



Shonan Local Gourmet

湘南を食べつくそう！

湘南 える

Vol.147
2025年11月22日



読者プレゼント

テラスモール湘南イーターズ湘南店
期間限定の人気商品
クリスマス焼き菓子を

10名様



イタリアのクリスマスには欠かせない人気の発酵菓子・ポニファンティ社のバネットーネを

>>>> 詳細は11ページ

今号のTOPICS

- 2 えるレポーター発
私のとっておきハレの日レストラン
- 6・7 クーポン付き！
年末年始は藤沢プライムで
楽しいひとときを
- 12 プレゼント付き！
地元のお風呂であったまろう

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

住宅型有料老人ホーム

SOMPOケア ラヴィーレレジデンス鎌倉大船

鎌倉の四季折々の風景を楽しむ、上質な暮らしを。

自立 ～ 要介護5
の方にご入居いただけます

2026年2月開設 (予定)

12/1～
要事前予約

現地内覧会、随時開催

9:00～18:00
(土日祝も対応可能)

事前予約
お問い合わせ **TEL.0467-50-0059**

外観/完成予想図
※実際の外観とは異なる場合がございます。

ダイニング



居室イメージ



リビングラウンジ



SOMPOケア
ラヴィーレレジデンス鎌倉大船
〒247-0051
鎌倉市岩瀬1-3-10
ホームの詳細はこちら



<https://s-el.jp/e7/26>








1 お店の方と談笑しながら楽しい時間

2 コース料理の一品、国産牛のステーキ。メニューは季節によって変わることがあります ※ディナーコースは7400円から

3 メッセージデザートプレートも。花火でお祝い事をさらにハッピーに演出

4 店名の「ミ・カサ」はスペイン語で「わが家」という意味。雰囲気のある古民家で、お店の方の温かなおもてなしが光ります

鎌倉 | ミ・カサ

古都鎌倉×古民家×モダンスパニッシュ
鎌倉野菜を使ったお箸で食べるスペイン料理

スペイン人シェフが作る最先端の料理を古民家、和食器で楽しめる「ミ・カサ」。鎌倉野菜や旬な食材を使い、彩り豊かで、美しい料理が並びます。お箸で食べるスタイルなので、年齢問わず古民家ならではのゆったりとした店内でスペイン料理を堪能できるのも魅力。市役所が近いことから入籍後の記念で訪れる人も多いそうですよ。2階には半個室もあるので家族でのお祝いにもぴったりなお店です。

SHOP DATA
鎌倉市佐助1-12-9。鎌倉駅から徒歩10分
TEL 0467-81-7647
営業時間／11:30～15:00 (L.O.13:30)、
17:30～23:00 (L.O.21:00)
定休日／火・水曜

Instagram
はこちら

<https://s-el.jp/e7/16>



えるレポーター
Yuさん

どれも本当においしい！
スペイン人の温かさと情熱
を感じました

える
レポーター
発

私のとっぴんおき

ハレの日レストラン

えるレポーターがおすすめする、特別な日に行きたいお店をレポートしてもらいました
まもなく訪れるクリスマスや年末年始、誕生日などのレストランの候補にしてみてもいいかも！

由比ガ浜 | 鎌倉 松原庵

趣のある和の空間でおそばと天ぷらに舌鼓
ちょっと贅沢で至福の時

由比ガ浜駅から徒歩3分、和の風情漂う「鎌倉 松原庵」。地産地消の食材を使ったそば店です。どれも丁寧に作られた前菜、特に鴨が絶品。柔らかく、食べ応えもあり、ハレの日にお酒を飲みながら味わいたいですね。天ぷらはボリューム満点、優しい味でおそばにぴったり。趣のある空間で過ごす大切な人との時間は幸せなひとときになること間違いなしです。



えるレポーター
Chisatoさん

SHOP DATA
鎌倉市由比ガ浜4-10-3
江ノ電由比ヶ浜駅から徒歩3分
TEL 0467-61-3838
営業時間／11:00～21:30 (L.O.20:30)
定休日／なし

HPは
こちら

<https://s-el.jp/e7/17>



1 昼のコース「松原」5544円・サービス料込み。前菜7種の盛り合わせ、天ぷら、鴨コース肉の炙（あぶ）り焼き、そば、和菓子、ドリンク付き

2 テラス席でおそばに舌鼓もツウですね

3 落ち着いた店内



辻堂 | Lil

職人気質のシェフこだわりの料理を堪能できる
辻堂駅近の絶品大人ビストロ

この秋、辻堂駅西口にリニューアルオープンした大人ビストロ「Lil (リル)」。食材は藤沢市内の農園から届けられる有機野菜を使用、魚介を中心に季節の旬を大事にしたメニューがそろいます。どれもシェフの安田さんがこだわりを持って作られているのが伝わる、うなるおいしさですよ。いただいたフォアグラは上のカaramelのほろ苦さとマッチして、絶品でした！特別な日に今度はディナーに行ってみます。

SHOP DATA
茅ヶ崎市本宿町12-11、辻堂NWビル1-3
辻堂駅西口から徒歩2分
TEL 0467-80-2111
営業時間／11:30～15:00 (L.O.14:00)、
18:00～23:00 (L.O.22:00)
定休日／不定休 (Instagramで確認を)

Instagram
はこちら

<https://s-el.jp/e7/18>



えるレポーター
Miaさん

駅から近くなったので、都内のお友達も誘いやすくなりました



うな重専門店

鰻の成瀬

うな重 1,600円から。

選べる3種の鰻、厳選の国産米、秘伝のタレ。
味よし、ボリュームよし、価格良しのこだわりうな重をご堪能ください。

[藤沢駅南口徒歩3分]



お席の予約
(ぐるなび)



テイクアウト
ウェブ予約



「並 (梅)」1600円。写真は「上 (松)」のうな重イメージです。

鰻の成瀬 [藤沢店]

☎ 0466-54-8202



〒251-0055 神奈川県藤沢市南藤沢2-2-7 第一相澤ビル 地下1階
[営業時間] 昼の部：11～14時 / 夜の部：17～20時

鰻の成瀬 藤沢店 限定クーポン

うな重
どれでも **100円OFF**

有効期限：2025/12/31 (1回限り・1枚で5名様まで有効)
※「藤沢店」限定のため、鰻の成瀬他店舗ではご使用できません。



NARUSE
COUPON

忘年会・新年会はおまかせ!

全国各地の厳選素材をカラッと揚げた串揚げ
人気の「おまかせ串」で四季の味わいを存分に



落ち着いた雰囲気のお店は、熟練の職人が目の前で揚げてくれるカウンター席の他、ゆったりとくつろげるテーブル席もあります

四季折々の新鮮な肉、野菜、魚介類や、全国各地から仕入れる厳選素材を、きめ細かいパン粉で包み込み、秘伝の油でカラッと揚げた「ぎんざ磯むら」の串揚げ。一番人気の「おまかせ串」は、30種類以上の串揚げをおまかせで好きなだけいただき、「ストップ」をかけたその本数でお勘定をします(串揚げ12本で4500円が目安)。四季の味わいを存分に楽しめると好評です。

ぎんざ磯むら 藤沢店

TEL 0466-28-9094
藤沢市鶴沼橋1-1-9、S119ビル2階。
11:30～15:00(L.O.14:30) ※月曜
はランチ休み、17:00～23:00(L.O.
22:00)。火曜・第3月曜定休



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

える読者特典
クーポン提示で
会計から
500円オフ

※ディナーのみ
※1枚で1グループ対象

2026年1/31(土)まで
ぎんざ磯むら 藤沢店

一年を通してその時最高においしいカキを提供
忘年会の予約も受け付け中



冬が旬のカキを全国各地から多数取りそろえています。ふっくらとミルクシーな味わいのカキ料理を存分に楽しんでみませんか

一年を通してその時々最高においしいカキが食べられる「湘南のカキ小屋 笑山」。国産にこだわり、各産地のカキを週替わりで堪能できます。目にも楽しいテーブル調理で楽しむ焼きカキはもちろん、カキを使った一品料理も多数用意されています。おいしいカキ料理を囲みながら、落ち着いたゆったりとした居心地の良い空間も魅力。忘年会の予約も受け付け中です。

