

湘南える

Vol.136 2025年6月14日

私立中高スペシャル

人間力を育てる

一生使える力を

生徒写真は
鶴沼高等学校・自修館中等教育学校
湘南白百合学園中学・高等学校
聖和学院中学校・高等学校のみなさん

入試広報の先生たちの
座談会は2面へ

左から、鶴沼高等学校/風間翔先生、聖和学院中学校・高等学校/武藤薫子先生、自修館中等教育学校/岩城摩理亜先生、湘南白百合学園中学・高等学校/水尾純子先生、中学受験 PREX / 渋谷隆之先生

湘南える

Vol.136
2025年6月14日

読者プレゼント

「横浜とんこつ家」がリニューアル
人気の「凄麺」ブランド
12個詰め合わせを

3名様



横浜家系ラーメンのおいしさを本格再現した「横浜とんこつ家」

>>>> 詳細は11ページ

今号のTOPICS

- 1~4 私立中高スペシャル
入試広報の先生による座談会他
- 6 JR東日本の社員発
列車に乗って、おでかけしよう④
- 12 愛と情熱で子どもを見守る
「おやじの会」

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。

湘南えるは再生紙を使用しています

鉄板グリル 鎌倉山 藤沢店

GRILL KAMAKURAYAMA

〒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 藤沢店ホームページ

鎌倉山 藤沢店

営業時間 11:30~22:00
ランチ 11:30~14:00 (L.O) 税込¥7,150~
ライトランチセット
(前日までに要予約) 税込¥5,500
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

※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

御予約・お問い合わせ
tel.0466-27-1617

大切な人と特別なひとときを

ソムリエがお勧めする ノンアルコールドリンク

アルコールを召し上げられない方の為に、当ソムリエがセレクトした、料理をバックアップする甘さ控えめのお茶にフルーツをブレンドしたドリンク、全5種類を取り揃えております。通常ではお目にかかれないレストラン仕様のポルド・ティーを是非お試しください。あたたかもワインと料理を合わせているような感覚に陥ります!

フロアマネージャー・ソムリエ/奥山 範一

私立中高スペシャル

入試広報担当の先生による座談会！

論理的思考 多様な視点への理解 そこへ至る環境を 整えるのが学校

人間力を育てる、 一生使える力を備える

教育の現場をテーマに、私学4校の入試広報担当の先生たちによる座談会を開催。
司会は中学受験指導歴30余年の洪田隆之先生です。 ※敬称略

参加校

- 〔共学〕 鶴沼高等学校 / 風間翔先生(担当教科: 数学)
- 〔共学〕 自修館中等教育学校 / 岩城摩理亜先生(担当教科: 社会)
- 〔女子校〕 湘南白百合学園中学・高等学校 / 水尾純子先生(教頭)
- 〔女子校〕 聖和学院中学校・高等学校 / 武藤薫子先生(副校長)

司会

中学受験PREX
洪田隆之先生

こちらのQRコードからご覧ください



先生たちからのメッセージ&座談会の様子を動画で配信中!

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

英語は表現や理解という学びを深めるためのひとつのツール

洪田 今年は検定教科書の改訂が行われ、特に英語が難しくなったということですが、「英語の学習」について、どのようにされていますか？

武藤 英文法を理解して語彙(こい)を増やし、それを通じ英語4技能を駆使できるようにしていきます。その一環としてレクチャー、スピーチコンテスト、English Campではネイティブと終日英語で会話し、リサーチ・ディスカッション・プレゼンテーションなどで英語の表現力を身につけます。使用教科書はNEW TREASURESとケンブリッジ出版のEVOLEVEです。

水尾 言語はツールのひとつなので、まずは楽しく学び使っていくことを前提に、英語を使って自

聖和学院中学校・高等学校 武藤薫子先生



大学・企業・地域の皆さま・他校との連携およびコラボレーションの活動が盛んです

英語を学びたいというモチベーションにつながりの違いなどに触れ、世界が広がり、多様な視点を感じたいという思いを共有しています。

長い時間培ってきた地域や大学とのつながりから生まれる新たな挑戦

洪田 私立の学校はそれぞれ特色ある一貫した理念のもと教育に注力しておられますが、他校にはない取り組みを紹介してください。

武藤 地域との協働を教育課題の一つに掲げる当校は、2023年に神奈川県初の妊産婦・乳児福祉避難所に指定されました。全館冷暖房、WiFi、自家発電、おむつやミルクなどの備蓄が災害時の母子を守ります。津波発生時は広域避難所指定の校庭が逗子駅の利用者にも開放されます。生徒たちは防災減災プロジェクトを地域の皆さんと協働で立ち上げ、防災ブックを作成するなど、

湘南白百合学園中学・高等学校 水尾純子先生



ラーニングcommons(情報を使って議論を進める場)の部屋を新規に設置し、自由な議論が加速しています

自修館中等教育学校 岩城摩理亜先生



グローバルラウンジでは、ネイティブの先生が誰もが楽しく参加しながら学べる企画を実施しています

入試広報の先生に聞いてみよう!

3・4面で全15校の学校紹介、説明会情報などを掲載しています。各校には、学校説明会に携わる入試広報の先生がいますので、気になることがあれば、確認を。

「私立中学校・高等学校特集」で掲載している学校です

学校名	入試広報の先生	電話番号
アレセア湘南中学高等学校	辰巳 直之 先生	TEL 0467-87-7760
鎌倉国際文理中学校・高等学校	小林 洋一郎 先生	TEL 0467-44-2113
北鎌倉女子学園中学校高等学校	鈴木 奈津子 先生	TEL 0467-22-6900
鶴沼高等学校	風間 翔 先生	TEL 0466-22-4783
自修館中等教育学校	岩城 摩理亜 先生	TEL 0463-97-2100
湘南学園中学校高等学校	岩田 英司 先生	TEL 0466-23-6611
湘南白百合学園中学・高等学校	水尾 純子 先生	TEL 0466-27-6211
聖セシリア女子中学校・高等学校	青山 萌香 先生	TEL 046-274-7405
清泉女学院中学高等学校	北宮 枝里子 先生	TEL 0467-46-3171
聖和学院中学校・高等学校	田中 真由 先生	TEL 046-871-2670
藤嶺学園藤沢中学校・高等学校	間藤 大介 先生	TEL 0466-23-3150
日本大学藤沢高等学校・藤沢中学校	池田 直哉 先生	TEL 0466-81-0123
藤沢翔陵高等学校	池田 正己 先生	TEL 0466-81-3456
聖園女学院中学校・高等学校	鐵尾 千恵 先生	TEL 0466-81-3333
山手学院中学校・高等学校	渡辺 大輝 先生	TEL 045-891-2111

鶴沼高等学校 風間翔先生



論理的な思考には数学が必須です。結果だけでなくそこに至る過程を考える力が、探究につながります

と連携して、最近では東京農大と連携しました。生徒たちは、農大は農業を学ぶだけと思っていましたが、実際に交流が始まるとさまざまな発見があり、大学の専門的な学びがこれほどの広がりを持つているのだと、改めて知ることができました。今年本校が軸となり、他校の学生と一緒に、同大学のオホーツクキャンパスへ行き、北海道の五感を味わい共に学ぶカリキュラムを行います。

風間 当校は3つのコース制になっていますが、うち文理コースは部活が必修です。クラス以外の生徒とつながりを持つことや、探究と同様に自分で目標をもって活動し力を発揮していくことを学んでもらいたいと考えています。教員がスケジューリングを立てて生徒に示して指導するのはなく、「与えすぎない」ことを大事にしています。生徒が自分で調べて、自分が思っているのかディスカッションして決めます。結果として一足飛びに「強く」とはならなくても、自分たちで考えて結論を出していく力ができたと感じています。

中学受験PREX 洪田隆之先生



私立ならではの、長い時間をかけて築いた地域や大学などのつながりは、新たな展開も期待できます

洪田 生徒たちが自分で学ぶ力を、いかに伸ばしていか。学校にはさまざまなサポートやプログラムが用意されていると、改めて実感しました。各校さまざまな教育理念や方針があります。保護者の皆さまには、先

洪田先生の最新刊『親の声掛けひとつで合否が決まる! 中学受験で合格に導く魔法のことは77』グッドタイミングの「アツイ言葉」がやる気を引き出し、合格へと導く! 同書を3名様にプレゼント。応募はQRコードから。
<https://s-el.jp/77/m7>

2025 私立中学校・高等学校 特集



ネイティブ教員の授業が人気

- アレセシア湘南中学校
【学校説明会】7/12(土) 10:00~11:30、
8/2(土) 10:00~12:10、10/4(土) 10:00
~12:00、11/8(土) 10:00~11:40
- アレセシア湘南高等学校
【学校説明会】10/18(土)・25(土)
11/15(土)・22(土) 9:00~10:30、
10:45~12:15
- 【平和祭】9/13(土) 10:00~14:00
※平和祭以外要予約 ※詳しくはHPを

TEL 0467-87-0132 (高等学校)
TEL 0467-87-7760 (中学校)
茅ヶ崎市富士見町5-2
<http://www.aletheia.ac.jp/h/>



留学にも有利なグローバル教育が充実

「アレセシア湘南中学高等学校」では、体験的・探究的な学びを通して、「言語力・思考力・たくましさ」、そして「英語力」を養います。

特に力を入れているのがグローバル教育で、放課後にネイティブ教員が担当する「フアウンデーション」が人気。これは国際大学連合と提携したプログラムで、英国などの

大学の専門課程に進学するための準備コースで、試験に合格すると、通常より1年早く専門課程に進むことができます。

今年度は、バーミンガム大学など6大学に合格者を出しました。また、中学生も参加可能な海外研修旅行や、海外からの短期留学生の受け入れなど、海外が身近なものとなるプログラムが用意されています。

アレセシア湘南中学高等学校
世界への道がひらけるフアウンデーション
共学



新しい男子制服が決定しました

- 鎌倉国際文理中学校
【学校説明会】6/28(土)・9/6(土)、
10/18(土)、11/15(土) 10:00~11:00
- 鎌倉国際文理高等学校
【学校説明会】9/20(土)、10/11(土)・
25(土)、11/1(土) 10:00~11:00、
13:30~14:30
- 共通【みどり祭】
11/8(土)・9(日) 10:00~15:00
※みどり祭以外は要予約 ※詳しくはHPを

TEL 0467-44-2113
鎌倉市岩瀬1420
<https://www.kamakura-u-j.ed.jp/>



2026年度より男女共学化へ

「鎌倉女子大学中等部・高等部」は2026年度より男女共学化し、新校名が「鎌倉国際文理中学校・高等学校」となります。また、2021年夏に完成した新校舎は、蔵書6万冊の図書館、多目的ホールであるラーニングコモンズ、ICTルームなど授業をするうえでさまざまな工夫が凝らされています。

そんな新しい環境の中、大入試に向けた英検対策など、学習面ではいろいろな取り組みがなされています。鎌倉女子大学への学校推薦型選抜も利用可能。マーチングバンド部や新体操部、弓道部など、全国大会ほか主要な大会に出場の部活動も。「新しく生まれ変わった本校に、ぜひいらしてください」と同校。

