



クーポン「ふれ朝見た」で
【初来店の方限定】ディナー時
1ドリンクサービス!
2017年1月末迄



●TEL0466-51-8080●藤沢市辻堂
東海岸1-12-27マイタウン海岸
通りF号室●11時～22時(L.O.21時
20分)●月曜定休●37席有●店内禁
煙(テラス席喫煙可)



辻堂駅
辻堂公民館
辻堂公園
江の島

辻堂中央支店発 (アラバンス)
ワイン・ビストロ alaPince

フレンチ&イタリアンを「居酒屋感覚」で!

「ワインと料理を気軽に楽しめるお店」をモットーに、今年4月、辻堂サーファー通り沿いにオープン。厳選した旬の食材を使い、仕込みにしっかりと手間暇をかけた自慢の料理を提供する。お勧めは「夜のパーティープラン」(お1人様4,000円・4名様～)。前菜3品、ピザ、グラタン、お肉料理、パスタに、2時間飲み放題が付く。

ワインは、グラス400円のリーズナブルなものから高級品まで300種以上常備。ワインや料理の質問にも気さくに応じてくれる。「どうぞお気軽にご来店ください」(オーナー)



●TEL0467-85-9674●茅ヶ崎市矢畑
405-5●11時半～14時(禁煙)、17時
～22時頃(喫煙可)●水曜定休(年末
年始は12/31～1/6迄お休み)●P3台・
駐輪場有(要確認)●価格は税別



茅ヶ崎駅
茅ヶ崎駅前
茅ヶ崎駅前

茅ヶ崎中央支店発
地魚料理・沖縄そば ひびき

年末年始も、豪快な「和食の美」に舌鼓!

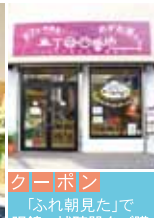
近隣の漁港から毎朝仕入れるぷりっぷりの地魚と、地野菜や沖縄の食材を使った同店ならではの創作料理で食通らの心をつかむ。

刺身も煮物も焼き物も、その一品一品が大ぶりかつ繊細で「ダイナミック」。新鮮な素材を最大限に生かす小粋な職人技と丁寧な仕事ぶりが、すべてのメニューから伝わってくる。

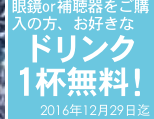
“裏名物”「オヤジの煮物」は、文字通り店主のお父様(お料理上手!)が全種を別々に煮てお鉢に集合させる逸品だ。ランチ各種(酢の物・煮物・ご飯・沖縄そば(小)・新香付)1,280円～。夜のコース(8品)は4,000円～。昼のコース(6～7品)は2,500円～。



クーポン「ふれ朝見た」で
眼鏡or補聴器をご購入の方、お好きな
ドリンク1杯無料!
2016年12月29日迄



●TEL0467-66-1002●茅ヶ崎市共恵
1-4-15●カフェ:10時～19時、眼鏡
販売:10時～18時●カフェ:月曜
定休、眼鏡販売:月曜、水曜定休



茅ヶ崎駅
茅ヶ崎駅前
茅ヶ崎駅前

茅ヶ崎海岸支店発
カフェのあるめがね屋さん 一丁目四番地

めがねを見ながらほっこりカフェタイム

茅ヶ崎駅南口から徒歩5分。南本通り商店街沿いに、眼鏡屋とカフェを「融合」させた新しいスタイルの店がオープン。元は40年以上続く眼鏡店だったが、この程、カフェを併設したアットホームな空間に生まれ変わった。前の店舗時から務める「のりちゃん」が、そのまま眼鏡の担当として在籍。目や耳の相談に丁寧に、その人に合った商品を薦めてくれる。厳選した豆を使っておいしいコーヒーを入れるのは、笑顔いっぱい「のりちゃん」。「眼鏡、カフェいづれか一方のみの利用も大歓迎!お気軽にお立ち寄りください」(店長・すみちゃん)



●TEL0467-55-9500●FAX0467-55-9501●茅ヶ崎市茅ヶ崎230-14●
10時～20時●不定休●P3台●Xmas
ケーキのご予約は店頭or電話で
ブッシュ・ド・ノエル1,400円(税別)