湘南のカキ小屋 笑山(しょうざん)

TEL 0466-23-7101
藤沢市藤沢555、さいか屋藤沢店8
階。月～水、金～日、祝日、祝前日
11:00～22:00(料理L.O.21:00、ド
リンクL.O.21:30)。木曜定休



https://s-el.jp/e/7/21

える読者特典
クーポン提示で
生カキor蒸しカキを
1個プレゼント

※1枚で1グループ全員、一人につき1個
※来店時にクーポンを提示してください
2025年12/31(水)まで
湘南のカキ小屋 笑山

クリスマス・お正月を祝う華やかなオードブル
無添加・手作り韓国料理をみんなで楽しもう



オードブル盛り合わせ(左)はパーティーシーンにぴったり。無添加・手作りの本場韓国の味わいをテイクアウトで楽しめます

韓国料理テイクアウト・デリバリー専門店「おいそ」では、韓国本場の手作りキムチが評判。お子さんから年配の方まで誰でも食べやすい、無添加・手作りの韓国料理を届けてくれます。クリスマスやお正月に向けて、食卓を華やかに彩るオードブルはいかがですか? 価格は、小3980円、中5980円、大8800円。申し込みは、下記電話またはFAX(電話番号と共通)で。

韓国料理おいそ

TEL 0466-52-8008
藤沢市藤沢532(藤沢駅北口徒歩
5分、ダイエースーパー前)
11:00～20:00
日・月曜定休



https://s-el.jp/e/7/09

える読者特典
「えるを見た」と
オードブルを
事前申し込みすると
韓国海苔
プレゼント

※予約は引き取りの前日までに
2025年12/27(土)まで
韓国料理おいそ

IZUMI's Select
12月スイーツカレンダー

1日 スウェーデン コレットソッパ	2日 ホーランド ピエリニク	3日 スペイン マリチカード
4日 インド ケサリバズ	5日 カナダ メーブルクワイ	6日 イタリア パオ・フォルテ
7日 ハンガリー ラヤリ・ルプナリ	8日 ニュージーランド ローケーキ	9日 スコットランド スコット
10日 南アフリカ パル・ミット・クリス・グット	11日 ロシア グチ・チエ・モロコ	12日 ポーランド アムステルダム
13日 ギリシャ ポルト・カポピタ	14日 ドイツ ドミ・シユタイ	15日 イタリア トローネ
16日 スペイン ポル・ポロ	17日 ベルギー スベキユロス	18日 ドイツ ミル・チョコレート
19日 イギリス ミル・チョコレート	20日 フランス ミル・チョコレート	21日 スイス ミル・チョコレート
22日 ギリシャ クワビエデス	23日 イギリス クリスマス・プディング	24日 ドイツ シュトレン
25日 フランス ビュッフェ・ド・ノエル	26日 フィンランド ヨウルト・ルットウ	27日 ポーランド ポー・ローレ
28日 モロッコ ムハ・リヤ	29日 イギリス バナナ・パイ	30日 デンマーク リス・テラマ
31日 日本 おしるこ		

366日毎日特別な
スイーツカレンダー
あなたの
パステルスイーツは何か?

12月12日生誕の日 HAPPY BIRTH DAY

12/24 PICKUP
スイーツ

ドイツ発祥のクリスマスに
欠かせない伝統菓子々々
ドライフルーツとナッツ
を練り込んだ生地
をバターと米粉糖
で包み少しずう
と焼成
する味を
楽しむ冬を
告げるスイーツです。

食べ物アート作家
鴨志田和泉
Instagramでも
投稿しています!!
https://s-el.jp/s/ki

おいしい相模湾

「えのすい」が教えてくれる
相模湾の食べられる魚のお話

vol.72 ニホンウナギ

ニホンウナギは西マリアナ海嶺(かいいい)の海山域で産卵した後、幼生(レプトセファルス)として海流に流され、半年以上かけて相模湾にたどり着きます。川を遡上(そじょう)し、淡水や汽水域で数年から十数年かけて成長、成熟するとふたたび海へ下り、産卵します。川にすむイメージが強いかもしれませんが、当館では相模湾ゾーンの岩礁水槽でコブダイや海藻と共に飼育しています。ニホンウナギの美味しさはみなさんもお存じですね。その美味しさの理由は、白身ながら脂のりが良く、身はしっとり柔らかいためです。特に天然ものは秋から冬が旬で、脂が乗って風味豊かです。私はかば焼きが好きなのでウナギというと真っ先にうな重を思い出してしまいます。他にも白焼きやう巻きなど、さまざまな調理法で親しまれているウナギ。日本人に長く愛される理由もきっとその美味しさからなのでしょう。

(えのすいトリーター 西川 湧馬)

新江ノ島水族館
TEL 0466-29-9960
藤沢市片瀬海岸2-19-1
営業時間や内容は
QRコードかURLから
公式ホームページで確認を

HPは
こちら→
https://s-el.jp/enosui

ちよい足レシピ

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やちやっ
とできるレシピをお届け。

「マブア」さんが教えてくれた
肉のぐるぐる巻き

《材料》
ライスペーパー 3枚、鶏ひき肉200g、キャベツ
2枚、塩こしょう、コンソメ・水(適量)
《作り方》
1.鶏ひき肉に塩こしょうを加えてよくこねる
2.ライスペーパーを濡らして少し重ね
横に並べる
3.その上にキャベツを敷き、①の肉をのせる
4.右側からライスペーパーごと包んでいく
5.フライパンにごま油を入れ、④を入れて焼く
6.両面焼き色がついたら水とコンソメを適量
加えて味を整えたら完成

余裕があれば、ひき肉に玉
ネギを混ぜ込んだり、合い
びき肉で代用しても大丈夫
です。

あなたの
「ちよい足レシピ」
を大募集!

毎日の食事づくりの参考になるような簡単な
料理のレシピを募集中。和洋中なんでもOK。
お助けメニューを教えてください。
※採用者にはクオカード1000円分プレゼント!

応募は
こちらから!
https://s-el.jp/cr

湘南える 第5回
スペシャル対談



“藤沢市の今昔、そしてこれから”を市長と会頭に聞きました 藤沢市が住みたい街に選ばれるために



相澤光春さん

鈴木恒夫さん

和田照子さん

今月、藤沢商工会議所会頭に相澤光春さんが就任。そこで藤沢のまちづくりについて、藤沢市・鈴木恒夫市長と相澤会頭に「藤沢市が住みたい街に選ばれるために」をテーマに今までとこれからについて話を伺いました。司会進行は湘南えるホームの和田照子取締役です。

※本文中敬称略

これまでの藤沢駅南口の発展と 辻堂駅北口の再開発を振り返ると…



藤沢市長
鈴木 恒夫さん

藤沢は商業・農業・工業がバランスよい町。今後も歴史・文化・自然を大事にしながら、藤沢らしい街並みをつくっていききたいですね

和田 本日は藤沢市の鈴木市長と、藤沢商工会議所会頭・相澤光春さんに「藤沢市が住みたい街に選ばれるために」をテーマにお話を伺います

市長 相澤さんは藤沢をよく知っていらっしゃるのでは、会頭としてのご活躍、期待しております

相澤 11月4日に第27期・第8代の藤沢商工会議所会頭に選任賜りまし

市長 私は1950年代、銀座通りや遊行通りのある藤沢駅北口の真ん前で生まれ育ちました。あの頃もよかったですが、その後、再開発で活性化された広場などで

和田 身に残るお言葉をいただき恐縮に存じます

和田 さて、藤沢市は住みたい街ランキングにいつも登場し、人口増加も続いております

市長 私は1950年代、銀座通りや遊行通りのある藤沢駅北口の真ん前で生まれ育ちました。あの頃もよかったですが、その後、再開発で活性化された広場などで

相澤 はい。おかげさまで今年創業100年を迎えることができました。1960年に着手された藤沢駅前南部土地画整理事業では、区域の一角の買収（買い主東急不動産）を手がけ、1976年に駅近くの商業ビルに東急ハンズの1号店がオープンするなど、南口が整理されていった様子を見してきました