鎌倉国際文理中学校・高等学校
新しい校名と男子制服が決定しました
共学



英語を身近に感じる環境です

- 学校説明会(中学校)
7/5(土)、9/13(土) 10:00~11:30
- 夏の学校訪問会(高校)
9:30~ =7/26(土)、
8/3(日)・23(土)・24(日)
14:00~ =7/26(土)・31(木)、
8/18(月)・20(水)・23(土)
- 文化祭 10/18(土)・19(日)
※文化祭以外は要予約
※時間など詳しくはHPを

TEL 0467-22-6900
鎌倉市山ノ内913
<https://www.kitakama.ac.jp>



「英語を使って何をやるか」に重点を

「北鎌倉女子学園中学校高等学校」では、今年度、国際コースが新設されました。対象は中3〜高校3年生で、英語中心のカリキュラムで、自分にぴったりの国際コースに。英語の習得だけでなく、国際交流の場も豊富で、国際的な視野も広がります。

また、円覚寺でのイングリッシュガイドのボランティア

環境も魅力。また、2024年度DXハイスクール認定の最新のICT環境でAIの利用など幅広い知識を身に付けられます。

北鎌倉女子学園中学校高等学校
来年度、英語中心の国際コースが新設
女子校



柳小路駅の副駅名は同校の校名です

- 【コース別説明会(中3生保護者対象)】
理数コース 6/18(水) 13:30~15:10
文理コース 6/19(木) 13:30~15:10
英語コース 6/20(金) 13:30~15:10
- 【オープンスクール】8/23(土) 9:30~
【鶴沼祭】9/6(土)・7(日) 9:30~14:30
- 【学校説明会】10/18(土)、11/8(土)・15(土)
※コースごとに時間が異なります
- 【個別相談会】11/22(土) 14:00~
【平日説明会】11/26(水) 17:30~
※いずれも要予約です。詳しくはHPまで

TEL 0466-22-4783
藤沢市鶴沼藤が谷4-9-10
<https://kugenuma.ed.jp>



一瞬を、一緒に

「鶴沼高等学校」は生徒と先生が共に成長できる学校を目指して、創立100周年を迎えました。本年より校舎建て替え事業が始まり、2027年9月に新校舎完成予定です。

鶴沼高等学校には3つのコースがあります。「英語コース」では全員必須の海外語学研修に参加するなど、総合的な英語力を育みます。「理数

コース」では数学を中心とした論理的思考力を養うことができます。そして、「文理コース」では仲間との出会いや部活動などの経験を通じて、夢や目標を実現する力を身につけていきます。

鶴沼高等学校
目標に向かって勉強と部活動を両立できる学校
共学



校内でも異文化交流ができる環境です

- 【Enjoy Jishukan Life】7/5(土)
- 【土曜セミナー体験会】7/12(土)
- 【部活動体験会】7/19(土)
- 【オープンスクール〜秋〜】9/6(土)
- 【探究発表会・学校説明会】10/18(土)
- 【学校説明会】10/25(土)
- 【自修祭】11/8(土)・9(日)
- 【一般入試説明会・体験会】11/15(土)
- ※個別見学は電話で随時受け付け

TEL 0463-97-2100
伊勢原市見附島411
<https://www.jsk.kojo.ed.jp/>



世界を舞台に取り組み教育を

「自修館中等教育学校」では、「グローバルラウンジ」など、10年後、20年後の世界で活躍するための教育を目指し、探究・EQ・グローバルマインドの育成に力を入れています。

昨年度から英語で他教科を学ぶ(CELL)内容言語統合型学習を導入。英語を話すのは基本、というレベルを目指し、英語のネイティブの教員が常駐する

「グローバルラウンジ」など、授業以外でも英語を話す環境が整っています。同校では6年間で段階を踏んで、課題について考える力をつけ(探究)、他者との円滑なコミュニケーション法を学び(EQ)、海外研修を通して、多様な価値観や背景を持つ人と協働する力を育みます(グローバルマインド)。

自修館中等教育学校
探究・EQ・グローバルマインドの育成
共学



自己肯定感を伸ばしていく校風

- 【学校説明会】6/28(土) 10:00~12:00
- 【夕涼み会】8/25(月)・26(火)・27(水)・
28(木) 16:00~18:00
- 【オープンキャンパス】
6/14(土)、10/19(日) 9:30~12:30
- 【入試説明会】
5・6年生=11/22(土) 10:00~12:00
6年生=12/13(土) 9:30~12:30
- 【学園祭】10/4(土)・5(日) 9:30~15:30
※いずれも要予約 ※詳しくはHPを

TEL 0466-23-6611
藤沢市鶴沼松が岡4-1-32
<https://www.shogak.ac.jp/highschool/>



カラフルな個性の育成をサポート!

6年間中高一貫の「湘南学園中学校高等学校」は選抜クラスも成績順位の発表もありません。あくまでも「軸は自分」だとして、自分の目標点に到達できたかどうかで理解度を把握していきます。

今年度の高校2年生からは文理選択を撤廃し、生徒が自分に必要な授業を選択できるように。「大人が決めない、

学校が決めない」をコンセプトに、生徒一人一人に合った進路を後押しできるのが同校の強みです。30年前に特別教育活動から始まった総合学習では、生徒の発達段階に合わせたテーマなどのノウハウも。それを生かして、社会でどんな人になるかを見据えて、さまざまな経験を積めるのも魅力です。

湘南学園中学校高等学校
生徒の未来を大人が決めない、学校が決めない
共学



生徒主体で学び活動しています

- 【学校見学会】7/12(土)・9/4(木)・10/3(金) 10:15~11:45
- 【聖ポーロ祭(文化祭)】9/20(土) 10:00~16:00、21(日) 9:30~15:00
- 【オープンスクール(授業体験)】10/25(土) 9:45~11:30
- 【入試説明会】11/15(土) 10:00/14:00
- 【入試直前説明会(6年生限定)】12/6(土) 9:00~11:00
- ※すべて要予約 ※詳しくはHPを確認を

TEL 0466-27-6211
藤沢市片瀬目白山4-1
<https://chukou.shonan-shirayuri.ac.jp/>



自発的に学ぶチャンスがある環境

「湘南百合学園中学・高等学校」には生徒主体で活動する有志のプロジェクトチームが多数。学校のくつろぎ空間のリノベーションにチャレンジャーしたり、SDGsやボランティアの活動をしたりと、学年を超え、部活とは異なるチャレンジの場があります。

この勢いはますます加速し、高きにつなげていきます。

機会が生徒の好奇心の芽を育て、可能性を広げています。自発的に学ぶ姿勢が身に付く環境は、医学部・東大理IIIなど、国公立大への進学率の高きにつなげていきます。

湘南百合学園中学・高等学校
授業以外に生徒だけで挑戦する場が多数!
女子校



人気のクラシックバレエ部

- 聖セシリア女子中学校
【学校説明会】
7/5(土) 10:00~11:45 要予約
- 聖セシリア女子高等学校
【学校説明会】
9/6(土) 10:00~11:30 要予約
- 共通【オープンキャンパス】
6/21(土)、7/27(日) 10:00~13:00
※詳しくはHPを

TEL 046-274-7405
大和市南林間3-10-1
<https://www.ceclia.ac.jp/>



豊富な学習プログラム!

「聖セシリア女子中学校・高等学校」はカトリック精神に基づいたアットホームな校風が支持され、「入学して良かった」と卒業生全員が回答。日常の学校生活の満足度の高さがうかがえます。

近年では少人数制を生かした手厚い学習指導で、難関私大の合格者を多く出しています。

2020年度から高校入試を再開しています。

聖セシリア女子中学校・高等学校
生徒の満足度が高い、アットホームな校風
女子校

2025 私立中学校・高等学校 特集



聖和学院中学校・高等学校

世界に貢献する女性リーダーを育てる

女子校

最先端のデータサイエンス始動

常に社会の変化に即応して先進教育システムを導入、イノベーションを推進してきた「聖和学院中学校・高等学校」は時代の最先端ともいえるデータサイエンスコースを本年開設しました。そのスタートに当たり、高大連携協定締結の日本女子大学理学部教授（東京大学教授兼任）を招いた特別授業も校内で実施して



ICTを活用した教育が充実しています

【中学校説明会】
6/14(土)、7/12(土)、8/30(土)、
9/27(土)、10/18(土)、11/15(土)、
2026年1/10(土)
10:00～12:00
【クリスマスイベント】
12/13(土) 10:00～12:00
※すべて要予約 ※詳しくはHPを確認を

TEL 046-871-2670
逗子市久木2-2-1
https://www.seiwagakuin.ed.jp/



日本大学藤沢高等学校・藤沢中学校

将来への可能性を広げる実践的な学び

共学

中高一貫教育の中で広がる体験と成長

「日本大学藤沢高等学校・藤沢中学校」では、中高一貫の6年間を通じて、さまざまな「実体験を通じた学び」に力を入れています。中学2年生での「ホスピタリティ教育」や中学3年生での「救急救命講習」など、おとなし心の命の尊さを学ぶ機会を設けています。大学との連携教育も拡大



高大連携で大学を見学

●共通
【日藤祭】6/14(土)・15(日)
【学校見学ツアー】
午前=7/25(金)、8/19(火)。午後=
7/24(木)・26(土)、8/18(月)・23(土)
●日本大学藤沢中学校
【中学校見学会】6/17(火) 10:30
【オープンスクール】7/26(土)、8/23(土)
※すべて要予約 ※詳しくはHPを

TEL 0466-81-0123 (高等学校)
TEL 0466-81-0125 (中学校)
藤沢市亀井野1866
https://www.fujisawa.hs.nihon-u.ac.jp



聖和学院中学校・高等学校

新しい自分に出会う学校

女子校

制服第一装リニューアル!

