



大学在学中にNHK連続テレビ小説でヒロイン役を務め、その後数え切れないほどの役を演じてきた紺野美沙子さん。文才にも長け著書も多数、エッセイのドラマ化や文学賞受賞という輝かしい経歴も。現在は朗読座を主宰し、美しい言葉の世界を日本全国に発信している。美しく聡明…なだけでなく、ユーモア溢れる紺野さんにお話を伺った。

横浜に暮らして40年

横浜に暮らしてかれこれ40年になります。もともと東京の狛江市に住んでいましたが、祖母の友人が住む横浜市の外が、丘陵地帯で緑が多く素敵なところだねと家族で引っ越しました。私が大学生の時です。住み始めた当初は狸に遭遇したこともありでしたね。結婚し、子育てもこの街でしました。近くに大きな公園があつてのんびりしていて、晴れた日には富士山も見えます。

今年のお正月は「かながわ県民割」を使って姉妹の家族とみなとみらいに泊まりました。ホテルから望む夜景は素晴らしく、目の前に観覧車が見えて親戚の子も大喜び。ロープウェイ「YOKOHAMA AIR CABIN」にも並んで乗りました。歳を重ねると、新しいことを体験する機会が少なくなるので、最新の乗り物に乗ってみようと思って。近未来のようでとても素敵でした。地元泊まってみるのもいいですね。

膨らむ想像の世界「朗読座」

10年ほど前、たまプラーザテラスができた時に、ホールで何かやってみませんかと言を掛けていただいて。日本語の美しさと言の持つ力をお伝えしたいという想いから「朗読座」の活動を始めました。音楽や影絵、映像など、アートと朗読を組み合わせたパフォーマンスです。皆さまに心穏やかなひとときをお届けしたい、レストランというフルコースではなくて気軽に美味しいものが食べられるビストロのような感覚で楽しんでいただけたら。演劇ほど長い時間ではなく、でも非日常を味わって、一緒に行ったお友達と「今日は楽しかったね」とランチでもして。今では全国各地で公演しています。地方を訪ね、私自身もその土地の美味し

いお酒や旬の食べ物は何かしらと楽しみながらやらせていただいています。

子ども向けの演目もあれば、コロナ禍でお休みしていますが客席の皆さまと発声や群読をする参加型の演目もあります。盲学校の学生さんがたくさん来てくださったこともありました。心が動く瞬間を積み重ねることが豊かな人生をつくれます。耳で聴いて想像の世界を膨らませ、私が表現したことで一人でも多くの方の心を動かすことができたら嬉しいです。

国連の親善大使として

国連開発計画（UNDP）親善大使の活動に携わってもう24年にもなります。アジア・アフリカの途上国を視察し、自分の見たこと、感じたことを日本の皆さまにお伝えする活動です。

訪問先では「百聞は一見に如かずとはまさにこのこと」と驚くことの連続です。タンザニアの奥地に行った時のこと、そこには電気もガスもなく、診療所はあるのですが名ばかりで、医者もいません。お母さんが何キロも歩いて赤ちゃんを連れてきたのですが、結局はちょっとした薬を処方されて帰るだけ。そういった途上国の貧困地域では医療体制が整っていないので、あとはもう祈るしかない。また子どもを助けたいと、病院に行くために高利貸から借金をして貧困が進んでしまうというお話も伺いました。

テレビのお仕事の中でも、クイズ番組は緊張してしまうので特に苦手だったのですが、15年ほど前、テレビでメッセージを発信できるという想いから出演したこともあり、「賞金を獲得したら東ティモールに木を植えるために寄付します」と。その時はよもやの賞金を本当にいただき、東ティモールに寄付をすることができました。

ヨコハマ ^{vol.93} 想い



俳優・朗読座主宰

紺野 美沙子さん

Konno Misako

1980年、慶応義塾大学在学中にNHK連続テレビ小説「虹を織る」のヒロイン役で人気を博す。「武田信玄」「あすか」など多数のドラマに出演。舞台では「細雪」（原作：谷崎潤一郎）「忠臣蔵」「日本の面影」（作：山田太一）「両国花錦闘士」（原作：岡野玲子）など、硬軟を問わず意欲的に取り組んでいる。バラエティ番組にも度々出演。長年の大相撲ファンとしても知られている。1998年、国連開発計画親善大使の任命を受け、国際協力の分野でも活動中。2010年秋から「紺野美沙子の朗読座」を主宰。NHKエフエム「音楽遊覧飛行」案内役を担当している。