市長 区画整理をして住みやすくなり、東京から移住する人が増えました



左が2001年の辻堂駅周辺。右が2009年、再開発された「湘南C-X」エリア。広大な工場跡地の活用して、この後、テラスモール湘南などの大型商業施設や公園、病院などで構成されました



辻堂駅北口に隣接していた関東特殊製鋼



再開発後の辻堂駅北口

◆辻堂の再開発は 地元の人の声が反映されています

和田 2002年に辻堂駅北口に隣接していた関東特殊製鋼（通称カントク）が移転を発表し、広大な工場跡地の活用が藤沢のまちづくりの課題に。相澤さんが辻堂に建てた自社ビル「アイクロス湘南」には、湘南バスポートセンター、湘南口ボケアセンターなどが入り、市民にとってなくてはならない存在ですね

相澤 2008年にリーマンショックがあり、2011年には東日本大震災があり、景気がダウンしていた頃に、辻堂北口周辺の再開発計画「湘南C-X（シークロス）」が始まり、あのテラスモール湘南も1年開業が遅れました

市長 バリアフリーがしつかりしているビルですよ。湘南C-Xエリアは総合病院もあるし、神台公園はベンチがトイレになるなどの防災公園にもなっています。再開発

たんです。先行きが見えにくい状況下ではありましたが、湘南C-Xは間違いなく藤沢の活性化につながることを確信して私も参画しました

では、まちづくり会議や検討委員会、このエリアでは広告を外へはみ出さないとか歩道を広げてもいい商業施設の誘致をするなど、熱心に意見を出して、まちづくりのルール（ガイドライン）がつくられ、非常にいい街並みができました。それが人気につながっているのではないのでしょうか

◆これからの取り組みは 北部の活性化や村岡新駅、スポーツ！



藤沢商工会議所会頭
相澤 光春さん

地域総合経済団体として、商工業の振興発展のため尽力し、鈴木市長と一緒に取り組んでいきたいと考えております

和田 相澤さんと私は湘南のイメージがプラス

相澤 よく宣言してくださいました！スポーツの町としてさらに藤沢を盛り上げたいですね

和田 先人たちの努力が基盤となつて、今の藤沢の人氣があるのでしょうね。これからのことも伺いたいと思います

相澤 藤沢商工会議所街づくり活性化委員会を担当していたのですが、藤沢市北部では「新産業の森事業」が進められています。企業誘致など産業交流を導く新たな産業拠点として、綾瀬スマートインターチェンジの交通を生かした取り組みです

和田 村岡新駅に期待していることは？

市長 あの辺りは10月に村岡市民センターができましたし、官民連携の研究施設が入るようなビルも計画されています

相澤 村岡駅周辺地区まちづくり協議会では、湘南アイパーク（正式名称「スポーツの町としても注目！」）が「いつでもどこでも、だれでも、いつまでも」スポーツに親しめるようにという宣言です。江の島ではオリンピックが2回開かれましたし、アサシテススポーツパーク（県立スポーツセンター）もあり、スポーツの中心が藤沢にあります

相澤 よく宣言してくださいました！スポーツの町としてさらに藤沢を盛り上げたいですね

和田 相澤さんと私は湘南のイメージがプラス

相澤 よく宣言してくださいました！スポーツの町としてさらに藤沢を盛り上げたいですね

相澤 テレビ中継では全国放送で江の島や茅ヶ崎が映り、湘南のイメージがプラス



相澤 光春さん

南ベルマールの企業応援団もしています。スポーツを通じて若い人への教育も大切ですね

相澤 経済的にもスポーツを軸とした産業的な発展をすると町に魅力、経済力がついてきます

和田 市長は箱根駅伝の応援も熱心とか

市長 昔の東海道五十三次を若い人たちがタスキを持って、一生懸命走っている姿が間近で見られるのがいんですよ



湘南えるホーム取締役
和田 照子さん

東急ハンズの1号店が藤沢だったと話を聞かれます。当時は、東急ハンズで日用品を買うことに慣れていました

「これからも魅力ある藤沢にするために協力していきますよ！」と鈴木市長（右）と相澤会頭

10名様にプレゼント！



藤沢市と共に歩んできた半生をまとめた本『まちと活きる 相澤土地100年史&相澤光春自叙伝』三代にわたって藤沢駅南口で不動産を営んできた「相澤土地」は今年創業100周年を迎えました。これを記念し、三代目社長・相澤光春さんが自身の半生と社史をまとめた本を上梓。藤沢市の発展とともに歩んできた半生が描かれています。この本を10名様にプレゼント。

応募はハガキ、FAX、ウェブで。〒住所、氏名、年齢、性別、電話番号、メールアドレス、上の記事へのご意見・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「本のプレゼント」係へ。TEL 0466-52-7449 URL=右記

※抽選の上、当選発表は賞品の発送をもって代えます。※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※応募締め切りは12/5（金）正午必着

応募は
こちら
https://s-el.jp/7/ab

湘南で生まれて100年

神奈川県知事免許（17）第66号

相澤土地株式会社

- 本社／藤沢市南藤沢 22 番 7-101 号 TEL. 0466-26-3141 (代)
 - 鶴沼営業所／藤沢市鶴沼桜が岡 3 丁目 6 番 20 号 TEL. 0466-23-3372 (代)
 - 辻堂事務所／藤沢市辻堂神台 2 丁目 2 番 1 号 -6D TEL. 0466-52-5519 (代)
- URL http://www.aizawatochi.com

天嶽院（藤沢）の寺名は 北条早雲の戒名にちなみます

天嶽院（てんがくいん）の寺名は北条早雲の戒名（早雲寺殿天嶽宗瑞大居士）にちなみます。早雲は真言宗の古寺「不動院」を曹洞宗の天嶽院に改めています。開山は虚堂玄白（こどうげんぱく）禅師で大雄山最乗寺開山了菴（りょうあん）禅師6世の嫡孫です。本尊は法堂（本堂）に祀（まつ）られている一仏両祖（いちぶつりょうそ）です。一仏とはお釈迦様で両祖とは曹洞宗では道元禅師と瑩山（けいざん）禅師を両祖として仰いでいます。

千手千眼観世音菩薩は同寺で最古の仏像です
同像は浄聖殿（じょうしょうでん）に安置されています



浄聖殿

千手千眼観世音菩薩は浄聖殿の本尊です。寄木造、玉眼入、金色相。像高34.5cm、総高83.0cm。天嶽院では最古の仏像で、天正2年（1574）造立と伝わります。十一面・千手・千眼・慈悲心で人々を救うため“大悲（だいひ）観音”とも呼ばれています。

曹洞宗は道元禅師によって
日本に伝えられています

瑩山禅師は曹洞宗を全国に広めています

法堂（はつどう）には、お釈迦様、道元禅師、瑩山禅師がお祀りされています。お釈迦様により開かれた仏教は、脈々と受け継がれ、28代目弟子の達磨大師によって、インドから中国に禅が伝わり、曹洞宗は鎌倉時代に道元禅師によって中国から日本に伝わりました。道元から4代目の瑩山禅師は全国に曹洞宗を広めています。



法堂（本堂）

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ーと言っています」 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。

探訪 歴史 かん治さんの



天嶽院 藤沢市渡内1-1-1
藤沢駅からバス、バス停「小塚」下車徒歩13分

曹洞宗の“只管打坐”とは
壁に向かって座禅をすることです

坐禅の祖、禅宗の祖といわれる「達磨大師」は、洞窟でひたすら壁に向い坐禅を組んだと言われていいます。その面壁（めんぺき）に向かった年月は何と9年です。これが「面壁9年」といわれる由来です。曹洞宗の「只管打坐（しかんたざ）」とは、達磨大師に倣（なら）い、只ひたすら壁に向かって禅に徹することです。