「聖和学院中学校・高等学校」は、昨年度より制服第一装をリニューアル。高校からの入学生も新たに加わり、豊かに広がる森のようなキャンパスで生徒がのびのびと学んでいます。南山大・上智大をはじめとする各大学との中高大連携、校内の自然を生かした清泉女子大との「竹林プロジェクト」に好評です。



昨年度からリニューアルした制服

【授業・校内見学会(中学)】
6/25(水) 10:00～11:30
【ナイト説明会(中学)】
6/27(金) 18:00～19:15
【ミニ学校説明会(中学)】
7/26(土) 10:00～11:30
【学校見学(高校)】7/28(月)～8/1(金)
※その他、入試関連イベント多数あり
※いずれも要予約 ※詳しくはHPを確認を

TEL 0466-81-3333
藤沢市みその台1-4
https://www.misono.jp



山手学院中学校・高等学校

幅広い講座から自分に合う講座を選べる

共学

世界で活躍する人材育成講座「GLP」

「山手学院中学校・高等学校」では2020年から世界で活躍する人材育成を目指す「GLP(グローバルリーダープログラム)」を開講。多様な視点と柔軟な発想を兼ね備えた人材育成を行っています。人気の「GLP」は講座が15講座(前期7・後期8)、対象も中2〜高2に拡大するなど充実。英語力やプログラム



昨年大分県で行われた国内 GLP ツアー

【夏休み学校説明会】8/23(土)
中学校=10:00～12:00
高校=14:00～16:00
【山手祭(文化祭)】
9/27(土)・28(日) 10:00～15:00
【学校説明会】
10/11(土)、11/8(土)
中学校=10:00～12:00
高校=14:00～16:00
※いずれも要予約 ※詳しくはHPを

TEL 045-891-2111
横浜市栄区上郷町460
https://www.yamate-gakuin.ac.jp/



清泉女学院中学高等学校

理系進路選択支援プログラム

女子校

理工系分野をキャリアの選択肢に入れる

「清泉女学院中学高等学校」の教育の四つの柱(スペシャルプログラム)の一つ、「サイエンス・ICT」の取り組みの一環で、国立研究開発法人科学技術振興機構(JST)主催・神奈川工科大学全面協力による女子中高生のための特別プログラムに参画しています。中1から大学の教員によるさまざまな実験授業



警察鑑識課の科学分析の授業

【親子学校見学会】
7/19(土) 9:30～11:30
【過去問チャレンジ】
8/23(土) 午前中
【清泉祭(文化祭)】
9/20(土)・21(日) 9:00～16:00
【入試説明会】
11/8(土)・29(土)、12/13(土)
9:30～11:30
※いずれも要予約 ※詳しくはHP

TEL 0467-46-3171
鎌倉市城廻200
https://www.seisen-h.ed.jp/



藤嶺学園藤沢中学校・高等学校

難関大に通う大学生と一緒に取り組む機会

男子校

自主的な学びの場「放課後学習」

「藤嶺学園藤沢中学校・高等学校」は、藤沢市遊行寺に隣接しており、日本人としての自覚と誇りを意識した教育が特徴です。生徒たちが毎日放課後に集い、宿題や自習をする「放課後学習」は、難関大に通う大学生が担当。年齢が近い大学生に教わりながら、中学生は学習習慣の定着を目指し、高校



グラウンドから見た校舎

●藤嶺学園藤沢中学校
【学校説明会】
10/4(土)、11/8(土)・28(金) 10:30～
●藤嶺学園藤沢高等学校
【学校説明会】
10/18(土)、11/8(土)・22(土) 14:00～
●共通【藤嶺祭】
10/25(土)・26(日)
※説明会は要予約 ※詳しくはHPを

TEL 0466-23-3150
藤沢市西富1-7-1
https://www.tohrei-fujisawa.ed.jp/



藤沢翔陵高等学校

在校生が案内するオープンスクールが人気!

男子校

探究を軸に「学び続ける力」を育成

今年、創立94周年を迎えた「藤沢翔陵高等学校」は神奈川県下、唯一の全日私立男子高校単独校。一昨年度から「探究」を軸とした新カリキュラムを実施し、生徒自らが「学び続ける力」の育成に力を入れています。在校生が学校案内する「オープンスクール」は生徒に質問できる貴重な機会です。



オープンスクールの様子

【オープンスクール】
8/23(土)・24(日) 9:30
【進学説明会】9/20(土)・27(土)
10/4(土)・18(土) 9:00、11:00
【翔陵祭】
10/25(土) 12:00、10/26(日) 9:00
【学校説明会】10/11(土) 10:00から。
11/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・
29(土)、12/6(土) 14:00から
※いずれも要予約 ※詳しくはHPを

TEL 0466-81-3456・3457
藤沢市善行7-1-3
https://shoryo.ed.jp/



抽選で図書カードプレゼント

中高生の皆さん&保護者の皆さんへ 「学校や先生、授業の ココが好き」を教えてください

編集部では、今後の紙面づくりに役立てるため、今皆の中高生がどんな授業や先生に満足しているのか、さんからのご意見を募集します。質問は次の2つ。

- ①「学校・先生・授業のココが好き」
- ②「こんな先生がいたらいいな」「こんな授業があったらいいな」

コメントは紙面に掲載されることもあります。応募はQRコードから。お子さまから直接でも保護者からでもOKです。抽選で5名様に「図書カードNEXT」2000円分をプレゼント! ご応募をお待ちしています。



【応募方法】 下のQRコードから、必要事項を入力の上ご応募ください
締め切り=6/27(金)正午
※プレゼントの発表は発送をもってかえします
※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



応募はこちら
https://s-el.jp/p/sq





一期一会

ニューコロの歴代船長紹介!

鎌倉市を拠点に、地域と若者とのつながりを通じて、学生の“可能性”を形にするべく立ち上がった学生団体「ニューコロンブス」(略してニューコロ)。今回は、これまでニューコロを引っ張ってきたリーダーたちを紹介します。



初代船長 増田 航大

2020年、当時大学3年生の私は、漠然と「何かやりたい」と思っていました。しかし、コロナ蔓延(まんえん)が訪れ、活動母体を失い、当たり前にあったコミュニティは誰かが作ってくれたものだとなりました。その時に鎌倉で私と同じような思いを持つ学生が集まるコミュニティを作りたい、学生団体ニューコロンブスを創設しました。私が船長を務めた期間では、「MiiGO」をはじめとして地域との連携や認知の拡大に取り組み、現在の活動の礎を作ったと自負しています(笑)。



2代目船長 長谷井 杏衣

私にとってニューコロンブスの魅力は、多様な価値観が心地よく混ざり合う“可能性のスタート地点”であること。船長時代は「居場所づくり」を掲げてメンバー全員と1on1を重ね、ラジオ企画も立ち上げました。結果、お祭りで廃棄おからのナゲットを販売する企画などが実現しました。学生の挑戦が街に広がっていく感覚がたまらなく面白いです。



3代目船長 池田 大和

高校1年生の時から乗船しており、高3で副船長、大1で船長を務めました。高校生活のほぼ全てをニューコロンブスにささげ、新プロジェクトをたくさん立ち上げ、地域活性化に務めました。ニューコロは、地域の担い手となり、若者のサードプレイスとして大活躍中です。



4代目船長 菅野 匠吾

こんにちは。4代目船長の菅野です。SNSの普及や受験競争によって、常に他人と比べられながら生きてきた現代の学生たちが伸び伸びとやりたいことをカタチにできる「居場所」を作り上げています。これを読んでいるあなたも僕たちと一緒に可能性をスタートさせてみませんか?

学生団体ニューコロンブス

Eメール=new.columbus2020@gmail.com

HPIはこちら

https://s-el.jp/v/nc



“禅居院”(鎌倉市)は建長寺塔頭寺院です

禅居院(ぜんきょいん)は建長寺塔頭(たっちゅう)で鎌倉後期の創建と伝わります。開山は建長寺22世清拙正澄・大鑑禅師で中国元の高僧です。執権北条高時の招きで嘉暦元年(1326)に来日。建長寺住持を務めた後には京都建仁寺、南禅寺の住持を勅命により歴任します。開基は信濃飯田の守護・小笠原貞宗で北条高時、後醍醐天皇、足利尊氏等の武道師範として名高い武人です。

本堂には本尊聖観音菩薩半跏像・摩利支尊天像等が安置されています

聖観世音菩薩半跏像は遊戯坐像と呼ばれます



本堂と境内庭園

本尊の聖観世音菩薩半跏像(非公開)は、ゆったりとしたそのお姿から遊戯(ゆげ)坐像と呼ばれます。鎌倉仏教彫刻の最も秀でた尊像で県重文です。寄木造り、玉眼入り、像高69.5cmです。鎌倉中期の彫造と思われる。

摩利支尊天像は中国皇帝の下賜と伝わります

摩利支尊天像は陽炎を神格化した神が起源です

摩利支尊天像は開山来日の際に中国皇帝より下賜(かし)されたものと伝わります。尊像は陽炎(かげろう)を神格化した古代インドの神を起源としています。陽炎のように変幻自在の働きをする尊天は戦士の姿で6本の手に各武具を持ち、勝利の神として多くの武将にあげられました。

Web版で過去の記事も掲載中!
https://s-el.jp/krt



探訪 歴史 かん治さんの



禅居院山門 鎌倉市山ノ内1534(北鎌倉駅徒歩15分)

“小笠原流礼法”は今も続いています

開基の小笠原貞宗は今も続く小笠原流礼法の中興の祖と伝わります。東京都小笠原村のHPによれば、小笠原諸島は文禄2年(1593)、信州深志城主のひ孫、小笠原貞頼により発見されたと伝わっています。同院寺の「三階菱(さんがいびし)」は、清和源氏義光流で甲斐源氏武田氏の一族の家紋



小笠原流流錫馬

です。例年、鶴岡八幡宮では小笠原流の流錫馬(やぶさめ)が奉納されています。

かん治さん「鎌倉検定は1級でお酒は2級を飲んでいて、プレゼントをいただきますと喜んでサンキューと言っています」が決めりの自己紹介。「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。

My Sweet Heart

の カワイ子 ち ゃ ん

ベビーもキッズも、ネコちゃん・ワンちゃん、トリさんも…。愛しい家族の一員の、カワイイ写真を紹介!



Pretty!

生まれて初めての旅行! お気に入りのサングラスでオシャレに決めて出発!
藤沢市・おもち



Happy!

お父さんに抱っこされてご満悦のにっこりです。でも口元はよだれでベタベタ!
藤沢市・まるさん

うちのカワイ子ちゃん画像を募集中!

QRコード(https://s-el.jp/msh)にスマートフォンからアクセスし、〒住所(掲載は市まで)、氏名、年齢、電話番号、投稿者ネーム、30文字程度のコメントを明記し応募を

※写真はトリミングする場合あり。了承のうえ応募を



Cute!

新しい家族の匂いをかいています
藤沢市・せろり



本場の空気を感じる 稲村ヶ崎の名店

潮風に揺れるオレンジ色のパラソルが目を引く、海沿いのイタリアン「タベルナ・ロンディーノ」。扉を開けると、まるでイタリアの小さな食堂に迷い込んだような空間が広がります。彩り豊かな前菜やデザートが並ぶショーケース、エスプレッソマシンの心地よい音、スタッフとお客さんのにぎやかなやりとりもこの店らしさ。ランチはアラカルトもコースも選べて、45年変わらないグランドメニューと季節限定の一品を合わせて楽しめます。いつ来ても変わらないおいしさで、新しい発見の両方があるのが魅力。海を眺めながら、ちょっと特別な時間を過ごしたい日にぴったりの一軒です。

えるレポーター Yuさん

TEL 0467-25-4355

11:30~15:30、17:00~21:00、土・日曜、祝日11:30~21:00、不定休
鎌倉市稲村ヶ崎2-6-11

HP
https://s-el.jp/f8/23

アットホームな店内で 本格料理を堪能して

鎌倉・深沢の地で本格的なネパール・インド料理を味わえる「スंगाバ」を紹介します。店名はネパール語で「ランの花」。いつでも温かくお客さまを迎えてくれるので、自然と心も体もホッと和みます。経営するのはネパール人のカダカさん。お店を開業して今年で10周年。アットホームな雰囲気漂う店内では、インドカレーを中心に、本場ネパールの家庭料理が気軽に楽しめますよ! 辛さは4段階から自由に調節ができ、ライスカナンのどちらかを選べます(※おかわり1回OK!)。12歳以下のお子様セット(650円)も好評。テイクアウトもできるので、ぜひ気軽に足を運んでみて。

えるレポーター Saeさん

TEL 0467-47-2029

11:00~15:00(L.O.14:50)、17:00~21:15(L.O.21:00)。木曜休み
鎌倉市常盤175-6
駐車場2台

店主のカダカさん。料理は2種類カレールーセット(チノールライス・サラダ・ドリアン付き)1250円

江戸時代から200年以上 続く和菓子屋さん

「扇屋」は江戸の島周辺で歴史のある和菓子屋さん。天保7(1836)年にはお店があったという記録があるとのこと。毎朝手作りで販売されている定番の最中のほか、水ようかん、くず桜、麩(ふ)饅頭、水まんじゅう、アジサイ餅なども今季節はおすすめだそう。先月、わが家の子供が初節句を迎え、こちらの柏餅をいただきました。もちりしてつくたてのおもちのプリッと感がとってもおいしかったです! 地元のお客さま以外にも県外から年に数回こちらを目当てにお越しになるお客さまもいるとか。江戸電が目の前を通るので、電車を眺めてお散歩しながら訪れるのもおすすめです。

えるレポーター ココマリさん

TEL 0466-22-3430

10:00~17:00(月3日程度休みあり)。Instagramで確認を
藤沢市片瀬海岸1-1-6-7

Instagram
https://s-el.jp/f8/24

無料 高価買取

お気軽に お越しください

湘南台駅H出口から徒歩1分

処分したいものが多くて持っていくのが面倒なあなた
無料出張買取試してみませんか?