演じる魅力

小学生の時に演劇クラブに所属していて、桜木町の青少年ホールが私の初舞台でした。演じる楽しさを知り、この時「将来はお芝居をする人になりたい」と思ったことを今でもはっきり覚えています。8年前、再びこのホールの舞台に立つ機会を得て、あらためてその時の気持ちがよみがえりました。その気持ちをいつも忘れないでいようと胸に刻んでいます。

演じるという仕事の魅力は、いろいろな時代のいろいろな人生を疑似体験できること。そして皆でつくり上げていく楽しさや達成感、ワンチームという感覚。好きだからこそこの仕事を長く続けてこられたのだと思

います。

ご存じの方も多いと思いますが、私は「元祖スー女」と言われた大の相撲好き。同居していた祖母と子どものころからテレビで相撲観戦を楽しんでいました。相撲独特の伝統文化や、武器を持たずに体一つでぶつかり合う迫力がたまらなく好きです。なんと昨年、『両国花錦闘士』という相撲をテーマにした舞台に出演させていただきました。お相撲さん役の若い役者さんたちに囲まれて、とても幸せな数カ月でした。

夫は「家に女優さんがいるってどんな感じ?」と聞かれると「うちに女優はいない」と答えているそう(笑)。どんな職業の方も家に帰れば「普通の人」ですよ。



初心者対象 手結びのきもの着付教室

通常全 8 回 12,000 円
(1 回 1,500 円 × 8 回) → 受講料 0 円

◆カリキュラム◆

ゆかたの着方と半幅帯、普段着の着方、名古屋帯のお太鼓結び、フォーマルの着方、袋帯の二重太鼓結び(全て手結びで行います)
※着物、長襦袢、帯の貸し出し有り(全8回3,500円)

◆開講要項◆

期間／週1回の2ヶ月 (応募者には開講日の1週間前に受講券を送付)
定員／各時間5名
受講料／無料 ※但し教材費として期間中6,900円(税込)必要

教室	3月生		4月生		時間	会場
	コース	開講日	コース	開講日		
横浜	金曜	3/11	水曜	4/13	A・B・C	横浜駅西口 歩4分
銀座	水曜	3/16	木曜	4/14	A・B・C	有楽町駅銀座口 歩5分
新宿	火曜	3/15	金曜	4/15	A・B・C	新宿駅西口 歩5分
池袋	月曜	3/7	木曜	4/14	A・B・C	池袋駅西口 歩4分

A(10:30～12:00)／B(14:00～15:30)／C(19:00～20:30)

彩きもの学院
お申し込みは「ヨコハマよみうり」係へ

<https://www.saikimonogakuin.co.jp/>

☎ 0120-073005

ともにつくる vol.89

共創横浜

横浜市政策局共創推進課
～共創を活性化させる
新たな仕組み～

予算事業ページから公民連携提案が可能に

全国に先駆け、2008年に公民連携の一元的な窓口「共創フロント」を設置した横浜市。少子高齢化や人口減少、環境問題など、抱える課題は年々多様化している。2021年12月には、「横浜市財政見える化ダッシュボード」(以下、財政見える化DB)に、全国初となる公民連携提案機能が加わった。

そもそも公民連携による共創とはどんな取り組みなのか?横浜市政策局共創推進課の中尾担当係長は「社会的課題の解決を目指し、民間事業者と行政が対話により連携を進め、相互の知恵とノウハウを結集して新たな価値を創出すること」と話す。

従来、民間事業者からの提案方法は2通り。共創フロントのWEBサイトから自由に提案する「フリー型」、市が提示した課題に対して提案を行う「テーマ型」だ。フリー型には2021年3月までに975件の提案があり、そ



予算は23分野にわけられ、1840事業別に予算事業ページがある(2021年度)



財政見える化DB

のうち435件の連携事業が実現している。

今回、公民連携提案機能が追加された「財政見える化DB」とは、横浜市の予算の使い方や予算事業の内容を検索できるWEBサイト。事業の目的や予算がわかる予算事業ページごとに、公民連携の提案フォームが設けられている。「新たな提案チャンネルを通し、予算事業を起点にした新しい視点の提案が増え、社会課題の解決につながることを期待したい」と中尾担当係長。公民連携の強化により市民のニーズに応え、公共サービスの向上を図る。