Web版で
過去の記事も掲載中！
<https://s-el.jp/krt>



湘南モノレール定期券・1日フリーきっぷ協賛店
大船駅直結の時計販売店
電池交換や分解掃除も

時計販売店「move」は、売場面積も広く、取り扱い商品も幅広くラインアップ。ゆっくり買い物が楽しめます。店内併設の時計修理工房ではお買い上げの時計以外の修理も受け付け。電池交換や分解掃除も気軽に問い合わせを。
★定期券及び1日フリーきっぷの提示で、税込み1万1000円以上の腕時計5% OFF。腕時計電池交換5% OFF。※ルミネカード10% OFF期間を除く

湘南モノレール

大船～江の島を14分！ 特典満載「1日フリーきっぷ」発売中！



※大船駅直結（JR東海道本線、JR湘南新宿ライン、JR横須賀線、JR根岸線、湘南モノレール）

move（ムーヴ）大船ルミネウイング店
TEL 0467-48-5053
鎌倉市大船1-4-1、大船ルミネウイング5階。平日10:00～20:30、土・日曜、祝日10:00～20:00
<https://s-el.jp/e7/03>



まだ間に合う **季節コースで「英語の楽しさ」を体験！**
ウィンターコース



楽しく学ぶ
キンダークラス
スキルの高い
授業を行う小学部

- ◆アフタークラス 幼児15:00～17:00 小学生16:00～18:00
- ◆サンデーエレメンタリークラス 9:00～15:00
※帰国子女クラス
- ◆レギュラークラス（2～6歳） 9:00～14:30
※ハーフデーあり。2歳児は週3回からOK
- ◆サタデークラス（2～10歳） 9:00～14:00
- ◆ベビー＆マザークラス
- ◆英検クラス（戸塚校のみ） 18:00～20:00
※金曜は準一級クラス

☆ウィンターコース参加者受付中☆
12/22(月)～26(金)（参加は3日以上でOK）

神奈川インターナショナルスクール 藤沢校・戸塚校

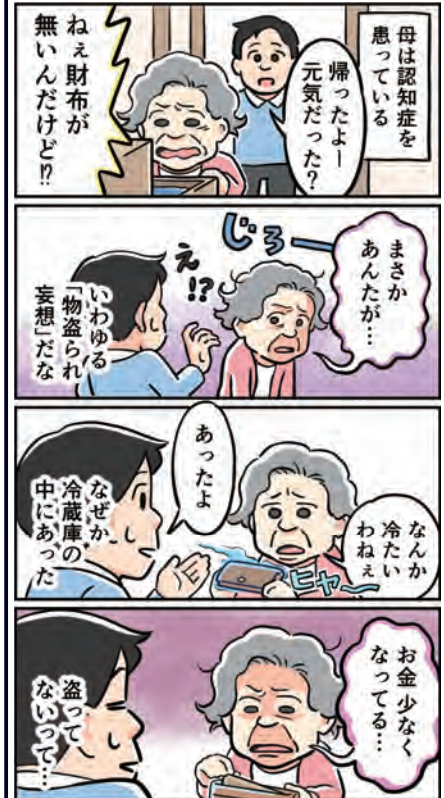
お問い合わせ・受け付け ☎0465-841-3928

藤沢市南藤沢17-1 神奈川インターナショナルスクール 検索
●認可外保育施設指導監督基準に準拠している施設です
●無償化対象の私設保育施設、多様な集団活動補助金対象施設

各クラス
随時
受け入れ
OK

見学&トライアルも
受け付け中

認知症あるある 2 冷たい財布



認知症になると紛失した物を誰かに盗られたと思
い込む「物盗られ妄想」を起こす場合があります。

「戦うフェルラ酸」 日本最大量配合 介護リスクから 家族を守る！



60包入り
発売記念キャンペーン
6,500円(税込)
お申し込みは
こちらから
5,680円(税込)
<https://s-el.jp/b4/10>
ご注文・ご相談はこちら
フリーダイヤル **0120-374976**
【受付時間】 平日 10:00～17:00
〒251-0055 神奈川県藤沢市南藤沢 5-9
販売元：株式会社湘南える新聞社

湘南で平屋を建てるなら。
建て替えにも最適な、暮らしやすい住まいをご提案します。

平屋専門ブランド

R A N

21坪プラン
1,130万円 (税抜)
1,243万円 (税込)～

[スマート内見]スタッフ無しで気軽に見学可能！

平屋専門ブランド R A N 藤沢市石川モデルハウス

《お問合せ先》 ☎0120-006-818

株式会社AVANTIA 宅地建物取引業免許/国土交通大臣免許(第5803号)/建設業許可 国土交通大臣許可(特)第18121号/一般二級 建築士事務所登録/愛知県・大取府・三重県・東京都・福岡県・知事登録/（公社）全国不動産流通協会/（公社）不動産保証協会/（一社）日本不動産住宅産業協会/（公社）愛知県建築士事務所協会/（一社）プレハブ建築協会/首都圏不動産公正取引協議会●広告制作年月日/ 2025年11月10日●広告有効期限/ 2025年12月末日

モデルハウス
見学はこちら

石川の坪公園
五反田児童公園
五反田保育園
ラーメンショップ
スシロー
藤沢市駒寄小学校
藤沢市保険医療センター
三番公園

現地

助善小学校前
藤沢市保険医療センター前

神奈川県藤沢市
石川696番7

ご覧の「湘南える」に**広告を掲載**しませんか？

月2回 発行部数 **115,000部** 配布エリア…… 藤沢市 105,000 部
発行 設置 (藤沢市・茅ヶ崎市・鎌倉市) 10,000 部

申し込み・問い合わせ **TEL 0466-52-7448 FAX 0466-52-7449**
湘南える新聞社 月～金曜日(土日祝休) 10:00～17:00 藤沢市南藤沢5-9 朝日生命藤沢ビル1階

詳細はこちら

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



年末年始は藤沢プライムで 楽しいひとときを

全店舗共通 ▶ ビル休館日、年末年始はお休み

える読者特典付き

紙面クーポン 点線に沿って切り取り、ご利用ください

デジタルクーポン

QRコードにアクセスし、クーポン画面を提示



<https://s-el.jp/7/dc>

藤沢駅南口
徒歩2分



厳選された四季折々の食材とともに シェフの手さばきも楽しむ和牛ステーキ

厳選された高級和牛、魚介類、四季折々の食材を目の前で調理します。シェフの鮮やかな手さばきも楽しみながら、お食事を堪能できます。食後は、デザートワゴンからスイーツをチョイスして。落ち着いた店内には、個室もあります。

7F 鉄板グリル鎌倉山

11:30~22:00
年内は12/30(火)ランチまで、新年は1/4(日)から営業
TEL0466-27-1617

HPはこちら



<https://s-el.jp/e7/22>

える読者特典
グラスジャンパンサービス

※アルコールが苦手な方はソフトドリンクOK ※2名まで
2026年1/31(土)まで
鉄板グリル鎌倉山



料理長／鈴木さん

おいしいお料理と会話を心置きなく楽しんでください



湘南の隠れた名店として 丁寧なお料理とサービスを提供

忘年会の飲み放題付きプランは、一人1万5000円、1万2000円、1万円(サービス料・税込み)。飲み放題メニュー(2時間)は、ビール・紹興酒・焼酎・ワイン・日本酒・ウイスキー・ソフトドリンク。最大140名まで、人数に合わせて個室をご用意。ふかひれ、鮑(アワビ)、北京ダック、上海蟹、和牛など人気の商品が入った各種プランを飲み放題でお楽しみください。

6F 銀座アスター藤沢賓館

月～金曜(水曜休業あり) 11:30~15:30、17:00~21:30。
土・日曜、祝日は終日営業。TEL0466-23-3744



店員／清水さん

忘年会・新年会のご予約お待ちしております

HPはこちら



<https://s-el.jp/e7/15>



個室メインでゆったり過ごす 和風創作ダイニング

個室メインでゆったり過ごせるのが魅力の大人の居酒屋。会社の宴会、歓迎会、同窓会など各種宴会に大人気の特別コースも受け付け中です。最大70名様まで人数に合わせて個室あり。旬のおいしいを詰め込んだお料理をどうぞ。

