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(土)～1/12(火)

■第20回記念 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、ヨーロッパの風景画など約35点◆問TEL0467-82-9494木脇さん。

1/8(金)～1/17(日)

■8seas+◆11時～19時（最終日17時迄）、「artsea」（茅ヶ崎駅南口徒歩10分）◆絵画、立体、アクセサリー、雑貨など異なるジャンルの作家たちが「海」をテーマに集結◆問TEL0467-57-2144artsea。

1/10(日)

■新春JAZZ LIVE 佐津間純＆若林美佐DUO◆14時半～、「ハスキーズギャラリー」（茅ヶ崎駅北口すぐ・YAMAJIビル6F）◆費2,500円（1ドリンク付き）◆出演=佐津間純（ギター）、若林美佐（ベース）◆申問TEL0467-88-1811ハスキーズギャラリー。

1/12(火)～1/17(日)

■第29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」（JR藤沢駅直結・ルミネ藤沢6F）◆絵画、立体など約600点。共通テーマ:「おいしいもの」◆問TEL0466-26-5133藤沢市民ギャラリー。

1/12(火)～1/31(日)

■荒木義隆陶展Part-XXII～語りあえる器～◆11時～19時、「スペース行樹」（長後駅西口すぐ、休月）◆問TEL0466-44-0295スペース行樹。

1/16(土)

■故白石隆生を偲ぶ会「湘南室内合奏団ニューイヤーコンサート2016」◆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◆出演:青木雅也（指揮）、白石敬子（ソプラノ）、ワルター・アウアー（フルート）、他◆申問TEL0466-28-1135同会館。

1/16(土)

■長谷川書店読書お楽しみ企画「『歴史を歩く 深掘り神奈川』発売記念講演会 ジモトの歴史を掘る愉しみ」◆14時～15時半、「長谷川書店ネスパ店・6F」（茅ヶ崎駅北口交番隣）◆講師=泉秀樹氏（J:COM湘南「泉秀樹の歴史を歩く」ナビゲーター）。サイン会有◆申問TEL0467-88-0008長谷川書店。

1/16(土)～1/31(日)

■竹村健と博三の親子展～生きる そして ありがとう～◆11時～18時、「湘南画廊」（藤沢駅南口徒歩5分、休火）◆問TEL0466-27-6864湘南画廊。

1/17(日)

■善行雑学大学第200回記念講座「行政改革」◆14時～16時、「善行公民館」（善行駅西口徒歩3分）◆無料（200回記念特別料金）◆講師=河野太郎氏（衆議院議員・行政改革担当国務大臣）。◆問TEL0466-82-0517宮田さん。

1/23(土)

■国際理解講座　幸福度世界一の国デンマーク◆13時半～、「いこりあ（旧女性センター）」（茅ヶ崎駅北口徒歩4分、大会議室）◆講師=佐保吉一氏（東海大学北欧学科教授）。歴史から見たデンマークの教育を、幼児教育を中心に学ぶ◆問TEL0467-57-1414茅ヶ崎市男女共同参画課。

1/23(土)

■第24回小和田シネマランド第1弾「トラッシュ！この街が輝く日まで」◆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）◆「正しいことをしたい」と願う少年たちを描く感動作◆先着50名◆問TEL0467-85-8755小和田公民館。

1/24(日)・1/30(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◆申問TEL0467-84-2466湘南なぎさ合同事務所。

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

■鍋にお勧めの食材

●ネギ、白菜、大根、エノキ、人参、牡蠣、鶏肉、タラなど。味付けは味噌又はポン酢で。（茅・浜竹K様）

●水餃子と鶏団子のWメインの具材がグッドです。（茅・菱沼N様）

●A.ブロッコリーの茎の皮を削いでぶつ切りに。出汁が沸騰した頃に入れ、芯まで火を通す（花蕾<からい=実の部分>は食べる数分前に入れると鮮やかな緑色を残して華やかになります）。B.みぞれ鍋にする時は、二十日大根（=ラディッシュ）のおろしを散らすと、桜の花に降る名残雪のように見た目も奇麗なお鍋ができます。（JAさがみ広報課様）

■四角豆の調理法

●下茹でし、A.食べやすい大きさに切って豚肉、人参、キノコなどと炒める。B.細く斜め切りして、a.ちくわ、カマボコなどと麺つゆで煮て卵とじに。b.ごま味噌（又は塩麹、醤油麹、マヨネーズ・味噌・ワサビなど）で和える。C.生野菜と一緒にドレッシングで。（藤・石川I様）

●油と相性が良いので、天ぷらやソテー（バターやオリーブオイルで炒め、塩・コショウ）がお勧め。一口大に切れば独特の切り口の形を楽しめます。

◀主な生産地は沖縄や小笠原。近年は湘南でも作られています。（JAさがみ広報課様）

【編集部より】
今回は「JAさがみ」様からもお答えをいただきました！ ご投稿ありがとうございました！

■レンジのみで作れる料理

●**ナスの豚肉巻き**=縦4等分に切ったナスに豚肉を巻いて皿に並べ、調味料（醤油、砂糖、ごま油などお好みで）と片栗粉（小匙1）を混ぜたものを回し掛けたら、ラップをしてレンジでチン！ 簡単に1品できますよ。（茅・浜之郷S様）

