



# 湘南える

Vol.152  
2026年2月14日

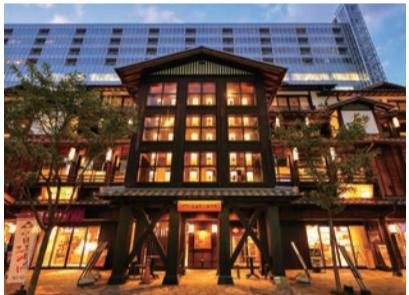


読者プレゼント

駅直結「ミナカ小田原」  
地元グルメやお土産に  
館内利用券3000円分を

5名様

まつた複合商業施設で使える!  
小田原駅東口直結 地元の魅力が詰



>>> 詳細は11ページ

## 今号のTOPICS

- 2・3 ちょこっとお出かけ  
早春の小田原
- 4 江ノ電、20年ぶりの新型車両は  
未来志向のデザイン
- 12 余りがちなお餅を使って  
お餅アレンジ簡単レシピ

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。発行週の火～

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

思う誰かを今日も  
odakyu

相模鉄道

江ノ島電鉄

JR 東日本

小田急電鉄

鉄道5社が大集合!!

藤沢 ODAKYU湘南GATE

鉄道フェスティバル

2/21 SAT  
2/22 & SUN

こども駅長なりきり撮影会  
好きな鉄道の制服を着てパネルの前で写真を撮ろう!

キャラクターグリーティング  
人気キャラクターたちに会いに行こう!

鉄道グッズ販売  
相模鉄道は21・ロマンスカー ミュージアムは22日のみの販売

Nゲージを走らせよう!

22日のみ  
ロマンスカーミュージアム缶バッジづくり

ロマンスカースタンプラリー  
スタンプを集めてオリジナルステッカーをもらおう!

ODAKYU 湘南 GATE

〒251-8570  
神奈川県藤沢市南藤沢21-1  
TEL.0466-27-6000 (代表)  
<https://www.odakyu-sc.com/shonan-gate>

詳細はこちら

QRコード

ちょこっと  
お出かけ

湘南える読者発

# 早春の小田原



\えるレポーター

一日お休みがあったら近くで楽しい小田原にお出かけしませんか。定番スポットに加えて、ちょっと通な情報を、読者の声を中心に入れるレポーターの2人と紹介します。

## 季節ごとに楽しい お城散策

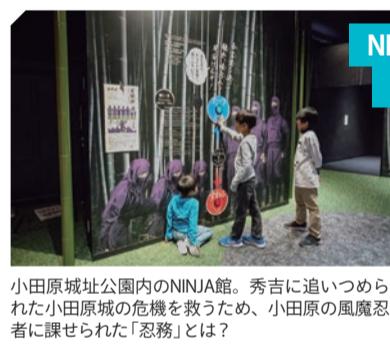


小田原城  
HPは  
こちら



<https://s-el.jp/d6/14>

小田原駅直結の「ミナカ小田原」1~3階は江戸情緒漂う「新城下町」エリア。小田原のグルメやお土産品が集結し、ワクワク気分に。3階の金次郎広場には二宮金次郎夫妻の銅像があります。タワー棟14階には相模湾と小田原城を望む足湯庭園があります。



### NINJA館で ワクワク忍者体験

おさんと一緒に小田原城址公園に行くなら「小田原城NINJA館」はぜひ立ち寄りたいスポットです。戦国北条氏を陰で支えたといわれる風魔忍者のことを楽しく学べる、人気の体験型の施設です。

ステキなお店が  
いっぱい!



▲えるレポーター:  
Askaさん

## 心ひかれる 地元の味

### かまぼこ通りで グルメ散歩

小田原市  
本町・浜町  
多種類のかまぼこを  
楽しめる「小田原  
かまぼこ通り」。か  
まぼこ店の他、干物  
店、かつおぶし店、  
料亭、飲食店、和  
菓子店なども軒を連  
ねています。



| 小田原市本町2-1-30 |  
1983年創業の「だるま  
料理店」で人気の天丼。  
遠方から通うファンも多数。



| 小田原市栄町2-2-2 |  
あんがぎっしり。「守谷製パン店」のあ  
んパン。朝8:00から営業。

### 魚のテーマパーク 漁港の駅「TOTOCO(トトコ)小田原」

| 小田原市早川1-28 |  
小田原漁港・小田原魚市場直送の多彩な海鮮グルメを味  
わえます。1600種類の地場物産品も販売。



| 小田原市浜町3-11-30 |  
「小田原かまぼこ通り」にある「小田原お  
でん本店」。種類豊富な練り物をはじめ  
とした豊富な具材が魅力。だしのうまみ  
も格別です。



本店 | 小田原市栄町1-14-5 |  
焼き鳥と釜めしの専門店「相州鳥ぎ  
ん」の焼き鳥は甘味を抑えたタレが美味。  
本店の他、駅前店や下曾我店も。



| 小田原市城内8-10 |  
「きんじろうカフェ」は小田原城址公園  
の報徳二宮神社内の緑に囲まれた癒やし  
の空間。きんじろうサブレ付きソフトが  
かわいい! 江戸時代に金次郎が食べて  
いた食事「呉汁」なども楽しめます。