5F くいもの屋わん 藤沢店

16:00~24:00
TEL0466-52-2011

詳細はこちら



<https://s-el.jp/e7/11>

える読者特典
会計から5%OFF

※割引上限3000円
2026年1/31(土)まで

くいもの屋 わん 藤沢店



店員／陣内さん

旬のおいしいが集結したお料理をどうぞ



本格九州料理が自慢の個室居酒屋 博多炙りもつ鍋や野菜巻き串も

「炙りす屋」名物特選鶏の炭火焼きのほか、博多炙(あぶり)りもつ鍋などの本格的な九州料理と豊富なラインアップのお酒が楽しめます。2名から最大150名まで利用可能な個室もあり、広々とした店内で忘年会・新年会に行きたいお店です。

5F 炙りす屋 藤沢駅前店

月～金曜、祝前日 17:00~24:00
土・日曜、祝日 11:00~24:00
不定休
TEL 080-4574-2106

詳細はこちら



<https://s-el.jp/e7/12>

える読者特典
会計から20%OFF

※平日限定
2026年1/31(土)まで
炙りす屋 藤沢駅前店



スタッフ／蓬田さん(左)、石塚さん

鶏の炭火焼きは香ばしくジューシーで絶品です！



厳選された製法による オリジナル粉で食すお好み焼き

鉄板を囲んで盛り上がるにぎやかな宴会なら若竹へ。お好み焼きはオリジナル粉使用で、焼き上がりはカリッとふっくら。フルーツをふんだんに使用したオリジナルソースで味わって！ もんじゃ、たこ焼き、鉄板焼きも楽しめます。

4F 若竹藤沢駅前店

11:00~23:00
木曜休み
TEL0466-53-8587

HPはこちら



<https://s-el.jp/e7/08>

える読者特典
全品食べ放題飲み放題
2時間

5780円→5000円
2026年1/31(土)まで
若竹藤沢駅前店



店長／伊藤さん

みんなでワイワイ、飲み放題・食べ放題が人気！



牛たん・馬刺し・和牛 「ブランド牛」を味わい尽くす！

こだわりの厳選ブランド「にいがた牛」「熊本県の逸品 鮮馬刺し」を使用した本格的な肉料理を提供しています。店長の自慢は「ぷりぷり和牛大トロもつ鍋」。オープン席・個室・半個室・お座敷があり、シーンに合わせて利用できるのも魅力！

4F 個室肉酒場ぶれゑめん 藤沢駅前本店

月～金、祝前日16:00~24:00
土・日曜、祝日14:00~24:00
TEL0466-52-6361

詳細はこちら



<https://s-el.jp/e7/14>

える読者特典
和牛サーロイン
肉寿司サービス

※1人2貫まで
2026年1/31(土)まで
個室肉酒場ぶれゑめん 藤沢駅前本店



店員／伊藤さん(左)、鈴木さん

特に、和牛サーロインの肉寿司は絶品ですよ！



全室DAM！新機種「LIVEDAM WAO」 導入 プロジェクタールームあり

おすすめはお得なパーティーコース。カラオケ3時間、お食事が6品ついて、お一人様3000円(室料無料)。全室DAM完備、最新機種「LIVEDAM WAO」も導入済み。プロジェクタールームもあるので、二次会の締めはカラオケで盛り上がりましょう！

4F ビッグエコー藤沢駅前店

月～金曜、祝前日10:00~翌5:00、
土・日曜、祝日9:00~翌5:00
TEL0466-55-1540

公式アプリはこちら



<https://s-el.jp/e7/04>

える読者特典
室料20%OFF

※全時間帯利用可能
2026年1/31(土)まで
ビッグエコー 藤沢駅前店



店長／小形さん

お得なパーティーコース
がおすすめですよ



長崎五島列島直送鮮魚 創意工夫した料理と80種類の地酒

松浦のトラフグ、五島列島直送ゴンサバ、ゴンアジ、白身魚などの鮮魚と、長崎の名物料理、和牛もつ鍋など、創意工夫した料理を味わえます。全国から厳選した地酒80種類と共に至福のひとときが楽しめる、昭和の雰囲気があるお店です。

3F 地酒串焼き 宗平

11:30~22:00(日曜は12:00から)。
ランチは14:30(L.O.14:00)まで。
第2・第4火曜休み(12月除く)
TEL0466-23-0006

Instagramはこちら



<https://s-el.jp/e7/07>

える読者特典
会計から5%OFF

※宴会・ランチ除く
2026年1/15(木)~31(土)
地酒串焼き 宗平



店員／鈴木さん

一品入魂の料理と美酒を
お楽しみください



「コスパ最高」の飲み放題と 豊富な料理が楽しめるお店

豊富な品数の飲み放題が自慢、もちろん生ビール付き。三崎まぐろやあやせ豚はじめ、地物食材や季節に合わせたおすすめメニューなどバラエティーに富んだお料理を取りそろえています。昭和レトロな空間で心ゆくまでお食事を楽しんで。

3F 居酒屋ありがとう

平日11:00~23:00、土・日曜、祝日
15:00~23:00
ビル休館日、大みそか、元日休業
TEL0466-23-5594

Instagramはこちら



<https://s-el.jp/e7/27>

える読者特典
会計から500円引き

※5000円以上ご利用で利用可
2026年1/31(土)まで
居酒屋ありがとう



店長／高木さん

自慢の飲み放題は50種類
を超える品数を用意



当日OKの飲み放題付き
宴会コースも人気です



店長／大山さん

職人が串打ち、焼き上げをする 焼き鳥のお店

焼き鳥は毎日国産鳥をお店で一本一本串打ちしています。焼き鳥の他、唐揚げや餃子などの定番料理も人気です。飲み放題付き宴会コース2.5時間4000円(税込み)は人気のお料理7品と飲み放題が付いたお得なコースです。「ピッチャー代わりの『名物! やかんドリンク』もご好評いただいております」と、大山店長。

3F 焼き鳥ホームラン

日～木曜17:00～23:00、金・土曜、祝前日17:00～24:00
12/31(水)、1/1(木・祝) 休み。TEL0466-54-8884

詳細はこちら
<https://s-el.jp/e7/23>



家族や気の合う仲間と北
海道旅行気分を味わって



スタッフ／秋山さん

鮮度を見極め旬の食材・カニ・海鮮と 日本酒が楽しめる居酒屋

北海道を贅沢(ぜいたく)に満喫できる〃北海道愛食大使〃認定店。「素材から始まるおいしさを、真心のおもてなしで」がモットー。鮮度を見極め、素のままのおいしさを職人の感性と技で磨き上げた料理をくつろぎの空間で楽しめます。

2F 北の味紀行と地酒 北海道 藤沢駅前店

16:00～23:00(L.O.22:30)
不定休
TEL 0466-55-2566

HPはこちら

<https://s-el.jp/e7/28>

える読者特典

**1時間限定
飲み放題が880円**
2026年1/15(木)～31(土)
北の味紀行と地酒
北海道 藤沢駅前店



落ち着いた和空間で気の
合う仲間と乾杯を!



