情報まぐねっと

最新情報はwebサイト「とことこ湘南」でチェック！

※有料の場合のみ費表記有

※「まぐねっと」掲載お申し込みは掲載号前月10日迄。ご掲載できない場合もあります。ご了承ください。

1/2(金)～1/13(火)

■第19回木脇康一油絵展◆10時～18時(最終日17時迄)、「小田急百貨店　藤沢店」(藤沢駅南口徒歩2分・6Fギャラリー)◆湘南エリアから望む日の出、夕日、富士山の他、ヨーロッパの風景画など約35点◆問TEL0467-82-9494木脇さん。

1/4(日)・1/10(土)

■新春特別企画「子どもかるた大会」◆11時～15時、「ラスカ茅ヶ崎」(茅ヶ崎駅直結・4F「C-Square」)◆子どもの来場者にはお菓子をプレゼント。栗田武則氏製作の「茅ヶ崎かるた原画展」も同時開催◆問TEL090-8008-0265茅ヶ崎郷土会・前田さん。

1/5(月)

■林家たこ平、春風亭一左新春落語二人会◆14時～、「ハスキーズギャラリー」(茅ヶ崎駅北口すぐ・YAMAJIビル6F)◆費1,500円(全自由席)◆申問TEL0467-88-1811ハスキーズギャラリー。

1/10(土)

■湘南室内合奏団ニューイヤーコンサート2015◆14時半～、「藤沢市民会館」(藤沢駅南口徒歩8分・大ホール)◆費3,000円◆白石隆生(指揮)、白石敬子(独唱)、鵜木日土実(ピアノ)◆モーツァルト「ピアノ協奏曲第23番」、「美しき青きドナウ」他◆申問TEL0466-28-1135藤沢市民会館。

1/13(火)～1/18(日)

■第28回藤沢市高等学校美術展◆10時～19時(最終日17時迄)、「藤沢市民ギャラリー」(藤沢駅直結・ルミネ6F)◆藤沢市内の高等学校生徒による絵画、陶芸、デザイン、写真、版画、立体など約500点。共通のテーマは「虹」◆問TEL0466-26-5133藤沢市民ギャラリー。

1/18(日)

■善行雑学大学第188回講座「アベノミクスの現状と日本経済の展望」◆14時～16時、「善行公民館」(善行駅西口徒歩3分)◆費500円(資料代)◆講師=新飯田宏氏(横浜国立大学名誉教授)◆問TEL0466-82-0517宮田さん。

1/24(土)

■みんなのシネマ「舟を編む」◆10時～12時半、「茅ヶ崎市役所」(茅ヶ崎駅北口徒歩7分・コミュニティホール)◆視覚や聴覚に障がいがある方向けに「音声ガイド」と「日本語字幕」が付いた「バリアフリー映画」。一般の方も観賞OK◆先着60名◆申問TEL0467-87-1001茅ヶ崎市立図書館。

1/24(土)

■第23回小和田シネマランド「E.T.」◆13時半～、「小和田公民館」(辻堂駅南口よりバス「松浪小学校前」下車徒歩3分)◆異星人と少年の心温まる交流を描いたSF映画◆先着50名◆問TEL0467-85-8755小和田公民館。

1/31(土)

■長谷川書店読書お楽しみ企画「管理栄養士の卵が話す　食育のホント講座」◆10時半～12時、「長谷川書店ネスパ店」(茅ヶ崎駅北口交番隣)◆文教大学健康栄養学部学生が絵本を題材に食べ物の成り立ちや栄養について解説◆対象=入園・入学を控えたお子さんと家族15組(要申)◆申問TEL0467-88-0008長谷川書店。

募集

■「湘南モーツァルト愛好会」会員◆例会年6回程度・原則日曜14時～17時頃、主会場「藤沢リラホール」(藤沢駅南口徒歩3分)◆モーツァルトを中心に優れた演奏をなるべく安価な会費で聴くとともに、親睦の和を広める会◆費入会金5,000円、年会費18,000円(各種割引有)◆申問TEL046-872-1963横山さん。

募集

■綾瀬の農コン「農家体験・恋パーティー」女性参加者◆1/31(土)13時～、小田急「海老名駅」集合◆農業後継者との農業体験、食事会◆おおむね40歳迄の独身女性30名(多数の場合抽選)◆費1,000円◆要申1/5(月)迄◆申問TEL0467-70-5622綾瀬市役所農業振興課農政担当。

