

情報まぐねっと♪10月

ト、お笑いタレント・こまつライブ、音楽祭、打ち上げ花火他◆**図**TEL0467-51-4204聳塔祭実行委員会。

■つるし雛の十日家「雛のつるし飾り展」◆10時～16時、「ひなのいえ東玉」(善行駅東口徒歩5分・P有)◆JR辻堂駅西口(北側)前のつるし雛教室の作品展。展示総数100点以上。体験教室も開催◆**図**TEL0467-54-9987十日家・大八木さん。



■開園40周年記念「第14回辻堂海浜公園秋の公園まつり～少年よ大志を抱け！～」◆10時～15時、「辻堂海浜公園」(辻堂駅南口からバス「辻堂海浜公園前」下車)◆雨天中止◆ダンスステージ、体験会(未来郵便、子どもお茶会、カサ袋ロケットを飛ばそう！他)、模擬店、フリマ、福祉バザー、湘南野菜即売、「辻堂海浜公園の昔」写真展他◆**図**TEL0466-34-0011辻堂海浜公園。

■ぼかぼか文化祭◆10時半～14時、「茅ヶ崎たすけあいひろばぼかぼか」(北茅ヶ崎駅徒歩3分)◆円蔵まつりばやし、カレー・惣菜・生活クラブ生協のジュース販売、デイサービスやひろばで活動している方々の作品展示・販売など◆**図**TEL0467-55-2032保育室ぼかぼか。

■私の音二郎・貞奴 神田紅講演会◆18時～、「茅ヶ崎館」(茅ヶ崎駅南口徒歩20分・コミュニティバスえぼし号「サザン通り中央7」徒歩3分)◆入場料3,000円(軽食・1ドリンク付き)◆定員60人(未就学児不可)◆要**図**◆茅ヶ崎館は音二郎・貞奴ゆかりの場所。2人を題材にした講演やとっておきのエピソードなど◆**図****図**FAX0467-98-1630、info@chi-bunkei.net茅ヶ崎の文化景観を育む会事務局(茅ヶ崎館内)。

■初心者対象・韓国語教室◆毎月第1・3月曜日13時半～15時、「ブティックるー」(北茅ヶ崎駅徒歩5分)◆月謝4,000円◆講師＝金淑さん(ソウル生まれ・2004年より日本在住)◆明るい韓国女性講師が、韓国のスターやファッションなどの「今」を交えながら楽しくレッスン◆**図**TEL0467-54-2345ブティックるー。

新・アロマ生活14

夏の疲れに「ハーブボール湯」～血行促進&優しい香りでリラックス



ハーブボール(薬草玉)とは、天然ハーブ数種類をコットン布で包んで蒸したものの温熱効果と天然ハーブの効能で血行や発汗を促進し、優しい香りでリラックスを促すというものです。ハーブの先進国・タイでは、古式揉みほぐしの後に蒸したハーブボールを体に押し当てる方法で、古来より医療用として用いられてきました。今回は、日本で手に入れることができるハーブを使い、入浴の際に使用できるハーブボールの作り方をご案内します。

【材料】 ガーゼ(orハンカチ)等の布、乾燥ドライハーブ(お好みで)、タコ糸、紙コップ
【作り方】
①乾燥させたハーブを細かく砕く。
②紙コップの中にガーゼ(orハンカチ)等をセットし、その中に①を入れる。

③ガーゼ(orハンカチ)をタコ糸で縛る。
④そのまま煮出したものをお風呂に入れる(お茶として飲用もできます)。



乾燥させたハーブのお勧めは、ドクダミ、ヨモギ、みかんの皮(or他の柑橘系)、柿の葉、紫蘇、ミョウガの葉、しょうがの葉、レモングラス等ですが、お好みで色々お試しください(柑橘類の皮や自家製ハーブをマメに採取してよく洗い、乾燥させておくと、お茶や料理にも使えて便利！)。

瓜田綾子 ayako urita
「AYA alchemic studio」主宰(藤沢市辻堂1-1-16-2F、TEL 0466-34-4178)。AEAJ認定アロマセラピスト、インストラクター、リンパセラピスト、インストラクター他多数の資格を取得。http://aya-alchemist.com

第2回目のベルマークを送りました**合計5,950.9点**
累計 41,023.8点

日頃は、ベルマーク運動にご協力いただきましてありがとうございます。6月に続き、第2弾として、上記の点数を8月11日にベルマーク財団に寄贈いたしました。このベルマークは、東日本大震災で被災したベルマーク参加校に寄付されます。引き続きご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。



被災地の小学校へ、ベルマークを送ろう!

私たち神奈川南部のASA(朝日新聞販売店)は全店参加で協力体制を整え、被災地の小中学校へベルマークを送る活動に取り組んでいます。

持参 茅ヶ崎市新栄町1-14 (JR茅ヶ崎駅より徒歩約2分) **湘南新聞販売(株) 1階受付窓口**
※新聞購読料をご集金させていただいている読者様は、集金時に弊社担当者にお預けいただいても結構です。

郵送 〒253-0044 茅ヶ崎市新栄町1-14 **湘南新聞販売(株) 「ベルマーク運動係」宛**
問合せ ☎0120-033-084 朝日新聞カスタマーセンター