店長／鳥海さん

おいしい炉端焼き 各地の地酒が自慢の店

備長炭使用の炉端焼きと三崎漁港の新鮮な鮮魚はいかが? 静岡県網代の人気卸売り干物店ふじまから直送の干物を存分に堪能できます。旬の野菜や季節の地酒なども取りそろえています。70名以上が入る、お店の貸し切りもできます。

2F 炉ばた七福藤沢新店

13:00～23:00
12/31(水)、1/1(木・祝)・2(金)
休み
TEL0466-54-9225

詳細はこちら

<https://s-el.jp/e7/10>

える読者特典

ワンドリンクサービス
※1枚で6名様分
2025年12/30(火)まで
炉ばた七福藤沢新店



店長おすすめのコース料理
も用意しています



店長／津川さん

専門店にも負けない鉄鍋ギョーザ 格安生ビールは218円

安い、うまい、早い、三拍子そろった格安ビールと鉄鍋ギョーザの「3・6・5酒場 藤沢店」。生ビールは218円! 懐かしの手作りソースと渋谷発祥の3・6・5酒場がタッグを組んで作り上げた「元祖渋谷焼きそば」はお酒との相性抜群です。

M2F 3・6・5酒場 藤沢店

月～金曜、祝前日 15:00～23:00、
土・日曜、祝日 12:00～23:00
休みなし
TEL 0466-55-1593

詳細はこちら
<https://s-el.jp/e7/19>

える読者特典
**全ドリンク
最初一杯が55円**
2026年1/31(土)まで
3・6・5酒場 藤沢店



旬の食材にこだわった
季節メニューをこ賞味あれ



店長／渡邊さん

シニアはもちろん、若者や女性も 気軽に利用できる「ネオ大衆酒場」

大きめのだいこんにとろろこんぶを添えた名物「おでん大根」は、白だしでほくほく、早い時には20時前には売り切れる人気商品。「料理は全て手作り。具材には化学調味料は使用しない」のが身上。コの字カウンターで一人飲みも良し、テーブルで仲間とワイワイ楽しむも良し。シニアだけでなく、若者や女性まで誰でも気軽に利用できる「ネオ大衆酒場」です。

1F 大衆酒場 BEETLE藤沢店

11:30～24:00(L.O.食事23:00、ドリンク23:30)
TEL0466-53-8100

食べログ
はこちら

<https://s-el.jp/e7/05>



「ふぐの王様」と称される
極上のおいしさをぜひ!



店長／中浜さん

地魚とふぐ料理と地酒自慢の店 長崎五島列島直送

長崎五島列島直送の新鮮な魚が売りの寿司居酒屋「宗鯨」。おすすめは、産地直送の国産とらふぐ。「ふぐの王様」と称される極上の味わいが堪能できます。旬の素材を生かしたおいしい料理と地酒を味わいに行きたいお店です。

1F 寿司居酒屋 宗鯨

11:30～22:00(L.O.21:00)
ランチメニューは16:00まで
第2・第4月曜定休(12月を除く)
TEL0466-23-8771

Instagramは
こちら
<https://s-el.jp/e7/06>

える読者特典
ファーストドリンク無料
※地酒を除く 1枚につき4名様まで
2025年12/31(水)まで
寿司居酒屋 宗鯨



新鮮な海の幸が堪能でき
ますよ!



スタッフ／なみなさん

熟練職人が握る自慢の寿司や天ぷら 各種日本酒が楽しめる海鮮居酒屋

藤沢で海鮮を楽しむなら「いろは丸」へ。目利きスタッフが毎朝三崎などで直接仕入れてくる新鮮な魚介をお手頃価格で提供しています。刺身はもちろん、熟練職人が握る寿司が自慢。その他、天ぷらやおつまみ、こだわりの日本酒もそろいます。

1F 海鮮居酒屋いろは丸 藤沢店

11:30～24:00
12/31(水)～1/2(金) 休み
TEL 0466-25-9950

詳細はこちら
<https://s-el.jp/e7/24>

える読者特典
ワンドリンクサービス
※3名様限定。詳細は店頭で
ご確認ください
2026年1/31(土)まで
海鮮居酒屋いろは丸藤沢店



人気のベーコンエッグ
バーガーは満足度抜群!



店長代理／松尾さん

おなじみベーコンエッグバーガーと 味付きポテトのお店

1977年創業から受け継がれる、おなじみベーコンエッグバーガー。店内で一つ一つ手作りで焼き上げるベーコンエッグは香り高く、まろやかなタルタルソースと相性抜群な味わいです。

1F ファーストキッチン藤沢店

月～金曜 7:15～21:00、土・日曜、
祝日 8:00～21:00。不定休
TEL 0466-27-7383

HPはこちら

<https://s-el.jp/e7/20>

える読者特典

全品10%OFF
※一部商品を除く。詳細は店頭
でご確認ください
2026年1/31(土)まで
ファーストキッチン藤沢店



昭和レトロな店内でお客
さんみんな仲良しに!



店長／菊池さん

ふわとろのたこ焼き濃厚ソースと 超炭酸が刺激的はハイボール

「安い! うまい! 楽しい!」がモットー。ふわとろたこ焼きとキンキンに冷えたのと越しがたまらない超炭酸のハイボールが刺激的です。濃厚ソースでアツアツ、濃くうまハイボールで流しこんで。

1F タコとハイボール 藤沢店

10:00～23:00(L.O.22:00)
不定休
TEL なし

HPはこちら

<https://s-el.jp/e7/13>

える読者特典

**最初一杯
ハイボール100円**
※初来店に限る
2026年1/31(土)まで
タコとハイボール 藤沢店

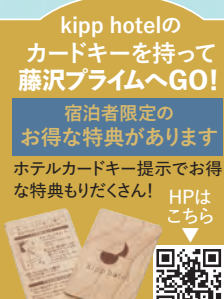


藤沢プライム
館長／坂本さん

藤沢プライムは、おいしく 楽しい時間を過ごせる 18のお店が大集合!

藤沢プライムは、1971年(昭和46年)に「緑屋藤沢店」としてオープンし、途中業態を変え、今は年間約100万人の来館がある総合飲食ビルです。さまざまな業種の飲食店があることから、家族の記念日から気の置けない仲間たちとの会食、仕事終わりのチョイ飲みやカラオケまで、あらゆるシー

ンに対応可能です。年末年始はぜひ藤沢プライムで楽しいひとときをお過ごしください。また藤沢プライムと一緒に盛り上げていただける地元の飲食店の方も募集中です! プライム管理室までお問い合わせください。
s-sakamoto@concerto-inc.jp



kipp hotelの
カードキーを持って
藤沢プライムへGO!

宿泊者限定の
お得な特典があります
ホテルカードキー提示でお得
な特典もたくさん! HPは
こちら



11/27(木)
正午まで

茅ヶ崎トラストビル1階
営業時間／10:00～18:00 〈毎週水曜・第三火曜定休〉

なんでええええええええ!!!

愛が重すぎたー

愛車の査定に奇跡を起こす!

奇跡査定センター

ディーラー査定との差額
2025年 10月 TOP10

神奈川県で昭和60年創業
11万台の実績! 車買取専門店

1 差額 65 万円

新車購入時の
ディーラー下取り価格

180 万円

奇跡の査定

245 万円

新車ハイエースの受注停止により中古車の需要高騰中!
20万キロでも30万キロでも値段ついています!

驚愕の1位

トヨタ
令和元年式
ハイエースバン
ロングスーパーGL50thアニバーサリーリミテッド



2 差額 51 万円

新車購入時の
ディーラー下取り価格

100 万円

奇跡の査定

151 万円

フォルクスワーゲン
令和3年式
Tロック TDIスタイル
デザインパッケージ



3 差額 40 万円

新車購入時の
ディーラー下取り価格

230 万円

奇跡の査定

270 万円

トヨタ 令和5年式
シエンタハイブリッド Z



順位	メーカー	年式	車種	グレード	ディーラー 下取り査定	奇跡の査定	差額
4	スバル	平成30年	XVハイブリッド	アドバンス	95 万円	133 万円	38 万円
5	ニッサン	令和元年	セレナeパワー	ハイウェイスターV	170 万円	206 万円	36 万円
6	ホンダ	令和5年	フィット	RS	120 万円	155 万円	35 万円
7	トヨタ	令和5年	RAV4ハイブリッド	アドベンチャー オフロードパッケージ2	360 万円	393 万円	33 万円
8	メルセデスベンツ	令和3年	GLBクラス	GLB200d AMGライン	220 万円	250 万円	30 万円
9	ホンダ	令和6年	ステップワゴン	スパーク	330 万円	360 万円	30 万円
10	トヨタ	令和2年	RAV4	アドベンチャー	180 万円	206 万円	26 万円

お客様との
お約束
4ヶ条

- 1) 相場一覧表を使用して、査定金額をきちんと説明します
- 2) お車に詳しくない方にもわかりやすく、丁寧に説明します
- 3) 契約の「お伺い」はしますが、「お願い」はしません
- 4) 売却後のトラブルゼロを常に目指します



みなさま、こんにちは。入社5年目、カーライフコンサルタントの加賀谷です。みなさまに最高のカーライフを過ごしていただけるよう、精一杯頑張らせていただきます。出張査定は全国どこでも伺います。ぜひお問合せください!

