ともにつくる ……vol.90
共創横濱

横浜市総務局地域防災課
横浜市教育委員会事務局小中学校企画課
株式会社ペガサス

横浜市では企業、NPO、自治会町内会など皆さまとの対話を重ね、新たな価値を創り出す「共創」の取り組みを行っています。
■☎045（671）3995 共創推進課
www.city.yokohama.lg.jp/business/kyoso/kyoso-info/kyoso.html

いざというときに備える自助・共助

災害の備えには、欠かせない要素がある。自らの命は自らで守る「自助」、そして地域で助け合う「共助」だ。

横浜市は、防災やIT関連の事業を手がける株式会社ペガサスと共に、相互の知識やノウハウを生かし、防災・減災啓発事業のさらなる推進を図る。横浜市総務局地域防災課の飯塚担当係長は「自助・共助の考え方を含め、防災・減災の知識を市民にわかりやすく伝え、災害時の適切な行動に役立ててもらうことが目的です」と話す。

まず、市の防災テキスト「防災よこはま」の全面改訂を実施。同時に、多くの人に手に取ってもらいやすいように、最低限知ってほしいポイントを簡潔にまとめたハンドブック版も新たに作成する。3月以降、区役所や横浜市民防災センター等で配布を行う。

また、市立中学生を対象とする防災教育「はまっ子防災プロジェクト」が始動。「地震」「風水害」「避難所で中学生ができること」について学べる教材を作成し、2022年9月に配布の予定だ。横浜市教育委員会事務局小中学校企画課の廣瀬担当係長は「地域の学校で学ぶ中学生が自助と共助の大切さを知り、地域の防災の担い手としても活躍することを期待します」と語る。

大規模災害が発生すると行政も被災する。公助の支援が届くまでの間、自分自身や大切な人の命を守るためにも、世代を問わず、日頃からの自助・共助の取り組みが大切だ。

▲中学生向け防災教材のイメージ
はまっ子防災プロジェクトのHP▶

いのちと食の大切さを伝え続けた 岸圭子写真展『いのちをむすぶ・佐藤初女』

青森県の岩木山のふもとにある「森のイスキア」で、救いを求めて訪れる人々を「食べる」ことを通じて癒やし続けた佐藤初女さん。公私にわたり、佐藤さんと交流のあった写真家、岸圭子さんによる写真展が3月27日まであーすぷらざで行われている。厳選された56点の写真により、佐藤さんの丁寧な暮らしぶりが浮かび上がる。

◆～3月27日（日）9時～17時◆あーすぷらざ2階展示コーナー
◆入場無料◆☎045（896）2121

Photo by Keiko Kishi

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.31

「ジャズ喫茶ちぐさと柴田浩一」①
（2018年撮影）

1933年に吉田衛が創業したジャズ喫茶ちぐさは、現在最古のジャズ喫茶として長年ファンから愛されている。僕の友人の柴田浩一は学生の頃から通っていた。後にプロデューサーとして日本のジャズシーンに欠かせない存在となる。吉田氏と柴田と県民ホールで秋吉敏子とルー・タバキンのコンサートを一番前で聴いたことがある。その日は感動覚めやらぬまま2人で朝まで飲み明かした。

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港・街・人を「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。

こころ力（りょく）アップで
毎日をステキに♪ vol.86

Q 春が近づくと花粉症や肩こりの症状が心配なので憂鬱（ゆううつ）で楽しめない

A 春先は「三寒四温」と呼ばれ気温が10度近く変化する日が続きます。私たちの体は高気圧の時に交換神経が優位になり、低気圧の時に副交感神経が優位になるため、気圧の上下が激しい春は自律神経も乱れやすく体調不良が起こりやすくなります。

体調が優れないとやる気が起こらなかったり、焦ってしまったり、そしてそんな自分を責めてしまったりと心が疲れてしまいがち。強いストレス状態をつくりやすく、免疫力低下の原因の一つとなります。無意識のうちに体も心も気候に適応しようと頑張っているのです。「睡眠、食事、体を温める」などを意識して行っていきましょう。

また、乾燥した冬とは一変し、春に降る雨はほんのりと暖かな空気で潤い、次第に美しい春の景色に彩られていきます。一雨ごとに木の芽、花の芽がふくらみ生き物たちも活発に動き出します。雨音は「1/f ゆらぎ」の癒し効果があり心を優しくほぐしていきます。まずは自然の移ろいを感じてみましょう。

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
インターネット放送局「わいわいテレビ」出演

3月の上映スケジュール
上映時間はお問合せいただくか、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
- ●映画ドラえもん のび太の宇宙小戦争 2021 3/4～
- ●JO1 THE MOVIE『未完成』-Go to the TOP- 3/11～
- ●しまじろうと キラキラおうこくの おうじさま 3/11～
- ●ウェディング・ハイ 3/12～
- ●SING／シング：ネクストステージ 3/18～
- ●KAPPEI カッペイ 3/18～
- ●映画おしりたんてい シリアーティ 3/18～
- ●ストレイ 犬が見た世界【PG12】3/18～
- ●映画『おそ松さん』3/25～
- ●ナイトメア・アリー 3/25～
- ●オートクチュール 3/25～

クーポン 有効期限 2022/4/4
cafe OASE **50円引クーポン**
※カフェOASE（横浜ブルク13併設）のみでご利用いただけます
※シネマ内のチケット、飲食、物販購入では利用できません
※お1人様につき、一会計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

