神奈川県藤沢市南藤沢 2-1-2
ザ・プライムビル 7F
鉄板グリル鎌倉山 鎌倉山 藤沢店
藤沢店ホームページ
メニュー・価格改定いたしました

営業時間 11:30~22:00
ランチ 11:30~14:00 (L.O) 税込¥7,150~
ディナー 17:00~20:30 (L.O) 税込¥9,900~
個室 13名様まで可能 税込¥5,500

◇定休日/第2・4月曜日
※お会計時に、サービス料12%を別途頂戴致します
※状況によっては時短営業もございますので
お電話にてご確認ください

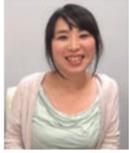
ご予約は、お電話または専用サイトよりお願い致します
御予約電話番号
tel.0466-27-1617
鉄板グリル鎌倉山藤沢店
ご予約専用ウェブサイト(TORETA) スマホで予約はこちら

鎌倉山 トレタ

金相場が好調をキープ 貴金属の査定なら今！
記念金貨や宝飾品も高価買い取り中
ブランド福福 藤沢店



「数が多く、重い場合は迷わず出張買い取りを。玄関先での出張買い取りや郵送での買い取りも可能なのでお気軽にご相談ください」と店長（写真右）



金相場が好調を維持しています。記念金貨や使っていないジュエリーなどの貴金属は高価で買い取りできることが多いそう。「1万円や5万円、10万円の記念金貨も今なら好条件での売却が期待できます」と話すのは、さいか屋藤沢店と同じビル2階にある買い取り専門店「ブランド福福 藤沢店」の店長・小澤さん。

記念にと買った記念硬貨やデザインが古くて使わないネックレスやピアスなどの宝飾品も、家で眠っている金属をまとめて査定してもらいませんか。その査定額に驚く人も！ 取扱品目が豊富で、「各分野に精通した鑑定士が親切丁寧に納得のいく査定をしてくれる」と評判の同店。圧倒的なリピーター率もうなずけます。

■問い合わせ
TEL 0466-54-9367
0120-298-414
http://rebrand-jp.com/
藤沢市藤沢555（さいか屋藤沢店と同じビルの2階）。藤沢駅直通徒歩1分。10:00～18:00。無休（神奈川県公安委員会第451360020803号）



【取扱品目の一例】
金・銀・プラチナなどの貴金属、宝石類、ブランドバッグ、ブランド時計、ブランド食器、洋酒、カメラ、骨董品、香水、楽器、記念金貨、古銭、切手、商品券などの金券類

「大人の学び」は楽しい！
3/4(土) 公開講演会に参加しませんか
放送大学神奈川学習センター

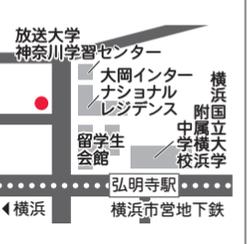


授業料は1科目(2単位)1万1000円。資料請求、問い合わせは電話またはHPから

「学びたい大人たちへ」がキャッチフレーズの「放送大学」で学ぶことを楽しみませんか？
放送・オンライン・面接（スクーリング）の、3つのスタイルを提供している同大学で、学びたいこと、取りたい資格に挑戦を。約300科目の中、1科目から自由に学べます。

神奈川学習センターでは、3/4(土)に無料の公開講演会「音楽と物語」を開催。申し込みは、2/12(日)から電話で（閉所日は除く）。

【公開講演会】※要予約
▶日時 3/4(土) 13:30～15:30
▶内容 「音楽と物語」講師は茂木一衛先生（横浜国立大学名誉教授）
▶会場 横浜市大岡地区センター3階 レクホール
▶定員 40人（先着順）▶受講料 無料
▶持ち物 上履きを持参ください
▶申し込み 2/12(日)から電話で下記 放送大学神奈川学習センターへ（月曜、祝日除く）