藤沢六会店 カーライフコンサルタント 加賀谷周作

愛車の査定UP
無料査定 (プレゼント付)



オンラインの無料査定でもれなく
QUOカード 1000円分プレゼント!
今すぐ売却予定のない方もOK!

PC▶ <https://s-el.jp/e/m>

応募資格は神奈川県にお住まいの方に限ります。

- ★愛車を高く売りたい方
- ★お得に乗り換えをしたい方

売却後も安心! 売り時を逃さない! 代車200台有ります

愛車の査定に奇跡を起こす!

奇跡査定センター

フリーダイヤル
0120-552-113

ここにいます

営業時間 10:00~19:00

定休日 火曜日 (祝祭日は営業)

車買取専門店

ISO9001取得企業
プライバシーマーク取得



HP

www.satei.net



スマホはこちら

《運営会社》 ENEOS 湘南

許可番号: 神奈川県公安委員会
古物売買許可番号 452660000292号

奇跡査定センター 藤沢六会本店
〒252-0813 神奈川県藤沢市亀井野2480-3



奇跡査定センター 藤沢橋店
〒251-0053 神奈川県藤沢市本町1-1-32



読者の
笑顔をお届けえるSmile^{☆☆} vol.31

忙しい日々の中でも

音楽に元気をもらっています

藤沢市在住 飯島 舞さん

単身赴任中の夫と二人の娘の4人家族。昔から音楽が大好きで、特にASIAN KUNG-FU GENERATIONが一番の笑顔の源です。湘南がモチーフになっている曲を聴きながらパワーをもらっています。趣味はハンドメイドで洋服などを作ること。休日は子どもと一緒に自転車に乗ってえのすい児児童館に行って日々楽しんでます。「やるからには何ごとにも楽しく」がモットー。

家計簿
コーチング子どもの教育費もかかる時期
保険の見直しはどうすればよい？

生命保険や火災保険などを見直して、教育費に回したいです。安くて保障内容が良いのが理想ですが、どの保険が一番良いのかわかりません。

相模原市・Oさん(52歳)、夫(53歳)、長男(19歳)、二男(17歳)

無駄を省き必要な保障を確保しながら家計全体のリスク管理を

50代の方から「保険料の負担が重いため、保険の見直しをしたい」というご相談はとてよくいただきます。保険を見直す際について意識してしまうのが「安くしたい」という気持ちですが、保険は“安ければ良い”ものではありません。重要なのは、必要な保障を、適正な保険料で確保できているかという点です。

■保険の見直しは、各種保障制度の確認から
まず確認したいのは、「保険ありき」で考えないこと。生命保険の場合、公的な遺族年金だけではなく、死亡退職金や弔慰金など勤務先独自の保障制度がないか確認したいですね。医療費についても、高額療養費制度や、勤務先の健康保険組合に付加給付制度があるケースもあり、一定額を超えた自己負担は軽減されます。こうした保障を把握した上で、「どこまでを民間の保険で備えるか」を考えることが大切です。また、すべてを保険で備えるのではなく、貯蓄で補える部分がないかも検討しましょう。たとえば入院やケガの一時的な出費は貯蓄で対応できる一方、世帯主に万一のことがあった場合の生活費など、家計へ

の影響が大きいリスクは保険で備える…。このように“リスクの大きさ”に応じた対策を取るのが、効率的な保険設計です。

■損害保険はリスクに応じた補償内容を選択

一方、火災保険や自動車保険などの損害保険は、損害発生時の経済的ダメージが大きいため、必要性が高い保険です。火災保険は、お住まいの地域のハザードマップを確認し、洪水や内水などのリスクに応じて補償内容を選びましょう。

■複数の保険会社の見積もりで内容と比較

そして、保険を選ぶ際は、1社の商品だけで判断せず、複数の保険会社を比較できる代理店で見積もりを取りましょう。保険料の差だけでなく、保障内容・支払い条件などを総合的に比較することで、自分たちに合ったプランが見えてきます。

保険の見直しは、単なる「節約」ではなく「家計全体のリスク管理」です。教育費の支出が続く今こそ、家計の優先順位を見直す好機です。無駄を省きながら、必要な保障をしっかりと確保することで、安心して子どもの将来を支えられる家計づくりにつながります。



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。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 ☎0466-52-7449
✉info@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

謎解きキュンとするまち。藤沢
～一通の手紙から始まるストーリー～

日時 12/4(木)まで、現地確認時間10:00～17:00
会場 藤沢市内各所

専用LINE上で展開される物語に沿って、藤沢市内のさまざまな場所を巡り、現地の建物や看板などを手がかりに謎を解いていくイベントです。参加費無料。詳細、LINE追加はQRコードから確認→ 藤沢市広報シティプロモーション課 TEL 0466-50-3500

谷川俊太郎×葉祥明
絵本『かみさまへのてがみ』展

日時 2026年1/16(金)までの10:00～17:00
(入館は16:30まで、12/30～1/2は16:00閉館)
会場 北鎌倉 葉祥明美術館(鎌倉市山ノ内318-4)

『かみさまへのてがみ』はアメリカの新聞に掲載された子どもたちからかみさまへの手紙をまとめた本で、日本で出版される際に谷川俊太郎が翻訳、葉祥明が挿絵を担当しました。優しく、子どもの感性が伝わってくる作品を紹介します。入館料大人600円ほか。
☎北鎌倉 葉祥明美術館 TEL 0467-24-4860

湘南交響吹奏楽団グランドシップ
冬の音楽会 2025

日時 11/30(日) 14:00開演(13:15開場)
会場 藤沢市民会館 大ホール(藤沢市鶴沼東8-1)

湘南地区を中心に活動している市民吹奏楽団の演奏会。岡田友弘さん指揮による。A.メンケン/arr.鈴木英史「魔法にかけられて」他を演奏します。親しみやすく心躍る、カジュアルでポップな音楽を届けます。入場無料。全席自由席。☎湘南交響吹奏楽団グランドシップ演奏会事務局 ☐gs_concert_dept@grandship.com

遊行寺ライトアップ「遊行の光」
～藤沢を照らす荘厳～

日時 12/6(土)～14(日) 16:30～20:00
会場 遊行寺境内(藤沢市西富1-8-1)

荘厳(しょうごん)とは美しく、厳かに飾ることの意味。遊行寺が誇る大イチョウや本堂、いろは坂などの景観を、それぞれ年月を経た風合い、木々が織りなす陰影など個々が放つ光を厳かに照らします。「遊行の夜市」として、魅力的な飲食ブースも出店予定。入場無料。☎遊行の光実行委員会 TEL 0466-22-2063



Present ☆・+・☆ ☆・+・☆ ☆・+・☆ 読者プレゼント

期間限定！「イタリー湘南店」の人気商品
イタリアで人気のボンファンティ社パネットーネを

10名様

イタリアの料理や食材を取り扱う「イタリー湘南店」では、11/19(水)からクリスマスまでの期間、数量限定でパネットーネを販売中です。パネットーネは、イタリアのクリスマスには欠かせないミラノ発祥の発酵菓子パン。小麦粉、天然酵母、卵、バターから作られた生地をベースに、伝統的なものから現代的なものまで、さまざまなフレーバーが勢ぞろいしています。

