

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。

開催中
4/10(日)

■「私の銅版画 父の愛
誦句」出版記念～一色
千枝子銅版画展◆11
時～18時、「湘南画廊」
(藤沢駅南口徒歩5分、)火)◆人物、
鳥、動物など心癒される銅版画30
点◆TEL0466-27-6864湘南画廊。



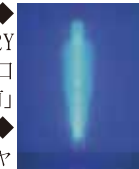
開催中
4/17(日)

■吉田 央司 写真展
PartXIV「眼」～L判
500枚の視線～◆11
時～19時、「スパー
ス行樹」(長後駅西口すぐ、)休月)◆TEL0466-44-0295スペース行樹



開催中
4/24(日)

■倉重光則展「EBE」◆
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)◆TEL0466-87-5595ギャ
ラリーヒラワタ。



4/8(金)
4/9(土)

■湘南クラフトMarche 2016春◆11
時半～(4/9は10時半～)16時、「フジサ
ワ名店ビル」(藤沢駅南口直結・6F)◆手
作り品と雑貨販売、各種体験教室、
占い、マッサージ、ミニカフェ、他◆shonan_cm@yahoo.co.jp事務局。

4/9(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◆TEL0467-84-
2466湘南なぎさ合同事務所。

4/10(日)

■WIZ Gospel Choir 3rd. Anniversary
ゴスペルコンサート◆15時～、「茅
ヶ崎市民文化会館」(茅ヶ崎駅北口徒
歩8分・大ホール)◆全席自由
2,000円◆出演=「WIZ Gospel Choir」。
ゲスト=「THE SOULMatics」◆TEL070-6467-3368ウィズ・ゴスペル・

クワイヤ。

4/10(日)

■かいひんFRIENDSプログラム◆10
時～15時、「辻堂海浜公園」(辻堂駅南
口よりバス「辻堂海浜公園入口」下車)◆
辻堂ローカルマーケット、スラッ
クライン体験(300円)、ニュース
スポーツ「タグラグビー」体験(11時～)、
ジャズライブ(12時～)、ダンボール
で遊ぼう！(13時～)◆TEL0466-34
-0011辻堂海浜公園管理事務所。

4/17(日)

■善行雑学大学第203回講座「シニ
ア世代の旅行術」◆14時～16時、「善
行公民館」(善行駅西口徒歩3分)◆資
料代500円◆講師=石川尅己氏(元
JTB専務取締役・JTB首都圏社長)。出発
から帰着まで、限られた時間を十
二分に活用するためのノウハウなど◆TEL0466-82-0517宮田さん。

4/19(火)

■絵本とおはなし会VOL. 212◆15
時～、「長谷川書店ネスパ店・6F」
(茅ヶ崎駅北口交番隣)◆第1部テーマ
は「とんだ とんだ」。第2部「クルツ
のごきげんしゃしんかん」。ゲスト
=著者・加藤晶子さん(茅ヶ崎出身
の絵本作家)。デビュー作「てがみぼ
うやのゆくところ」に続く第2作。
サイン会有◆TEL0467-88
-0008長谷川書店ネスパ店。

4/24(日)

■湘南里浜みどりのプロジェクト
2016◆①10時～11時半、「茅ヶ崎市役
所分庁舎・コミュニティーホール」
(茅ヶ崎駅北口徒歩7分)、②14時～15時
半、「藤沢市市民活動推進センター」
(藤沢駅北口徒歩8分)◆湘南海岸の砂
草保全・再生活動の説明会◆TEL
090-3914-0062 NPOゆい・荒井さん。

募集

■パッチワーク・キルトサークル
「Lycoris(リコリス)」お仲間募集◆
木曜10時～12時(月4回)、13時～15
時(月数回)の内、月2回以上参加◆
「茅ヶ崎市勤労市民会館」(茅ヶ崎駅
北口徒歩5分)◆1回1,500円(展示会
用積立費・材料費別途)◆小物から
ベッドカバーまで、希望のものを
自分のペースで作成◆TEL090-
7233-3743石黒さん。

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

■コンニャク・白滝のメイン料理

●ペペロンチーノ風=①キャベツは一口
大に切り、白滝は2～3分茹でて食べや
すく切る。②オリーブオイルで赤唐辛
子(3～4等分にちぎって種を取る)、ニン
ニクを炒め、①を加える。油が回った
ら洋風スープの素を加えて皿に盛り、
粗挽き黒コショウを振る。(藤・大庭A様)

●コンニャク1個を3cm位の厚さに切り、
乾煎りしてから肉(適量)を加え、好み
の調味料で味付けする。(藤・辻堂A様)

●A. 刻んだ白滝とチクワ、B. 白滝と
明太子(多めに)を、醤油と酒(各少々。
B. はコーラも少々)で味つけして炒める。
(茅・A=浜竹K様、B=赤羽根G様)

■春雨のおいしいレシピ

●キュウリとA. 人参B. ハムの千切りと
共にA. 三杯酢(orマヨネーズ)で和える。
B. ヨーグルト、マヨネーズ(各大匙
1)、塩・コショウで和え、缶詰めのミカン
を乗せる。(A=茅・浜竹K様、B=綾・吉岡W様)

●春巻=①シイタケ、肉、人参などと一緒
に醤油、みりん、オイスターソースで
炒める。②①が冷めたら春巻の皮で包
み、揚げる。(茅・小和田N様、※具は多めの春
雨と野菜だけでもおいしいです=茅・赤羽根G様)

●カニカマ、ブロッコリー、春雨を炒
めて塩・コショウで味付け。溶き卵を
入れて更に炒め、ゴマ油を加えて火を
止める。(茅・南湖N様)

