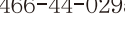
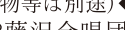
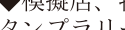
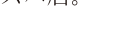


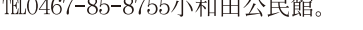
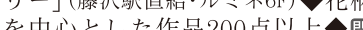
情報まぐねっと

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 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。

3/3(火) 3/22(日)	■鈴木滋子個展-光に揺れる 大らかに- ◆11時～19時、「スペース行樹」(長後駅西口すぐ、 ) ◆  スペース行樹。
3/6(金)	■第53回うたごえ喫茶◆19時～21時、「喫茶クラジャ」(藤沢本町駅徒歩4分)◆  500円(飲み物等は別途)◆  藤沢合唱団・渡辺さん。
3/7(土) 3/22(日)	■ちがさきサポセン★ワイワイまつり◆10時～15時半、「中央公園」(茅ヶ崎駅北口徒歩5分)◆模擬店、物販販売、ステージ、スタンブラリー、防災体験、おもちゃ交換、他◆手話・筆記通訳有◆  ちがさき市民活動サポートセンター。
3/7(土) 3/22(日)	■手塚雄一郎 墨彩画展◆11時～18時、「湘南画廊」(藤沢駅南口徒歩5分、 )◆茅葺民家を描いた墨彩画40点◆  湘南画廊。
3/11(水)	■長谷川書店読書お楽しみ企画「第19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・6F」(茅ヶ崎駅北口交番隣)◆  950円+税(テキスト代)。画材同店用意◆定員20名(要 )◆  長谷川書店ネスパ店。
3/11(水) 3/15(日)	■二人展 油彩画・陶芸◆10時半～18時半、「カフェ&ギャラリー ドーヴィル」(茅ヶ崎駅南口よりバス「恵泉幼稚園前」下車徒歩2分)◆和泉毅さんによる国内外の風景を描いた油彩画26点と、吉川恵子さん

3/14(土)	■第23回小和田シネマランド第3弾「海と大陸」◆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)◆地中海の小さな島を舞台に、世界の歪みと人間としての良心を描く◆先着50名◆  小和田公民館。
3/14(土)	■土曜ミュージックサロン特別企画「あの日を忘れない」◆①13時45分～14時45分、②9時～16時半、「萩園いこいの里」(茅ヶ崎駅北口よりバス「走内」下車徒歩3分)◆①朗読、チェロ演奏、他②広河隆一写真展「津波・フクシマ・チェルノブイリ」◆  萩園いこいの里・宇都さん。
3/24(火) 3/29(日)	■第15回Blume トールペイント作品展◆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)◆花柄を中心とした作品200点以上◆  講師・大原京子さん。
3/27(金) 3/29(日)	■ガーデンデザイナー白井温紀(はるき)ガーデンデザイン画展～「幸福な庭」の発想を見つけよう～◆10時～19時(最終日17時迄)、「ラスカ茅ヶ崎」(茅ヶ崎駅直結・4F)◆3/28・14時～講演会(当日先着順)、16時～解説ツアー開催。  講演会・ツアー:各500円(展示会は入場無料)◆  イーハトーブ湘南。
3/28(土)	■相続・遺言無料セミナー◆10時～11時半、「茅ヶ崎市勤労市民会館」(茅ヶ崎駅北口徒歩5分)◆講師=羽田知寿氏(司法書士)。セミナー後、個別無料相談会有◆  湘南なぎさ合同事務所。
3/28(土)	■グリーンハーモニー きらめきコンサート◆14時～、「藤沢市民会館小ホール」(藤沢駅南口徒歩15分)◆日本のうた、ポピュラーソング、ミュージカル曲、組曲「心の四季」◆  石川さん。

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

■ブロッコリーの変ったレシピ ※ブロッコリーは小房に切り分ける

●①鍋に入れ、1：1で割っためんつゆと水をひたひたに注いで5分程煮る。②①に溶き卵を回し掛け、半熟状になったらかつお節を振って出来上がり。
(茅・浜竹T様)

●茹でてから、適当な大きさにぶつ切りしたタコ(生)と明太子を加え、マヨネーズとドレッシング(ゴマだれやゆずコショウ入りなど)で和える。(茅・浜竹K様)