●**もやしのナムル**=レンジでチンしたもやし（1袋）にだしの素、塩、コショウ（お好みで豆板醤、ニンニク）を混ぜ合わせ、ごまとごま油を掛ける。（茅・浜之郷Y様）

■雨の日の子どもとの過ごし方＆時間の使い方

●我が家ではよくクッキー作りをしています。子どもが小さい時は、生地をコネコネしたり一緒に型抜きをしていましたが、成長とともにオリジナルの形を作ったりカラーシュガーでデコしたり。焼き上がりを待つ時間もワクワクするし、何といっても最後に自分の作品を食べられるのがいいです。1歳位から始めて、小学生になった今でも十分に楽しめていますよ。（藤・辻堂A様）

●家をシアター風にプチ演出し、親子で楽しめる映画の名作などを一緒に観賞。会話も増え、思い出にも。（茅・本村Y様）

お勧めします

●飲み終わった牛乳パックは、中にぬるま湯を入れて一晩置くと上手に開きます。（茅・赤羽根G様）

教えてください

●A.サッシの細かい汚れ、B.換気扇に積もった汚れを簡単＆素早く一掃する方法。（A.藤・石川S様、B.茅・小和田N様）

●いろいろ試しても効果がない「足の冷え対策」をぜひ。（藤・辻堂神台O様）

●餅の活用レシピ。（藤・大庭E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=小学生には助言・指導が必要　R15+=15歳以上がご覧になれます　R18+=18歳以上がご覧になれます

※右記サービスデイは、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▶毎週月曜 1,100円均一
- ハッピーモーニング▶平日朝、各スクリーン1回目 1,300円均一
- ハッピー55▶55歳以上毎日 1,100円均一

■シネプレックス平塚
- レディースデー▶水曜女性 1,100円均一
- 高校生友情割引▶高校生3名以上 1名様1,000円
- 夫婦50割▶どちらか50歳以上 ご夫婦で2,200円

■109シネマズ湘南
- レディースデー▶水曜女性 1,100円均一
- 109シネマズの日▶毎月10日 1,100円均一
- 夫婦50割▶どちらか50歳以上 ご夫婦で2,200円
- 夫婦の日・カップルデイ▶毎月22日 男女ペア2名様2,200円

109シネマズ湘南　0570-016-109

傷物語Ⅰ 鉄血篇	1/8～
ブリッジ・オブ・スパイ	1/8～
人生の約束	1/9～
ガラスの花と壊す世界	1/9～
パディントン	1/15～
シーズンズ 2万年の地球旅行	1/15～
白鯨との闘い	1/16～
信長協奏曲（のぶながコンツェルト）	1/23～
ザ・ウォーク	1/23～
さらば あぶない刑事	1/30～
残穢（ざんえ）住んではいけない部屋	1/30～
ブラック・スキャンダル（R15+）	1/30～

1/23(土)公開　**メモリーズ 追憶の剣**

©2015 LOTTE ENTERTAINMENT All Rights Reserved.

その剣に宿る記憶は、真実の愛か復讐か。イ・ビョンホン、待望の主演最新作。チャン・ドヨン×キム・ゴウン×ジュノ（2PM）との豪華競演で贈る愛と復讐の物語。時代に翻弄され愛する人と戦わざるをえない運命を背負った気高き剣士たち――

イオンシネマ茅ヶ崎　0467-57-1000

人生の約束	1/9～
パディントン	1/15～
シーズンズ 2万年の地球旅行	1/15～
の・ようなもの の ようなもの	1/16～
信長協奏曲（のぶながコンツェルト）	1/23～
ザ・ウォーク	1/23～
手裏剣戦隊ニンニンジャーVSトッキュウジャー THE MOVIE 忍者・イン・ワンダーランド	1/23～
さらば あぶない刑事	1/30～
クリード チャンプを継ぐ男	上映中
映画 妖怪ウォッチ エンマ大王と5つの物語だニャン!	上映中
スター・ウォーズ フォースの覚醒	上映中
母と暮らせば	上映中

1/15(金)公開　**シーズンズ** 2万年の地球旅行

© 2015 Galatée Films - Pathé Production - France 2 Cinéma - Pandora Film - Invest Image 3 - Rhône-Alpes Cinéma - Winds - Pierre et Vacances

毎日
夫婦50割引 & **高校生割引**
どちらかが50歳以上のご夫婦（※同一上映回に限る）　高校生の方は全作品（※要学生証）
ふたりで2,200円　1,000円
※いずれも税込