イベント交流スペース「金次郎広場」は、郷土の偉人、二宮金次郎にちなんで名づけられた広場

#### ■問い合わせ

**TEL 0465-22-1000**

<https://www.minaka-odawara.jp/>

小田原市栄町1-1-15

営業時間 10:00~20:00、レストラン11:00~21:00

※店舗により異なるので、詳しくはHPで確認を

西湘フードスタジアム/小田原ちょうちん横丁11:00~22:00

14階無料展望足湯庭園10:00~20:00

駐車場 64台

**ミナカ小田原2・3月のイベント情報**

- ▶2/23(月・祝)ジャズフェス in minaka
- ▶3/29(日)大磯マーチングバンド マリンエンジェルス演奏会
- ▶2月猿まわし公演  
2/11(水・祝)・21(土)・22(日)・28(土)  
※10:00~不定期公演となります

HPは  
こちら  
<https://s-el.jp/d6/10>

「ミナカ小田原」ってどんなところ？ 小田原駅東口直結のマルチな魅力スポット

# 小田原に遊びに行くならココをチェック！

## ミナカ小田原



14階「展望足湯庭園」は、箱根湯本の天然温泉に足を浸しながら、小田原城天守閣展望デッキから同じような眺望を無料で楽しめます

「ミナカ小田原」は、小田原駅東口直結でアクセスが良好な、小田原の魅力がギュギュッと詰まった複合商業施設。お食事、お買い物、足湯と一日過ごすことができます。

藤沢から電車で約30分と、思い立ったらいで出かけられるのがうれしい小田原。日帰りでも、旅気分を味わえます。

地元ならではの食事もお土産もやグルメを堪能できる店舗が勢ぞろい。14階「展望足湯庭園」では、相模湾を見渡す絶景を楽しみながら無料で疲れを癒やすことができますね。

やさしいですね。

ながら、無料で疲れを癒すことができますね。



## 2026年度から運用開始へ 江ノ電、20年ぶりの新型車両 「700形」・新制服をお披露目

江ノ島電鉄



新制服着用モデルとなった江ノ島電鉄株式会社の船見格之介さん（左）と近藤梨沙さん（右）

新型車両の導入に合わせ、駅係員や乗務員の制服も一新されます。新制服は、都会的で洗練されたデザインが特徴です。湘南の海をイメージさせるストライプシャツと波柄のネクタイの組み合せとなつており、右袖には江ノ電のロゴマークのワッペンがあしらわれています。

環境に配慮し、天然素材ウールとバイオ由来繊維・再生ペットボトルを組み合わせたハイブリット素材を採用。ストレッチ性のある作りで動きやすさと着心地が向上しました。700形デビューに合わせて導入される予定で、期待が高まります。