横浜市民まち普請事業

横浜市民
×
都市整備局地域まちづくり課

地域課題の解決を目指した施設整備の提案を募集!公開コンテストで選考し、整備助成金を交付します。

☎045(671)2679 地域まちづくり課

「まちづくりコンテストをご存知ですか?」

「住民同士の交流スペースをつくりたい」、「子どもが安心して遊べる水辺をつくりたい」。横浜市ではそうした市民の思いに応える助成を行っています。その名も「ヨコハマ市民まち普請事業」。ここでは、まち普請事業を活用して地域の皆さんが自ら実現した「夢」を紹介していきます。

●みんなの絵本のおうち～人をつなぐ絵本の拠点～(泉区和泉中央南)

相鉄線いずみ中央駅のロータリー高架下に「みんなの絵本のおうち」があります。絵本カフェのようですが、地域交流拠点であり、悩んでいる人たちを応援する居場所です。

代表の森川さんと松本さんは子育てに悩んだ時に絵本に勇気づけられた経験から、絵本の読み聞かせやコンサートリーディング※を行ってきました。「絵本の魅力を伝えたい」「もっと多くの人の心のケアができる居場所が必要」と思い始めた頃、活動に共感した相模鉄道の社員から鉄道高

架下の建物を活用する提案を受け、まち普請の挑戦を決めます。はじめは少人数でのスタートでしたが、地域の人たちや絵本に勇気づけられたママたちがグループに参加し、活動の輪が大きく広がり、見事コンテストを通過します。

現在、みんなの絵本のおうちでは、絵本の活動のほか、カフェでのランチの提供等、地域の人たちが活躍できる場となっています。50人を超えるボランティアには、子育てに悩んでいたママや料理好きな80代の方まで!自分の好きな事、得意な事を活かしながら、日々、新しい出会いが生まれています。



(左)コンサートリーディング(※音楽に合わせて絵本を読む)
(右)まち普請で絵本棚等を整備。約2000冊の絵本が並びます

「横浜市主催のまちづくり公開コンテスト」～ヨコハマ市民まち普請事業～

横浜市では、市民の皆さんから地域の課題解決や魅力づくりを目指した施設整備の提案を募集し、公開コンテストにより選考された提案に対して、最大500万円の施設整備の助成金を交付する「ヨコハマ市民まち普請事業」を行っています。令和4年度の提案募集は4月1日から開始する予定です。相談は随時受付中。詳しくは横浜市都市整備局地域まちづくり課(☎045-671-2679)までお問合せください。



ヨコハマ市民まち普請事業HP

横浜の記録

変容する横浜の街・人・時代…
横浜の「記憶」を心に焼きつける

vol.30



「伊勢佐木町」(1972年頃撮影)



伊勢佐木町は横浜メリーが存在し、歌手のゆずがデビューするきっかけにもなった場所で知られている。この頃は商店街といえば伊勢佐木町だった。僕もよく子どもを連れて行き不二家レストランで食事をしたものだ。昔ここは車道で、休日になると歩行者天国になりまるで銀座のようだった。この地区は伊勢佐木町・馬車道そして港と一本道でつながっている。僕の作品はここから始まった。

写真・文 写真家 森日出夫

1947年横浜市生まれ。JPS(日本写真家協会)所属。長年撮り続けた横浜の街・人・森の「観測」と名づけ、それらの作品を写真集や個展に多数発表している。独自の感性で森の「記憶」を記録する。

2月の上映スケジュール

上映時間はお問合わせいただくか、HPでご確認ください。
上映作品・期間等変更になる場合があります。お確かめの上おでかけください。

横浜ブルク13

- 宇宙戦艦ヤマト 2205 新たな旅立ち 後章 2/4～
- 大怪獣のあとしまつ 2/4～
- ゴーストバスターズ/アフターライフ 2/4～
- 鹿の王 ユナと約束の旅 2/4～
- ザ・ユニテッド・ステイツvs.ビリー・ホリデイ 2/11～
- ウエスト・サイド・ストーリー 2/11～
- フルーツバスケット - prelude - 2/18～
- グッバイ、ドン・グリーズ! 2/18～
- 牛首村 2/18～
- ドリームプラン 2/23～
- 劇場版「DEEMO サクラノオト -あなたの奏でた音が、今も響く-」2/25～
- ナイル殺人事件 2/25～

クーポン 有効期限 2022/3/4

cafe OASE 50円引
※カフェOASE(横浜ブルク13併設)のみでご利用いただけます
※シナマ内のチケット、飲食、物販購入では利用できません
※お1人様につき、一合計1枚までのご利用となります

IMAX
横浜ブルク13 検索
桜木町駅前
テレホンサービス
☎045(222)6222

週1回で効果を実感、満足度90%超! 整体×トレーニングで、日々の活動がみるみる楽に!