ふれあいCAFE

載り切らなかったお答えはwebサイト「とことこ湘南」にて掲載中！

※お答えがない場合もあります。ご了承ください。

お答えします

■冬の「簡単鍋」「意外とイケる鍋」

●**"風邪退治"鍋(4人分)**=①白菜(1・1/2個)はざく切り、豚バラ薄切り(600g)はショウガとニンニク(各薄切りをたくさん)を間に挟んで香りを付ける。②土鍋に水を煮立て、塩(ひとつまみ)、①、えのき(2束)、春雨(or葛切り)を入れる(お好みでショウガとニンニクを増量)。ポン酢、もみじおろし、ゆず、レモンなどお好きな味付けで。〆はおじやに。　("お名前未記入"様)

●市販の浅漬け用調味料を鍋の素に使う。すごくおいしいです。　(茅・本宿町O様)

●水、昆布、中華スープの素(半練りタイプ)の出汁に豚バラ、餃子、白菜、キャベツ、モヤシなどを入れる。薬味はニンニクで。〆はラーメンでもご飯でもOK！　(藤・大庭K様)

●水を沸かして顆粒だしを入れ、冷蔵庫にある残り野菜(ネギ、白菜、キノコ、ニンジン、春菊など)と肉(鶏or豚)を入れる。タレはポン酢で。　(茅・浜之郷Y様)

●**トリひきちゃんこ鍋**=①鶏ひき肉、ワケギ(みじん切り)、ショウガ汁、小麦粉、山芋(すりおろしを少々)、塩(少々)を混ぜ合わせる。②鍋に水を沸かし、めんつゆで味付け(だし昆布を入れると風味アップ)。③野菜、キノコ、豆腐、油揚げなどお好みの具材を②にたっぷり入れる(しらたき、戻しワカメ、モヤシなどを入れるとヘルシーにボリュームアップできます)。④①を1口大の団子状にして鍋に落とす(スプーンですくうと簡単)。　(茅・東海岸南T様)

■魚の缶詰を使ったレシピ

●薄切りしたフランスパンにマヨネーズとツナを乗せて塩・コショウ。更にミックスチーズを乗せ、オーブンで焼く。　(茅・富士見町O様)

●①サバ水煮(1缶)、玉ネギ(1個をみじん切り)、卵(1個)、パン粉(大匙4)、カレー粉(小匙2)、塩・コショウ(各少々)をすべて混ぜ、ハンバーグ型に丸めてフライパンで焼く。②マヨネーズ(大匙4)、牛乳(大匙2)、コショウ(少々)を混ぜて①に掛ける。　(藤・辻堂西海岸K様)

●サンマやイワシの蒲焼き缶とキュウリの輪切りをマヨネーズで和えるだけ。　(藤・大庭K様)

●ツナ缶と玉ネギ(みじん切り)をマヨネーズで和えてサラダに。(茅・浜之郷Y様)

■簡単な茶碗蒸しレシピ

●①花かつお(8g)でコップ1杯分のだしを取り、冷ます。②①、溶き卵(1個)、塩・白ワイン(各少々)、具材(カニ缶、絹さや、甘露煮の魚、柿などもOK)をコーヒーカップに入れ、15分位蒸す。(茅・浜竹K様)

■玄米のおいしい炊き方＆メニュー

●うちでは白米にパラパラと混ぜて普通に炊いています。手軽で食べやすいのでお勧めです。　(藤・大庭K様)

教えてください

●コーヒーかすの利用法。　(茅・浜之郷I様)

●ステンレス製鍋底の汚れを取る方法。　(茅・東海岸南A様)

●高齢者の方にも喜んでもらえる簡単ヘルシーメニュー。　(茅・赤羽根Y様)

●フローリングを奇麗に保つ方法(ゴミや埃がすぐに目立ってしまいます)。(茅・浜之郷K様)

●白菜塩漬けの、塩の目安。　(茅・本村H様)

京・きらら お年玉キャンペーン！　1/3(土)▶25(日)

振袖・袴専門店

ご成約者スペシャルプレゼント　期間中、振袖セットご成約の方に　ディズニー1dayパス(1枚)　又は　JCB商品券(5,000円分)

さらに　Wチャンス！　1/3(土)～1/6(火)の期間中　振袖セットご成約で　2倍プレゼント！　1dayパスなら2枚！商品券なら1万円分！

平成28年成人振袖フェアー　レンタルでもお買い上げでも！　前撮り撮影会(ヘアーアップ・着付)無料　写真(6ツ切・2ポーズ)無料　成人式当日のヘアーアップ・着付ご優待　成人式以後何回でもレンタル無料

成人式当日の自分がイメージできると大人気　ヘアーアップ体験受付中！　1日5名限定　要予約　開催日：1/3(土)・4(日)・17(土)・18(日)・24(土)・25(日)　※開催日以外でも体験できます。予めお電話にてお問い合わせください

京都発の着物やオシャレ小物が充実！　京きらら　検索

フリーコール 0800-111-0529　茅ヶ崎市元町3-9茅建ビル2F　10時～19時　水曜定休(祝日は営業)　提携P有(茅ヶ崎パーキング)　http://www.furisode.co.jp