売りたい商品を準備してお電話いただければ、専門のスタッフがご自宅まで査定に伺わせて頂きます!出張費・査定費は無料なのでご安心を!ご自宅をスッキリさせましょう!

只今、お酒の買取強化中!

当店取り扱い品目
貴金属、切手、中国切手、ハガキ、ダイヤ、宝石、金・銀・プラチナ、金貨、時計、ブランド品、古銭、株主優待券、商品券、メダル、煎餅、カメラ、鉄道用品、香水、ブランド服飾、骨董品、テレホンカード、他

宝飾アクセサリー査定額 **30%UP**
有効期限:2025.7/5まで
※インゴット・金貨等除く
※湘南台店限定

お酒査定額 **10%UP**
有効期限:2025.7/5まで
※未開封に限る
※湘南台店限定

おたからや湘南台店
藤沢市湘南台1丁目12-7 カーサ湘南台2階
tel.0466-46-9022
【神奈川県公安委員会 第452600008760号】【酒類販売免許番号 R2.1.22(藤法-35)】 広告管理番号(R7-5M 019)

詳細はこちら
おたからや 湘南台店
定休日 日・祝
臨時休業:6月14日(土)
営業時間 10時~18時

※本広告掲載料



川沿いを歩いて季節を感じよう！ 6/15(日) 大清水エリアで「アジサイまつり」開催

「三者連携ふじさわ 大清水心のかけはし会」
第14回アジサイまつり
6/15(日) 10:30～14:00 (小雨決行・荒天中止)

- ◆会場 大清水境川アジサイロード～藤沢清流高 (MAP①)
- ◆ステージ発表 藤沢清流高校・大清水中学校 吹奏楽部
大清水小学校・俣野小学校児童クラブ
- ◆模擬店コーナー 焼きそば・フランクフルトほか (予定)
(クラフト工作コーナーや防災展示・発表もあり)
- ◆アクセス 小田急線藤沢本町駅から徒歩約20分
- ◆問い合わせ 藤沢市民センター
TEL 0466-22-0019 (平日8:30～17:00)

梅雨時季の楽しみ、アジサイの出番がやってきました。藤沢市内では、地元の人々が大切に維持管理している場所があります。その中の一つ、「三者連携ふじさわ 大清水心のかけはし会」が手入れている大清水境川アジサイロードでは、6月15(日)、花と共に催

しを楽しめる「第14回アジサイまつり」が開催されます。会場の藤沢清流高校まで大清水橋から鷹匠橋間の約400mの両岸に咲くアジサイを愛

が魅力。同校では子どもたちの吹奏楽部の演奏などステージ発表も行われます。

◆アクセス: 辻堂駅北口から神奈中バス28系統・33系統「湘南ライフトウン(バイパス・カントリー経由)」行きまたは「綾瀬車庫(羽鳥山・駒寄・矢崎経由)」行き「舟地蔵」下車。無料駐車場あり。

遠藤地区
小出川・花とせせらぎの道 (MAP②)
恒例の「遠藤あじさいまつり」は残念ながら中止になりましたが、藤沢市北部の遠藤地区にある小出川の沿道では今年も西洋アジサイやガクアジサイなどが楽しめます。

◆アクセス: 湘南台駅西口から神奈中バス23・24系統「慶應大学」行き「慶應大学前」下車または辻堂駅北口から34系統「慶應大学」行き「列込」下車



他にも

引地川親水公園 (MAP③)
引地川にかかる城下橋を渡ると整備された木道が続き、そこを歩きながら色鮮やかに咲き乱れるアジサイを楽しめます。

◆アクセス: 辻堂駅北口から神奈中バス28系統・33系統「湘南ライフトウン(バイパス・カントリー経由)」行きまたは「綾瀬車庫(羽鳥山・駒寄・矢崎経由)」行き「舟地蔵」下車。無料駐車場あり。

新林公園
※藤沢市内の公園では、他にも大庭城址公園・新林公園などでアジサイが見られます。

JR東日本
湘南・相模エリア
の社員発

列車に乗って、おでかけしよう④
JR東日本の社員が東日本エリアの魅力を紹介しします。訪れてみたい観光地やグルメスポットが見つかるかも。

「しあわせの風」そよぐ会津地方
湘南・相模統括センター
茅ヶ崎乗務ユニット主任
大堀 美由さん

主に相模線の運転士として、ワンマン運転をしています。また、職場のDX(デジタル技術活用)推進の取り組みや、藤沢駅の改札業務にも携わっています。

◆**福島県のキャンペーンに注目を**
現在福島県では、来春のキャンペーンに先立ち、「しあわせの風ふくしま」のキャッチコピーのもと、さまざまな企画が展開されています。そんな福島県の中で会津エリアは県内陸に位置し、磐梯山などの山々に囲まれ、山あいの絶景や冬の雪景色などいろいろな風景を楽しめます。また、幕末の戊辰戦争の激戦の地としても有名で、多くの史跡が残されています。自然と歴史を身近に感じられる会津にぜひ足をお運びください！

◆**アカベコランドで絵付け体験**
白虎隊自刃の地である飯盛山のふもとに昨年4月にオープンした「アカベコランド」。会津地方の郷土玩具「赤べこ」をはじめ、たくさんの赤べこグッズを取り扱っています。2階では1320円でオリジナルデザインの赤べこ絵付け体験ができます。混雑時は順番待ちとなるため、公式サイト(右記二次元バーコード)からの予約がおすすめです。

◆**出来立てのあわまんじゅう**
柳津銘菓の「あわまんじゅう」は雑穀の粟(あわ)ともち米から作られる珍しいおまんじゅうです。「小池菓子舗」のあわまんじゅうは、もちっとした黄色い皮と中のこしあんのバランスが絶妙で、4歳の息子も大好物です。

会津若松のシンボル・鶴ヶ城

アカベコランドHP
https://s-el.jp/f8/18

小池菓子舗の「あわまんじゅう」の本店は、会津柳津駅近城会館や飯盛山にも店舗があり、その場で出来立てを包んでくれます。

きっぷも宿も現地のレンタカーもすべてスマホ、パソコン等で簡単予約

えきねっと
https://www.eki-net.com

「えきねっと」は、全国の新幹線・特急列車のきっぷや旅行商品をオンラインで予約できます。詳しくはホームページをご覧ください。

参加無料！ この夏はアップサイクルを通して海の豊かさを体験しよう 「遊んで学ぶ、海のスクール」参加小学生募集！ 江の島海水浴場協同組合



この夏、片瀬西浜・鶴沼海水浴場では、「遊んで学ぶ、海のスクール」が開校になります。開校式の後には、ユニフォームの藍染体験。同じように染めても、誰とも違う自分だけの一枚ができていきます。竹灯籠作りで

片瀬西浜・鶴沼海水浴場 遊んで学ぶ、海のスクール

【対象】小学生(市内外を問いません)
【期間】7月下旬～8月(全5回を予定)
※基本、全日程の参加をお願いします
【場所】片瀬西浜・鶴沼海水浴場ほか
【参加費】無料
【主催】江の島海水浴場協同組合
【協力】FUJISAWA BLUE HANDS PROJECT、ReBOARD
【協賛】サンキホーム(株)
【後援】藤沢市

参加申し込みなど詳細は、片瀬西浜・鶴沼海水浴場HPのイベント告知ページで(右QRから)
問い合わせ: 江の島海水浴場協同組合
TEL0466-22-8720(9:00～17:00)

ENOSHIMA WEST KENOSHIMA
江の島海水浴場ロゴ

詳細はこちら
https://s-el.jp/f8/28

は、材料の竹を採取するの体験のひとつで、スケートボードの廃材と合わせてユニークな灯籠を作り発表会をします。夏休みの自由研究にもってこいのこの企画。今年度は、作品展示もHPで。

夏休みはひと味違う体験をしてみませんか。会場は、海の家西浜亭や鶴沼海浜公園など。

秋には、作品展示も予定しています。詳しくはHPで。

編集部発

ケーキ屋さんが手がけるスイーツパンに注目！
藤沢の地で愛されてきたケーキのお店、ラッシュトブランシュ湘南が、従来のケーキに加え、新たにパンを販売するお店として、鶴沼海岸でスタートしました！注目は、ケーキ屋さんが手掛けるスイーツパン。私がいただいたクリームパン(290円)は、たっぷりのカスタードがとてもおいしく、ケーキ屋さんならではのこだわりを感じました。またオレンジやチェリーの乗ったデニッシュも、見た目も味も、繊細で美しく、おすすめです。他にもハード系のパン、おそうざいパンと、種類が豊富で、地元で愛されるパン屋さんになりそうです！
なおケーキの方は、準備が整い次第販売されるので、こちらも楽しみですね。(T)

店内を彩るデニッシュパン(410円)

ベッカライフローベル&ラッシュトブランシュ湘南
TEL 0466-90-4732
Instagram
9:00～17:00
月・木曜休み
藤沢市鶴沼海岸6-8-14
駐車場あり
https://s-el.jp/f8/30

湘南の気になるお店

音楽好きはもちろん家族でも楽しめる空間
スピーカーメーカーで働いていたオーナーが昨年7月にオープンしたカフェ。本格的な音響設備で音楽を楽しみながら、こだわりのコーヒーやプレート、お酒も味わうことができます。中古レコードも並んでいて購入も可能。音楽好きはワクワクすること間違いなし！いただいたプレートは見ため以上に素敵に仕上がっています。他にも素材を生かしたオープンサンドや地域の人の手作りアイスなども楽しめます。ペビーカーも余裕で入れるのは子連れにはうれしい。藤沢駅の喧騒(けんそう)を抜けて普段使いたくないカフェです。週替わりのポップアップスペースでは古着やアート作品の販売も。(H)