### 江ノ電の新象徴となる新制服は 湘南イメージの爽やかなデザイン



1月16日、江ノ島電鉄株式会社（本社・神奈川県藤沢市、黒田聰社長）は、次世代を担う新型車両「700形」とリニューアルされる新制服の合

同お披露目式を行いました。同社にとって新車の導入は、2006年に登

場した「500形」以来、約20年ぶりの大きな節目となります。新型車両は、長年親しまれてきた現行の「1000形」に代わる車両として、2026年度からの運用開

始を予定。新型車両のコンセプトは、「日常から非

NODEN」。沿線住民

の足としての役割と、観光客が抱く高揚感の両立を目指します。

外観は、大きく傾斜した前面ガラスとシャープな「アイライン」が特徴

のモダンなデザインで、前面ガラスの拡大により

運転席からの視界だけではなく、乗客からの眺望も大幅に向かっています。

車体製造を担当した総合車両製作所の照井英之

社長は、「江ノ電特有の連接台車や、複雑な前面

形状の加工は技術的に非常に難易度が高く、まさに職人冥利（みょうり）に尽きる仕事だった」と、そのこだわりを語り

ました。また、式典に出席した黒田社長は、「江ノ電の価値は移動だけでなく、地域

に根差したサービスをさらに進化させていった

い」と、2026年度の始動に向けた決意を述べ

ました。湘南の街に新たな彩りを添える「700

形」の登場は、沿線の新たな魅力となることが期待されます。

また、2月21日（土）

まで、寒い時期のガーデンをさまざまな彩りで魅了する「パンジーとビオラ展」を初開催します。

パンジーとビオラ。定番から最新の品種まで、たくさん咲きます。屋内

展示室では約100品種に新しい品種が生まれ、進化が止まらないパンジーとビオラ。定番から最新の品種まで、たく

さん咲きます。屋内

展示室では約100品種に新しい品種が生まれ、進化が止まらないパン





**さるちゃん**  
自然とコミュニティの輪に入ったり、障害の有無関わらず、人とふれあいがたりするとき



**けいちゃん(左)**  
仲の良い友達と話しているとき  
**やまちゃん**  
豚骨ラーメンとか、おいしいものを食べているとき



**エレキムチさん**  
しょうゆ味のおせんべいなど、おいしいものを食べたとき



**こせいさん(左)**  
好きなアーティスト(かいりきペア)のライブ  
**ほどりさん**  
自作ゲーム(ポケセルゲーム)で他の人が遊んでいるとき



## 慶應義塾大学 湘南藤沢キャンパス スペシャル②

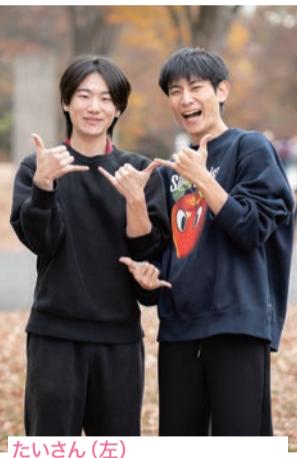
前号に続き、昨秋「SFCオープンキャンパス」が実施されていた慶應義塾大学湘南藤沢キャンパスで笑顔をキャッチ！ どんなときに笑顔になるか教えてもらいました。



**キララさん(左)**  
友人に面白いと言われたとき  
**リアナさん**  
学校で友達と目が合ったとき



**(左上から時計回りに)**  
**Cさん** 人助けしたとき  
**Hさん** おいしいごはん(白米大好き)を食べたとき  
**Rさん** 自分の周りの幸せを感じられたとき  
**Kさん** ランニングの後の達成感を味わっているとき



**たいさん(左)**  
友達とくだらないことを話しているとき  
**ともさん**  
サークルのグループLINEの写真を見返しているとき



**こせいさん(左)**  
仕事で思いもよらない成功をしたとき  
**ごうさん**  
持っている株が急に上がったとき



**ダーウィンさん**  
おいしいもの(えびラーメン)を食べているとき



**パンブキングさん**  
3Dプリンターでうまく造形ができたとしてワクワクするとき



**ケイちゃん**  
自分の理想が現実になったとき



**あけみさん**  
私はいつも笑顔で生活しています



**(2人で)みつみーさん**  
深夜にアイスとか、一緒においしいものを食べたとき



**あさん(左)、わさん**  
2人でイタリアンを食べたとき



**はるさん(左)**  
バンド活動をしていて、ライブ中に楽しくて笑います  
**りょうたさん**  
友達とゲームや彼女の話をしているとき

湘南のイベントをお届け！

## 情報パレット

### エノシマトレジャー —聖竜騎士の試練に挑みし者たち—

日時 3/31(火)までの9:00~17:00  
会場 江の島、片瀬周辺

参加冊子に描かれている謎を解読し、エリア内に隠された宝を探し出す屋外周遊型リアル宝探しゲームを開催中。参加冊子配布場所:藤沢市観光センター、片瀬江の島観光案内所、小田急片瀬江ノ島駅他。参加無料。  
藤沢市観光センター TEL 0466-22-4141



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2000円以下のもの。掲載料無料。掲載の場合のみ連絡

### 湘南パン祭り 2026

日時 2/22(日) 10:00~15:00  
※雨天時は3/1(日)に延期  
会場 辻堂海浜公園芝生広場(藤沢市辻堂西海岸3-2)

湘南エリアを中心  
に50店舗のパン屋さん  
が集結！ 人気店  
や隠れた名店に出来  
れるチャンス。なかなか  
食べられない個性  
豊かで魅力的なパンを一度に味わい、楽しめ  
ます。入場無料。詳細・出店情報は右  
記QRコードで確認を。辻堂海浜公園  
管理事務所 TEL 0466-34-0011



### 藤沢 鉄道フェスタ

日時 2/21(土)・22(日) 10:00~16:00  
会場 ODAKYU 湘南 GATE 7階イベントスクエア他  
(藤沢市南藤沢21-1)

藤沢市に路線を持つ鉄道5社(小田急、江ノ電、JR、相鉄、湘南モノレール)の合同イベント。鉄道5社がそろいうイベントでは過去最大規模。子ども向けの「なりきり駅長体験」や「巨大Nゲージの運転体験と展示」、人気キャラクターも登場し、親子で楽しめる2日間です。詳細は右記 QRコードから確認を。ODAKYU 湘南 GATE TEL 0466-27-6000



### 湘南花の展覧会

日時 2/28(土) 10:00~17:00(展覧会)  
10:00~15:00(来場者投票)  
3/1(日) 11:00~13:00(出品物販売会)  
※10:00から整理券配布

会場 道の駅湘南ちがさき(茅ヶ崎市柳島1546-1)  
藤沢市、茅ヶ崎市、寒川町で生産された花が集う展  
覧会を今年は道の駅湘南ちがさきで開催します。2/28  
(土)には、クイズラリーや寄せ植え体験(10:30、11:30、  
13:30/参加費1000円)も。湘南花の展覧会実行委員会  
TEL 0466-50-3532(藤沢市農業水産課)

