

情報まぐねっと

※有料の場合のみ表記

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

7/2(土)
※雨天決行
■第28回あさがお・ほおずき市
◆9時～、「長久保公園都市緑化植物園」(藤沢駅北口よりバス「長久保」下車徒歩3分)◆夏の草花販売◆**TEL0466-34-8422**同園。

7/3(日)
※小雨決行
■第4回水辺の安全を一緒に学ぼう◆9時半～15時10分、「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)◆**子ども・保護者各500円◆波乗り、レスキュー体験、他◆****http://www.kizuna-tsujido.com/◆TEL0466-54-9801・NP0法人湘南ウォーターセーフティー協会。**

7/6(水)
7/10(日)
■第32回ちがさき平和美術展
◆10時～18時(最終日17時迄)、「茅ヶ崎市民文化会館」(茅ヶ崎駅北口徒歩8分・展示室)◆絵画、彫刻、版画、他◆**TEL080-5015-7224事務局・近藤さん。**

7/8(金)
■第56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)◆**費500円**(飲食代は別途)◆**TEL0466-25-1773**藤沢合唱団・渡辺さん。

7/8(金)
■茅ヶ崎アカデミア～茅ヶ崎

オペラ～◆13時～16時、「高砂コミュニティセンター」(茅ヶ崎駅南口徒歩7分)◆**費3,000円◆グループ練習と個人練習◆TEL090-3575-0704**増田さん。

7/8(金)
7/31(日)
■Artを着よう! 2016Tシャツ展
◆11時～18時(最終日17時迄)、「artsea」(茅ヶ崎駅南口徒歩10分・**火・水**)◆13組の作家による個性豊かなデザインTシャツ◆**TEL0467-57-2144**artsea。

7/9(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**湘南なごさ合同事務所。

7/14(木)
7/31(日)
■斎藤泉・水野純2人展◆11時～18時、「ギャラリー街路樹」(茅ヶ崎駅南口徒歩13分)◆生命感溢れる絵画やオブジェ、アクセサリー展示◆**TEL0467-58-1231**ギャラリー街路樹。

7/17(日)
■Special Jazz/BassTALK◆14時～、「ハスキーズギャラリー」(茅ヶ崎駅北口すぐ・YAMAJIビル6F)◆**費当日3,500円、前売り3,000円◆出演:**鈴木良雄(b)、井上信平(f1)、野力奏一(p)、岡部洋一(per)◆**TEL0467-88-1811**同ギャラリー。

7/17(日)
※荒天中止

7/28(木)

7/28(木)
8/1(月)
8/2(火)
8/8(月)

7/31(日)

■第16回えぼし岩 海の自然体験教室◆8時～12時、「茅ヶ崎漁港荷捌き場付近」(P利用可)◆**費5,000円◆えぼし岩上陸、他◆対象:**茅ヶ崎市在住の小学5年～中学3年生(7/9<土>事前講習(必修))◆**氏名・学校学年・保護者携帯・メールアドレス**明記の上、**hello@yumidori.com◆TEL080-6729-8008**長谷川さん。

■県衛生研究所施設公開◆9時半～15時半、「神奈川県衛生研究所」(茅ヶ崎駅北口よりバス「町屋」下車徒歩8分)◆科学実験や工作、ミニ講演、所内見学、他◆**TEL0467-83-4400**県衛生研究所。

■夏休み小学生ボランティア体験◆9時半～15時半、「湘南ベルサイド」(茅ヶ崎駅南口よりバス「新田入口」下車)、他◆**費2,500円**(保険・昼食代等)◆高齢者介護体験、他◆**対象:**主に小学4～6年生◆**http://www.geocities.jp/ihatov_shonann/**イーハラブ湘南。

■第3回SHONAN BBQ FEST.◆10時～日没迄、「Tバー」(茅ヶ崎駅南口よりバス「ヘッドランド入口」下車)◆**費男性4,000円、女性3,500円**(前売りは各500円引き)◆**PUKA・SITA**合同、**SHONAN BBQ**監修のBBQ・各店メニュー食べ放題・飲み放題◆**TEL090-4454-8098**PUKA。

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!