スピーカーメーカーで働いていたオーナーが昨年7月にオープンしたカフェ。本格的な音響設備で音楽を楽しみながら、こだわりのコーヒーやプレート、お酒も味わうことができます。中古レコードも並んでいて購入も可能。音楽好きはワクワクすること間違いなし！いただいたプレートは見ため以上に素敵に仕上がっています。他にも素材を生かしたオープンサンドや地域の人の手作りアイスなども楽しめます。ペビーカーも余裕で入れるのは子連れにはうれしい。藤沢駅の喧騒(けんそう)を抜けて普段使いたくないカフェです。週替わりのポップアップスペースでは古着やアート作品の販売も。(H)

プレットプレート(1000円)、カフェラテ(630円)、ヴィーガンアイス(550円)

The Ref. Records, Coffee and Flowers
(ザレフ)
TEL 0466-53-9461
Instagram
火～土曜10:00～17:00、19:00～23:00、日・月曜10:00～17:00、木曜定休。藤沢市南藤沢4-10
プリムローズ1階
https://s-el.jp/f8/25

参加費無料 30項目はいい・いいえのチェックで、相続時のリスクを診断！
ご予約はお電話またはQRコードから

相続診断士による 相続診断相談会

日時 6/15(日)・16(月) 13時～17時
場所 藤沢ミナパーク 5階 ミーティングルーム2
右記MAPをご参照ください

直接ご来場も可
お待ちいただく場合がございます
※ご希望により出張にて相続診断もいたします

会場: 藤沢ミナパーク

【対象】
✓疎遠になっている身内がいるんだけど
✓誰が法定相続人なの?
✓相続財産に不動産や株式があるんだけど
✓相続診断士に相談したい! など

お電話でのご予約は → **0466-47-2700**
株式会社君津住宅 藤沢支店 (受付/10:00～17:00 火曜定休)
国土交通大臣(第10637号) (公社)全国宅地建物取引業保証協会 (公社)神奈川県宅地建物取引業協会

初の朝ラーは優しい味...からの目が覚める味変！
オープンから8カ月。ずっと気になっていた長後商店街の「ラーメン朝太郎」で初めての朝ラー。看板メニュー「北海道浅利バターラーメン」は、利尻昆布のだしが優しく胃を目覚めさせてくれます...と思いきや、トッピングされたアサリバターを少しずつ溶かすと、濃厚な味に変わっていき、思わず拳を振り上げ雄たけびを上げたくくなります。もちもちの細麺に絡まる変化していくスープ。丼を傾けて、気づけばあっという間に最後の一滴まで完食。限定40杯、売り切れ御免の潔さ。憎すぎるぜ大将！
現役大学生の店長「麦わら大将」さんが作る、出身地北海道と店舗近隣の食材がコラボしたこだわりの逸品。あなたの朝にもアサリバターでガッツを。(S)

北海道浅利バターラーメン(950円) 中央の白い球形がアサリバター。真っ白な切立丼が美しい

ラーメン朝太郎
連絡はインスタDMで
金～日曜7:00～11:00(完売次第終了)。藤沢市長後707-1
Instagram
https://s-el.jp/f8/17



みんなはどうしてるの？

「わが家にもあるある」届きました!

4/26号で掲載した「つばさ」さん、「離乳食困りママ」さんのお悩みに、子育て中の読者の皆さんなどから「うちはこんな感じです」という「あるある」エピソードが届きました。藤沢市で長年子育てアドバイザーを務める宗藤純子さんのアドバイスも参考にしてください。

「つばさ」さん(38歳)のお悩み

息子に笑顔で接したいがつい「ダメ!」を連呼… 2歳

2歳の男の子を育てています。子どもに寛容に接したいのに、つい「ダメ!」を連呼してしまいます。特に最近、食事中すぐに椅子から立ち上がり、お気に入りのお菓子を取りに行ってしまう、米や野菜を頑として食べないことが重なりイライラしてしまいます。時間をかけて食べさせようと思いますが、これからやらなければいけない家事のことや、明日の仕事のことが頭をよぎり、時間が過ぎていくことに焦りを感じて険しい顔を子どもに向けてしまいます。イヤイヤ期は成長の証であること、食べムラは今の時期よくあることなどは理解しているのですが、もっと子どもの気持ちや行動を受け止め、笑顔で接してあげられるようにするにはどうすればいいでしょうか?



らOKにして少しずつハードルを上げてます。焦ると余計子どもにもそれが伝わってしまうので、少し食べたらOKなど親のハードルも低くすると、心のゆとりや笑顔にもつながるのではないのでしょうか。頑張りすぎずに、適当くらいやってます(笑)。(かわ)

自 我が芽生えて、こだわりも出てきたりして本当に大変ですが、本当にかわいい時期ですよ。食事は毎日三度あることなので、そのたびにストレスがかかる親としては疲れてしまう気持ちもよく分かります。私の考える対策としては、食事の時間にお菓子はお子さんの目に見えないところ、手の届かないところに場所替えをすること。その代わりに、ご飯を食べ終わったらごほうびで少し「お菓子を食べてね!」と先に出しておくのはどうでしょう? ママさんが疲れている時には時間を決めてTVや動画を見ながらご飯もアリだと思います。必ず落ち着いて食べられる時期がきますので今を少しでも楽しく過ごせたらと思います。(ハニちゃん)

長 男の時毎日怒ってました。まず触られて嫌な物は全てチャイルドロックや届かない場所に避け(かなり断捨離しました)、食事の時間はタイマーをかけて「タイマーが鳴ったらご飯は終わり」方式にしました。次男がイヤイヤ期の今は、親も完璧じゃなくていいと思い、肩の力を抜いています。危ない時以外はなるべく「いいよー(〆)」と声をかけています。第一声が「だめ!」だと自分がイライラしてしまうので、「いいよー、これはおやつに食べようね」など声をかけています。(2歳と6歳の兄弟ママ)

本 当に子どもはご飯食べないですよ。すぐに飽きて立ち上がってお菓子取りに行くの、うちの息子のことかと思いました!(笑)朝違って夜違って、出発の時間と寝る時間が迫って時間に追われていますよね。私は子どもが

ご飯を食べないことに関しては、無理して食べさせなくていいや、と開き直ることにしています。保育園でおいしい栄養たっぷりの給食を食べているはずだし、本当におなか空けば、食べますので! 食べる時もあれば、食べない時もあるって、人間は機械ではないから、いつもおんなじ量も食べられないと思います。朝は他の準備が遅すぎてお菓子だけ食べて出発することもあります。毎日子どもが元気で生きていればオクッと思うことにしませんか? 日々絶対こうじゃなきゃ!って思うととても辛くなってしまいますよね。うちは一番下の5歳児がその状況なので、イヤイヤ期は終わったはずなんですけど…。きっと小学生になったら少し良くなるかもと上の兄弟を見て思っております。(まいまい)

も のすごい気持ち分かります。時間を決めてそれまでは好きなようにさせる、時間が来たらごはんを食べさせてみるのはいかがでしょうか。一生この状態が続くわけではないとじっと我慢して待つ。リミットが来たらもうおしまいにさせるのがメリハリが合っていると。 (もえ)

子 育てにお仕事お疲れさまです。「いつも笑顔のママでいたい」は私も思っていました。自分の思ったスケジュール通りにスムーズに食事もお散歩もお風呂も済ませ家事も終わらせて一人時間で少しリラックス…。実際は全く思ったように進まないイライラしちゃうのが普通だと思います。心ではイライラしてしまっても声に出して「ダメダメ」言ってしまうとその後自己嫌悪になってしまうので、好きな音楽でもかけながらテンション上げます。お気に入りのぬいぐるみが食べるまねも意外と効果的です。「〇〇も食べる〜」って負けずに食べたりしてくれます。そして自分を褒めます。「ダメダメ言わないで過ごせた自分ってすごい」って(笑)。これからも無理せずに楽しんでください。(タネミ)

みんなの「あるある」エピソード

ダ メと言いがちな分かります。けど、ダメと言われると余計にムキになりがちかなと思うので、できるだけ言葉を変えて伝えてます。わが家では、「ご飯や野菜を食べたら、〇〇していいよ」と伝えてそれができないなら許可してません。一度許可すると子どももどんだん欲が出てしまうので、でも、全て食べるというのはハードルが高いので、少しでも一口でも食べれた

なか出向けなかったの、ヨシケイのミルクキットを頼んでいました。そこで知ったのですが、届いた材料から作ることが出来る離乳食(初期から完了期まで4段階作れるレシピ)が毎日載っています。ヨシケイを頼まなくてもネットで見れるので参考になると。 (さゆま)

お 湯で塩抜きして刻んだらすをお粥や野菜に混ぜるのがおすすめです。風味も良くなり栄養面もアップします。レシピではないですが、さつまいも、バナナなどは手軽に食べられるのでよく活用していました。離乳食作り、大変だと思いますが、1歳過ぎるとだいぶ楽になるのでぜひ楽しんでください。(年子ママ)

離 乳食を別に作るってなると本当大変ですよ。レシピとはちょっと違うかもですが、栄養士さんに教えてもらった楽チンなオススメ方法を2つ紹介します! 一つは「炊飯器でご飯を炊く時に離乳食も一緒

に作る」です。おかゆは耐熱性のお皿に水と米を入れ、野菜はクッキングシートやアルミホイルに包んで丸ごと炊飯器にイン。切らなくてもかなり柔らかくなります。あとはダシや市販の離乳食の素で味付けをします。もう一つは、「大人用に作った肉じゃがやみそ汁にお湯をかけて薄味&油抜きをして離乳食にする」です(味付け前に離乳食用に取り出してもOK)。少しでも楽に離乳食を進められますように! (ラベンダー)

7 カ月ですともぐもぐかみ始めてくる頃でしょうか? パンケーキミックスに、ほうれん草を混ぜて1枚焼く、カボチャを混ぜて1枚焼くなど、一気に別の野菜でミニパンケーキを作って冷凍すれば時短かと思えます。今後お肉も必要だと思うので、ご飯を炊く時にササミも炊飯器に入れたり、そぼろは氷の容器でミニ冷凍しておけば、うどんと混ぜたり、サツと使えば、かつ、お肉も摂取できますよ! (おこと)

みんなの「あるある」エピソード

双 子姉妹の母です。今では小学生となり、大人と同じ物を食べていますが、離乳食時はレシピに困ってました。買い物にもなか

ワンポイントアドバイス

大切なのは「楽しく食べること」。親子で「おいしいね」と感じ合える食事の時間を

乳幼児期の子育てでは、離乳食や食に関する悩みは、多くの親御さんが共感するテーマですね。「食べることは生きること」という大切な思いがあるからこそ、離乳食作りに力を入れ過ぎたり、食事やマナーに「〜するべき」とご自分や子どもに求め過ぎて疲れてしまうこともあるかもしれません。この時期の「食育」は、子どもの心と体の健やかな成長に欠かせないものですが、何よりも大切なのは「楽しく食べること」です。この楽しさこそが、家族全体の生活の質(QOL)の向上につながります。親子で「おいしいね」と感じ合える瞬間を大切に、食事の時間が豊かになりますように。



宗藤純子さん
藤沢市在住。都内私立幼稚園教諭主任を経て、保育士・子育て・家庭教育アドバイザーとして、産前産後、乳幼児期から思春期までの家族支援に約40年従事。2010年神奈川県子育て支援大賞「奨励賞」。市内親子活動・支援サークル主宰。短大非常勤講師、元鎌倉市医師会立産科診療所外部講師

子育てママパパのお悩み大募集!

