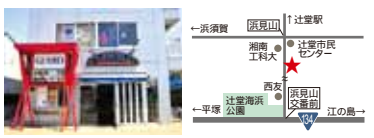
辻堂中央支店発　RESTAURANT&BAR GUARD（ガード）

辻堂・サーファー通りから提案する南国風のスローライフ&スローフード

木をふんだんに使った開放的な空間。落ち着いた雰囲気の店内には、緩やかにハワイアンミュージックが流れる。

料理のメインは牛肉100%肉汁たっぷりの手ごねハンバーグと、少し甘めの特製デミグラスソース、半熟卵が絶妙に絡み合う「ロコモコ」。お肉の量を選べるので、ワンプレートでも満足度が高い。

6名様以上には、メインが選べるランチプラン(1500円～)や、飲み会にピッタリなディナープラン(2000円～)などお得なプランをご用意。どれもお客様の要望に対応してくれる。少人数で食事をするもよし、100インチのスクリーンを使って仲間とワイワイ貸切パーティー(70名様まで対応)もお任せだ。



●藤沢市辻堂東海岸1-10-18 湘南工科大正門前●TEL0466-30-4727●ランチ11時半～17時、ディナー17時～22時(L.O.21時半)●火曜定休●P4台●2Fはセレクトショップ●http://www.guard-shop.com

辻堂団地支店発　れすとらん CHOCO（チョコ）

辻堂駅西口。黄色い壁の〝とっておき〟貸切、コース料理もリーズナブルに！

1階カウンター5席、2階に個室(4～10名)という小さな小さなお店に、食いしん坊を満足させる味・味・味がギュギュッと詰まっている。

お肉、お魚、野菜料理にピザ、パスタ、前菜、デザートに至るまで、その1皿1皿に一貫して垣間見えるのは、「無駄せず無理せず妥協せず」というシェフの真摯な姿勢とプロの技。基本は洋食だが、日替わりやお客様の要望でちょくちょく登場する和食系の人気も高い。しかも、950円以上のメニューはなし。デザートだって専門店のように本格的だ。

利き酒の有資格者でもあるシェフ厳選のお酒(ワイン・日本酒・焼酎)を、料理と一緒に堪能できる楽しみも、大。

●藤沢市辻堂2-2-30●TEL0466-63-3888●18時～翌1時半(日曜・祝日22時半迄)●無休●全席禁煙●パン(単品150円)も自家製●http://members3.jcom.home.ne.jp/m.choco/

東海岸支店発　無国籍料理 KipoN（キポン）

みぃ～んな手作り♪　ホッと一息つける無国籍料理店にぎやかランチから〝お一人様〟ディナーまで

茅ヶ崎駅南口に程近い便利な立地ながらも、どこかリゾートを感じさせるさわやかな佇まい。「おいしかった」「来てよかった」…そんな、お客様からのシンプルな言葉を支えに、茅ヶ崎出身のオーナーが腕を振るう。

友達同士のランチにも、「一人でちょっと一杯」にも立ち寄りやすく、いつでも和やかな雰囲気が同店の特徴だ。

ドレッシングから内装に至るまで、ひたすら「手作り」にこだわった店作り。木の質感を大切にした店内は、スタッフが手を加えたり、ライブイベントでアートが描き出されたりと、オープン8年を経た今でも変化し続け、訪れるたびに目を楽しませてくれる。

クーポン ふれ朝見たで 1drinkサービス
グラスワイン・小生・ソフトドリンク ディナータイムのみ
2011/9/末日迄有効

▲上=ランチ一押し！「エビのココナッツミルク煮&白身魚のグリエ」(1,000円、スープ・サラダ付)
下=「自家製アジの一夜干し・旬野菜のオイルフォンデュ」トマトを崩すとさっぱり味に。(850円、バゲット付)

●茅ヶ崎市共恵1-3-14●TEL0467-88-2914●11時半～15時(土・日・祝日は～15時半)、17時半～24時●火曜定休●ソフトドリンク350円～、生ビール550円、自家製ピクルス420円、ポキサラダ950円etc.●http://kipon.net