### えるレポーター meriさん

## 人が集いつながる スパイスカレーのカフェ

茅ヶ崎の「ヒトヤスミカフェ Shore Living」を紹介します。一番人気はブラックペッパークリーミーのあいがけカレー。10種類以上のスパイスがしっかり効きつつ食べやすい優しい味です。ポークキーマにチーズをのせた焼きチーズカレーもペロリといけちゃうおいしさ。アチャール(インド風総菜)も楽しみの一つ。3種のピュアスムージーやデザート、スパムおにぎりなどの軽食、お酒類とどれも食材にこだわっていて目移りしちゃう。ハーフサイズのカレーヤルをテイクアウトできるのもうれしい。イベントやさまざまなワークショップも開催していて、人が集いつながるスパイスカレーのカフェです。



えるレポーター Meriさん



焼きチーズカレーまたは2種のあいがけカレーとドリンクのセットで1300円

### ヒトヤスミカフェ Shore Living (ショアリビング)

TEL 0467-67-6947  
11:00~18:00、水・金・土曜  
営業。茅ヶ崎市東海岸南  
3-2-701。※2月は休み、再  
開はInstagramで確認を



### えるレポの「ココ好き！」

### えるレポーター Miaさん

## 一品料理も豊富にそろう 辻堂の本格四川中華店

おいしい中華が食べたい！と思う時がありますよね。そんな時に行きたいのが、辻堂にある「彩えん坊」です。チキンヤオロースや酢豚など定番の中華はもちろんおすすめですが、今回紹介したいのが一番の看板メニュー、「羊の背骨とクミン辛味噌(みそ)煮込み」です。シェフ得意とする四川料理でさまざまなスパイスの香りとほろほろの羊肉に、コクのあるヌードルはクセになるおいしさです。辛さも通常から3辛まで調整でき、プラス200円でご飯や春雨、麺も選べて、自分好みにアレンジできるのもいいですね。体もとても温まりますよ。ほかにも一品料理やご飯もの、お酒もメニュー豊富にそろっています。



えるレポーター Miaさん



「羊の背骨とクミン辛味噌(みそ)煮込み」1408円。写真的ご飯は別料金です

### 中華旬館 彩えん坊 (ちゅうかくじゅんかんさいえんぼう)

TEL 0466-52-7822  
11:00~15:00(L.O.14:30)、  
17:00~23:00(L.O.22:30)。  
休みなし。藤沢市辻堂元町  
3-15-25。駐車場あり  
https://s-el.jp/d6/01



**たのseq  
プログラム!**

なぎさの体験学習館は入場無料  
プログラムの詳細・参加方法はHPへ  
<https://s-el.jp/e-ex>

新江ノ島水族館  
なぎさの体験学習館  
TEL 0466-29-9960  
藤沢市片瀬海岸2-19-1

開催時間や  
申し込みは  
こちら!

QRコード

いつでもワークショップ  
サンゴで作ろう サンキューカード  
2/17(火)~3/6(金)

相模湾にも生息しているサンゴの仲間「キクメイシ」などのサンゴの骨格を使って、サンゴ模様を写し取ったカラフルなマグネットを2つ作りましょう。1つはプレゼントしたり、交換してペアで持っているのもおすすめです。  
※予約不要。参加費150円

ちょっぴりワークショップ  
サンゴマグネット♡♡  
2/15(日)まで

「サンゴ」を使って、心を込めたサンキューカードを作成してみませんか。サンゴ模様を海の生き物に見立てて、えのすいで思い出を書き添えるのもいいかも。オリジナルのカードを作成して、大切な人に届けましょう。  
※土・日曜、祝日は要事前予約。参加無料

サンゴマグネット♡♡  
作品イメージ  
サンゴマグネット♡♡  
サンゴで作ろうサンキューカード  
サンゴで作ろうサンキューカード  
サンゴマグネット♡♡  
作品イメージ

## 「思い出いっぱいの市民会館」に感謝を込めて 2/26(木)「ありがとうフェスティバル」開催 元PRINCESS PRINCESS・富田京子さんインタビュー



3月末で建て替えたため、一時閉館になる藤沢市民会館。その歴史に感謝を捧げるとともに、新しい門出を祝う記念イベント「ありがとうフェスティバル」にじの彼方へ

が2月26日(木)に開催されます。地元ゆかりのアーティストのステージの他、新堀ギター・オーケストラの演奏とともに子どもたちの合唱も見どころです。藤沢市出身でイベントに