■ヨーグルト活用レシピ

- A.キッチンペーパーで一晩濾すと、クリームチーズのようになります。マヨネーズや塩・コショウと混ぜてディップ風。ジャムやハチミツを掛ければデザートにも。(分離した水分も飲みます)B.カレー粉、ケチャップ(or塩・コショウとニンニクすりおろし)と混ぜ、鶏肉を漬け込んでから焼くとタンドリーチキンに。(藤・大庭S様、赤・赤羽根G様)
- プレーンの500mlパックに適量の味噌を入れ、好きな肉を漬けて一晩寝かせると柔らかくおいしくなります。(藤・辻堂A様)
- ①400gをコーヒーフィルターで水切りし(30～60分位)、塩(小匙1/2)、おろしニンニク(1片)、キュウリ(2本を薄切り)、トマト(くし形切り)、玉ネ

ギ(1/4個を薄切り)を混ぜる。(赤・赤羽根O様)

- シーザードレッシング=マヨネーズ(大匙3)、ヨーグルト、粉チーズ(各大匙2)、レモン汁(大匙1/2)、おろしニンニク、ブラックペッパー、塩(各少々)を混ぜるだけ。(藤・石川S様)
- ポテトサラダに使うマヨネーズの半量分を脂肪ゼロのヨーグルトにすると、カロリー控えめになります。(赤・浜須賀S様)

■キュウリの大量消費メニュー

- スライサーで千切りにし、A.カニカマ(水気を切ってほぐす)と和えてカニ酢を掛ける。B.塩(少々)を振って水気を絞り、鮭の骨缶(汁気を切る)と混ぜ、ポン酢で和える。どちらも冷やしてどうぞ。(藤・辻堂元町F様)
- すりおろして麺つゆと混ぜ、そうめんダレに。(※麺つゆの代わりにオリーブオイル、おろしニンニク、塩と混ぜるとイタリアンになります=藤・大庭S様)

ぜるとイタリアンになります=藤・大庭S様)

■お弁当のNGとお勧め

- NGは煮物。特に和風の煮物は冷まして汁をとにかくよく切る。ご飯とおかずはきっちりと分けて。(藤・辻堂元町F様)
- A.必ず、しっかり味付け。B.熱いものは冷ましてから詰める。C.梅干しはご飯の真ん中に。(赤・松浪N様)

■教えてください

- 火を通して作るトマト料理。(赤・中海岸K様)
- お手軽手作りおやつレシピ。(赤・柳島K様)
- 雑炊のバリエーション。(赤・本村K様)

※「効果があった産後ダイエット」「強力力の、接着剤のフタが開かない時は」のお答えはありませんでした。

編集後記

1面から3面まで、スポーツ尽くしの本号。高校野球は毎年恒例、サーフィンは初めて間近で練習を見学させていただきましたが、種目は違えど選手たちのこの一夏、一試合に懸ける真剣な思いが伝わってきます。いよいよこれからが夏本番。毎日頑張っている“地元の星”たちを、みんなで応援していきましょう!

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



あらゆる学力を支える国語の力。社会や生活全般への興味関心。小学生、中高生のための新聞で身につく、一生の財産です。わかりやすいニュース、ワクワクする情報を通して、読む習慣を今、お子さまに。

朝日小学生新聞

毎日発行 8ページ 月ざめ **1,769円**(税込)

朝日中高生新聞

日曜日発行 20～24ページ 月ざめ **967円**(税込)

お孫さんに新聞をプレゼントしませんか

朝学ギフト

朝日小学生新聞(日刊)
5,307円(3か月)

朝日中高生新聞(週刊)
2,901円(3か月)

ご購入、ギフトのお申し込み、お問い合わせは…

通話無料 **0120-415843**

サイト **www.asagaku.com**



「ふれあい朝日を見た」とお伝えください。

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

ベルマーク運動
にご協力ください!
ベルマークは 1点1円
被災地の小学校に寄付されます!
〒253-0044
茅ヶ崎市新栄町1-14
湘南新聞販売所
「ベルマーク運動係」宛まで
郵送 または 持参ください

幸せな結婚へのお手伝い
～1人から2人の始まり～
初めての**婚活体験プラン**
入会費 登録費 月会費 すべて込み **9,800円**
(もちろん税込)
お相手紹介 まで!
湘南茅ヶ崎良縁会
受)11時～20時
火曜・水曜休み
湘南茅ヶ崎良縁会 検索
☎080-1804-5975

茅ヶ崎・辻堂のとおき情報サイト「とことこ湘南」主催
「とことこマルシェ」開催!
2016 7/31 sunday
食べもの・雑貨・ワークショップなど最大10店が出店する小さなおまつりです!
出店詳細は決まり次第とことこ湘南ホームページにてご案内いたします。
日時: 2016年7月31日(日) 9時～12時
開場: 湘南新聞販売所1F(茅ヶ崎駅北口徒歩3分)
問合せ: ☎0467-82-3618 とことこ湘南編集部
イトーヨーカドー 松屋 コンビニ 茅ヶ崎駅 北口 陸橋 平塚

署管内別	茅	藤	藤北	綾	計
罪名別	(42)	(43)	(32)	(11)	(128)
自転車盗	156	175	155	60	546
オートバイ盗	16	19	42	7	84
車上狙い	24	31	50	16	121
ひったくり	12	11	1	2	26
空き巣狙い	8	22	22	1	53

2016年1月1日～5月31日現在 ()内は5月のみ