浜竹支店発　Cafe Studio Sprout（スプラウト）

〝長居大歓迎〟の大人カフェ　アートの展示やライブも開催

コーヒー一杯で気持ち良く過ごせる、大人のカフェ。オーナー・高木ふたばさんの「いくらでも長居してください」という気持ちが、心地よい空間を創り出している。

「家庭の味ですが…」と高木さんは控えめだが、手作り料理もお勧め。中でも自家製ピクルスは、程よい酸味と甘みにピリッと辛みが効いた絶妙な漬け加減で、お酒のお共にも最適。必ずお持ち帰りする方もいるとか。

カフェのテーマは音楽とアート、人と人との「繋がり」。月2回程度ライブを行っている他、店内はギャラリーとしても利用可能。スペースレンタルは2週間8000円～(フライヤー印刷料込)。詳しくはお電話またはお店で！

▲ランチの「スプラウトサンドセット」(1,100円)。「焼きカレー」や「タコライス」(各950円)も。

9/24 Sat 杉本篤彦 Jazzギターライブ 19:00start

▼店舗前ではフリーマーケットやyum-yum veggie(茅ヶ崎)の無農薬野菜販売も定期的に開催している。

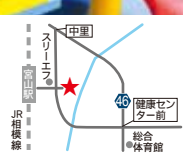
●茅ヶ崎市平和町5-13saft湘南1F●TEL0467-81-5684●12時～18時(金・土・日曜は22時迄)●木曜、第3水曜定休●コーヒー400円～、ケーキセット700円●http://www.facebook.com/CafeSprout●http://cafesprout.blog.fc2.com/

東海岸支店発　The Learning Tree（ザ・ラーニング・ツリー）

可愛い海外のおもちゃを定価より安く〝遊びながら学べる〟知育玩具、そろってます！

輸入玩具の卸・通販問屋で、8月より倉庫の一部を開放。直売の強みを生かし、店内のほぼ全商品を定価より10%OFFで販売する。

商品は、赤ちゃんの目がとらえやすい赤、青、黄など原色を使った木製の知育玩具が多く、安全性、耐久性にも考慮されたものばかり。ネジ回しやパズル(1



●寒川町宮山3718-1(宮前駅正面)●TEL0467-39-5891●10時～17時●祝日定休●P5台●http://www.thelearningtree.co.jp

旭が丘支店発　なちゅLifeサロン 赤い屋根のお家

「健」「育」「美」「楽」をテーマに自然派生活を応援！子連れも単独も〝らくゆる参加〟で。

「自分の心と体は自分で守ろう」をテーマに、料理や健康法、美容、育児、レクリエーションなど、誰もが気軽に訪れ、興味のある内容に〝自然体でゆる～く〟関わっていける仕組み作りを実践する。切り盛りするのは、「3度の結婚と8人の出産・子育て経験から〝この道14年に至っている〟という原田惟仁(ゆみ)さん(39)。昨年12月に茅ヶ崎に移住、自宅1階をサロン様式にして様々な発信(左上記参照)を続けている。

「自分が健やかであるためにやってきたすべてを、必要としてくれる方にお伝えしていけたらと願っています」と原田さん。その内容は、ホームページとブログに〝満載〟!!

1人でも親子でもお友達と一緒でも！

サロン
①軽食＆お茶付￥2,000 ②お茶のみ￥1,000
(3歳以上の子どもは各半額)※レンタルスペースも有り

スクール
①なちゅリスト養成スクール
②HNPF調理教室(元気を作る食事法)

教室
①パステル「和」アート教室
①外部講師による各種講座

Body&Mind
心と体のメンテナンス
(ホメオパシー、ロミロミ、イヤーコーイング他)

URL http://haradayumi.com
BLOG http://ameblo.jp/haradayumi/

●茅ヶ崎市出口町11-10●TEL0467-26-7754●サロン、スクール、教室、Body&Mind他、詳細についてはHP及びブログでご確認ください●P2台(要確認)