

情報まぐねっと

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！

開催中
4/20(日)

■福村龍哉展「Foundation+Elevation」◆13時～18時、「GALLERY HIRAWATA」(湘南台駅西口よりバス「秋葉台小学校前」下車徒歩1分、月・火)◆「水平と垂直の関係」をテーマとした立体作品 ◆TEL0466-87-5595GALLERYHIRAWATA。

4/6(日)

■特別無料講座「知って得する太陽光発電」太陽光のすべてがわかる◆13時半～16時(休憩有)、「湘南新聞販売(株)」(茅ヶ崎駅北口徒歩2分・5F)◆講師=森田秋彦氏(太陽光発電アドバイザー)。太陽光発電のメリット、メーカーと販売店の選び方など◆要◆TEL0120-033-084朝日新聞カスタマーセンター。

4/10(木)
4/14(月)

■飯塚康弘(写真)・美術(蠟染)展◆10時～18時、「artsea」(茅ヶ崎駅南口徒歩10分)◆花をモチーフにした写真と、身近な草花などをテーマとした蠟染◆TEL0467-57-2144artsea。

4/10(木)
4/17(木)
4/24(木)
※全3回

■かんたん! ストレッチ講座◆13時～、「茅ヶ崎市立鶴嶺公民館」◆講師=伊藤恵子氏(〈財〉日本体育協会公認スポーツリーダー)。リズムに合わせて楽しくストレッチ体操◆先着15名、要◆TEL0467-87-1103茅ヶ崎市立鶴嶺公民館。

4/12(土)

■ストップ! 戦争への道-憲法九条世界に輝け-◆14時～16時、「茅ヶ崎市役所」(茅ヶ崎駅北口徒歩7分・分庁舎コミュニティホール)◆講師=小山内美江子氏(シナリオライター)◆500円(当日700円)、高校生以下無料◆TEL0467-83-3241中瀬さん。

4/12(土)

■長谷川書店読書お楽しみ企画「第15回大人の塗り絵無料体験教室」◆11時～12時半、「長谷川書店ネスパ店」(茅ヶ崎駅北口交番隣・ネスパビル6F)◆950円+税(テキスト代)。画材不要◆定員20名、要TEL0467-88-0008長谷川書店ネスパ店。

4/16(水)
5/18(日)

■兼子真一「脳の森」彫刻とドローイング展◆11時～18時、「CREATIVE SPACE HAYASHI」(茅ヶ崎駅南口徒歩8分、月・火<4/29・5/5・5/6は開館>)◆彫刻、アイデアスケッチなど◆URL=「http://www.cs-hayashi.com/」CREATIVE SPACE HAYASHI。

4/19(土)

■記録映画「いのちの作法」◆①14時半～、②18時～、「寒川町民センター」(寒川駅徒歩9分)◆昭和30年代、老人医療費無償化などを実践していた岩手県西和賀町の軌跡をたどる。監督挨拶、生演奏有◆大人1,000円、高校生以下500円(当日券は各+200円)◆保有有◆TEL0467-27-8624鈴木さん。

4/26(土)

■「相続・遺言の無料セミナー」～もめない相続のための賢い遺言～◆①セミナー:10時～11時半、②無料相談:13時20分～、「茅ヶ崎市民文化会館」(茅ヶ崎駅北口徒歩8分・①大会議室、②第3会議室)◆講師=曾我大三郎氏(藤沢公証役場公証人)・羽田知寿氏(司法書士)◆要◆TEL0467-84-2466湘南なぎさ合同事務所。

募集

■砂草の里親会員募集◆湘南海岸の環境保全のため「海浜植物の苗を自宅・学校・職場などで育て、浜辺へ植える」活動◆年会費300円。4/27(日)10時～茅ヶ崎市立図書館にて苗配布◆http://www.npoyuhi.jp/のフォームより◆TEL090-3914-0062特定非営利活動法人ゆい。

