

お問い合わせ：0465-22-5002 (一社)小田原市観光協会

約10,000発

お問い合わせ：046-295-5496 あつぎ鮎まつり実行委員会

約10,000発

お問い合わせ：0467-84-0377 茅ヶ崎市観光協会

約3,000発

お問い合わせ：0463-35-8107 平塚市商業観光課

約3,000発

お問い合わせ・ご予約：0466-26-4840

お問い合わせ・ご予約：0465-46-9165

お問い合わせ・ご予約：046-223-2442（月曜定休）

お問い合わせ・ご予約：0467-87-3830



キツかったけど気持ちよかったデス！
エッタン

平日の毎日1つずつ、ウマイモンをご紹介する企画、
イチウマ特集！是非チェックしてみてくださいね！

みんなも「フォロー」してね!

お得に湘南ナビ!を楽しもう!!

無料会員登録のみで
イベント情報を掲載できるサービスをしています。
どんどん掲載して情報を発信してください！

毎日更新

ステキな
スポーツを
紹介して
ゆくら〜。



湘南ナビ!
Instagram



みんなをフォローしてね!

湘南ナビ!
Twitter



みんなを「フォロー」して!

f 湘南ナビ!
Facebook



みんなち「いいね!」してね!

特集



塩ぶっかけ 冷やしラーメン 850F

リテールに置き、いただき
醤油の中間で鶏ガラのあ
がしいアクセントになって
極細ストレート麺は、伸び
くり食べても変わらないお
マルスルとのどけい、まじ

クーポン
小生ビール1杯
麺大盛り
季節のフルーツから
1品無料!
★本券1枚でお1人様のみ有効

月1回第2金曜日更新
「らあめん特集」！
お店選びの参考に！

お店情報もいろいろ
イチウマらーめん特集も
よろしく!

らーめん 特集

湘南のシビれる情報まんさい! 湘南ナビ! のフリーペーパー

2019
8
VOL.51

系 湘南ナビ!



201908



MORNING
TODAY'S ICHIUMA

朝活・モーニング特集

A close-up photograph of several bento boxes. In the foreground, a large bento box is filled with white rice, topped with a small portion of dark, possibly seaweed or meat. To its right, another bento box features a red, round object, likely a tomato or a piece of meat, on a bed of rice. In the background, other bento boxes are visible, some containing green vegetables and meat. The boxes are arranged on a wooden surface, and the lighting is warm and inviting.





[湘南ナビ](#)

www.shonan-pavi.net/

www.wienimath.at

天然温泉

巡湯花楽 厚木店

リニューアルオープン!

麦飯石サウナ

露天風呂

3,000冊のマンガ・雑誌が読み放題

癒し満ちゆく
憩いのときを
あなたに...

天然温泉

巡湯花楽

厚木店

☎046-296-4126
厚木市林5-8-12
営業時間:10:00~翌25:00
(最終入館は24:00)

通常料金

会員様 入浴/平日1,250円・土日祝1,450円
一般様 入浴/平日1,350円・土日祝1,550円
通常入館 (フェイス・バスタオル/サウナ着/麦飯石サウナ動きタオルのセット)

2019/9/1まで有効
平日830057
休日830058
※本券1枚で
4名様まで有効

クーポン

入館料

平日 大人 980円
土日祝 大人 1,180円

海老名



写真上から
・ほうれん草とタルタル
・チキンカツレットとカプレーゼ
・ローストポークとピクルス
3種類から選べるパニーニとこだわりの
ドリンクがセットでこの価格！

WEB
8/23
UP!

morning time/9:00am~11:00am

モーニングセット (パニーニ・ドリンク) 518円



44APARTMENT海老名店
☎046-240-8011
海老名市めぐみ町2-1 ピナガーデンステラス332

茅ヶ崎



WEB
8/29
UP!

morning time/9:30am~11:00am

焼きたてプレミアム食パンセット 550円

+¥200でフリードリンク付

ボリュームたっぷり！
もっちり食パンの食べ応えがたまらない！



mokichi bakers cafe
☎0467-84-0124
茅ヶ崎市元町13-1

クーポン

茅ヶ崎



WEB
8/1
UP!

morning time/8:00am~11:00am (L.O.10:30am)

まんまる和んプレート 864円

食材にこだわった日替わりの
手作り朝ごはんプレート。



柳島キッチン【柳島スポーツ公園クラブハウス内】
☎0467-81-4103
茅ヶ崎市柳島1300 柳島スポーツ公園 クラブハウス内 2F

茅ヶ崎



WEB
8/28
UP!

morning time/9:00am~11:00am

黒糖カレーのホットサンド (ドリンク付) 730円

黒糖×キーマカレーの
絶妙なコク深い味わいは必食です！



黒糖茶房
☎0467-81-4394
茅ヶ崎市東海岸北2-3-34

藤 沢



WEB
8/21
UP!

morning time/8:00am~10:30am

PINY 片瀬山本店
☎0466-27-2231
藤沢市片瀬2-2-2

具だくさんサラダプレート 1,080円

藤 沢



WEB
8/26
UP!

morning time/10:00am~

J.S. PANCAKE CAFE テラスモール湘南店
☎0466-38-2147
藤沢市辻堂神台1-3-1 Terrace Mall 湘南 2F

ストロベリーバナナパンケーキ 1,404円

藤 沢



WEB
8/22
UP!

morning time/8:00am~10:00am

SHONAN 78 COFFEE ROASTERS 江ノ島駅前店
☎0466-53-9315
藤沢市片瀬海岸1-11-31

しらすトースト〈モーニングセット〉 700円

寒 川



WEB
8/8
UP!