整骨院直営 国家資格を持つトレーナー陣

もう歳だから…と諦めていませんか?

お家時間が増え、筋力や体力低下、肩こり、腰痛など、以前より強く感じていませんか?運動不足や基礎体力の低下は、老化を進行させる原因になります。「さがみ野こころパーソナルジム」では、国家資格を持ち整骨院で治療も行うトレーナーが、身体を知り尽くしたプロの視点で、あなただけのメニューを作り、マンツーマンで弱点克服をサポートします。

整体ケアとトレーニングがセットで通える

たとえば、月6回コースの場合、トレーニングを月4回、施術を月2回など、整体施術とトレーニングが自由に組合せ可能です。
※入会後会費発生から6ヶ月は退会できませんのでご了承ください

(ペースに合わせてコースを選択)

月4回コース 33,000円
月6回コース 44,000円
ほか

今ならお得!

初月無料 + 無料体験実施中!

まずは気軽にお問合わせ



さがみ野こころパーソナルジム

TEL 046-259-6135 (月～金 9時～19時、土 9時～15時)

アクセス 相鉄線さがみ野駅北口 徒歩3分(座間市さがみ野2-7-16)



体験予約・お問合わせ 24h受付中

公式HP

LINE



2月11日(金・祝)～3月6日(日) 9時30分～16時(入館は15時30分まで)
☑ 西平畑公園内 子どもの館(Pあり・有料) ※期間中無休
¥ 入館料 無料 ☎0465(83)1228 松田町役場観光経済課



2月12日(土)～3月31日(木) 9時～16時30分
☑ 南足柄市郷土資料館(Pあり・無料) ※3月7日(月)・14日(月)・22日(火)・23日(水)・28日(月)休館
¥ 入館料 大人300円(中学生以下無料) ☎0465(73)4570 南足柄市郷土資料館

松田町 まつだ桜まつり 雛のつるし飾り

地元の方々手作りの色とりどりの雛のつるし飾り約7,000個が飾られ、その中でも西湘地域最大級、約5m(約600個)のつるし飾りは圧巻です。今年のはつるし飾りの個数も増え、さらに見応えがあります。

南足柄市 雛の館・森のひなまつり

森のひなまつりは、今年も多彩な顔ぶれです。江戸・明治・大正・昭和のお雛さまや和紙雛人形・土雛人形など多種多様な雛人形を楽しめます。伝統を生かした革新的できれいな現代創作雛(ゴスロリ・森のウェディング等)も特別展示いたします。

あしがら雛めぐり



1市3町あしがら雛めぐりスタンプラリー
3月5日(土)まで ※別途施設入館料がかかります
4会場中3会場以上スタンプを押した方にオリジナルミニタオルをプレゼント!
※会場により開催期間が異なりますのでご注意ください。
※景品はなくなり次第終了とさせていただきます。

●日程・内容は変更となる場合がございます。最新情報はHP等でご確認ください

開成町 瀬戸屋敷 ひなまつり

地元の蔵から発見された300年前の「享保雛」や瀬戸屋敷収蔵の人の数々、婦人会手作りの「つるし雛」7,000個以上や高さ2.4mの「大つるし雛」を展示します。

2月19日(土)～3月3日(木) 10時～17時(最終入園16時30分まで)

☑ あしがら郷「瀬戸屋敷」(Pあり・無料) ※期間中無休

¥ 入館料 大人500円(中学生以下無料)

☎0465(84)0050 あしがら郷 瀬戸屋敷

大井町 お山のひなまつり

のどやかな里山を艶やかに彩る大井のひな祭り。町内の家庭にあったひな飾りが、相和地域のお山にたくさん集まりました。会場は、大山と富士山を一望できる絶景ポイントです。

2月27日(日)～3月5日(土) 10時～16時(5日は12時まで)

