# CINEMA GUIDE

字=字幕 吹=日本語吹き替え 字デジ=字幕デジタル PG12=12歳未満（小学生以下）の鑑賞には成人保護者の同伴が必要　R15+=15歳未満（中学生以下）の入場（鑑賞）禁止　R18+=18歳未満の入場（鑑賞）禁止

**■ 映画の日**
- 毎月1日
- 1,000円均一

**■レディースデー**
- イオンシネプレ ►月曜 ►水曜
- 1,000円均一

**■夫婦50割引**
- どちらかが50歳以上ならOK（要証明）
- ご夫婦で2,000円

## イオンシネマ茅ヶ崎（旧ワーナー・マイカル・シネマズ茅ヶ崎） 0467-57-1000

**ベイビー大丈夫かっ BEATCHILD 1987**
**上映中**

26年経った今でも、語り継がれる伝説のロックフェスがある。ありえないメンバー、ありえない展開、ありえない盛り上がり。嵐の夜と奇跡の朝の全貌。待望の初公開。史上最低で、最高のロックフェス！

| | | | |
|---|---|---|---|
| 映画ドキドキ！プリキュア マナ結婚!!? 未来につなぐ希望のドレス! | 上映中 | 中島みゆき「夜会VOL.17 2/2」劇場版 3週間限定 | 11/9～ |
| 潔く柔く（きよくやわく） | 上映中 | 悪の法則 | 11/15～ |
| ベイビー大丈夫かっ BEATCHILD（ビートチャイルド）1987 | 上映中 | くじけないで | 11/16～ |
| マジック・マイク（R15+） 2週間限定 | 上映中～11/8 | 横乗日本映画祭 1週間限定 | 11/16～ |
| 劇場版SPEC～結（クローズ）～漸（ゼン）ノ篇 | 11/1～ | かぐや姫の物語 | 11/23～ |
| パーシージャクソンとオリンポスの神々 魔の海 | 11/1～ | 劇場版SPEC～結（クローズ）～爻（コウ）ノ篇 | 11/29～ |
| 31年目の夫婦げんか（PG12） 2週間限定 | 11/2～ | キャプテン・フィリップス | 11/29～ |
| 四十九日のレシピ | 11/9～ | REDリターンズ | 11/30～ |
| 清須会議 | 11/9～ | | |

## シネプレックス平塚 0463-25-2500

11/9（土）公開 **清須会議**
**誰だ！ 最後に笑うのは？ 歴史が動いた5日間。**

©2013 フジテレビ 東宝

天正10年（1582年）本能寺の変。一代の英雄・織田信長の死後、筆頭家老・柴田勝家は信長の三男でしっかり者の信孝を、羽柴（のちの豊臣）秀吉は次男で大うつけ者と噂される信雄をそれぞれ後継者に推す。そして開かれる清須会議。今、日本史上で初めて、会議で歴史が動く！

| | | | |
|---|---|---|---|
| パーシージャクソンとオリンポスの神々 魔の海 | 11/1～ | くじけないで | 11/16～ |
| 2GUNS | 11/1～ | すべては君に逢えたから | 11/22～ |
| 劇場版SPEC～結（クローズ）～漸（ゼン）ノ篇 | 11/1～ | かぐや姫の物語 | 11/23～ |
| ワン・ダイレクション THIS IS US（3D） | 11/1～ | 劇場版SPEC～結（クローズ）～爻（コウ）ノ篇 | 11/29～ |
| 清須会議 | 11/2～ | キャプテン・フィリップス | 11/29～ |
| ルームメイト（PG12） | 11/9～ | REDリターンズ | 11/30～ |
| 悪の法則 | 11/15～ | | |

～新・午前十時の映画祭～ 今月の2本　一般1000円/学生500円 毎朝10時～
- 11/2～11/15 ゴッドファーザーPART2（字）
- 11/16～11/29 ジャッカルの日（字）

上記の他多数上映。詳しくは劇場まで

# 漢字ぐるぐるパズル

難易度 ★★★（上級）

リストの漢字を白マスに入れて漢字しりとりを完成させてください。リストに残った4つの漢字でできる熟語が答えです。

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| →晩 | | | 雲 | | 童 | 文 | |
| 而 | | 下 | 運 | | | | 園 |
| | 無 | | 心 | | 暗 | 値 | |
| 人 | 答 | | 風 | | | | |
| | | 情 | 葉 | | 念 | 光 | 程 |
| | | | 仕 | | 切 | | |
| 服 | | 芸 | | 在 | 権 | | 玄 |
| | 案 | 号 | | | | 西 | |

**リスト**
旺 価 学 関 観 記
形 口 紅 祭 指 児
事 質 手 主 秋 上
食 盛 地 通 当 動
内 日 番 表 品 風
物 弁 棒 民 問 薬
用 欲

**答え**
□□□□

前回（303号）の答え
体感温度

ベルマーク募集中!!
〒253-0044 茅ヶ崎市新栄町1-14 湘南新聞販売㈱「ベルマーク運動係」宛まで
ご持参か郵送で

お客様の個人情報の取り扱いについて　当ASAでは、個人情報取扱事業者として、お客様からの個人情報を大切に取り扱い、より一層の信頼の獲得と質の高いサービスの提供を目指して、個人情報保護の責務を果たしてまいります。