シネプレックス平塚　0570-064-804

ブリッジ・オブ・スパイ	1/8～
人生の約束	1/9～
熊川哲也Kバレエカンパニー 白鳥の湖 in Cinema	1/9～
シーズンズ 2万年の地球旅行	1/15～
パディントン	1/15～
白鯨との闘い	1/16～
ザ・ウォーク	1/23～
信長協奏曲（のぶながコンツェルト）	1/23～
手裏剣戦隊ニンニンジャーVSトッキュウジャー THE MOVIE 忍者・イン・ワンダーランド	1/23～
さらば あぶない刑事	1/30～
残穢（ざんえ）住んではいけない部屋	1/30～
ブラック・スキャンダル（R15+）	1/30～

1/15(金)公開　**パディントン**

ペルーの奥地からイギリスの「パディントン駅」にやってきたのは、赤い帽子の小さな紳士。丁寧に道行く人に話しかける彼だったが、なぜか相手にしてもらえない。それは彼が「クマ」だから！ 親切なブラウン一家と出会い、やっと都会暮らしを始めた彼を心躍る冒険が待ち受ける。

©2014 STUDIOCANAL S.A. TF1 FILMS PRODUCTION S.A.S PADDINGTON BEAR TM, PADDINGTON TM AND PB TM ARE TRADEMARKS OF PADDINGTON AND COMPANY LIMITED

おトクがいっぱい!!
メンバーズカード 好評受付中！
1. 大人300円割引、学生以下・シニア100円割引
2. 1回鑑賞で1ポイント（6ポイントで映画1本無料）
3. 毎週金曜映画1本1,000円　他、特典多数！

お申し込み・お問い合わせはお気軽に劇場スタッフまで

上記の他多数上映。詳しくは劇場まで

湘南エリアの商店主のみなさまへ
ネット活用勉強会＆とことこ湘南説明会
Web 地域で、みんなで、商売繁盛♪ の基礎を知ろう！
開催日:2016年1月21日(木)
時　間:15:00～16:30
会　場:湘南新聞販売(株)5F（茅ヶ崎市新栄町1-14茅ヶ崎駅北口徒歩2分）
参加無料（要申込）Web初心者大歓迎!
申　込:とことこ湘南編集部 TEL0467-82-3618 FAX0467-84-0342 fureai@asahi.email.ne.jp
特別ゲスト:佐藤　康高
（有）ライフアドバイザーコーポレーション 代表取締役 売れる仕組みづくりコンサルタント
「売れる仕組み作り」講座で、全国の商店主、経営者を"元気"にしてきた商売繁盛の達人。気軽に質問ができる講座を開催します。

1/23(土)～2/13(土)　10時～18時　お休み日曜日　※1/24(日)は営業します
桜花園リニューアルのため
第2弾 **一斉処分市！**
着物・茶道具・古道具リサイクル
20%～90%OFF!!（一部対象外有）
着物・茶道具・骨董 **桜花園** TEL(0466)36-8148
★藤沢市辻堂元町1-1-25★P2台有（要確認）
営業:水曜、金曜、毎月25日～翌月5日の期間（日曜は休み）
10時～18時　※お急ぎの方は、営業日以外でもお電話にて応相談

沖縄の伝統芸能 いろはの「い」　申込受付中
組踊と琉球舞踊 はじめて講座
1/17(日)　茅ヶ崎市総合体育館 オーケストラ室
講師
嘉数 道彦（国立劇場おきなわ芸術監督）
花城 英樹（歌三線）
玉城 匠（立方）
芸能の島といわれる沖縄。その魅力に一歩近づいてみませんか。普段なかなか触れる機会の少ない沖縄の伝統芸能を、わかりやすいお話や映像、所作のミニ体験などで楽しくご案内します。
①組踊を知りたい！ 10時～11時半
②琉球舞踊を知りたい！ 13時～14時半
いずれも●参加費:500円（当日支払い・傷害保険料込）●定員:小学生～一般40名（申込先着順・定員になり次第締切）●未就学児の入場・同伴はご遠慮ください●申し込みはお電話、メール、文化会館窓口へ。氏名・住所・電話番号・年齢・コース名（組踊または琉球舞踊）をお知らせください●1/16(土)締切

写真提供 国立劇場おきなわ

2/20(土)　国立劇場おきなわ県外公演　解説字幕つき
14時開演　好評発売中
沖縄の伝統芸能 組踊「執心鐘入」と琉球舞踊
茅ヶ崎市民文化会館 大ホール
チケット　一般3,000円/大学生2,000円
【全席指定】小学生～高校生1,000円
＊未就学児の入場・同伴はご遠慮ください。

茅ヶ崎市民文化会館
〒253-0041茅ヶ崎市茅ヶ崎1-11-1
☎0467-85-1123
メール info@chigasaki-arts.jp
http://www.chigasaki-arts.jp
主催：公益財団法人茅ヶ崎市文化・スポーツ振興財団
新年は1/5(火)～営業

編集後記　正月を機に1年間という時間を振り返る。毎回ながら、いろいろな出来事が思い出される。そこに必ずあるものは、自分自身の喜怒哀楽と、出会いと別れetc. 歩く犬は棒にも当たるが、歩かなければ景色は見えない。2016年は、足場の木から落ちることがあってもすぐに、いや、ゆっくりとでも、また登っていける"切り替え上手な猿"を目指そうっと。さぁ、新しい年の始まりです！　ち