☑ 大井町郷土資料館(Pあり・無料) ※期間中無休

¥ 入館料 無料 ☎0465(85)5013 大井町役場地域振興課



さらに詳しく

Yokohama Yomiuri Playguide ヨコよみプレイガイド

Tel.050-3387-1517

月・水・金（祝日を除く）10時～13時

www.y-playguide.com/

電話がつながりにくい場合がございます
ホームページからのお申込みをご利用ください

音楽 島津亜矢 歌怪獣襲来ツアー 2022

2月26日(土)
①11:30開演/②15:30開演
相模女子大学グリーンホール 大ホール
各回全席指定6,800円
4月2日(土)13:30開演
神奈川県民ホール 大ホール
S席6,800円/A席5,000円
幼少の頃より数々のグラプリを手にした演歌の申し子。ステージでは演歌のみならず洋楽・Jポップと抜群の歌唱センスを披露! ※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 40th Anniversary 稲垣潤一 コンサート 2022

2月26日(土)18:00開演
厚木市文化会館 大ホール
4月17日(日)18:00開演
鎌倉芸術館 大ホール
各日全席指定6,800円
和製シティ・ポップスの代表格「ドラマティック・レイン」などのヒット曲から最新の楽曲まで、時間旅行をお楽しみください。ドラムを叩きながら歌う「叩き語り」も見逃せない!
Photo by Shin Watanabe
※未就学児の入場はご遠慮ください



演劇・舞台 野村萬斎 狂言の夕べ 座間公演

3月10日(木)
18:30開演
ハーモニーホール座間 大ホール
全席指定5,500円
【演目】泰山伏(ふくろやまぶし)、二人大名(ふたりだみょう)、清水(しみず)
日本の古典芸能の一つである狂言。鎌倉時代から室町時代の頃に確立し、今日に至るまで一度も途絶えずに伝承されてきました。出演者による解説もあり初めての方でもわかりやすくご覧いただけます。
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 森高千里 「この街」TOUR2020-22

3月12日(土)16:30開演
相模女子大学グリーンホール 大ホール
指定8,800円
「この街」TOUR2020-22 スペシャル
3月25日(金)18:30開演
KT Zepp Yokohama
指定9,800円※ドリンク代別途600円必要
3月28日(月)18:30開演
Zepp Haneda
指定9,800円※ドリンク代別途600円必要



※お1人様2枚まで
【特定興行入場券】この公演チケットは興行主の同意のない有償譲渡が禁止されています。
※4歳以上チケットが必要、3歳以下無料
(ただし保護者1名に対し1名まで膝の上での鑑賞可。お席が必要な場合はチケットをお求めください。)

演劇・舞台 社会風刺コント集団 ザ・ニュースペーパー LIVE 2022

3月26日(土)
①14:00開演(残席僅少)/②17:30開演
戸塚区民文化センター さくらプラザ
4月16日(土)14:00開演
相模女子大学グリーンホール 大ホール
各日全席指定4,800円
タイムリーな社会問題を「笑いと批判」に変える!
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 令和の津軽三味線 フェスティバル 澤田勝紀・澤田勝邦・勝紀会ガールズ

4月2日(土)14:00開演
横浜市鶴見区民文化センター・サルビアホール4階ホール
全席自由席 3,000円
【特別ゲスト】
阿部きみえ(民謡)、美咲朱里(演歌)



音楽 渡辺貞夫 SADAO PLAYS ONE FOR YOU

4月12日(火)18:30開演
鎌倉芸術館 小ホール 全席指定8,000円
電話受付:2月21日(月)10時～
発売日:2月19日(土)10時～
音楽生活70年を超えて活躍する渡辺貞夫が贈る音のプレゼント。
【Sadao Watanabe Quartet 2022】
渡辺貞夫(as)、林正樹(p)、コモブチ キイチロウ(b)、竹村一哲(ds)
※未就学児入場不可



音楽 小野リサ LISA ONO CONCERT 2022 ～Music Journey～

4月23日(土)16:00開演
横浜・関内ホール 大ホール
全席指定6,000円
心地よいボサノヴァのリズム、清涼感あふれる歌声で、日本のブラジリアン・ミュージック・シーンをリードし続けている小野リサ。ボサノヴァの名曲の数々とともに、横浜でのコンサートが開催決定!!
※未就学児の入場はご遠慮ください



演劇・舞台 笑激!! お笑いカーニバル in 横浜

4月24日(日)
①10:30開演
②14:00開演
神奈川県民ホール 大ホール
各回全席指定4,000円
【出演】ナイツ、アンガールズ、友近、三四郎、どぶろっく、ニッチェ、インスタントジョンソン、四千頭身、吉住、真空ジェシカ、モグライダー、ランジャタイ、金の国、ゆめちゃん
※都合により、出演者が一部変更になる場合がございます。
※3歳以上有料、3歳未満入場不可