# 情報まぐねっと

※有料の場合のみ表記有
最新情報は弊社運営湘南ポータルサイト「とことこ湘南」でチェック！

**11/1（金）～11/14（木）**
**■清水和子 作陶展**◆11時～18時、「湘南画廊」（藤沢駅南口徒歩5分、休火）◆茶陶器、花瓶、鉢、皿など50点（賛助出品・写真=吉野正浩氏）◆問TEL0466-27-6864湘南画廊。

**11/2（土）～11/10（日）**
**■第22回星野富弘詩画集＆カレンダー展**◆10時～17時、「長谷川書店ネスパ店」（茅ヶ崎駅北口交番隣・ネスパビル6F）◆11/5（火）・11/9（土）14時～、中山律子さんによる「愛の贈りもの・星野富弘の世界」朗読会（先着順30席）◆問TEL0467-88-0008長谷川書店ネスパ店。

**11/2（土）～11/11（月）**
**■Nagai Etsuko Exhibition**◆11時～18時、「artsea」（茅ヶ崎駅南口徒歩10分、休火・水）◆海の生き物をモチーフとした、ふわふわでカラフルなマフラー展。ナガイエツコさん作◆問TEL0467-57-2144artsea。

**11/8（金）**
**■2013年家事家計講習会「くらしと家計の勉強会」**◆10時～14時、「藤沢友の家」（善行駅徒歩13分）◆講習料300円、昼食代350円、託児料250円（要申）◆「家計簿にささえられて」、「食器棚をすっきりと」他◆筆記具、電卓持参◆申問TEL0466-81-1632藤沢友の会。

**11/10（日）**
**■第17回湘南映画上映会「中村登監督の世界」**◆13時～、「茅ヶ崎市立図書館」（茅ヶ崎駅南口徒歩5分）◆「紀ノ川」上映。昭和に生きた女の人生を描いた大河ドラマ。解説=大嶺俊順監督◆問TEL0467-86-6751シネマテーク茅ヶ崎・福田さん。

**11/16（土）**
**■講演会「花も花なれ、人も人なれ ボランティアの私」**◆14時～、「JAさがみ茅ヶ崎支店」（茅ヶ崎駅北口徒歩4分）◆講師=細川佳代子氏（元内閣総理大臣・細川護熙夫人、スペシャルオリンピックス日本名誉会長）◆申優先◆申問TEL080-5019-1258茅ヶ崎手をつなぐ育成会。

**11/16（土）**
**■土曜ミュージックサロン「夫馬丈之助（ふうまじょうのすけ）ギターと歌のコンサート」**◆13時45分～14時45分、「萩園いこいの里」（茅ヶ崎駅北口よりバス「西の谷」下車徒歩2分）◆「川の流れのように」、「東京ブギウギ」「また逢う日まで」他◆問TEL0467-88-7513萩園いこいの里・宇都さん。

**11/17（日）**
**■旧モーガン邸のための講談会**◆13時～、「遊行寺信徒会館」（藤沢駅北口徒歩15分）◆講談師=一龍斎春水（はるみ）氏◆費椅子席2,200円（床座2,000円/大・高・中学生1,000円/小学生500円）◆申問TEL・FAX0466-25-2076（枚数・氏名・住所・電話番号を記入しFAX）NPO法人旧モーガン邸を守る会。

**12/3（火）**
**■上手に冬の寒さとつき合う方法**◆13時～16時、「コミュニティセンター湘南」（茅ヶ崎駅よりバス「浜見平団地」下車徒歩10分）◆「漢方入門」（吉田揚子氏）、「ストレッチ・ツボのケア」（松沢明彦氏）◆費2,000円◆カップ、筆記具持参◆申問TEL・FAX0467-59-4107イートハーブ湘南・塩崎さん。

**メンバー募集**
**■短歌の会「花舟短歌会」会員募集**◆月2回第2・4火曜日、13時半～15時半、「藤沢市善行公民館」（善行駅西口徒歩3分）◆入会金500円、月謝2,400円◆指導者=原けい子氏。創作と添削◆見学歓迎◆申問TEL0466-88-5047犬山さん。

# ふれあいCAFE

弊社運営湘南ポータルサイト「とことこ湘南」には、載り切らなかったお答えも掲載中！

## お答えします

### ■シラスの応用料理

●千切りにした青ジソと焼き海苔、チーズと一緒にパンに乗せ、トーストに。（茅・常盤町N様）

●ネギと一緒にかき揚げに。衣用の小麦粉は塩少々を加え、水の代わりにビールで溶く。揚げる温度は170℃位。（茅・浜竹K様）

●ピーマン（千切り）と一緒にフライパンで軽く炒って、麺つゆ少々で味付け。香ばしい匂いがしたら出来上がり。ご飯と相性抜群で、おにぎりの具にしてもおいしいです。（茅・菱沼N様）