も出演する元プリンセス富田京子さん

に藤沢市民会館の思い出などをお聞きしました。

「中学時代に吹奏楽部に行行ったのも、成人式

で舞台に上がったのが最

初。それから初めてライ

ブに行行ったのも、

も市民会館。思い出がたくさんあります。みなさ

い瞬間になると思いま

す。客席から大声で歌つ

てくれ」と富田さん。

場中に集まつての『に

じ』の大合唱は素晴らし

いかったです。私が会

てください』と富田さん。

チケット販売など、詳細

はQRコードから。

も市会館。思い出がたくさんあります。みなさ

い瞬間になると思いま

す。客席から大声で歌つ

てくれ」と富田さん。

場中に集まつての『に

じ』の大合唱は素晴らし

いかったです。私が会

てください』と富田さん。

チケット販売など、詳細

はQRコードから。

も市会館。思い出がたくさんあります。みなさ

い瞬間になると思いま

す。客席から大声で歌つ

てくれ」と富田さん。

チケット販売など、詳細

はQRコードから。

も市会館。思い出がたくさんあります。みなさ

い瞬間になると思いま

す。客席から



神奈川県で昭和60年創業 奇跡査定センター 11万台の実績! 車買取専門店

# CLE最高♪ キャンピングカーで 思い出を作ろう!

今回使った車は  
**トヨタ『カムロード』**  
会員様向けにキャンピングカーの  
レンタルを始める予定です。

※弊社をご利用頂いた方向けに会員サービスを開始予定

フルサイズキャンピングカー(アメ車ベースやバスベース)に比べ、やや小ぶりなサイズで、車幅や長さもミニバン位のサイズ感。  
ただし注意したいのは、高さが約2.8mあるため、商業施設の立体駐車場など、進入できない場所があるということ。※立体駐車場の多くは高さ2.1m~2.3mくらい

## ◎カムロードの諸元データ◎

全長485cm×全幅174cm×全高275cm、排気量1990cc  
乗車定員7名(就寝定員6名)。実際は快適に寝られるのは大人4人くらい。  
※シートベルト式チャイルドシートなら装着可能(回転式は不可)



シンク、ガスコンロ、電子レンジ、エアコン、換気扇、テレビモニター、テーブル、冷蔵庫、ベッドと、装備が充実しています。各窓にカーテンも付いており、プライバシーも守られるため安心でした！

## 【1日目】

- 17:30 奇跡査定センター藤沢橋店にて  
キャンピングカーレンタル
- 18:30 PICAさがみ湖オートキャンプサイト➡➡➡  
チェックイン
- 19:00 さがみ湖温泉うりで入浴&夜ごはん
- 22:00 PICAさがみ湖オートキャンプサイトにて車中泊  
(曇りで星空は見えず(ー; ω; )…)



## 【2日目】

- 5:00 起床
- 5:30 朝ごはん(コンビニごはんをレンジでチン♪)
- 6:00 ワカサギ釣り(相模湖 柴田ボートさん)➡➡➡
- 9:30 車中で仮眠(いつでも休憩できてうれしい!)
- 11:00 さがみ湖MORIMORI(旧プレジャーフォレスト)
- 16:00 亀ヶ池八幡宮
- 18:30 キャンピングカー返却



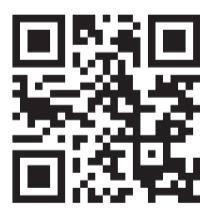
## CLE(カーライフエモーション)とは?

乗って楽しい、ワクワク感=心理的な満足度  
カーライフにおける心の満足度を CLE と言います

CLEは車を移動手段と捉えるだけでなく、家族や友人との思い出作りや、生活の彩りの一部とし、好きな車に乗る時に感じる「ワクワクする気持ち」を大切にした『心の満足度』を重視するカーライフの考え方です。奇跡査定センターでは、この「カーライフエモーション」と「カーライフコスト」のバランスを考えた車選びのご提案を、カーライフコンサルタントが行っています。

愛車の査定UP  
無料査定(プレゼント付)

PC <https://s-el.jp/e/m>



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!  
今すぐ売却予定の方もOK!

応募資格は神奈川県にお住まいの方に限ります。

愛車の査定に奇跡を起こす!  
**奇跡査定センター**



0120-552-113

HP [www.satei.net](http://www.satei.net)



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



★愛車を高く売りたい方  
★お得に乗り換えをしたい方



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



奇跡査定センター 藤沢駅

〒251-0053 神奈川県藤沢市本町1-1-32



営業時間 10:00~19:00

定休日 火曜日(祝祭日は営業)