子育てで悩んでいることはありませんか?

あなたのお悩みを紙面に掲載して、同じような年齢のお子さんをお持ちの方からの「あるある」エピソードをお寄せいただき、「子育てにエール!」で紹介いたします。紙面掲載分には、クオカード(1000円分)をプレゼントします。投稿は随時受け付けます。子育て中のママパパからの投稿をお待ちしています!

投稿はこちらから
<https://s-el.jp/ka>



あなたの健康寿命は腸が決め手

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

※1

ドクターが処方する 整腸菌製剤ランキング

【整腸菌製剤】第5回調査 自経メディカルonlineの医師会員が最もよく処方する整腸菌製剤 2023.7.15付

1位 酪酸菌

2位 ビフィズス菌

配合

4位 乳酸菌

納豆菌
食物センイをオリゴ糖(菌のエサ)にする

※1:3位は耐性乳酸菌(処方薬のみ)

4つの善玉菌作用
解毒・分解・吸収・免疫・浄血・排泄

バランスの良い腸内フローラは期待を裏切らない!!

フェカルミンゴールド錠

整腸薬

最多4種の善玉菌で腸全体をサポート!

第3類医薬品

整腸・軟便・便秘

フェカルミンゴールド錠

乳酸菌 納豆菌 酪酸菌 ビフィズス菌

4つの菌が腸に効く

168錠

第3類医薬品

13地区マップ入り
パンフレットはこちら
健康づくり
ウォーキング
https://s-el.jp/fw

歩こう! 藤沢13地区

健康づくりウォーキング Season 4

グリーンコース

10 善行

Start 善行市民センター

350m

1 善行駅入口

330m

2 善行台

620m

3 富士見台バス停

900m

4 山王神社

650m

5 グリーンライフ湘南

570m

6 ミラー No.1215

280m

7 富士見台バス停

1300m

Goal 善行市民センター



藤沢市13地区の健康づくりウォーキングコース、シーズン4の第10回は、善行地区のグリーンコースです。坂の多いエリア・善行には広い畑や雑木林などもあり、緑に恵まれています。

石川丸山谷戸に復元された棚田は昔を思い出すような景観です。ボランティアの皆さんたちによって谷戸の水辺と緑地の環境が大切に保全され、ホテルの時期には観賞もできます。

川名清水、遠藤笹窪と並ぶ藤沢市の3大谷戸のうち、石川丸山谷戸は環境省の「生物多様性保全上重要な里山里山」に指定されています。



中原公園



畑が続く道



棚田

このほかの善行地区コース

- 畑と馬の見えるコース.....3500m
●白旗神社コース.....4100m
●善行かるたと歩く歴史コース.....4100m
●引地川親水公園コース.....6000m

Know 農 Note

直売所に小銭を持って散歩を

善行地区を歩いていると、庭先直売所に出会うことがあります。棚から自動販売機まで、形式はさまざま。写真は、大越小学校西側「シャトレーゼ善行店」の近くにある、地域で人気の直売所です(地図外)。農家さんはこまめに野菜を入れているため、直接お話しする機会も多いそうです。街歩きでは、直売用に小銭の用意もぜひ。味覚を含めた五感でエリアの魅力を楽しめます。※端境期には収穫状況により営業していないこともあります



情報提供: JAさがみ広報課

資料提供=健康づくり普及推進団体「健康ふじさわ」、藤沢市保健医療財団、藤沢市健康づくり課 TEL0466-50-8430

学校で教えてくれない 社会の授業

「仕事とは何か」へのご意見をいただきました。「考えない」ことは大きなリスク

(第49回)

このコーナーでは学校で教えてくれない社会の本質を学び、幸せになるための(不幸にならないための)正しい考え方についてお伝えします。

QR code and URL: https://s-el.jp/v/k1

投稿ありがとうございます。おこさんは考える生き方をされているが故の、非常に奥が深い投稿内容だと思います。「悩み」に見せかけて「考え」を自分が見えたいという意図が感じられました。

投稿ありがとうございます。おこさんは考える生き方をされているが故の、非常に奥が深い投稿内容だと思います。「悩み」に見せかけて「考え」を自分が見えたいという意図が感じられました。

投稿ありがとうございます。おこさんは考える生き方をされているが故の、非常に奥が深い投稿内容だと思います。「悩み」に見せかけて「考え」を自分が見えたいという意図が感じられました。

投稿ありがとうございます。おこさんは考える生き方をされているが故の、非常に奥が深い投稿内容だと思います。「悩み」に見せかけて「考え」を自分が見えたいという意図が感じられました。

い場合が多いです。そのため、何を言っても無駄、言われたことだけはおけば良い、それよりも安泰、を選んでしまおうがほとんどかと思いましたが、私もそんな一部かもしれません。自分なりのストーリーを持っていてもどんなに小さいことを改善しようにも意見が違えば年配の方とは話が通じず心が何度折れました。

自分が何をしたいのか、考えたことを同年代の人と考える行動に移していける会社が良いのか、上が絶対の会社が良いのか、この先長い人生を改めて考えるきっかけになりました。

一度考えてみる。自分の考えていることが正しいのかを考えてみる。大きな会社で「安泰」という言葉が使える利益を出している事実があります。自分の考えのやり方がよりよい結果になるエビデンスはあるのかを考えてみます。

50代60代の方がいるのが本当に問題なのか考える。中年がたくさんいる会社で、安泰を選べる環境があることは実はすごいことなのではないか? とその状態が良くなっている自分の考えが間違っているかもしれないと考える。

前回の授業で「仕事は言われたことをやること」という考えを持っていると「考えない」癖が付く、大きなリスクになるという内容でした。ご意見をいただきましたので紹介します。

少し私の意見を言わせていただきますね。まずは、「これが正解」という答えはないのだと思います。

おっしゃる通り「この先長い人生」ですから、ある時期には正解であり、ある時期においては「不正解」ということが良くあります。簡潔書きで私の意見(私だったらこう考えるかな)を列挙します。

考えて生きていこうというおこさんへの私の意見というところ、「考えること」を題材にした授業の話なので、あくまで「考える」ことを細かく列挙しました。これが正解かどうかはわかりません。

私がおこさんの立場だったらまずこのように考え、しばらく時間をかけてから再考し、行動し続けると思っています。そのうちに自分にとっての正解が見えてくるのが私の場合ほとんどでした。

投稿者: 年齢:32歳 女性

投稿者: 年齢:26歳 男性

投稿者: 年齢:26歳 男性

投稿者: 年齢:26歳 男性

投稿者: 年齢:26歳 男性

ご意見やご感想は専用フォームよりお気軽にお送りください。紙面採用でQUOカード(¥1000)プレゼント⇒⇒⇒

湘南える 公式 SNS 随時更新中!! Follow us!!!

湘南藤沢七夕祭 2025 主催：湘南える新聞社

あなたの願いかなえます!

2つの 願い を教えてください

①七夕の星への 願いごと



世界で活躍する
アーティストになりたい
高校3年 軽音女子

強い日本づくりに
貢献していく
中小企業代表

いじめのない社会に
なってほしい
奮闘ママ

病気のない世界を
内科医



② 湘南える

願いをかなえるチームに
かなえて欲しい
願いごと

抽選でかなえます!

湘南える 願いかなえるチームは、
ひとつでも多くの願いをかなえる
活動を全力で推進するチームです。

この自転車
欲しかったんだ~♪



憧れのプロスポーツ選手と
一緒にお食事会は
嬉しすぎる♡

2つの願いをください



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



高級ステーキで
お腹いっぱいなんて
幸せだ!



7月5日(土)「藤沢七夕ちょうちん祭り (藤沢駅北口サンパール広場)」にて [詳細はこちら⇒](#)
願いかなえるチームがお手伝いできる「かなえる願いごと」を発表します。



☆ 週末の星占い

6/16(土)~22(日)



牡羊座: 7位 甘くておいしい物と縁あり。有名店の手の込んだケーキで運気アップも

牡牛座: 1位 チャレノジしよう! 気になったらすぐに挑戦すると思いついた結果につながる

双子座: 6位 弱気な言葉が増え、他人のせいにして逃げてしまえそう。思いやりを忘れずに

蟹座: 5位 国際貢献イベントや多国籍の人々と積極的交流で新たな知識を得る機会あり

獅子座: 10位 リミッターが外れたように無い物ねだりの危険あり。欲は大敵

乙女座: 3位 自由で大胆な発想力あり。説明なしにいきなり行動に移し周囲が驚きそう

天秤座: 12位 自分に有利なこと以外は受け入れず排他的に。社会秩序やルールは厳守して

蠍座: 8位 冷静に誰に対しても平等を心がけよう。視野を広げ偏りのない選択が大事

射手座: 11位 仕事や任された作業は忙しなくても細かい気配りを忘れずに。開運ナンバー5

山羊座: 2位 プライドを高く持ち自分をアピールしよう。誠意が伝わると賞賛される

水瓶座: 9位 メンタルケアを優先しよう。気持ちの浮き沈みに振り回されないように

魚座: 4位 楽しみたい気持ちを優先すれば良い。努力や頑張り、我慢はひと休みの時

☆ 週末の星占い

6/23(土)~29(日)



牡羊座: 6位 独占欲が強く、仕事や家族内でも我を押し通し、思い通りにいかない不満も

牡牛座: 1位 起業の話や新規事業への誘いが。新たなビジョンに進むチャンス予感

双子座: 7位 静かな部屋や自分だけのスペースで心に安らぎが。人が集まる場所はNG

蟹座: 5位 寄り道で思わぬユニークな場面に遭遇。初めての体験や新発見の期待あり

獅子座: 9位 仕事運は良いが雑談や脈絡の無い話が長く作業は停滞。仕事の抱え込み注意

乙女座: 2位 達成目標が明確になり活動開始の時。結果を急ぎ過ぎるとアクシデントも

天秤座: 11位 グラブルブックングに要注意。その場の雰囲気や安請け合いはしないこと

蠍座: 10位 気持ちにゆとりがあり誰とでも仲良くなれる。八方美人と言われるかも

射手座: 12位 健康維持を最大の目標に。無茶な行動や楽観視はせず自分の体に優しく

山羊座: 3位 派手でエキサイティングな瞬間を味わうかも。心地よい緊張感のある週間

水瓶座: 8位 家族の食事やスケジュールの管理に追われそう。ラッキーアイテムは真珠

魚座: 4位 軽快な気分を思わず笑みがあるように心がけよう。要領よく振る舞って

Shonan News 湘南ニュース

2025海の女王&海の王子が決定!