開催中 10/30(日)	■ 長沢明展 ◆13時～18時、「ギャラリーヒラワタ」(湘南駅西口からバス「秋葉台小学校」徒歩1分、 休 月・火)◆岩絵の具や箔、にかなど日本画の伝統的な素材や木・紙・鉄・新聞紙などを駆使した抽象的な平面作品◆ 図 TEL0466-87-5595ギャラリーヒラワタ。	
10/1 10/16(日)	■ 七尾佳洋作陶展 ◆10時～19時(最終日17時迄)、「クラフトショップ俊」(茅ヶ崎駅南口徒歩5分、 休 月・火)◆異なる陶土を何層にも重ねて成形する「練り込み」の器やタタラ成形(板作り)、日常食器、土鍋類◆ 図 TEL0467-88-2550クラフトショップ俊。	
10/5(水) 10/16(日)	■ 藤沢今昔・まちなかアートめぐり2011 ◆11時～18時、「蔵まえギャラリー」(藤沢駅北口徒歩6分)他◆旧東海道・藤沢宿周辺の蔵(「旧稲元屋呉服店蔵」「旧鎌田商店蔵」など)や庭、古利などに国内外のアーティスト作品を展示◆主催＝藤沢文化創造の丘をすすめる会◆ 図 TEL0466-25-9909蔵まえギャラリー。	
10/8(土)	■ ぶーラーリ秋の音楽会No.6「ジャズとクラシックのコンサート」 ◆13時半～、「旧横浜ゴム平塚記念館」(平塚八幡宮公園内・平塚駅北口徒歩12分)◆入場無料◆シンフォニア(モーツァルト)、白鳥(サン・サーンズ)、日本歌曲、ベサメムーチョ他◆ 図 TEL0466-87-4977近藤さん。	
10/10(月・祝)	■ 人形浄瑠璃 文楽 ◆14時～/18時～、「神奈川県立青少年センターホール」(桜木町駅徒歩10分)◆入場料(全席指定)＝A席3,000円他(チケットかながわTEL045-662-8866＝10時～18時)◆演目＝昼の部「双蝶々曲輪日記・八幡里引窓の段」他、夜の部「団子売」他(昼の部は残席僅少)◆主な出演者＝太夫/豊竹咲大夫、三味線/鶴澤清治(人間国宝)、人形/吉田襄助(人間国宝)◆ 図 TEL045-263-4475青少年センター舞台企画課。	
10/14(金) 10/25(火)	■ SIRUP荒井有紀個展「ふくよかな瑠瑠(ホウロウ)-毎日の笑顔の積み重ね-」 ◆10時～18時、「カロカロハウス」(茅ヶ崎駅南口徒歩10分、	

湘南スマイル

不要な本、役立てます。
NPO法人セカンドブックアーチ

「捨てる」「売る」以外に、不要になった本を「寄付する」という選択肢があってもいいのではないかな――。そんな思いで、小さなチャリティーバザーから出発したNPO法人「セカンドブックアーチ」(2007年設立)。寄付で集めた古本を資源とし、社会や地域への貢献を続ける。

活動の内容は、インターネットや地域のフリーマーケット、カフェでの古本販売、病院や保育園への寄贈など様々。「被災地に本を送ろうプロジェクト」では被災した自治体に1000冊以上の本を寄贈。社会福祉法人「翔の会」と提携したワイワイ古本

市も好評だ。活動の中で生まれた収益金は、「茅ヶ崎市げんき基金」や「NPO法人チャイルド・ファンド・ジャパン」などへ寄付。古本の新たな価値を生み出している。「大切な本を、必ず全て役立てます!」。力強く話す理事長の山本高大さん(27歳)は、そのためなら何にでもチャレンジしたいと、古本の寄付はもちろん本が役立つ企画や“コラボ”のお相手も募集している。

湘南エリア当日回収可!
セカンドブックアーチ
www.npo-sba.com
TEL・FAX: 0467-54-4044
茅ヶ崎市鶴が台17-2
(TEL受付:平日9時～17時)
わいわい古本市
毎月15日: 鶴が台名店街/第4金曜: 浜見平商店街
第3土曜: 夢ある町の鯛焼き屋さん(若松町2-27)



不動産コンサルティングオフィス **湘南タクトホーム(株)**

辻堂駅南口より徒歩1分。湘南エリアにある不動産の売買・相続・借地権・税金・有効活用・賃貸・管理などなど様々な相談について、「資産全体の最適」を考えたコンサルティングを提供。漠然とした不安や要望にも親切・丁寧に応えてくれる。オフィスはご家族経営のアットホームな雰囲気。

漠然とした希望・要望から「具体的な方策へ」
「どんなことでもお気軽に。全力でサポートします!」
湘南タクトホーム 検索
売買・相続・借地権
税金・有効活用
賃貸・管理

TEL0466-34-3411
藤沢市辻堂2-9-34(辻堂駅南口より徒歩1分)
10時～17時半・水曜定休 http://www.shonan-tact.jp/

味覚の秋 収穫の秋
季節の風を感じながらの
女子会はいかがですか…

グループ各種小宴会承ります
お問い合わせはこちらまで

ご予約TEL 0467-82-7265
茅ヶ崎市幸町7-12ハニアンテラス2F **12F**
(茅ヶ崎駅南口徒歩5分・徳洲会病院向かい)

開催します!!
「姿勢」がテーマの健康講座
10/10(月・体育の日)は
ふれ朝主催カルチャーへGO!
当日会場にてお待ちしております

詳細は**本紙6面下欄**をご覧ください