《運営会社》**E** エコノミー湘南

ISO9001取得企業  
プライバシーマーク取得

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



☆ 玖末の星占い  
2/16月～22日

牡羊座…6位 共通の趣味仲間や友人とのトラブルに注意。静かな場所で過ごす時間が吉

牡牛座…4位 地域のつながりで忙しくなりそう。知識豊富な知人の力を借りよう

双子座…10位 年上の人が親身に話を聞いてくれるはず。古民家が開運スポット

蟹座…2位 自己満足かも…とためらわずに思い切って行動を起こせば喜んでくれる人がいる

獅子座…12位 本身の自分とかけ離れたうそや嘘など柔軟に対応できる準備をしておこう

乙女座…8位 計画の変更が必要な時。代替えがかかるので周囲に誤解されてしまうかも

天秤座…11位 た人間関係の中で、いるだけでも仲間に安心感を与える中心的存在に

蠍座…3位 の健康管理に頼らず、専門家の判断を仰ぎ適切な対応を心がけよう

射手座…9位 流行への反応が早く、安易にはトラブルに注意

山羊座…5位 金を注ぎ込んでしまうかも。買い物は慎重に

水瓶座…7位 金運は良いがアクシデントに伴う出費が予想以上になるかも

魚座…1位 いよいよ勇気を出してチャレンジすることが成功への最短距離になるはず

魚座…1位 いよいよ勇気を出してチャレンジすることが成功への最短距離になるはず

牡羊座…7位 他人の誘いに乗りやすい時。詐欺や誤報に気をつけ、迷つたらやめて吉

牡牛座…4位 もフレンドリーになれるが、本音で付き合える人は古くからの友人

双子座…8位 誰とで競争するかも近所付き合いの中で指示者や指導する立場に置かれ

蟹座…3位 幸せにしたい気持ちで行動すると自分の幸福度もアップ。支援者あり

獅子座…12位 社会の常識に従おう。自分の都合を優先すると後にその重ねることに

乙女座…9位 八方美人と思われるのは本気で考へていらない証拠。ラツキーカラーは空色

天秤座…11位 小さなミスや不手際が気になる時。皮肉を言つてしまい後悔するかも

蠍座…2位 思い入れを尊重してくれる人に分を惜しげなくしてくる

射手座…10位 アーバストが吉。何から始めると思ひ込みが強く、自ら子どものように無邪気にならぬるかを基準に

山羊座…5位 どんな事も周囲から孤立も

水瓶座…6位 のうちに頑固になり気付かぬまま

魚座…1位 笑顔で開運あり

牡羊座…7位 他の人の説いに乗りやすい時。詐欺や誤報に気をつけ、迷つたらやめて吉

牡牛座…4位 静かな場所で過ごす時間が吉

双子座…8位 地域のつながりで忙しくなりそう。知識豊富な知人の力を借りよう

蟹座…2位 仕事や地域のつながりで忙しくなりそう。知識豊富な知人の力を借りよう

獅子座…12位 古民家が開運スポット

乙女座…8位 年上の人が親身に話を聞いてくれるはず。古民家が開運スポット

天秤座…11位 自分が親離れたうそや嘘など柔軟に対応できる準備をしておこう

蠍座…3位 た人間関係の中で、いるだけでも仲間に安心感を与える中心的存在に

射手座…9位 の健康管理に頼らず、専門家の判断を仰ぎ適切な対応を心がけよう

山羊座…5位 金を注ぎ込んでしまうかも。買い物は慎重に

水瓶座…7位 金運は良いがアクシデントに伴う出費が予想以上になるかも

魚座…1位 いよいよ勇気を出してチャレンジすることが成功への最短距離になるはず



消防隊員による救出訓練



消防隊による一斉放水

## 「大切な重要な文化財を火災から守る！」

1月27日、鎌倉市消防本部は文化財防火運動の一環として妙本寺（鎌倉市大町）で消防総合訓練を実施した。訓練では、

参拝時間中の地震発生と焼却炉からの出火を想定。消防署員21名、消防車両6台が参加し、火災直後の消火、通報、避難

藤沢市図書館は図書館システムの更新を行ったため、全ての市民図書館・市民図書室を休館・休室する（点字図書館を除く）。市

期間中は、資料の閲覧・貸出・予約や図書館ホームページの閲覧等、ほぼ全ての図書館サービスが利用できなくなる。

**図書館情報システム更新のため3月2日まで全ての市民図書館・市民図書室を休館・休室**

藤沢市図書館は図書館システムの更新を行ったため、全ての市民図書館・市民図書室を休館・休室する（点字図書館を除く）。市期間中は、資料の閲覧・貸出・予約や図書館ホームページの閲覧等、ほぼ全ての図書館サービスが利用できなくなる。

藤沢市図書館

- 休館・休室期間 3/2(月)まで
- 貸出・予約資料の対応  
返却期限や予約取置期限は延長
- 利用できるサービス
  - ふじわら電子図書サービス（一時停止期間あり）
  - 返却ボスト（ただし、CD・DVD等聴覚視覚資料、他の図書館から借用した資料は不可）
- 利用できないサービス
  - 図書館施設の利用（館内閲覧・ホールや会議室の利用等）
  - 利用者カードの新規作成・更新
  - 図書館資料の貸出・予約・来館しての返却
  - メール・電話による図書館への問い合わせ
  - 図書館ホームページ（この間のお知らせは藤沢市ホームページで）
  - レファレンスサービス
  - 宅配サービス



2階改札口（自由通路から望む）



鳥瞰（かん）図（南口から望む）

藤沢市と小田急電鉄株式会社は、藤沢駅南北自由通路拡幅および駅改良工事を進めており、小田急藤沢駅の橋上駅舎の一部が完成したことから、1月24日から2階改札口の使用を開始。同改札口の使用開始に伴い、小田急江ノ島線・JR東海道線・江ノ島電鉄線の鉄道3線の乗組えが同一フロアで可能になった。

2階改札口とホームをつなぐエスカレーターおよびエレベーターは、2027年3月までに使用開始することを目指し、第一期藤沢駅南北自由通路拡幅および駅改良事業は、2028年3月末の完成を目指している。

**小田急藤沢駅・2階改札口（橋上駅舎）使用開始**

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おすすめの絵本や物語のリストの中から

本を紹介します

## 今月の読書ノート

いつも必死なおおかみが憎めない  
**『かしこいポリーとまぬけなおおかみ』**

キャサリン・ストー／作 佐藤涼子／訳  
若菜珪／絵（金の星社）

まぬけなおおかみは、かわいい女の子ポリーをたべたくてしかたがありません。でもどうしてもうまくいきません。ポリーはかしこいのです。ところがある日、とうとうポリーはあおかみにつかまってしまします。※現在重版未定ですが、藤沢市図書館で借りることができます