●①豚ひき肉を塩・コショウ、砂糖、豆
板醤、カレー粉でよく炒める。②麺つ
ゆを2倍の水で薄め、春雨、①と合わ

せて、春雨が柔らかくなるまで煮る
(少し歯ごたえが残る程度)。③ピーマン、
茹でたスナップエンドウなどを加えて
出来上がり。(藤・辻堂Y様)

●ニラ(茹でて適当な大きさに切る)、カニ
カマ、醤油、ゴマ油、酢(各大匙1)と和
える。(茅・南湖D様)

■簡単に作り置きできる常備菜

●鶏むねひき肉をさっと茹で、砂糖、酒、
みりん、醤油、ショウガ汁で味付け。
(うどんやごはん、ふろふき大根に乗せたり、卵
焼きに入れるなど活用色々！=茅・茅ヶ崎M様)

●サツマイモをふかし、小さめのさい
いの目切りに。蜂蜜、レモン汁、粒マ
スタード、オリーブオイルで和える。
(茅・浜須賀T様)

●手作りハム=①鶏むね肉3枚を開いて
平たくし、まず砂糖、次に塩(各大匙3)
の順に揉み込んで密閉容器へ入れ、冷蔵
庫へ(半日～1日)。②①を洗って水気を取
り、丸めてラップで包んだら、数ヶ所を
輪ゴムで止める。沸騰したお湯で3分茹
でる(粗熱が取れたら完成)。(茅・松が丘K様)

●①コンニャク(下茹で無し)を塩で30秒
程揉み、一口大にちぎる。②①をしっ
かり洗って水切りし、ゴマ油で炒める。
水分が飛んで焦げ目が付いたら醤油
で味付け、火を止めてかつお節を掛け
る(好みで七味唐辛子)。(藤・辻堂元町H様)

※「スナップエンドウを使ったメニュー」は次号で
のご紹介となります。

教えてください

●新聞回収の袋を紐で縛るのが苦手です。
コツや適した紐などアドバイスくだ
さい！(茅・赤羽根K様)

●子ども達がジャガイモ大好きです。
ジャガイモレシピを教えてください。
(茅・浜須賀N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

※右記サービスディは、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55 65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
・夫婦50割 どちらが50%以上 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

■109シネマズ湘南

・レディースデー 水曜女性 1,100円均一
・夫婦50割 どちらが50%以上 1,100円均一
・109シネマズの日 毎月10日 1,100円均一
・夫婦の日・カップルデー 毎月22日 男女ペア2名様2,200円

109シネマズ湘南 0570-016-109

あやしい彼女	4/1～	4/8(金) 公開	ルーム
スポットライト 世紀のスクープ	4/15～		
映画クレヨンしんちゃん 爆睡！ユメミワールド大突撃	4/16～		
グランドフィナーレ (R15+)	4/16～		
名探偵コナン 純黒の悪夢(ナイトメア)	4/16～		
レヴェナント 蘇りし者 (R15+)	4/22～		
ズートピア	4/23～		
アイアムアヒーロー (R15+)	4/23～		
スキャナー 記憶のカケラをよむ男	4/29～		
テラフォーマーズ	4/29～		
ちはやふる 下の句	4/29～		
シビル・ウォー キャプテン・アメリカ	4/29～		

イオンシネマ茅ヶ崎 0467-57-1000

映画きかんしゃトーマス 探せ!! 謎の海賊船と失われた宝物	4/9～	4/9(土) 公開	
映画クレヨンしんちゃん 爆睡！ユメミワールド大突撃	4/16～		
名探偵コナン 純黒の悪夢(ナイトメア)	4/16～		
ズートピア	4/23～		
テラフォーマーズ	4/29～		
ちはやふる 下の句	4/29～		
シビル・ウォー キャプテン・アメリカ	4/29～		
映画プリパラ み～んのあこ がれ♪ レッツゴー☆プリパリ	上映中		
ちはやふる 上の句	上映中		
映画プリキュアオールスターズ みんなで歌う♪奇跡の魔法	上映中		
僕だけがいない街	上映中		
バットマン vs スーパーマン ジャスティスの誕生	上映中		

シネプレックス平塚 0570-064-804

あやしい彼女	4/1～	4/22(金) 公開	レヴェナント 蘇りし者
映画クレヨンしんちゃん 爆睡！ユメミワールド大突撃	4/16～		
名探偵コナン 純黒の悪夢(ナイトメア)	4/16～		
レヴェナント 蘇りし者 (R15+)	4/22～		
ズートピア	4/23～		
アイアムアヒーロー (R15+)	4/23～		
ちはやふる 下の句	4/29～		
テラフォーマーズ	4/29～		
スキャナー 記憶のカケラをよむ男	4/29～		

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

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 月々1,769円(税込み)

朝日中高生新聞

日曜日発行 20～24ページ 月々967円(税込み)

ご購読、ギフトのお申し込み、
お問い合わせは…

通話
無料

0120-415843

「ふれあい朝日を見た」とお伝えください。

ウェブ
サイト

www.asagaku.com

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

編集後記

犬・猫は野生動物のオオカミやヤマネコを人間が「家畜化」した動物で、人の世話無しでは生きていけないのだそうです。取材先でワンちゃん・猫ちゃんと出会うこともありますが、「安心して暮らす幸せそうな姿」が愛らしさとして伝わってきます。“本人”のせいではないのに、全国的に依然として多すぎる「保護扱い」という不幸も、人しか解決してあげられません…。

や