7月1日(火)の「海開き」でお披露目! 藤沢市観光協会は、5月11日に「2025湘南海の女王&海の王子コンテスト」を開催。応募総数24名の中から、2人の女王と1人の王子が決定した。「海の女王」には、大谷の吉田渚央(よしだ・なほ)さん・18歳の2名、「海の王子」には、大学2年の鈴木陽斗(すずき・はると)さん・19歳が選ばれた。3人はいずれも藤沢市在住。



2025湘南海の女王&海の王子(写真提供:藤沢市観光協会)

「アトム」が1歳 6月14日(土)~16日(月)に記念イベント開催

新江ノ島水族館は、昨年6月16日に同館で生まれたミニアメリカオットセイ「アトム」が1歳の誕生日を迎えるのを記念してイベントを開催。「アトム」のおたんじょうび会は6月16日午前11時20分~30分にイルカショースタジオで開催。アトムバースデーサンデー580円



まもなく誕生日を迎えるミニアメリカオットセイ「アトム」



アトムバースデーサンデー 580円

小栗判官を描いた浮世絵をモチーフとした藤澤宿デザインマンホール蓋(ふた)を設置

藤沢地区郷土づくり推進会議から、藤沢市の魅力を再認識してもらうために、「藤澤宿」をイメージしたデザインマンホール蓋をふじさわ宿交流館周辺に設置してほしいとの提案を受け、藤沢市で15日に設置した。設置場所は、遊行寺橋近くの国道467号線沿いの歩道。ふじさわ宿交流館に同デザインのマンホール蓋を展示。今後、マンホールカバーの作成、配布も予定。



小栗判官を描いた浮世絵をモチーフとしたデザイン



小栗判官を描いた浮世絵をモチーフとしたデザイン

たのsea プログラム! いつでもワークショップ てるてるクラゲ~あした天気になーれ!~ 6/10(火)~7/2(水) あした天気になるように願いをこめて、水族館で観察したクラゲをモチーフに“てるてるクラゲ”を作りましょう。オリジナル模様の“てるてるクラゲ”を作ってみるのもいいかも! ※土・日曜は要事前予約。参加無料

水中ドローン潜航調査ライブ中継 ~江の島沖編~ Vol.10 6/28(土)9:30~11:00 深い場所まで潜れる“水中ドローン”を使った相模湾調査をドローンの母船から生中継! えのすいトリーターと一緒に、相模湾の深い世界にせまって調査の気分を味わいましょう。思いがけない生きものが見つかるかも!? ※要事前予約。先着60名。参加無料。水族館への入場が必要

ちょい足しレシピ 「meeeesa」さんが教えてくれた さっぱりトマトマサラダ 読者発! ちょっと一品足りない時に、冷蔵庫に余りがちな食材でちゃちゃっとできるレシピをお届け。 蒸し暑い日にピッタリ 切ってあえるだけ! 調味酢を使えばさらに簡単。一味やゆずこしょうを少し入れてもおいしいです

鎌倉ガイド協会「古都鎌倉史跡めぐり」 参加者の皆さんの知識欲と健脚ぶりにも脱帽 紙面でもたびたび紹介している、鎌倉ガイド協会の「古都鎌倉史跡めぐり」。遠くの観光地ではなく身近な場所を案内してもらって、どんな感じなんだろう。初夏の陽気の5月某日、ドキドキしながら初参加しました。最寄り駅改札から集合場所まで所要所要に係の人が旗をもって誘導してくれ、ほっと安心しました。初めに訪れたのは洲崎古戦場。えっ、ココが? 武将の名前はわかるけど、程度の知識しかない私の耳にガイディングレシーバーから怒涛(?)と色を染みしました。約4kmを歩く半日コース。お話を耳を傾けながら、いつの間にか歩き疲れました。35回も参加しているというファンがいるのも納得でした。(S)

今月の読書ノーン 藤沢市図書館から 藤沢市図書館が発行している子どもと楽しむための絵本や物語のリストは、図書館・図書室で配布(ホームページでも見ることができます)。おはなし会の開催状況については、ホームページや図書館・図書室などでご確認ください。 https://s-el.jp/tosho (二次元コード)

読者の笑顔をお届け **えるSmile** vol.22



撮影: Yu-min

茅ヶ崎市在住 平方 みな子さん

茅ヶ崎で生まれ育ち、今は両親と夫、息子の5人暮らし。湘南は海も山もあるので、家族でよく出かけています。私が大切にしていることは「laugh(笑う)」。茅ヶ崎や藤沢で子育て中のママや一般の方たち向けに「パレト」というエクササイズを教えています。体を動かすと自然と笑顔になりますよ!

「パレト」を通して
笑顔を増やしていきたい!



家計簿
コーチング

退職金で家を建て替え予定です
注意する点を教えてください

自宅が築35年で傷みが目立ちます。夫婦の退職金で建て替えをし、その後は年金と貯金で生活していきたいと思っています。

藤沢市・Yさん(60歳)、夫(60歳)

できるだけ慎重に検討して無理のないプランを作成しましょう

退職金は、今後の長い時間を過ごすための大切な資金です。できるだけ慎重に検討してください。

■建築費以外にかかるお金を確認

まず、建て替え費用の見積もりをしっかりと出しましょう。建築費は、資材高騰が続く高い状態となっていますし、建築費の他に、住居の解体費用や諸経費もかかります。想定以上にかかってしまったということがないよう、建築費の相見積もりを行い、しっかりとプランニングしたいですね。また、外壁塗装など建て替え後に必要な資金についても建築する際に一緒に確認しておきたいですね。

■長生きすることを前提に将来の収支を予想

Yさん夫妻は退職後、年金と貯金で生活する考えとのことですので、その点も無理がないのか、できれば将来の収支のシミュレーションを作成をおすすめします。

年金手取り額から生活費の見込み額を引き、毎年いくら貯蓄を取り崩す必要があるのか、また、車買い替えなどまとまった資金が必要ない

イベント費を想定することで、貯蓄が何歳まで持つのかを事前に確認します。その際には、できるだけ長生きする前提で医療や介護費などが必要になった際の資金も残っているかチェックしておきたいです。

■60歳以上が対象の住宅ローンも

手元に現金を残しておくことを重視するのであれば、【リ・バース60】などを利用することも併せて検討します。【リ・バース60】とは、住宅金融支援機構と提携する金融機関が提供する、60歳以上の方が対象となる住宅ローンです。リバースモーゲージ型で、毎月の支払いが利息のみで、元金は死亡後に一括返済する仕組みです。公式サイトで利用方法や留意点を確認した上で、取扱金融機関に相談してみてください。くれぐれも事前に検討をしっかりと行い、無理のないプランを作成してくださいね。

【リ・バース60】のサイト
<https://s-el.jp/f8/26>



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。商品販売を一切しないFPとして、湘南を拠点にFP相談・家計診断・パーソナルコーチを行う。ライフプラン・資産運用などの講師としても活動中

相談受付中
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カ月の家計簿と相談内容(詳細な家計簿なしで相談のみ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>

湘南のイベントをお届け!

情報パレット

イベント情報は郵送、FAX、メールで
〒251-0055 藤沢市南藤沢5-9、朝日生命藤沢ビル1階。湘南える新聞社編集部・情報パレット係 FAX 0466-52-7449
edit@shonan-el.co.jp ※参加費1500円以下のもの。掲載料無料。掲載の場合のみ連絡

第19回 在津紀元の音楽元気講座

日時 6/17(火) 13:30開演(13:00開場)
会場 鶴沼市民センター(藤沢市鶴沼海岸2丁目10-34)

鶴沼市民センター主催の人気講座。レディオ湘南で開局からマイクに向かう、85歳の“伝説のDJ”在津紀元(ざいつきげん)さんが、ラジオの公開生放送スタイルで音楽を届ける90分。ジャズシンガーの高村緑さんをスペシャルゲストに迎え、昭和を彩った伝説的な外国映画の主題歌と一緒に楽しめます。入場無料。定員90名。申し込み不要。直接会場へ来場を。鶴沼市民センター TEL 0466-33-2002



うつわの彩りー吉田耕三と北大路魯山人

日時 6/17(火)~8/24(日) 10:00~17:00
(入館は16:30まで)
会場 茅ヶ崎市美術館(茅ヶ崎市東海岸北1-4-45)

かつて茅ヶ崎に居住した美術評論家・吉田耕三の陶磁器コレクションの中から、北大路魯山人(1883-1959)を中心とした陶芸家の作品約80点を初めて大規模に公開します。入場料一般1000円ほか。月曜休館(7/21、8/11は開館、7/22、8/12は休館)。茅ヶ崎市美術館 TEL 0467-88-1177



第75回 藤沢市展

日時 6/17(火)~7/6(日)
10:00~19:00(日曜日は17:00まで)
会場 藤沢市民ギャラリー(藤沢市南藤沢21-1、ODAKYU 湘南 GATE6階)

藤沢市民による美術・書道・写真・華道の総合展。【写真】6/17(火)~22(日)、【華道】公募作品:6/17(火)~19(木)、入賞・会員作品:6/20(金)~22(日)、【美術】6/24(火)~29(日)、【書道】7/1(火)~6(日)の期間展示します。入場無料。藤沢市みらい創造財団 TEL 0466-28-1135



平塚ウィンドオーケストラ
第39回 定期演奏会

日時 6/29(日) 14:00開演(13:30開場)
会場 ひらしん平塚文化芸術ホール(平塚市見附町16-1)

平塚市を中心に活動する吹奏楽団「平塚ウィンドオーケストラ」の定期演奏会。春の猟犬(A.REED)、ディズニー・トロピカル・メドレー、Porgy and Bess Medley(arr. BOB LOWDEN)などを演奏します。入場無料。全席自由。平塚ウィンドオーケストラ(事務局) TEL 070-3357-6718 (電話対応は19:00~22:00) 楽団HP(<https://hwo.jp/>)はこちら→



Present *.*+* *.*+* *.*+* 読者プレゼント

横浜家系ラーメンのおいしさを本格再現!
大人気の「ニュータッチ 凄麺」12個詰め合わせを

3名様

自宅にいながら手軽に本格的なラーメンが楽しめる大人気のヤマダイ「ニュータッチ 凄麺」で当地シリーズから、「横浜とんこつ家」がリニューアル! ホウレンソウをフリーズドライのブロックタイプに変更し、ボリューム感がアップ。もちもちとした食感としっかりとした太さが感じられる独自製法のノンフライ極太麺の相性も抜群です。スーパーやドラッグストア等で購入可能。



ポークエキスをベースにしょうゆのキレが感じられる家系スープを再現

★ニュータッチ 凄麺「横浜とんこつ家」3個+凄麺ブランド詰め合わせ(計12個・3600円相当)を3名様に

応募受付期間
6/11(水)
~6/27(金)
正午必着

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気になった記事(3つ(タイトル)) ⑩取り上げてほしいテーマ ⑪「わが家の防災対策」で工夫していることや具体的な内容を教えてください! ⑫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「6/14号プレゼント」係へ。FAX 0466-52-7449 URL=<https://s-el.jp/7/sm> ※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7/12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

応募はカンタン
こちらから▼



5/17号

読者プレゼント
当選者発表

ふるふるいちごの素、いちごミルクの素、イチゴジャムのセット

ゆってーさん(藤沢市辻堂元町)、Achanさん(藤沢市城南)、カビゴンさん(藤沢市弥勒寺)、えびまよさん(茅ヶ崎市美住町)以上4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。

湘南えるからのお知らせ

次号予告

- ・7/5(土)開催!
6月28日号は 湘南藤沢七夕祭2025「願いかなえるちょうちん祭り」
・鶴沼海浜公園「HUG-RIDE PARK」で楽しむグルメ

紙面に笑顔をお届け
えるSmileに登場してくれる方を募集!