藤沢市図書館からお知らせ 子どもと楽しむためのおすす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/toshio（二次元コード）



## ちょい足しレシピ。

「イマワカメ」さんが教えてくれた  
えびせん de エビバーグ

《材料》

エビ 5尾、かっぱえびせん 20g、玉ねぎ 1/6個、卵 1個、小口ねぎ 少々、塩 ひとつまみ、油 小さじ2

《作り方》

- エビ、かっぱえびせん、玉ねぎをみじん切りにする
- 卵と小口切りねぎと塩を①に加えてさっくりと混ぜ、タネをつくる
- 油を引いたフライパンに4～6等分したタネを広げて焼く。崩れやすいので裏返しは1度だけ！
- 両面焼き色がついたら出来上がり。好みで塩を振ったり、ケチャップを付けてどうぞ

あなたの  
「ちょい足しレシピ」  
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！ <https://s-el.jp/cr>

応募は  
こちらから！



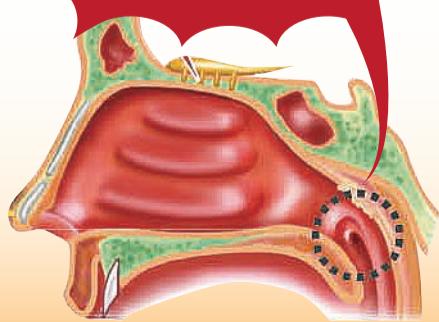
**湘南薬品 お客様の健康をサポート**

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

上記は、後鼻漏の可能性が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。

さらに こんな症状も原因は鼻！？

|     |      |          |         |
|-----|------|----------|---------|
| めまい | 吐気   | いびき      | 眼痛      |
| 咳   | 痰    | 喉痛       | 味がしない   |
| 歯肉炎 | 歯槽膿漏 | 嗅（臭いが鈍い） | 臭いを感じない |
| 難聴  | 耳痛   | 耳鳴り      | 頭痛      |

「後鼻漏」に良く効くお薬ございます。  
「鼻の悩み」お気軽にご相談下さい。

読者の笑顔をお届け える Smile vol.35



自分が楽しいと思える道を 生かされていることに感謝して

藤沢市在住 小田 良実さん (53歳)

さまざまな病気を経験、「自分の体を知りたい」一心で会社勤めをしながら夜学で鍼灸(しんきゅう)マッサージを学び、生まれ育った鎌倉に鍼灸院を開業して10年が経ちました。生かされていることに感謝しながら、自分が楽しい!と思えることを何ごとにも一生懸命に突き進んでいます。毎日のお酒が楽しみです。



## 医療関係の費用が毎月2万円以上 今後さらに増えそうで憂鬱です

Q 腰が痛くて週1回の医者通い、他に持病もあり、整体や鍼灸(しんきゅう)も欠かせません。今後さらにこうしたお金がかかると思うと憂鬱(ゆううつ)です。

藤沢市・Kさん(74歳)

### R 漠然とした心配を具体的な対策に置き換えていきましょう

毎月2万円を超える医療関係の支出が続くと、「これから年を重ねるほど、さらにお金がかかるのでは」と気持ちが沈んでしまうのも無理はありません。体の不調と向き合いながら暮らす中で、将来を思えば心が重くなるのは自然なことです。大切なのは、その思いを抱え込んだままにせず、漠然とした心配を具体的な対策に置き換えていくことです。

#### ■医療に関するお金を見分類

まず、医療に関するお金は「医療費」と「医療関係費」の2種類に分けて考えてみましょう。医師の診察や検査、薬代といった「医療費」は、公的な健康保険制度により自己負担割合が定められており、さらに高額療養費制度によって、1カ月に支払う金額には上限が設けられています。病気や通院が増えたとしても、医療費が際限なく家計を圧迫する仕組みにはなっていないという点は、将来を考える上での大きな安心材料です。

一方、整体や鍼灸、サプリメントなどの「医療関係費」は、自分の判断によって金額が増減す

る支出です。そのため、「お金がかかりすぎではないか」と感じやすい部分もあります。ただ、これらを単なる出費と捉えるのではなく、「これから的生活を少しでも楽にするための投資」と考えてみてはいかがでしょうか。

腰の痛みが和らぎ、外出や家事が楽になるのであれば、そのお金は生活の質を保つための意味ある使い道です。漫然と続けるのではなく、効果を感じられているかを定期的に振り返り、回数や金額に自分なりの目安を持つことが大切です。「なんとなく使っている」という感覚が「自分で選んで使っている」という納得感に変わることで、気持ちの負担も軽くなります。

#### ■年を重ねた先の安心のために

医療にお金がかかっているという事実は、「きちんと自分の体と向き合っている証」とも言えます。制度に守られている部分と、自分で調整できる部分を整理しながら、これからの暮らしを少しでも心地よく整えていく。その積み重ねが、年齢を重ねた先の安心につながっていくのではないかでしょうか。



秋山友美  
ファイナンシャル・プランナー。CFP(R)(一財)生涯学習開発財團認定コーチ。「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/pk/jc

かわいいのカワイ子ちゃん My Sweet Heart

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!