■申し込み
TEL 045-710-1910
https://www.sc.ouj.ac.jp/center/kanagawa/
横浜市南区大岡2-31-1
横浜市営地下鉄ブルーライン「弘明寺」駅徒歩5分
閉所日 月曜、祝日



【湘南える新聞社の個人情報保護の取り組みについて】湘南える新聞社が主体となり、読者の皆さまからお預かりした個人情報は、当社が責任を持って管理します。当社へのアンケートやプレゼントのご応募、催し等のお申し込みいただいた個人情報は、謝礼や当選商品の発送、案内状の送付等の目的にのみ使用します。また、アンケート等の集計結果は個人を識別できない形でデータ処理をし、当社の事業活動に使用します。当社では、ご本人の承諾のない限り、収集した個人情報を前述の目的以外に使用、第三者に提供することはありません。なお、本紙掲載の広告主が収集する個人情報の取り扱いに関しては、各々の広告主にお問い合わせください。（個人情報保護管理者：桑名伸）（個人情報保護に関する問い合わせ）湘南える新聞社 TEL 0466-52-7448（祝日を除く月曜～金曜、10:00～17:00）

紙面に関するご意見や情報提供、
広告、折込のお問い合わせはえるHPから受付 →
TEL 0466-52-7448 https://shonan-el.co.jp/



湘南
える

◆価格は、特別に表記しているもの以外は税込み価格です
◆発行部数 110,000部 ◆記布地域 藤沢市 ◆企業名が見出しに表示されているものはその企業からのPR情報です ◆表示価格で特記事項のないものは消費税額を含んだ総額表示です（先税・非課税商品は税が転嫁されません） ◆掲載されている営業情報・イベント等は、予告なく変更・中止になる場合があります
◆掲載QRコードの有効期限は発行後約1カ月です ◆紙面の無断転載を禁じます

藤沢 | 花ごよみ
早春に香る梅を訪ねて

春なお浅いこの季節、他の花に先駆けて咲くことから「花の兄」と呼ばれるの梅の花。紅梅・白梅の美しい花の姿や、ふと漂ってくる香りに心ひかれます。藤沢市内の梅の名所を紹介しましょう。

市内の公園などの見どころ

湘南台駅西口からほど近い円行公園には梅林があり、紅白の梅がたくさん植えられています。満開の時期には上品な香りが周囲に漂います。緑豊かな大庭城址公園、引地川親水公園、また、広々としてピクニックも楽しめる新林公園や長久保公園、高台にある片瀬山公園にも花木が多く、梅が見られます。そして有名なのが片瀬の常立寺（じょうりゅうじ）。多数のしだれ梅が見事に咲く様子には風情が感じられます。

梅Map

新林公園
円行公園 | 湘南台3-6
新林公園 | 川名411-1
常立寺 | 片瀬3-14-3
おいでよ藤沢
いこうよ公園
藤沢
花めぐり

写真提供：藤沢市公園課・(公社)藤沢市観光協会・(公財)藤沢市まちづくり協会

https://s-el.jp/d6/01
https://s-el.jp/d6/02

湘南薬品 県内18店舗で使える！ 全店共通 スペシャルクーポン 2/8水～3/7火 期日限定

有効期限 2/8水～2/14火 有効期限 2/15水～2/21火 有効期限 2/22水～2/28火 有効期限 3/1水～3/7火

税抜1000円以上のお会計で お好きな商品1品を 20% OFF

※一部医薬品、健康食品、調剤、カウンセリング化粧品、指定ゴミ袋など対象除外品がございます。詳しくは各店舗にてご確認ください。※本券を切り取り持参ください。※印刷・他割引との併用不可 ※藤沢駅南口薬局、湘南レディス店、ラ・ポアテ湘南フィル店は利用不可。湘南薬品

【本社】株式会社 湘南薬品 藤沢市鶴沼石上2-1-17 TEL0466-26-3336 店舗一覧はこちら