ステキな笑顔の読者を紹介する「えるスマイル」(左上参照)に登場いただける方を募集中! 編集部で選考をし、採用の場合は、プロのカメラマンがあなたの笑顔撮影。笑顔のヒミツ、地元湘南の好きなお店など、あなたのコメントと共に掲載します。男女、年代を問わず募集していますので、笑顔に自信がある方、ご応募をお待ちしています。

応募は右記のURLかQRコードから!

必要事項を入力し、笑顔の写真を添付してください。自薦他薦問いませんが、応募条件がありますので、応募要項を確認を。

問い合わせ 湘南える新聞社編集部 TEL 0466-52-7448



お楽しみに!

「湘南える」の設置場所はどこ?
HPで場所をチェック!

発行日になっても手に入らない…。
そんな時は、ぜひ設置場所へ

約130カ所に設置

- ODAKYU 湘南 GATE
- 湘南藤沢OPA
- 藤沢市役所 9階展望台
- 湘南モノレール全駅 …etc.

あなたのお店に、いつも「湘南える」を。ラック設置店募集中!

地域生活情報紙「湘南える」を、店頭で設置して下さるお店を募集しています。設置いただける場合は、ご要望に応じて専用ラックもご用意します。湘南に住む多くの方に、地域に密着したさまざまな情報をお届けする同紙を、ぜひあなたのお店にも!

湘南える新聞社 TEL 0466-52-7448 月~金曜(祝日除く) 10:00~17:00



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



切手はシートでもバラでも、書き損じハガキもOK 収集した切手など眠っていませんか？ ブランド福福 藤沢店



家や実家の片付けをしていたら、「親の趣味で集めていた切手」「旧郵便料金の未使用切手」「旧郵便ハガキ」などが出てきたという事はありませんか。

そんな時は、さいか屋と同じビルの2階にある「ブランド福福 藤沢店」へ。旧郵便ハガキや書き損じハガキは郵便局で切手に交換できますが、手数料がかかりますし、端数の切手は使いづらかったり…。同店では切手はシートでもバラでもOK、書き損じのハガキも買い取ってくれます。「量が多い時は玄関先での出張買い取りや郵送買い取りも対応します。気軽に相談を」と店長の小澤さん



「切手の他に商品券、ギフトカード、ビール券、テレホンカードなどの買い取りもしています。価値を知るためだけの査定でもOK。気軽に相談を」と店長の小澤さん



【取扱品目一例】

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

■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)

平日ランチが2000円から。紅茶など飲み放題 お得なランチと美しい海の景色を満喫 Restaurant & Bar nalu (ナルー)



平日ランチ(イメージ)。サクサクのクロワッサンが人気です

初夏のひとつ、江の島や相模湾を一望するレストランでとっておきのランチタイムを過ごしませんか。「湘南ゴルフリゾート」3階の「ナルー」では、平日ランチが2000円からとお得です。ランチメニューは、10種類から選べるメイン、前菜、食べ放題の焼ききたてパン、ホットコーヒー、オーガニック紅茶や自家製ジンジャーエールも飲み放題、さらにデザート付きと盛りだくさん。おしゃべりを楽しむ女子会にもぴったりです。

えるクーポン

クーポン持参で1人1000円以上オーダーするとソフトドリンク1杯サービス
※1枚で5人までOK ※他サービス併用不可 ※フローズンドリンクは対象外
Restaurant & Bar nalu
2025/7/31(木)まで

■問い合わせ

TEL 0466-54-8227
https://shonangolfresort.com/nalu/index.html
藤沢市片瀬海岸2-17-27、湘南ゴルフリゾート内3階
営業時間 平日ランチ11:00~14:00(L.O.)、10:00~24:00(L.O.23:00) 最終入店時間 22:00、無休 駐車場40台以上



【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お問い合わせ) 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価格です
◆発行部数 115,000部(日本ABC協会認証部数)
◆配布地域 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
◇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
◇QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です
◆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

愛と情熱で子どもを見守る おやじの会

6月の第3日曜(今年は6月15日)は「父の日」ですが、ちよっぴり母の日よりも影が薄い?という印象はありませんか。いやいや、藤沢のお父さんは一味違います。学校や地域と連携しながら、愛と情熱で子どもたちを見守る「おやじの会」が活躍しています。



藤沢市内のおやじの会
情報はこちら
https://s-el.jp/f8/19



子どもと一緒に本気で楽しむお父さんはカッコイイ!

小中学校に通う子どものお父さんを中心に、学校や地域の支援活動を有志で行う「おやじの会」。現在、藤沢市内には20を超える会があるとされ、それぞれ独自の運営を行っています。そのパワーは地元学区にとどまらず、市内の会が連携した「藤沢市おやじの会連合」を結成するほど。仕事や役職は関係なく、子どもたちの笑顔のため、本気で取り組むお父さんたち取材しました。

市内の3つの会に活動内容を聞きました



KFP 鶴沼おやじパトロール隊



村岡おやじの会



明治中学校おやじの会

●3校連携で幅広く地域を守る

鶴沼小学校、鶴沼中学校、鶴沼小学校に通う児童のお父さんと、そのOBである「おやじクラブ」からなる「KFP鶴沼おやじパトロール隊」は、名誉隊長を務める小林さんが、2004年に結成。約300人が登録しています。今では各組織の連携だけでなく、自治会や行政などともつながりを持ち、幅広い範囲と時間帯で見守り活動を行っています。「継続は力なり。地域の安心・安全を守るという信念は今も変わらず、できるときに、できることを行っています」と小林さん。

●継続で生まれる新たな喜び

「地域の子どもの成長を、パトロールやイベントなどを通じて見守れるのはやりがいです」と小林さん。今後の楽しみは、「近所に住む孫が小学校に上がったら、娘と同じように通学路を見守れること」を目標とします。

名誉隊長 小林昭二さん

KFPは「鶴沼ファザーズパトロール」の略。隊員ブログや活動Q&AはHPでチェック
https://s-el.jp/f8/20



●家族でつながるコミュニティー

1991年発足の「村岡おやじの会」は、村岡小学校に通う保護者を中心に、OBも含めると約40人が登録。新林おやじの会と一緒に田んぼの活動や、夏祭りの企画・運営が恒例行事です。「夫婦で参加する方も多く、地域とのつながりも生まれます」と副代表の新川さん。田んぼ係としても活躍し、田んぼから、稲刈り、脱穀、そして、お楽しみの餅つきまで、2人の息子さんもお父さんと一緒に汗を流します。「子どもたちが地域に見守られ、成長する姿を見られるのは喜びです」とも。

●家庭とは違う環境で絆が深まる

「子どもたちは家庭とは違う環境で、父親の活躍を見るのは新鮮なのだ」と振り返る、OBの小林さん。2人の娘さんのお父さんでもある加反さんは、地域活動にたっぷりはまり、夫婦でPTA役員も務めています。

副代表 新川俊嗣さん(中央) 小林良彰さん(左)、加反達也さん

新林公園で行っている田んぼの活動などは、InstagramやYouTubeでも紹介
https://s-el.jp/f8/21



●思春期に寄り添う名脇役

「子どもの成長とともに、会の役割も変化します」と話すのは、「明治中学校おやじの会」副会長の中田さん。小学生向けの会は児童との交流活動が多いですが、中学生の会は非行防止につながる夜間の声かけパトロール、生徒参加のプール清掃、側溝清掃など、学校のサポートがメイン。1998年に発足し、女性やOBも含めて約100人が登録。「活動要請をすると、選歴を過ぎたOBも駆けつけてくれます。コロナをきっかけに活動後の飲み会は減りましたが、趣味の会もあるんです」

●住まう地で生涯の仲間づくり

「私は移住者ですが、活動を通じて地域や人とのつながりが生まれ、人生が変わりました」と話す中田さんは、昨年、藤沢で行われた「全国おやじサミット」の元実行委員長。今後もフットワーク軽く、「地元」を盛り上げます。

副会長 中田竜也さん

会の活動に加えて、趣味でつながる倶楽部活動など、HPやInstagramに掲載
https://s-el.jp/f8/22



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

マップ内 17店舗で使える!

全店共通 **スペシャルクーポン**

※本紙面キリトリのみ有効 ※湘南レディス店 は除く

有効期限 6/11水~24火

税抜1000円以上のお会計で
20% OFF
お好きな商品1品を

【お一人様期間中1枚の御利用をお願いします】
※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 ※湘南レディス店 は利用不可。

有効期限 6/25水~7/8火

税抜1000円以上のお会計で
20% OFF
お好きな商品1品を

【お一人様期間中1枚の御利用をお願いします】
※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 ※湘南レディス店 は利用不可。

正社員募集

どっぴりと
カウンセリング販売に
専念できます♪

応募職種

□登録販売者
□ビューティーアドバイザー

詳しくはこちら

お気軽にお問い合わせください
TEL 0466-26-3336
採用担当: 湘南薬品本部 大澤

お得なクーポンが利用できる最寄り店舗をチェックできます!

店舗一覧はこちら

湘南薬品

藤沢地区(6店舗)
・藤沢駅南口薬局
・ダイヤモンド薬局藤沢
・ファミリー通り薬局
・湘南台ウエストプラザ店(西口)
・センター店
・片瀬山店

平塚地区(1店舗)
・平塚南口店

戸塚・横浜地区(4店舗)
・戸塚駅西口薬局
・ラビス店
・ラビスドラッグ店
・ラポール店

鎌倉・逗子地区(6店舗)
・鎌倉店
・深沢店
・西鎌倉店
・ラポール西鎌倉店
・逗子店
・大船グランシップ店

マップ内 17店舗で使える!

全店共通 **スペシャルクーポン**

※本紙面キリトリのみ有効 ※湘南レディス店 は除く

有効期限 6/11水~24火

税抜1000円以上のお会計で
20% OFF
お好きな商品1品を

【お一人様期間中1枚の御利用をお願いします】
※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 ※湘南レディス店 は利用不可。

有効期限 6/25水~7/8火

税抜1000円以上のお会計で
20% OFF
お好きな商品1品を

【お一人様期間中1枚の御利用をお願いします】
※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 ※湘南レディス店 は利用不可。

お得なクーポンが利用できる最寄り店舗をチェックできます!

店舗一覧はこちら

正社員募集

どっぴりと
カウンセリング販売に
専念できます♪

応募職種

□登録販売者
□ビューティーアドバイザー

詳しくはこちら

お気軽にお問い合わせください
TEL 0466-26-3336
採用担当: 湘南薬品本部 大澤