★ボンファンティ社 パネットーネ/洋梨&チョコレート(5280円・500g)を10名様に



伝統的な製法で作られたオリジナルの生地と砂糖漬けの洋梨、ダークチョコレートのリッチで絶妙な組み合わせを楽しんで！

※12/10(水)～25(木)にテラスモール湘南のイタリー湘南店で受け取り可能な方に限ります

応募受付期間
11/19(水)
～12/5(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 ⑫2025年あなたのトップニュースは!? (できれば笑えるもの) 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「11/22号プレゼント」係へ。☎0466-52-7449 URL=https://s-el.jp/77/pa ※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12/20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▼



10/25号

読者プレゼント
当選者発表

「キリン 午後の紅茶 FRUITS & ICE TEA」オレンジとグレープフルーツ：すずめさん(藤沢市善行団地)、ピリちゃんさん(藤沢市並木台)、ななちゃんさん(茅ヶ崎市みずき)／白ぶどうとレモン：ココモツさん(藤沢市藤沢)、ミッキーさん(藤沢市辻堂西海岸)、サムさん(寒川町) 以上6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

12月6日号は

- ・今年のヒット商品&来年の注目商品
- ・読者に聞きました「どうしても捨てられないものは何？」

えるSmile^{☆☆}に登場してくれる方を募集！

紙面に笑顔をお届け

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



https://s-el.jp/es



／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、店頭で設置してくだ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

湘南
える
みっけ！

11/30 (日) まで買い取り額10%UP

「OPEN4周年記念キャンペーン」開催 おたからや湘南藤沢オーパ店・辻堂北口店



藤沢駅南口徒歩1分の湘南藤沢オーパ3階「おたからや湘南藤沢オーパ店」では、「OPEN4周年記念キャンペーン」を11/30(日)まで開催中。「えるを見た」で買い取り額が通常の10%UPに(一部対象外あり)。湘南藤沢オーパ店・辻堂北口店・寒川駅前店の3店舗で利用可能。「金の店頭小売価格が2万円を突破し、金を売するのにベストなタイミングに査定します」と後藤代表 です。片方なくして捨てようと思っていたピアス、チェーンが切れたネックレスが数万円〜数十万円になった事例も多数あります」と代表の後藤さん。

【買取品目の一例】
金・プラチナなどの貴金属、ダイヤモンド・宝石類、ブランドバッグ、ブランド時計、洋酒、切手・テレカ・商品券など



■湘南藤沢オーパ店
TEL 0466-90-5900

藤沢市南藤沢22-3、
湘南藤沢オーパ3階
営業時間10:00~21:00
(18:30~21:00は予約制)、
年中無休



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

■辻堂北口店
TEL 0466-47-9333

藤沢市辻堂新町1-6-35、
食品館あおば1階
営業時間10:30~17:30、
不定休



https://s-el.jp/s/ot

(古物商番号 神奈川県公安委員会第4526700009695号、酒類番号 藤法第63号)

今夜は
おぎ焼き
しない?

年に一度のイイニクの日

精肉
対面コーナー
全品レジにて

29%OFF

肉の市

11/29(土)
開店~閉店

銘柄牛・
たかぎ厳選和牛
ほか各種ブランド
精肉をご用意し
ております。

※売り切れの際はご容赦ください。
※一部の割引商品は除きます。 ※写真はイメージです。

タカギフーズ テラスモール湘南店
営/10:00~21:00
TEL 0466-38-1892 テラスモール湘南 1F 湘南マルシェ

楽しく一緒に働けるスタッフも募集中! タカギフーズ 検索

【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、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 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)デンソーウェアの登録商標です
◆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



左=富士海湯・高温湯
(写真は男湯)。上=外
観と2F屋外プール (10
~3月休業)



湘南 RESORT SPA
竜泉寺の湯
湘南茅ヶ崎店

◆茅ヶ崎市巾島1339-1 TEL 0467-57-2641

「湘南RESORT SPA 竜泉寺の湯湘南茅ヶ崎店」は今年9月にリニューアル!心地良いアロマが香るオートローリュ(女性)や30分に1回の14連バス・カサウナ(男性)が登場。ととのいスペースもさらに充実し、グレードアップしました。定評のある高濃度炭酸泉や天然温泉「富士見の岩湯」や「美泡の壺」、アロマ岩盤浴などで心地良い一日を。多彩なボディーケア、コワーキングスペースも魅力です。

入浴料金
平日=大人(中学生以上) 980円、小学生 400円、幼児無料 土日祝日=大人1100円、小学生400円、幼児無料
※幼児は4歳以上
営業時間=5:00~翌2:00



https://s-el.jp/e/7/32

江の島アイランドスパ
◆藤沢市江の島2-1-6 TEL 0466-29-0688

温泉と多彩なプールを有する「江の島アイランドスパ」。目の前に絶景が広がる「富士海湯(ふじみゆ)」は高温湯(源泉使用)、冷泉、人工の高濃度炭酸泉に分かれています。1階洞窟エリアの水着着用・男女共用サウナで行われるアウフグースも人気。館内はリラクゼーション施設、カフェ、眺望良好のレストランがそろいます。



ランチセット(イメージ)

料金の一例

ワンテイスパ=大人 3150円から、小学生=1500円から

小学生は同性の保護者要同伴。未就学児は温泉・プール利用不可(レストランは利用可)
営業時間=温泉7:00~21:00(最終受付20:00)、プール(10~3月)10:00~18:00、月・木曜休
※12/8(月)~11日(木)休館



https://s-el.jp/e/7/31



左=らくの湯。上=奥湯河原の湯大浴場

湘南台温泉 らく
◆藤沢市湘南台2-7-5 TEL 0466-43-1126

湘南台駅西口A・C出口から徒歩2分。万葉集にも詠まれている奥湯河原の湯が現地から毎日直送される「湘南台温泉らく」は11/22(土)リニューアルオープンし、さらに快適になります!

屋上の露天風呂とサウナ、2階のお休み処などが充実。1階の「百年ダイニング」で自慢の料理を味わったり、一日のんびり過ごせます。



https://s-el.jp/e/7/33

入浴料金の一例

一般入浴コース(中学生以上) 平日880円、土日祝日980円
早朝入浴コース、夜間入浴コース、夜間ひとっ風呂、こども入浴コース(3~11歳)なども用意
営業時間=10:00~翌9:00。第3月曜休

湯
11/26は
「いい風呂の日」

ゆったり ポカポカ
あったまろう!
ゆったり! 地元の4施設を紹介しします。
冬はあったかいお風呂で手足を伸ばして
ゆったり!

Present

読者プレゼント
があります!
詳細は10ページ

湘南 嵯峨湯乃市
柄沢店
◆藤沢市柄沢2-4-1 TEL 0466-26-2614

「湘南嵯峨(きさい)湯乃市柄沢店」のお風呂は体がほかほか温まります。天然マグネシウム含有の高濃度炭酸泉にミネラルたっぷりのイスラエルの死海の塩をプラス。マッサージ浴やスーパージェットバスも好評です。癒やし処では多彩なボディーケアで快適に。おながか空いたら「湯けむりレストラン」で季節に合わせた食事をおつまみも豊富にそろい、子ども向けのメニューもあります。



https://s-el.jp/e/7/34

入館料金

平日=大人1000円、小学生500円、幼児200円。土日祝日=大人1200円、小学生600円、幼児300円
営業時間=平日10:00~23:00、土日祝日 8:00~23:00。第3水曜休



料理の一例

鎌倉山でクリスマス

12/23(火)・24(水)・25(木)

ご予約承り中
コース詳細は下記QRコードよりご確認ください

TEPPAN GRILL
鎌倉山
KAMAKURAYAMA

HPはこちら

〒251-0055 藤沢市南藤沢2-1-2
ザ・プライムビル7F

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

Xmas ランチ特別コース
17,600円(税込)

Xmas ディナー I
19,800円(税込)

Xmas ディナー II
26,400円(税込)

Xmasディナーのご予約は二部制となります(第一部17:30~)(第二部19:00~)

コース詳細

https://s-el.jp/e/7/35