ヤマダ電機・不動産・イトーヨーカドー・ソフトバンク2F・エメロード・北口・茅ヶ崎駅

広告

インプラントの不安を解消したい　高嶋歯科医院・院長とのQ&A 第5回

Q.治療費の目安は？

A.自由診療ですから、各医院で治療費が違います。私の知る限り、上部構造(人工歯を含めて1本15～60万円と幅があります。

Q.そんなに違うの？

A.治療費に影響を与えるのは①インプラントシステム種類②治療設備(CTやオペ室など)③純正の部品を使用しているか？④技工の質⑤医院の地域性⑥技術料⑦保証内容、です。

Q.適正価格は？

A.私が色々な国の先生に聞いたところ、興味深いことに世界的に認知されているグローバルスタンダードのインプラントであれば、平均1本30～40万円(税抜き)でした。

Q.安い方が良いのですが？

A.当然です。安くて良いが理想です。高ければ必ずうまくいくか？というとそうではありません。しかしインプラント体は高品質なものがよいと考えます。

Q.施設の選択は？

A.インプラントを長持ちさせる為に、手術だけでなく処置後のメンテナンス(料金も含め)を考慮して通院可能な施設を選んでください。メンテナンスがインプラント周囲炎予防の一番有効な手段だからです。そして、直接受診し総合的に判断して頂いた方が良いでしょう。しっかり噛むことはボケ防止にもつながります。ご検討ください。

高嶋歯科医院　TEL0467-85-9070　茅ヶ崎駅南口すぐ　NEWインプラント　33万円～(税込)　ノーベルバイオケア社

ジョルジュ・ブラック『鳥の復活』表紙　1959年刊　ポーラ美術館蔵　前・後期展示

レオナール・フジタ(藤田嗣治)『海龍』より　1955年刊　ポーラ美術館蔵　© Fondation Foujita / ADAGP, Paris & JASPAR, Tokyo, 2014　後期展示　D0697

シャガール、マティス、ミロ、ダリの挿絵本

紙片の宇宙　めくるめく、「絵画」と「書物」の出逢い―

世紀の巨匠たち17人が手がけた挿絵本約50点(挿絵総数180点)と、ドガのパステル画やフジタが子どもを描いた油彩画など、版画による挿絵本に加え、画家たちが手がけた絵画や彫刻など全部で約200点を展示。

◀パブロ・ピカソ『20詩篇』表紙　1948年刊　ポーラ美術館蔵　前・後期展示

箱根・仙石原　2014.9.21(日)―2015.3.29(日)　ポーラ美術館

9時～17時(入館16時半迄)1/21休室(展示入れ替えのため)　☎0460-84-2111

フジミ石材

こだわりの仕事を丁寧に　身近な地元の石材店

耐震・免震にも力を入れています。

●基礎工事はとにかく丁寧に。　長い年月、様々な自然災害に耐えられるように、基礎工事にこだわっています。

●最新の耐震・免震工法を標準施工。　倒壊を防ぐため、衝撃を吸収・分散させる素材を使用。

↑和型墓地(一例)

芝生墓地：315,000円～　室内墓地：195,000円～　普通墓地：1,200,000円～

「墓石・彫刻一式・納骨」込みのお値段となっております。

↑洋型墓地(一例)

ご相談・お見積もり無料！　まずはお気軽にご相談ください。

FUJIMI フジミ石材　創業のつながりをサポートする

0120-36-8581　〒251-0047 藤沢市辻堂4-6-13 フジミビル1F　水曜定休 9時～18時(日曜・祝日 10時～17時)　株式会社フジミ石材

辻堂駅南口・ローソン・スリーエフ・久根下公園前バス停・「ハナナベ」さん橋・フジミ石材・OKストア・高砂小学校

ふんわり溶けてやさしくとろける　湘南半熟クリームチーズ

●クリームチーズ　●マロンチーズ　●チョコ　●抹茶　●紅茶　バラ(各87円)　12個入(1,044円)

湘南銘菓「半熟クリームチーズ」。ふわっふわのスフレに、濃厚なチーズの風味が絶妙！定番のクリームチーズの他、贅沢なマロンチーズやコクのあるチョコなどフレーバーは5種。

こちらもオススメ！

最高級XOクラスのブランデーをたっぷり染み込ませた、大人のブランデーケーキ。(440g/1,150円)

製菓シャトー　☎0466-36-8108　藤沢市辻堂4-2-45　営業時間 9時～20時半　定休日 無休(年始は1/2から通常営業)

辻堂駅南口・藤沢駅→・コンビニ・↓海

★ご贈答用の包装等、お気軽にお申し付けくださいませ！