茅ヶ崎駅
茅ヶ崎駅前
茅ヶ崎駅前

茅ヶ崎中央支店発 (グラングラン)
菓子工房 Grand Grand

とろけるクリームとスポンジが絶品

定番のショートケーキ、季節のフルーツをたっぷり使ったケーキ、洗練されたフォルムのオリジナルケーキが常時20種以上。サクサクな焼き菓子や色とりどりの焼きドーナツなど35種以上の菓子類も幅広い世代に好評だ。自慢のケーキは、フランス仕込みの技術が生み出すきめ細やかなスポンジと、とろけるような柔らかさの生クリームが特徴で、サイズは「少し大きめ」。「ほとんどお酒を使用していない」ため、子どもも安心して食べられるとか。現在、Xmasケーキの予約受け付け中!ホール3,000円～(=写真は4号、税別)。



●TEL0467-66-1093●茅ヶ崎市共恵
1-2-17●11時～19時●火曜定休
●価格は税別●Webショップも
チェック! **MOANALU** (検索)



茅ヶ崎駅
茅ヶ崎駅前
茅ヶ崎駅前

茅ヶ崎海岸支店発 (モアナール)
MOANALU

生活を彩る「ハワイアン雑貨」のお店♪

「日々の暮らしをより楽しくHAPPYに!」がコンセプト。同店オリジナル商品や温かみのあるハンドメイドをメインに、「ハワイ&ビーチテイスト」の雑貨・アクセサリ・ウェアまで、見ているだけでも楽しめそうな商品がずらり。人気は「紐が切れたら願いごとが叶う」とされるネックレス(Aloha wish necklace=1,800円～)や、肌に優しく吸水性に優れた同店オリジナルガーゼタオル(1,000円～)など。この時期はギフトセットもお勧めとか。「ここでしか出会えない商品がたくさんあります!ぜひ遊びに来てくださいね」(オーナー・重浦絵里子さん)



●TEL0467-83-8711●茅ヶ崎市東海岸北2-1-58●8時半～19時(日曜13時迄)●無休(1/1～3、8/17～20は休み)●珍しい「青いバラ」も取り扱い● **さんこう生花店**



茅ヶ崎駅
茅ヶ崎駅前
茅ヶ崎駅前

茅ヶ崎海岸支店発
茅ヶ崎花屋 さんこう生花店

“お花のプロ”が高品質のお花を提供します

茅ヶ崎駅南口・雄三通りにある1955(昭和30)年開業の老舗生花店。「質」と「鮮度」を何より重視し、長年培った目利きで納得したもののみを仕入れる。切り花や鉢物は、「持ちが良い」と評判だ。今の時期は、旬のポインセチアやシクラメンで店頭が華やかに。

選び方や育て方などを快く教えてくれるのも魅力で、例えばシクラメンを選ぶポイント「葉を触り硬い」「花首が伸びていない」「花が中心に集中している」「葉が全体的に丸くまとまっている」ことという。その他、ブーケやアレンジなど贈答用のお花も人気。



クーポン「ふれ朝見た」で
【ご新規様限定】お会計から
¥500 OFF!!



●TEL0467-57-7748(予約優先)●茅ヶ崎市東海岸2-1-44-101●9時～18時迄受付(カラー・パーマは17時迄)●月曜、第3日曜定休●P3台●カット:一般3,800円(税別)、他



茅ヶ崎駅
茅ヶ崎駅前
茅ヶ崎駅前

茅ヶ崎海岸支店発 (ヘアナッツ)
hair nuts

“手ぐしでキマる”ヘアスタイルをご提案

テーマは「髪のお悩み解決」。髪に浸透しやすいナノスチームのパーマやカラー、オーガニック素材の薬剤など施術法に幅を持たせ、デリケートな髪でも極力ダメージを押さえて美しく仕上がるよう、個々に最適の方法を選び出していくという。「忙しい朝でも“手ぐしでパバツ”と再現できるようなスタイリングをご提案します」(オーナー夫妻)。「施術後のしっとり感が違う」という機能水・「π(パイ)ウォーター」を使ったヘッドスパも人気&一押しメニュー。鉄砲道と高砂通りの交差点、鮮やかな黄色と青が目を引く外観が目印。