※「まぐねっと」掲載お申し込みは掲載号前月10日迄。ご希望多数の場合は掲載できない場合もありますのでご了承ください

ふれあいC.A.F.E

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！

※お答えがない場合もございますのでご了承ください。

お答えします

■素人でもできる「干物」の作り方

●干物専用3段ネット(釣具店等で販売)を使うと家庭でもおいしく作れます。切り干し大根、干しシイタケなどにも応用できます。(茅・赤羽根G様)

●①新鮮な魚を開き(ウロコを取る)、流水で洗いながら内臓を綺麗に取る(仕上げに古い歯ブラシを使うと簡単)。②食塩水(水1リットルにつき塩100g)に20分～30分①を漬ける(塩の濃度、漬ける時間は魚の大きさで調節)。③風通しの良い場所で②を天日干し。表面が乾いたら完成です。(藤・辻堂東海岸S様)

■色々な野菜による「マリネ」

●生ハムのマリネ=①酢(orワインビネガー or リンゴ酢など)、オリーブオイル(香りが強すぎないもの。酢の1/4程度)、塩・コショウ、レモン汁を混ぜる。②タッパーなどの容器に薄切りにした玉ネギとキュウリ(お好みでセロリなども)、生ハム(or スモークサーモン or 白身魚など)、ミニトマト(半分に切る)の順に重ねて入れ、①をかけて冷蔵庫で2～3時間。(茅・矢畑N様)

●①白ワインビネガー、塩・コショウ、オリーブオイル(お好みで砂糖、ローリエ、赤唐辛子、ニンニクなども)でマリネ液を作る。②お好きな野菜(オクラ、インゲン、カリフラワー、大根、ニンジンなど)を一口大にカットし、固めにさっと茹でて水気を切る。③②を①で漬け込み、冷蔵庫で1時間。(茅・南湖I様)

●ピクルス=市販の寿司酢にカレー粉(お好みの量)を加え、茹でたカリフラワーとウズラの卵を漬け込んで冷蔵庫で一晩。(藤・辻堂神台O様)

■シラス料理のバリエーション

●半生の釜揚げシラスとネギのみじん切りを溶き卵に入れ、オムレツに(とろけるチーズを乗せれば洋風に、2倍に薄めた麺つゆに水溶き片栗粉でとろみを付けたアンをかければ和風になります)。(藤・辻堂Y様)

●かき揚げが1番! 生シラスはショウガ醤油で。(茅・平和町I様)

●釜揚げシラスにたっぷりの刻みネギとおかかを加えてざっくり混ぜる。白いご飯にドカンと乗せて「シラス丼」(お好みで刻み海苔や生卵を加える)。(藤・大庭Y様)

お勧めします

●焼き目入り豆腐=①木綿豆腐(2丁)を水切りし、適当な大きさに切る。②ボウルに溶き卵(2個分)の半量→①→残りの半量の順に入れる。③良く熱した中華鍋に多めの油をよくなじませ、②の両面に焦げ目が付くまで焼く。④ネギ(1本)の薄切り、調味料(中華スープ2カップ、砂糖大匙1、醤油大匙2)をかけて少し煮れば完成(えのきやシメジなどを加えてもおいしい)。(茅・南湖M様)

●A. 天ぷらの衣は薄力粉3(or4):強力粉1位の割合で混ぜると、カラッと揚がります。B. 庭の大葉、バジル、パセリをたっぷりサラダに加えてビタミンA・Cをしっかりと取っていたら、美白効果もあるような…(?)。(茅・浜之郷T様)

教えてください

●大人用、園児用に“使える”お弁当の簡単レシピ。(茅・松が丘K様・円蔵I様)

●大根、キャベツのおいしさを楽しめるレシピ。(茅・中海岸K様)

●餃子の皮を使ったお手軽メニュー。(藤・石川S様)



飛鳥から東京へ。
【特別展】
キトラ古墳壁画
奈良県明日香村のキトラ古墳(特別史跡:7世紀末～8世紀初め)の極彩色壁画を明日香村以外で初公開。

キトラ古墳壁画「白虎」 写真提供:奈良文化財研究所

4.225.18 東京国立博物館 本館特別5室(上野公園)
9時30分～17時(金曜20時迄、土・日曜/祝・休日は18時迄、入館は閉館30分前迄)
月曜休館(4/28・5/5は開館、5/7休館) 問合せ ☎03-5777-8600 ハローダイヤル