●A. ゴマ和え。B. 天ぷら。C. 素揚げ(ポン酢で食べるとおいしいです。茹でるよりも、蒸す、レンジでチン、素揚げなどにした方が栄養価が高いそうですよ)。
(A. 茅・平和町I様、B. 赤羽根G様、藤・辻堂太平台M様、C. 辻堂元町F様)

●小麦粉、卵、塩(少々)、水を混ぜた衣を絡め、油で揚げる(衣に粉チーズ、カレー粉、ガーリックパウダーなど好みのスパイスやハーブを混ぜるとおつまみにぴったりです)。
(藤・辻堂A様)

●①茹でて耐熱皿に並べ、上に短冊切りにしたハム(orベーコン)を散らす。②①にマヨネーズを掛け、焦げ目がつくまでグリルで焼く。
(藤・大庭K様)

■酸っぱいイチゴのおいしい食べ方

●A. 砂糖(甘さを見て調節)を加えて煮込み、イチゴジャムに(お好みでレモン汁を加える)。B. 市販のイチゴジャムに混ぜ、レンジでチン。C. 作ったジャムをa. 市販のパイシートで挟み、オーブンで焼くと「イチゴパイ」に、b. 蒸しパンミックスと混ぜれば「イチゴ

蒸しパン」に！(こうすると、あっという間に食べちゃいますよ)。

(A. 茅・南湖K様、B. 赤羽根G様、A・C 藤・辻堂A様)

●A. シャーベット状に凍らせて、牛乳、砂糖(少々)と共にミキサーへ。B. 少しでも砂糖を加えてレンジで加熱、ヨーグルトに混ぜてもおいしいです。
(辻・辻堂元町F様)

■“効果があった”花粉症対策

●「べにふうき茶」を飲むと症状が和らぎます。
(茅・中島H様)

●私の場合は、超音波メスによるアレルギー性鼻炎の日帰り手術を受けたところ、ひどかった鼻水と咳がびたりと治まりました(目の痒みには効果なし)。
(藤・辻堂神台N様)

●辛い時期に毎日「甜茶」を飲んでいたら、次のシーズンには治っていました。たまたま体質が変わっただけかもしれませんが…。
(茅・松が丘K様)

●私は「葛根湯」を飲むと鼻が通って楽になり、咳が止まります。(茅・赤羽根G様)

●シーズン中は「ネトル」というハーブのサプリメントを愛用。飲むとその日1日は症状が緩和していると感じられます。お店の人曰く、体質により効く人と効かない人がいるそうです(私と母は効果アリでした)。
(藤・石川K様)

教えてください

●窓で結露した水の処理方法。(藤・石川S様)

●目の疲れを取る方法。(茅・若松町I様)

●ぎんなんの皮が簡単に剥ける方法。
(茅・下町屋N様)

●味付き海苔をたくさんいただきました。いろいろな活用法を試してみたいので、お知恵をください。(茅・新栄町O様)

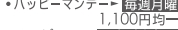
シネマ

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
※右記サービス代は、プログラムにより別途料金となる場合があります

■全館共通

・毎月1日(映画の日)
1,100円均一

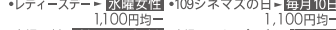
■イオンシネマ茅ヶ崎

・ハッピーマンデー  1,100円均一
・ハッピー55  1,100円均一

■シネプレックス平塚

・レディースデー  1,100円均一
・夫婦50割  2,200円
ご夫婦で2,200円

■109シネマズ湘南

・レディースデー  1,100円均一
・夫婦50割  2,200円
男女ペア2名様2,200円

イオンシネマ茅ヶ崎 0467-57-1000

上映中 **幕が上がる**

すべての世代に贈る青春文学の金字塔、映画化。主演は、ももいろクローバーZ。元学生演劇の女王・吉岡先生の一言で、弱小演劇部は全国を目指すこととなる。部員たちは見たことも行ったこともない、無限の可能性に挑もうとしていた。