●TEL0467-38-8700(予約優先)●茅ヶ崎市柳島海岸1116-3●8時～12時、14時半～20時半(土曜のみ7時～14時)●日曜、祝日定休●P有●各種保険取り扱い●往診応相談

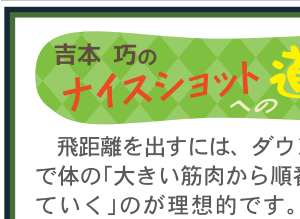


茅ヶ崎駅
茅ヶ崎駅前
茅ヶ崎駅前

茅ヶ崎海岸支店発
やなぎしま接骨院

痛みと向き合い、「体」だけでなく「心」も軽く

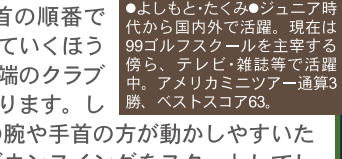
「高校球児だった頃、怪我の際には接骨院が心身の支えになってくれた」という沼川尚也院長。その経験が、現在の道につながった。エコー検査や超音波など最新機器を駆使して「早期回復」を目指す一方で、症状による患者さんの辛さや不安をコミュニケーションと丁寧な施術で少しでも軽減できるよう力を尽くす。「酸素カプセル」(初回50分800円)、「体幹トレーニング」など、怪我予防と体のパフォーマンスアップのためのメニューも導入。「怪我に限らず、疲れた時、気分転換したい時にも気軽に来られる場所でありたいですね」(院長)



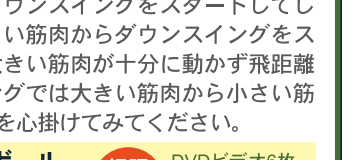
吉本 巧の
ナイスショット道
12



飛距離を出すには、ダウンスイングで体の「大きい筋肉から順番に動かしていく」のが理想的です。具体的には、腰→胸→肩→腕→手首の順番です。大きい筋肉から動かしていくほうが体がスムーズに動き、末端のクラブヘッドが加速されやすくなります。しかしながら、小さい筋肉の腕や手首の方が動かしやすいため、つい小さい筋肉からダウンスイングをスタートしてしまいがちになります。小さい筋肉からダウンスイングをスタートさせると、その後大きい筋肉が十分に動かず飛距離が出ません。ダウンスイングでは大きい筋肉から小さい筋肉という順番で動かすことを心掛けてみてください。



●よしもと・たくみ●ジュニア時代から国内外で活躍。現在は99ゴルフスクールを主宰する傍ら、テレビ・雑誌等で活躍中。アメリカミニツアー通算3勝、ベストスコア63。



『吉本巧監修 **ドローボール マスタープログラム**』
販売サイト
<http://www.itm-asp.com/cc/10104/00Qet5L0>
DVDビデオ6枚(計3時間55分)
19,900円(税込)
※全額返金保証付



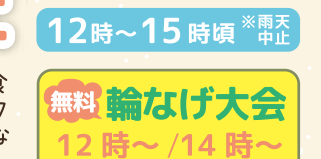
99ゴルフスクール(茅ヶ崎市東海岸北5-30-1F) ☎080-6732-0099



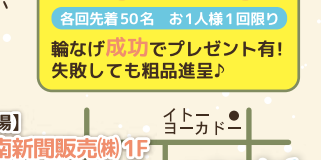
とことこマルシェ



2016
12.11日
12時～15時頃 ※雨天中止



無料 輪なげ大会
12時～/14時～
各回先着50名 お1人様1回限り
輪なげ成功でプレゼント有!
失敗しても粗品進呈♪



お菓子詰め放題もやるよ!
1回250円



【会場】
湘南新聞販売(株)1F
(茅ヶ崎駅北口徒歩3分)



マリメッコ展



ーデザイン、ファブリック、ライフスタイル **marimekko-Design,Fabric,Lifestyle**



2016
12/17土 → 2017
2/12日
Bunkamura ザ・ミュージアム
※1/1(日)のみ休館



10:00-19:00(入館は18:30迄) 毎週金曜・土曜は21:00迄(入館は20:30迄)
お問い合わせ: 03-5777-8600(ハローダイヤル) ※12/31(土)を除く