演劇・舞台 柳家三三 独演会

4月24日(日)
13:00開演
横浜・関内ホール 大ホール
全席指定3,700円
端正で切れ味のよい語り口、硬軟兼ね備えた実力の柳家三三(さんざ)をご体感ください。
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 葉加瀬太郎 オーケストラコンサート2022 ～The Symphonic Sessions～ supported by Iwatani

4月28日(木)18:30開演
神奈川県民ホール 大ホール
全席指定9,000円
2022年春、葉加瀬太郎オーケストラコンサートの開催決定!!
※4歳以下入場不可



音楽 八神純子 Live キミの街へ～ for all Living things ～

5月21日(土)
17:00開演
横浜・関内ホール 大ホール
全席指定6,300円
発売日:2月18日(金)10時～
「みずいろの雨」をオリジナルのまま歌う!と驚くだけでは終わらせません。NEWアルバム「TERRA」や懐かしい曲を織り交ぜたステージで、心は様々な情景で満たされ、笑顔になれることを八神純子は約束します。
※未就学児入場不可



音楽 福田こうへい コンサートツアー2022

6月24日(金)
①13:00開演
②17:30開演
神奈川県民ホール 大ホール
SS席7,000円
S席6,000円
発売日:2月16日(水)10時～
「南部蟬しぐれ」等ヒット曲でお馴染み、演歌・民謡界をリードする福田こうへい公演決定!
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 小椋佳 ファイナル・コンサート・ツアー 『余生、もういいかい』

6月25日(土)
17:00開演
神奈川県民ホール 大ホール
全席指定8,000円
1stアルバム「青春」砂漠の少年”(1971年)発表から50年後の77歳にして、最後のコンサートツアーを開催、遂に2022年、シンガーとしての活動に終止符を打つ!
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 来生たかお コンサート Stand Alone 2022 ～Acoustic Tracks～

7月18日(月・祝)15:30開演
横浜・関内ホール 大ホール
全席指定6,800円
発売日:2月25日(金)10時～
「夢の途中」等ヒット曲を生み出した、来生たかおの心温まるコンサート。
※未就学児の入場はご遠慮ください



お支払い・お渡し方法

手数料100円(1枚につき)
郵送でのお届け・銀行振込(代金先払い)
ご購入1件につき、配送料520円

【振込先】
横浜銀行 関内支店(普) 6036980
(株) 湘南よみうり新聞社

※振込手数料は別途お客様負担となります
※専用振込用紙はありません

公演内容が変更、または中止される場合があります。主催者のホームページやSNSなどで、最新情報をご確認ください。
※表示価格全て税込 ※お申込みキャンセルは不可

プレゼント 応募締切 2月15日(火)必着

応募方法
右記要領でご記入の上、ハガキ・Eメールで!
※応募者多数の場合は抽選となります
※当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます

①希望プレゼント名(番号)
②名前・年齢
③〒・住所
④TEL
⑤ご購読新聞名
⑥興味があった記事
⑦ご感想・ご意見

〒231-0021 横浜市中区日本大通7-4
ヨコハマよみうり編集部 係

present@yokohama-yomiuri.co.jp

読者の皆様からお預かりした個人情報について、「個人情報の保護に関する法律」に基づき、責任をもって管理いたします。当社への個人情報は、当選品の発送、案内状の送付等の目的にのみ使用いたします。ご本人の承諾のない限り、第三者に提供することはありません。いただいた内容は紙面で紹介させていただく場合がございます。

1 ガーナミルク (10枚セット) 4名様 2/10 締切

ロッテ「ガーナミルク」と「上越国際スキー場/ホテルグリーンプラザ上越」がコラボした「Happy ガーナチョココレート in 上国2021-22」を4月3日(日)まで実施。キャンペーンの一環として、「ガーナミルク」をプレゼント!

50g(1枚)/118円 ☎0120(302)300
株式会社ロッテ(ロッテお客様相談室)

2 横浜ブルク13シネマ ご招待券& カフェ「OASE」の コーヒー無料券 5組10名様

JR桜木町駅 北改札直結 (横浜市営地下鉄桜木町駅徒歩2分)
コレットマーレ6F ☎045(222)6222(音声案内)

公社の賃貸

春うらら

新生活応援キャンペーン

2022年 **3月31日(木)まで**
この日迄にお申込いただいた方が対象です。

各特典の対象物件は、公社指定の一般賃貸住宅で、それぞれに適用条件があります。詳しくはお問合せください。

組み合わせで **最大3ヶ月間 家賃不要**

礼金・仲介手数料・更新料が不要でお得!