ジョーカー・ゲーム	上映中	映画ドラえもん のび太の宇宙英雄記(スペースヒーローズ)	3/7～
チャーリー・モルデカイ 華麗なる名画の秘密 (字・吹)	上映中	ソロモンの偽証 前篇・事件	3/7～
ミュタント・タートルズ (2D吹)	上映中	映画プリキュアオールスターズ 春のカーニバル♪	3/14～
フィフティ・シェイズ・オブ・グレイ (R15+)	上映中	ストロボ・エッジ	3/14～
TERRACE HOUSE CLOSING DOOR (テラスハウス クロージングドア)	上映中	風に立つライオン	3/14～
アメリカンスナイパー (R15+)	上映中	イントゥ・ザ・ウッズ (2D字)	3/14～
ナッツジョブ サーリー&パディのピーナッツ大作戦	上映中 ～3/13	ナイトミュージアム エジプト王の秘密	3/20～
幕が上がる	上映中	映画 暗殺教室	3/21～

シネプレックス平塚 0463-25-2500

3/7(土) 公開 **ソロモンの偽証 前篇・事件**
嘘つきは、大人のはじまり。

クリスマスの朝、雪の校庭に急降下した14歳。その死は、校舎に眠っていた悪意を揺りさました。目撃者を名乗る匿名の告発状、新たな殺人計画、マスコミの過剰報道、そして犠牲者が1人、また1人…。保身しか考えない教師たちに見切りをつけ、1人の女子生徒が立ち上がった。もう大人たちには任せておけない。真実を暴くため、学校内裁判が開廷される。

ソロモンの偽証 前篇・事件	3/7～	風に立つライオン	3/14～
映画ドラえもん のび太の宇宙英雄記(スペースヒーローズ)	3/7～	ナイトミュージアム エジプト王の秘密	3/20～
イントゥ・ザ・ウッズ	3/14～	スーパーヒーロー大戦GP 仮面ライダー3号	3/21～
ストロボ・エッジ	3/14～	映画 暗殺教室	3/21～

109シネマズ湘南 0570-016-109

3/13(金) 公開 **イミテーション・ゲーム エニグマと天才数学者の秘密**
ベネディクト・カンバーバッチが、世界最強の暗号解読に挑む！

第二次世界大戦時、解読不可能と言われたドイツ軍の暗号「エニグマ」に挑んだ1人の天才数学者の物語。世界の運命を変えながら、政府に50年間その存在を隠されていた男の数奇な人生とはー

ソロモンの偽証 前篇・事件	3/7～	ストロボ・エッジ	3/14～
映画ドラえもん のび太の宇宙英雄記(スペースヒーローズ)	3/7～	映画プリキュアオールスターズ 春のカーニバル♪	3/14～
イミテーション・ゲーム エニグマと天才数学者の秘密	3/13～	ナイトミュージアム エジプト王の秘密 (IMAX)	3/20～
劇場版 しまじろうのわお! しまじろうと おおきなき	3/13～	映画 暗殺教室	3/21～
イントゥ・ザ・ウッズ	3/14～	スーパーヒーロー大戦GP 仮面ライダー3号	3/21～
風に立つライオン	3/14～	アンリミテッド	3/28～

上記の他多数上映。詳しくは劇場まで

読む力、考える力 新聞で

わかりやすいニュース、ワクワクする情報を届けます

朝日小学生新聞

毎日発行 8ページ 月ぎめ1,769円(税込み)

朝日中高生新聞

日曜日発行 20～24ページ 月ぎめ967円(税込み)

お孫さんに
知的なプレゼント
朝日小学生新聞
朝日中高生新聞を贈る
朝学ギフト
3か月以上からご利用いただけます。

朝日小学生新聞
(3か月分)
5,307円

朝日中高生新聞
(3か月分)
2,901円

ご購入、ギフトのお申し込み、お問い合わせは…

TEL **0120-415843** ヨイコハヨミます 通話無料

紙面のサンプル画像、連載コーナー紹介、記事の一部も見られます

ウェブサイト **www.asagaku.com**



朝日小学生新聞
@asasho

ツイッターやっています

朝日中高生新聞
@asa_chuko



編集後記

東日本大震災の被災地でマンション居住者に行ったアンケートでは、震災直後に「自宅で欲しかったもの」の1位が「水」、2位が「食料」、3位は「トイレとトイレトペーパー」でした。ライフラインが遮断された避難生活で、食料の次に重要なのは衛生面。確かに、と納得しました。早速、自宅の防災グッズに「簡易トイレ」を追加したいと思います。

た