横浜ブルク13 イチ押し映画情報 Vol.79
『ブルーサーマル』

3月4日(金)公開

【監督】橘正紀
【声の出演】
堀田真由、島崎信長
榎木淳弥

©2022「ブルーサーマル」製作委員会

あなたも映画館で空を飛べる。空に“恋した”大学生たちが織りなす、青春物語の新たな傑作。

「大学ではキラキラな恋がしたい！」と長崎から上京した都留たまき。しかしアクシデントから“体育会航空部”の雑用係をすることに。思い描いていたキャンパスライフとはかけ離れた環境に最初は不満を抱いていたが、主将の操縦するグライダーで初めて《空》へ飛び立った瞬間から、一面に広がる空の美しさに魅了されていく…。大空を舞台に躍動する大学航空部を描いた小沢かなのコミックスを映画化。

ハッピー相続のススメ vol.50

不要な田畑山林の買い取りを糸口とした詐欺が横行

地方にある田畑や原野などの不要な不動産を処分したいとお悩みの方を標的とした詐欺が増えています。

最近の実例です。Aさん（75歳男性）は横浜市に居住し、栃木県の土地を売却したいと考えていましたが、周囲に住宅がない地域なので売却ができずに困っていました。ある日「栃木県の土地を買いますよ」と不動産会社が声を掛けてきました。そして「まずは茨城県にあるこの土地をご購入していただくことが条件となります」と持ち掛けてきたのです。Aさんは当初疑っていましたが、「老人ホームを建築するため、この栃木県の土地は必ず買い取ります」と説明され、最終的に信じてしまい、相場10万円の茨城県の土地を360万円で購入してしまいました。その後「約束どおり、栃木県の土地を買い取ってください」と伝えると、担当者の態度は急変し、「事情が変わったから買わないことにしました」と断られてしまいました。

怪しいと感じたら、司法書士などの専門家に相談することが大切です。

テレビ東京「ガイアの夜明け」で特集
司法書士 長津田総合法務事務所
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）

プレゼント Present
応募締切 3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
ヨコハマよみうり個人情報取扱いについて
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。

63 〒231-0021 横浜市中区日本大通7 日本大通ビル4F YBP ヨコハマよみうり編集部 「3月号プレゼント」係

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

present@yokohama-yomiuri.co.jp

1 春を呼び込む華やかな作品がいっぱい！「nanahoshiの大人かわいいおりがみ」 3名様

大人かわいいセンスのよさで大人気のクラフト作家、nanahoshi（たかはしなな）によるおりがみの新刊が登場！バラの花や小鳥などの動・植物、星やハート、雪、季節のモチーフなど折ってみたくなるかわいらしい27作品を紹介。折った作品を使うアイデアも。おりがみでおうち時間を楽しく過ごそう！

たかはしなな著 主婦の友社刊 発売日2022年1月31日
定価1,760円（税込） B5判132ページ

2 魅惑のミニチュア ドールハウスの世界展 世界のアンティーク～現代日本作家の超絶技巧 ご招待券5組10名様

箱根ドールハウス美術館所蔵の世界のアンティークドールハウスから日本ドールハウス協会の現代作家による個性あふれる作品まで約80点で、古今東西のドールハウスの魅力を紹介。精巧に作られたミニチュアの世界をのぞいてみよう。

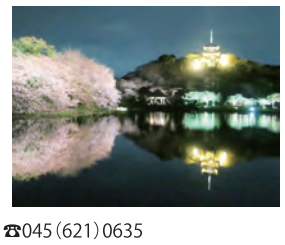
4月16日（土）～5月15日（日）
10時～20時（入館は閉館の30分前まで）
そごう美術館 一般1,200円ほか ☎045（465）5515

《テディベア・ミュージアム》倉林進（日本ドールハウス協会）

3 3月25日～4月5日は"桜のライトアップ" 三溪園 ご招待券2組4名様

3月上旬から4月中旬にかけて9種類、約250本の桜が彩る三溪園では「桜めぐり」を開催。3月25日（金）～4月5日（火）には、開園時間を21時まで延長し、桜や古建築がライトアップされる（ライトアップは18時30頃～）。

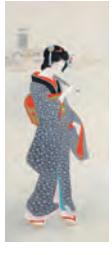
9時～17時（3/25～4/5は21時まで。入園は閉園の30分前まで） 大人（高校生以上）700円ほか 横浜市中区本牧三之谷58-1 ☎045（621）0635



4 没後50年 鏑木清方展 ご招待券2組4名様

鏑木清方の没後50年を機に開催される大回顧展。切手にもなった《築地明石町》、あわせて三部作となる《新富町》《浜町河岸》をはじめ約110点の日本画作品が一堂に会する。その内10点は初公開という、清方好きにはたまらない展覧会だ。

3月18日（金）～5月8日（日）9時30分～17時（金・土曜は～20時） 東京国立近代美術館 月曜、3/22休館（3/21、28、5/2は開館） 一般1,800円ほか ☎050（5541）8600 ハローダイヤル


鏑木清方《浜町河岸》1930（昭和5）年 東京国立近代美術館蔵 ©NemotoAkio

5 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

映画の上映時間になるまで、カフェでくつろごう！横浜みなとみらいの景色を堪能できる穴場カフェでゆったりとしたひとときを。友達との待ち合わせなどにも便利。お得なモーニングセットもある。

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）