1ヶ月間 家賃不要 新婚・子育て世帯応援キャンペーン

1ヶ月間 家賃不要 近居隣居キャンペーン

1ヶ月間 家賃不要 物件限定 キャンペーン

2ヶ月間 家賃不要 物件限定 キャンペーン

敷金は通常、家賃3ヶ月分のところ **家賃1ヶ月分 敷金減額 キャンペーン**

広告有効期限/令和4年3月31日

公社の賃貸 総合パンフレット 無料進呈中
御希望の方は下記へお問合せください。

お得な賃貸をご存知ですか? ~県内に約13,200戸、豊富な物件~



暮らしをつくる、笑顔でつなぐ
神奈川県住宅供給公社
〒231-8510 横浜市中区日本大通33番地 賃貸事業部 募集契約課

お問合せ・パンフレット請求は
公社の賃貸募集窓口

0120-100-107

●営業時間/9:00~17:15
●無休(夏季・年末年始を除く)

公社の賃貸 検索
https://www.kousha-chinatai.com/
スマートフォンからアクセス



三重塔と梅のコラボレーション 三溪園でひと足早い春の訪れを感じよう

古くから梅の名所として知られる三溪園。竜が地を這うような枝ぶりの「臥竜梅(がりようばい)」や中国・上海市から贈られた、花弁を支えるがくの部分が緑色の「緑萼梅(りよくがくばい)」など珍しい種類を含む約500本が園内を彩る。見頃は2月上旬～3月上旬。

◆9時～17時(入園は開園の30分前まで)

◆大人(高校生以上)700円、こども(小中学生)200円

◆JR根岸駅から市バス58・101系統約10分「本牧」下車徒歩約10分ほか ◆☎045 (621) 0635



がんこ職人おすすめの静岡茶

「おいしくなければご返品を」と自信作

お茶の本場、静岡県藤枝市で創業二百年の歴史を誇る『真茶園』は、お茶の鑑定技術を競う全国大会で優勝経験のある八代目当主が茶葉を厳選し、がんこ職人が手作りで製茶しています。

今回は、コクと旨味が自慢の『深むしトロリ出るお茶』(100g 1,080円)と『深むしまろり茶』(50g 810円)の深むし茶二品に送料330円を加え、通常2,220円を、特別価格**1,380円**(税・送料込)でお味見できます。特別価格のため、初めての人に限定100セットのご提供となります。



お申込は今すぐ電話、FAX、ハガキ、HPで
いずれも「真茶園 27係」まで

●電話 ☎ **0120-64-5959**
(8時～20時/無休)

●FAX ☎ **0120-80-7189** (24時間)

●ハガキ 〒426-0023 静岡県藤枝市茶町1-10-29
(有)真茶園「27係」

※1人3セットまで申込可(100セットになり次第終了)
※商品到着までポスト投函便で約10日。お支払は商品到着後、10日以内に同封の振替用紙で(郵便局・コンビニ)。返品は10日以内(返送料は同社負担)

こころの力アップで

毎日をステキに♪ vol.85

Q 鬱かもしれないけど精神科を受診するのは敷居が高くて不安です。

A メンタルに不調を感じていても、精神科や心療内科を受診を躊躇する人は少なくありません。情報過多な現代、簡単にインターネットで同じ症状の情報を検索し、症状を何度も繰り返し確認していくうちに更に不安が大きくなり、症状を悪化させてしまう方もいらっしゃいます。

どんな不調もそうですが早期発見、早期治療が大切です。知らないことに対して不安は大きくなっていきますので、きちんと自分

の状態を知ることによって不安を少しでも早く解消していきましょう。精神科、心療内科が行きづらいようであれば、まずは内科を受診してみるのも一つです。内科によってはそのまま症状に対して治療に入るか、もしくは自分一人で探さなくても精神科や心療内科へ紹介状を書いていただけます。

鬱病はストレスの蓄積によって誰もが発症する可能性のある病気です。不安が大きいうであればまずはカウンセリングを活用するのも方法の一つです。一人で抱え込まずに相談してみましょう。

心理カウンセラー 但野 真実子

株式会社こころ 代表取締役
(横浜市西区平沼1-33-1 日新横浜ビル5階)
☎045-548-4156
ねむりセラピスト協会代表
インターネット放送局「わいわいテレビ」出演