morning time/7:00am~10:00am

Cafe CoocooPacPac
☎0467-81-3287
高座郡寒川町一之宮1-12-27

モーニングバスケット 500円

鎌 倉



WEB
8/20
UP!

morning time/9:00am~

坂ノ下パインミー (チキン) 626円

野菜たっぷり、ヘルシーでボリュームな
アジアン料理モーニング！



坂ノ下アジアンカフェ ICE KITCHEN
☎0467-73-8580
鎌倉市長谷2-16-11

鎌 倉



WEB
8/30
UP!

morning time/8:00am~10:00am

朝ご飯 900円

海を眺めながらいただく和定食。
心地よい贅沢な朝の時間を…。



海宿食堂グッドモーニング材木座
☎0467-38-5544
鎌倉市材木座6-5-19

クーポン

鎌 倉



WEB
8/5
UP!

morning time/7:00am~11:00am

モーニングセット 500円

サクサクもっちり！モントリオール式ベーグル！
宿泊のお客様以外でもご利用いただけます！



ペーぐるもへある
鎌倉市常盤273-3
鎌倉ゲストハウスの半地下

クーポン

平 塚



WEB
8/13
UP!

morning time/8:30am~10:00am

モーニングセット 630円

土日限定！パン職人が生地から作るマフィンに目玉焼きと
ハーブチキンをサンド！おしゃれな店内で優雅な朝を…。



◎STANDARD. (ナインスタンダード)
☎0463-73-6694
平塚市宮の前9-24

秦 野



WEB
8/19
UP!

morning time/8:00am~11:00am

モーニングセット (Cセット・野菜サンド) 620円

驚きのふわふわ食感！
サイフォンで淹れたコーヒーとともにいただく♪



ボージィ
☎0463-83-4676
秦野市本町2-4-4

秦 野



WEB
8/27
UP!

morning time/8:00am~11:00am

朝モーニング (フレンチトースト) 500円

こだわりの料理をリーズナブルに。
ワンコインでいただける極上モーニング。



シャンゼリゼ
☎0463-86-6665
秦野市柳町1-5-9

大 磯



WEB
8/15
UP!

morning time/10:00am~10:30am

コーヒー (ICE or HOT) 450円ご注文で無料サービス

ドリンクご注文のお客様に「厚切りはちみつシナモン
トースト」(通常価格350円)を無料サービス！



magnet
☎050-1168-9779
大磯町大磯1130-2F

小田原



WEB
8/9
UP!

morning time/☎9:00am~☎※7:00am~☎※8:00am~

なみ漬け丼 (ご飯セット付) 1,280円

朝獲れ新鮮なネタを日替わりで楽しめる♪
小田原場外市場ならではの贅沢な朝ごはん。



小田原場外市場 港の台所なみ
☎0465-87-5584
小田原市早川1-6-10

今月のイチウマは朝活・モーニング特集。

湘南ナビ！エリアで楽しめるバリエーション
豊かな朝メニューを厳選！
美味しい朝ご飯で1日を元気に！

※表示価格は税込みです。

配信中!!



WEB
8/
UP!

← WEB版
掲載日誌。

8月1日からWEB版スタート！より詳しい情報を
一日平日1コずつ掲載していきます。チェックしてね！

201908

MORNING

TODAY'S ICHIUMA

朝活・モーニング特集

小田原



WEB
8/6
UP!

morning time/7:00am~11:00am

モーニングセット 460円 ※日替りのシナモンロール

人気のパン3種・日替りパン1種の中から1つ
選べる！ドリンク、ゆで卵付のモーニング♪



箱根ベーカリー小田原店
☎0465-20-1126
小田原市城山1-1-1

伊勢原



WEB
8/2
UP!

morning time/8:00am~

鮭定食 (鮭、ごはん、みそ汁、おしんこ) 800円

創業45年、多くの常連さんが訪れる
昔ながらの定食屋さん。



食堂いとう
☎0463-93-0306
伊勢原市伊勢原2-10-34

平 塚



WEB
8/14
UP!

morning time/7:00am~10:00am

朝定食 (東京ラーメン) 530円

朝からでも重くない、あっさり醤油ラーメン。
日替わりご飯とおしんこ付で大満足のコスバ！



味噌ー
☎0463-58-9371
平塚市南金目709

厚 木



WEB
8/7
UP!

morning time/☎7:00am~9:00am・☎※7:00am~10:00am

朝食バイキング 1,296円

人気の特製カレーや鶏照丹沢味噌ソースなど健康と
地元食材にこだわった「元気朝食」で元気な1日を！



レストラン プティティール
☎046-223-2442
厚木市中町3-14-14 アーバンホテル厚木1F

海老名



WEB
8/16
UP!

morning time/3:00am~11:00am

海鮮丼がってん寿司

がってん寿司の中で唯一丼を楽しめる店舗です。
朝に嬉しい新鮮釜揚げしらす丼の人気セット！



☎070-1351-7752
海老名市大谷南5-1-1 海老名SA(上り)フードコート2F

釜揚げしらす朝食丼 (みそ汁、卵焼、胡麻昆布、おしんこ付) 580円

湘南ナビ！限定 クーポン

ここのクーポンか、各店舗QRコードから
クーポン画面を開いてお店に
提示してくださいね！

mokichi bakers cafe

プレミアム食パンセットご注文の方
フリードリンク無料！
2019.8月末まで

海宿食堂グッドモーニング材木座

コーヒーorグラスビール
サービス！
1枚につき2名様まで。お食事の方に限ります。

ペーぐるもへある

季節の果物ヨーグルト
サービス！