バスツアー開催♪「休館日の特別鑑賞 キトラ古墳壁画と葛西臨海水族園」
開催日 旅行代金(税込) お昼は「東京ベイ舞浜ホテル」のランチバイキング!
5/12(月) 7,500円 お申込(株)朝日旅行 TEL(03)6858-9809
昼食付/添乗員同行/バス代、団体保険料 観光庁長官登録旅行業27号 総合旅行業務取扱管理者:内田豊
含む/最少催行人数35名 コース番号A2003(月～金9時半～18時/土・日休み)

シネマ

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

イオンシネマ茅ヶ崎

0467-57-1000

テルマエ・ロマエⅡ

4/26(土)～

ホビット 竜に奪われた王国 (2D字・3D吹)	上映中	チーム・バチスタ FINAL ケルベロスの肖像	上映中
銀の匙 Silver Spoon	上映中	白ゆき姫殺人事件	上映中
映画ドラえもん 新・のび太の大冒険～ペコと5人の探検隊～	上映中	クロース EXPLODE (PG12)	4/12～
アナと雪の女王 (2D吹)	上映中	映画クレヨンしんちゃん ガチンコ! 逆襲のロボとーちゃん	4/19～
映画プリキュアオールスターズ New Stage3永遠のともだち	上映中	名探偵コナン 異次元の狙撃手(スナイパー)	4/19～
LIFE!	上映中	アメijing・スパイダーマン2	4/25～
神様のカルテ2	上映中	相棒-劇場版Ⅲ-巨大密室! 特命係 絶海の孤島へ	4/26～
		テルマエ・ロマエⅡ	4/26～

シネプレックス平塚

0463-25-2500

4/26(土)
公開

相棒
-劇場版Ⅲ-
相棒史上、最高密度のミステリー。



©2014 相棒-劇場版Ⅲ-パートナーズ

始まりは、「男性が馬に蹴られて死亡した」と報じる小さな三面記事。警視庁特命係の杉下右京と甲斐享は、右京の「元相棒」で現警察庁長官官房付の神戸尊にそそのかされ、現場となった「鳳凰島」へ調査に向かうことになる。ある実業家が個人所有するその孤島では妙な噂があることがわかり、2人は謎に迫っていく。

サンブンノイチ (PG12)	4/1～	キャプテン・アメリカ ウインター・ソルジャー	4/19～
1/11 じゅういちぶんのいち	4/5～	名探偵コナン 異次元の狙撃手(スナイパー)	4/19～
クロース EXPLODE (PG12)	4/12～	アメijing・スパイダーマン2	4/25～
L♡DK	4/12～	相棒-劇場版Ⅲ-巨大密室! 特命係 絶海の孤島へ	4/26～
映画クレヨンしんちゃん ガチンコ! 逆襲のロボとーちゃん	4/19～	テルマエ・ロマエⅡ	4/26～

上記の他多数上映。詳しくは劇場まで

無料お試しできます

朝日小学生新聞は1週間分、朝日中学生ウイークリーは1回分

朝日小学生新聞

毎日発行 8ページ 月ぎめ1,769円(税込み)

朝日中学生ウイークリー

日曜日発行 20ページ 月ぎめ967円(税込み)

お試し読み・ご購入のお申し込みは・・・

0120-415843

ウェブサイト「こどもアサヒ」

www.asagaku.com

ツイッターやっています

朝日小学生新聞 @asasho

朝日中学生ウイークリー @chu_weekly

編集後記

義経ゆかりの地を巡っていると、どこも奇麗に掃除されていたり榊を供えてもらっていたりと、絶えず大切にお手入れされているようでした。少しわかりづらい場所にひっそりとある「首洗井戸」には、女子2人連れの“先客”が。少しの取材の間にも、義経が今も変わらず愛されているのを実感しました。弁慶と一緒に、どこかで喜んでくれていると良いなー。

や