### ■モロヘイヤの食べ方いろいろ

●A.そのまま天ぷらやかき揚げに。B.さっとゆでて刻み、納豆に混ぜたり、みそ汁の具に。王様の野菜と言われる程鉄分やカルシウムが豊富なので、女性はぜひ取りたい野菜です。（茅・浜竹T様）

### ■これぞと思う節約レシピ

●シイタケの軸とネギの青い部分をフライパンで炒め、横半分に切った油揚げの中に詰めて、トースターで焼くとおいしいです（溶けるチーズも入れると更に美味）。人参や大根の皮、ピーマンのヘタやワタも捨てずに使うと食費ダウンにもつながります。（茅・西久保I様）

●温かいご飯に塩・コショウ、醤油、ゴマ、味の素（少々）などを混ぜておにぎりに（コショウの味が決め手です）。（茅・東海岸南K様）

●メインを卵料理にする。一押しは、土鍋で炊いたコシヒカリに卵（赤玉）を落とし、専用のだし醤油をかけた卵かけご飯！安くて、ぜいたく気分に浸れます。（茅・本村Y様）

●カリカリに焼いた油揚げの上にかつお節を躍らせ、醤油をかけていただきます。（藤・鵠沼海岸T様）

### ■パラパラチャーハンのコツ＆お勧めの具

●最初に卵を油で炒めてからご飯を入れるとくっつきません。（茅・浜見平U様）

●「やきめし」と言うように、フライパンに広げて焼きつけてから炒めるとパラパラになります。具は何でもOKですが、カマボコやちくわを加えるとおいしくなると思います。（茅・柳島S様）

●ご飯は必ずレンジにかけ、水分を飛ばしてから使います（焼きそばにキャベツや白菜を入れる場合も同様にすると水っぽくなりません）。（茅・赤羽根G様）

## 教えてください

●サツマイモを使ったおいしいおかず。（茅・浜之郷S様）

●ホットケーキのバリエーション。（私はバナナ、ココア、煮リンゴを混ぜるのが定番です）。（茅・本村Y様）

●鍋物のレシピ。（茅・東海岸北K様）

●手早くキレイにゆで卵の皮をむく方法。（茅・浜須賀北T様）

※お答えがない場合もありますので、ご了承ください。

電話健康相談 2013年9月のご相談事例より

Q.足の親指の爪が皮膚に食い込んで、時々炎症を起こします。自分で消毒をして対処していますが、何かほかにもケアできることはありますか。

A.爪の端の部分が皮膚に陥入し、炎症や感染を起こし腫れや痛みが出るものを陥入爪（かんにゅうそう）と言います。予防のポイントは、爪を短く切りすぎないこと、入浴時に爪周辺部分も丁寧に洗うなど足を清潔に保つこと、足のサイズに合った靴を履くことなどです。爪の端が皮膚に軽く食い込む場合には、爪と皮膚の間に小さな綿球を詰めて爪を持ち上げるようにする方法を試していただくのもよいでしょう。ただし、腫れや痛みが強くなる、または長引く場合には整形外科や皮膚科などを受診してください。

入会無料！「朝日・日経プレミアム会員」制度
無料電話健康相談 ポイント商品交換 など特典いっぱい！
お申込お問合 FREE 0120-033-084
朝日新聞カスタマーセンター5時～20時（日・祝17時迄）

ご愛読者謝恩企画 主催：湘南新聞販売㈱
開運祈願バスツアー
2014年 1月13日（月祝）　旅行代金 4,980円
昼食付/税込/添乗員同行/バス代、団体保険料含む/最少催行人数40名
成田山 新勝寺初参りと NHKスタジオパーク見学
出発地 あなたの街からご出発
茅ヶ崎（中央公園前）7:15
大庭（湘南とうきゅう前）7:40
辻堂駅北口（湘南斎場前）8:00
各出発地（7時15分～8時）―成田山・「海老屋」昼食（開運御膳）～新勝寺自由参拝―NHKスタジオパーク見学―各出発地（19時～20時）
お昼は開運御膳
お申込お問合 TEL(03) 6858-9809
コース番号CA252（月～金9時半～18時/土・日休み）
旅行企画実施 ㈱朝日旅行
観光庁長官登録旅行業97号
総合旅行業務取扱管理者：内田豊

**編集後記**　湘南の様々な朝市では、定番から“レアもの”までいろいろな野菜が売られていたのですが、実は、9月・10月は夏野菜から冬野菜に代わる「端境期（はざかいき）」で、最盛期に比べると「品数は少ない」とのことでした。11月には、秋・冬野菜や新米など「味覚の秋」を彩る食材がた～っくさんありそうです。朝市ならではの“収穫”を存分に楽しみましょー。まずは、「早起き」！！　お