ハッピー相続の ススめ vol.49

不要な空き家や山林、
田畑の対応方法とは？

地方に不要な空き家、山林、田畑を所有していて手放したいが、引き取り手がいない、困っているとの相談が増えています。実際の声として、草刈りや建物の補修費用などの維持費が負担だとか、遠方にあるので管理ができない、子どもたちには相続させたくないなどの声が聞かれます。

解決策としては、有償ならば売買、無償ならば贈与をする方法がありますが、現状で

は引き取り手を探すことが非常に困難です。残る解決策は「放棄型」です。手順としては、まず現在の名義人につき、不要な土地建物以外は、相続財産とならないよう対策をします。次に、その名義人が亡くなった際、相続人全員が相続放棄をし、相続人がいない状態となった後、家庭裁判所に「相続財産管理人選任の申立て」をして完了となります。この「放棄型」は労力や費用がかかることが難点ですが、不要な空き家、山林、田畑をどうしても手放したい方には有効な解決方法です。お悩みの方は、弁護士、司法書士に相談をするとよいでしょう。

テレビ東京「ガイアの夜明け」で特集
司法書士 長津田総合法律事務所
司法書士 高橋 欣也
横浜市緑区長津田5-1-12
☎0120-52-8349 (9時～20時)



庭木1本から承ります！



お約束 庭木1本より明瞭料金
土日でもOKです
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します

見積無料

生垣剪定 (長さ1m 高さ2m)
通常2,200円を (※税込)
先着10名様 1,100円!

ヨコハマのみならず
ご近所の方へ

1本からの
お庭サービス **ガーデンエクスプレス**

横浜北支店 横浜市都筑区茅ヶ崎東5-13-21
横浜南支店 横浜市戸塚区戸塚町2834
営業時間 9:00～17:00

見積無料

045-392-8028

プレミアムサンクスフェア

日頃のご愛顧に感謝を込めてプレミアムサンクスフェアを開催いたします。
期間中は人気の商品から話題の新商品まで豊富に取りそろえ、ご奉仕させていただきます。



カリモク最大級！
2500坪の大型ショールーム



お手頃なワンプライスカーテン
ドレープカーテン
35,200円(税込)/1部屋
レース
18,590円(税込)/1部屋
W200×H200cm 両開き
ロールスクリーン
20,680円(税込)/1部屋
W90×H120cm



お好みの生地でオーダーカーテン
国内メーカー品
特別ご優待
・川島織物セルコン
・フジエキスタイル
・サンゲツ
・スミノエ
・TOSO
・立川ブラインド など

※当日は本券を切り取り、必ずご持参ください。

カリモク家具 新横浜ショールーム
☎045-470-0111 横浜市港北区新横浜1-12-6
新横浜駅(篠原口)より徒歩7分、「北口」より徒歩10分

主催/カリモク特約店(株)エーアイディー
AID interior design
☎045-470-8300

※新型コロナウイルス感染防止対策のため常時換気、清掃・除菌をしております。お客様には検温、マスク着用、手指除菌をお願いしております。



下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

足にこのような症状はありませんか？

- ✓ 足の皮膚のボコボコとカユミ
- ✓ 足が重い・だるい・つる
- ✓ 足の血管の膨らみと痛み
- ✓ こむら返りで夜中に目が覚める
- ✓ 足の血管がボコボコ浮いている
- ✓ 膝から下の皮膚が硬く黒ずんでいる

上記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性が
ありますので、**静脈瘤検査**を受けられることをおすすめします。



足の静脈瘤クリニック 横浜院
神奈川県横浜市西区北幸2-5-22 福井第2ビル6階 **横浜駅南9番出口 徒歩2分**
☎045-620-9860

無料 静脈瘤検査

2 / 9 (水)、2 / 16 (水)
2 / 18 (金)、2 / 25 (金)

●超音波(エコー)による足の血管チェック
●下肢静脈瘤 ●血管年齢測定

※無料静脈瘤検査は電話予約制です。お電話の際に、
無料静脈瘤検査を希望の旨、必ずお伝えください。

新型コロナウイルス
感染防止対策を実施
しています

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9時～12時	○	○	○	×	○	○	×
13時～17時	○	○	○	×	○	○	×

※診察の際は、健康保険証をお持ちください。※当日予約も可能です。

予約制



院長 新藤 貴雄
足の静脈瘤クリニック 横浜院

