



●TEL0467-87-2266●茅ヶ崎市
東海岸北2-14-41-1-A●12時～
14時半(LO.14時)、17時半～22
時(LO.21時)●水曜定休●ワンち
ゃん同伴の方専用テラス席有



東海岸支店発 (トラモンターナ)

TRATTORIA la TRAMONTANA

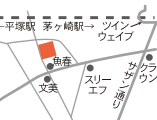
本場のとっておきレシピに舌鼓

イタリアのシチリアやトスカーナ地方の名店で学んだオーナーシェフ・佐藤健一さんが、昨年8月にオープンしたイタリア料理店。「食べる喜びを伝えたい」という思いから、気軽なイタリアの大衆食堂をイメージした。店名は休業中に命名されたニックネームで、アルプスからシチリアまで吹き抜ける強い北風のことを指すとか。

提供するの、シェフがイタリアで実際に食べて感動した料理が中心。「ルーコラとピスタチオペーストのコンキリエ」(1,300円＝写真上)は同店の名物パスタ。地元の市場で仕入れた魚介のメニューもぜひ。ランチセットは3種類(1,200円～2,100円)。



●TEL0467-38-6067●茅ヶ崎市
共恵1-16-12●平日15時～20
時半、土曜・祝日12時半～18
時●木曜、日曜定休●予約は2
日前迄 [f psipsina](http://psipsina.com/) 検索



東海岸支店発 (アブシシーナ)

天然酵母カンパーニュの店 psipsina

熟成させて焼き上げる手作りパン

閑静な住宅街にちょこんと佇むパン屋さん。メインは「ワインに合う」がコンセプトのカンパーニュ(520円～)やバケット(320円)といったハード系のお食事パン。生地には干しブドウやヨーグルトから作る自家製天然酵母を使用、48時間を掛けて低温でじっくり熟成。完全無添加で、「やみつきになる」と評判の深く芳醇な味わいと香り、「外はバリッ、中はモチモチ」の食感を生み出していく。黒コショウを利かせたベーコンエピ(340円)や、白くてフワフワのソフト系のパン(150円他)も人気。平日は20時半まで営業しているので、仕事帰りでも間に合いそう。



●TEL0467-83-1383(予約専用
:090-8345-7717)●茅ヶ崎市共
恵1-4-16ハウス2(駅南口徒歩5
分)●11時～20時(完全予約制・女
性専用)●月曜、金曜定休●P無

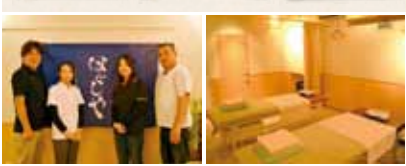


東海岸支店発 (メソッド)

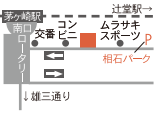
茅ヶ崎駅南口エステ METHODE

熟練のエステ技術で“即席ケア”実現

ふと気になり出したシミや小ジワ、たるみ、かさつきetc.…。「自分になかなか手をかけられないという女性にこそ、ほんの少しのお手入れをお勧めしたい」と、エステシャン歴20余年の店主・石嶋さん。大小様々な規模でお店を展開してきたが、「通いやすい」「プライベートサロン」が一番と、現在の形態に落ち着いた。手技によるフェイシャルを中心に、体内酸素を増大させる「ゲルマニウム手足温浴」、汗腺や脂腺の洗浄に能力を発揮する「遠赤外線ドームサウナ」などを組み合わせ、“必要性を感じた時だけのお気軽なリラックスサロン”を目指す。



●TEL0467-86-4996(予約優先)●茅ヶ崎市幸町1-12-1F●10時～
21時●水曜定休●提携P有(相石
パーク駐車場)●他割引との併用
不可 [とことこ湘南ほくじや](http://tokocho湘南ほくじや) 検索



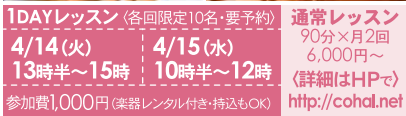
東海岸支店発

ほくじや 茅ヶ崎本店

“ほっこり空間”でほぐします

茅ヶ崎市円蔵から南口駅前に移転し、1周年。新店舗では木目と白が基調のシンプルな室内を、間接照明が優しく照らす。「施術室が畳だった円蔵でのイメージを引き継いでいます。居るだけでも“ほっこり”してもらえるような、そんな場所にしていきたいんです」(小室店長)