ちょっと疲れたので、ママの腕で休憩中♪ リラックス～♪  
藤沢市・えいきち

うちの愛犬ゼロくんです。  
遊び疲れて休んでいるところをいたずらしています  
藤沢市・こも



大好きなみかんを  
食べてご機嫌♪  
藤沢市・たきぼー

Sweet!

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

切手はバラでも、書き損じハガキも買い取り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



「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

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取も対応します。気軽にご相談を」と店長の小澤さん。他ではあまり買取ってくれない商品券やギフトカード、ビール券、テレホンカードなども買取ってくれるので、この機会にまとめて持ちこんでみては。

■問い合わせ  
TEL 0466-54-9367  
00 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)

HPで買取実績をチェック  
<https://s-el.jp/bff>

【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

### 有料老人ホームはどんなところ?

シニアホテル横浜西口

**横浜駅に一番近い老人ホーム**

**無料セミナー** 横浜駅西口地下街ほぼ直結のシニアホテル横浜西口にて

**失敗しない老人ホームの選び方**

老人ホームの種類や費用を徹底解説。施設選びのポイント、説明書を読み解く術などをわかりやすく伝授してくれます。

日程▶ **2/21(土)・3/7(土)・3/14(土)**  
時間▶ 14:00~15:45 定員▶ 10人  
申し込みは事前に下記電話番号まで

住宅型有料老人ホーム シニアホテル横浜西口  
横浜市神奈川区鶴屋町三丁目32-4  
申し込み・お問い合わせ▶ **TEL045-755-7200**  
HP <https://www.fureai-g.or.jp/sono/seoniornishi/>

【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で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のみで使用します。また、アンケート等の統計結果は個人を識別できない形でデータ処理をして、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ございません。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(祝日を除く毎曜~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 → <https://shonan-el.co.jp/>

◆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)デンソーウェーブの登録商標です ◇紙面の無断転載を禁じます  
◆掲載QRコードの有効期限は発行後約1ヶ月です ◆紙面の無断転載を禁じます

湘南  
える

**腹持ち◎! 好みの具材で楽しんで!**

**いなり餅**

◆ふっくらジューシー♪

①市販の甘辛く煮てある油揚げの中に、切り餅を入れる  
②お皿に並べて、電子レンジで餅が柔らかくなるまで温める  
※600Wで1分程加熱し、裏返して30秒。硬ければ10秒ずつ追加して

市販の味付け油揚げを使うだけなので、簡単!

Memo 七味などをパラリと振りかけて辛味を足しても美味。紅ショウガとの相性も抜群。子どものおやつにも!

**余りがちなお餅を使ってお餅アレンジ簡単レシピ**

**おやつにも!**

**電子レンジ活用!**

**餅おから**

表面はカリッ!  
加熱の加減によっては、ぬれせんべいのような食感も楽しめます

**トロトロのとろけたチョコがたまらない!**

①切り餅をクッキングペーパーに置き、電子レンジの600Wで20秒、裏返して20秒程度、餅が膨れて柔らかくなるまで加熱する  
②レンジから餅をクッキングペーパーごと取り出して伸ばし広げ、真ん中にチョコを置き、二つ折りにして端を押さえてしまふ  
③あったかいうちに召し上がり!

あったかいうちにチョコを包んで!  
おいしいけれど、カロリー爆弾なので、食べ過ぎに注意!

Memo おいしくいければ、キューピ型のチョコはお好みのものを選んで!

**レンジで簡単おかきが完成!**

①切り餅を8~12等分にカットする。平な皿にクッキングペーパーを敷き、カットした餅を間隔をあけて並べる  
②まずは600Wで3分加熱。レンジによって加熱ムラがあるので、餅の並び場所を替えながら、カリッとなるまで追加して加熱する  
③餅から、水分が抜けぱくっと膨らんでカリカリになったら取り出す  
④砂糖としょうゆを混ぜて、全体に絡めたら甘辛おかきの完成

Memo きなこ+黒蜜、キャラメルソースなどをまぶしても◎。いろいろ味に挑戦してみて。

**湘南薬品**

マップ内17店舗で使える!

**全店共通 スペシャルクーポン** 2/11水祝~3/10火 期日限定

※本紙面クリトリのみ有効 ※湘南レディス店は除く

**有効期限 2/11水祝~24火** **20% OFF** 税抜1000円以上のお会計で  
お好きな商品1品を

※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 2/25水~3/10火** **20% OFF** 税抜1000円以上のお会計で  
お好きな商品1品を

※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

**LINE登録募集!**  
毎月お得な情報やクーポンを配信中

お友達登録はこちら

お友達登録されますと、毎月「税抜き1000円以上で1品20%オフクーポン」などのお楽しみが盛りだくさん♪

※内容は変わる場合がございます。  
※実施店舗どちらでもご利用になれます

【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▶

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!