働き盛りの方々の疲労に、ご高齢者の不調や不安感に、女性のリラクゼーションに、アスリートの筋力維持やトラブルに、自力による回復を側面から支えるための「ほくじや」として「真摯に尽力」。老若男女を問わない多くのリピーターにつながっている。店長お勧めは60分コース(4,800円)。



●TEL0466-51-2983●藤沢市辻
堂3-1-54グランドール湘南
105●10時～17時半(1回60分or
90分)●日曜休室●体験随時(要
問合)●メールinfo@cohal.net



辻堂団地支店発

こはるウクレレ教室

60分¥1,000で1曲弾けるようになる！

辻堂駅南口徒歩5分の「こはるウクレレ教室」では4/14(火)・15(水)に春の特別1DAYレッスン＆ライブを開催する。「全く楽器の経験がない方でも、60分で1曲完成します。レッスン後、30分のウクレレライブも楽しめますのでリラックスしに来てください」と講師のこはるさん。2013年日本最大のコンテストで優勝、昨年はハワイでの国際大会でMVPを受賞したこはるさんの生演奏も聴ける特別企画だ。

通常のレッスンは「楽しむのが一番」がコンセプト。生活スタイルに合わせて曜日・時間が選べ(月～土)、グループ・個人の他、幼児同伴可能なママクラスもある。



●TEL0467-84-1036●茅ヶ崎市
新栄町2-29●24時間営業●年
中無休●茅ヶ崎パーキング利
用可(施設利用時間分無料)



茅ヶ崎本店発

自遊空間 茅ヶ崎エメロード店

24時間遊び放題！ 進化系マンガ喫茶

茅ヶ崎駅北口・エメロード沿い。2013年にリニューアルされた2階のマンガ・ネットエリアは明るく清潔感があり、女性でも入りやすい。マンガは常に最新作が入荷され、現在蔵書は約2万6,000冊。無料貸出のブランケットやスリッパ、クッション、種類豊富なフリードリンクなどの利用で快適な時間を過ごすことができる。また、ゲーム推奨席以外は全席個室となっているため、周囲の目も気にならない。3階はダーツ、ビリヤード、カラオケ、卓球、スロットが楽しめるアミューズメントエリア。席移動も可能なので、24時間思う存分楽しむことができる。



●TEL0467-95-6335●茅ヶ崎市
東海岸南2-10-2イーストコ
ート1F●11時～20時●不定休



東海岸支店発 (テニスショップ・アイ)

Tennis Shop I

テニスのことならお任せください！

主要メーカーのほとんどを取り扱うテニス用品の専門店として、2015年1月5日にオープン。ストリング張替は軟式テニス、バトミントンもOKだ。これからテニスを始める初心者にはラケットの1カ月間無料貸出(数量に限り有、要問い合わせ)を行っており、プレーについても丁寧に分かりやすくアドバイスしてくれる。

オーナーは26年間に渡り、幅広い世代や様々なテニスレベルをコーチングしてきた“実力者”。その経験、知識、情報を生かし、一人ひとりに合ったサービスを提供する。「納得できるまで、どんどん質問してください」(オーナー)



●TEL0467-58-0580●茅ヶ崎市
幸町18-4(駅南口徒歩3分)●10
時～20時(日曜・祝日は～19時)●
火曜定休



東海岸支店発

野球用品店 クラブライフ湘南

販売・修理からプレー相談までサポート

野球用品の販売をはじめ、グローブやスパイクなどの修理・メンテナンスを手掛ける。店内にはグローブだけでも100種以上あり、最高級品から特価品までの豊富な品ぞろえが特徴だ。店頭にはない商品を取り寄せも可能(最短2日)。

スタッフは6名で、全員選手経験がある“球児の味方”。用具の選び方はもちろん、プレーの相談や小さな疑問にも快く応じてくれる。「とにかく、何でも口に出してみてください」(店長・竹内実さん)。

県内外の中学・高校野球部や地元クラブチームのユニフォームも取り扱っていることから、信頼関係の幅も広い。