

## よみうりカルチャー横浜 春の特別公開講座は2本立て 五大路子さんトーク&朗読と屋舗要さんトークショー

4月22日(金)、よみうりカルチャー横浜主催の「春の特別公開講座」が行われる。14時からは女優の五大路子さんによるトーク&朗読「夢・いつまでもときめきを」。ひとり芝居「横浜ローザ」や劇団「横浜夢座」の立ち上げなど、さまざまな活動に取り組む五大さんの生き方は聴く人を元気づけるに違いない。五大さんによる朗読も行われる。

18時30分からは元プロ野球選手、屋舗要さんによる「やはり野球はオモシロイ!」を開催。盗塁王、ゴールデングラブ賞に輝いた名選手であり、今も少年野球の指導を続ける屋舗さんが、現役時代の思い出や名勝負の裏話など、楽しく、熱く野球愛あふれるトークを展開する。いずれの回もオンライン配信あり。

開催日／4月22日(金)  
場所／新都市ホール(そごう横浜店9階)  
時間／五大路子トーク&朗読:14時~15時15分  
屋舗要トークショー:18時30分~19時45分  
参加費／各4,400円、オンライン配信各3,300円  
問合せ・申込み／☎045(465)2010 よみうりカルチャー横浜



五大路子さん



屋舗要さん

## サクラと優しい色彩の組み合わせを楽しんで スプリングガーデン・フェスティバル

4月中下旬~5月頃にかけて、およそ1800品種、2000株のバラが咲き誇る、横浜イングリッシュガーデン。3月19日(土)からは「スプリングガーデン・フェスティバル」が行われる。

3月中旬から4月中は30品種以上のサクラをはじめとする花木類や、スイセン、チューリップ、アネモネなどの春の草花が咲き競う。またバラの新芽が芽吹くローズ・トンネルの下に、春の草花を用いたイベント用花壇のディスプレイがされ、華やいだ気分になれること間違いない!

併設のカフェでは3月1日より春の期間限定メニュー「さくらラテ」やトッピング付きソフトクリーム「抹茶白玉クリーム」が登場する。目で舌で、春の訪れを存分に満喫しよう。  
◆3月19日(土)~4月22日(金)10時~18時(最終入園17時30分) ◆大人700円、小中学生300円(未就学児無料) ◆横浜イングリッシュガーデン(相鉄線平沼橋駅より徒歩約10分)  
◆問合せ☎045(326)3670



## 邸内がさまざまな花で鮮やかに彩られる 花と博文邸

旧伊藤博文金沢別邸を花で飾る「花と博文邸」。一葉式いけ花家元、粕谷尚弘氏の手により建物全体が生け花空間になる、期間限定の圧巻のコラボレーションだ。隣接する野島公園の展望台からは海と広い空、木々の緑のコントラストを楽しめる。

◆3月23日(水)~3月27日(日)9時30分~16時30分  
◆旧伊藤博文金沢別邸  
◆入場無料 ◆問合せ☎045(788)1919



旧伊藤博文金沢別邸 「花と博文邸」2021年

# 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?

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 足の皮膚のボコボコと<br>カユミ | <input checked="" type="checkbox"/> こむら返りで夜中に目が覚める       |
| <input checked="" type="checkbox"/> 足が重い・だるい・つる       | <input checked="" type="checkbox"/> 足の血管がボコボコ浮いている       |
| <input checked="" type="checkbox"/> 足の血管の膨らみと痛み       | <input checked="" type="checkbox"/> 膝から下の皮膚が硬く<br>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

無料静脈瘤検査は  
保険外検査

日程

検査項目

## 静脈瘤検査

3/9(水)、3/11(金)、3/16(水)  
3/18(金)、3/23(水)、3/25(金)  
3/30(水)、4/1(金)、4/6(水)

- 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

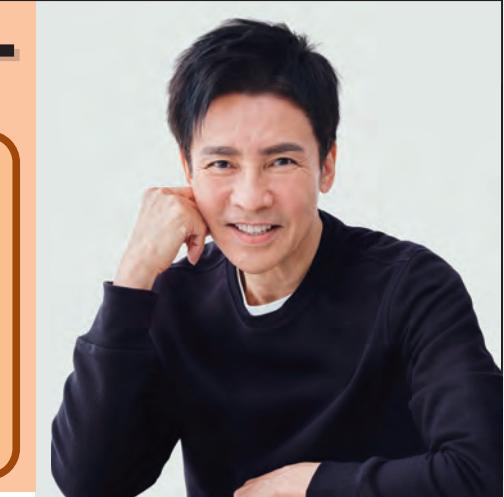
※無料静脈瘤検査は電話予約制です。お電話の際に、無料静脈瘤検査を希望の旨、必ずお伝えください。

新型コロナウィルス  
感染防止対策を実  
施しています

検温実施 マスク着用 消毒の徹底 換気

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]



「中小企業からニッポンを  
元気にプロジェクト」  
公式アンバサダー 郷ひろみ

横浜市民

X

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

## 令和2年度整備事例紹介

### 「高齢化したまちの魅力を引き出す多世代交流拠点」

市民からのまちづくりの提案に対して、2段階の公開コンテストで選考した提案に最大500万円の助成を行う「ヨコハマ市民まち普請事業」。2月号に続き、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。

#### ●コミュニティカフェicocca(港南区日野南)

昭和40年代に開発された戸建て住宅地の一角に「icocca」はあります。ランチ提供のほか、ストレッチ教室、ワークショップや季節の行事を通して、子どもから大人まで誰でも気軽に立ち寄り、おしゃべりしたりご飯を食べたりできる心地よい空間を提供しています。

介護福祉士として高齢者と触れ合う仕事をしていた池田さんと、保育士をしていた鳥海さんは、高齢化が進んだこの町で、高齢者と親子が生き生きと交流できる拠点を作りたいと、まち普請へ挑戦しました。

1次コンテストの通過後、予定していた整

備場所が使えなくなるというアクシデントに見舞われながらも、連合町内会や友達など多くの人々を巻き込み、見事2次コンテストを通過し、整備に至りました。

新型コロナウイルス感染症の流行下でも、地域で余っている布とマスクの縫い手を募りマスクを制作・販売した「つながるマスクプロジェクト」のほか、ランチで使うお皿の寄付を地域へお願いした「旅するお皿プロジェクト」などユニークなアイデアとネーミングで、地域に住む高齢者や親子をはじめ、さまざまな人々を繋げる活動を展開しています。



(右) まち普請で整備したコミュニティカフェ

(左) icoccaで活躍するメンバーと地域の方々

#### 「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。



### 初心者歓迎

## 新しいことを始めてみませんか



大人のための  
「おもてなし英会話」  
(初級)

講 師 英国ロンドン大学  
卒業  
佐藤 理恵

受講日 第2・4火曜  
10時30分~12時  
4/12~

受講料 3ヶ月6回20,592円

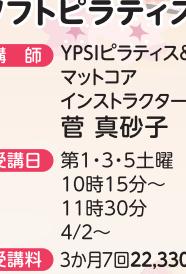


ソフトピラティス

講 師 YPSIピラティス&  
マットコア  
インストラクター  
菅 真砂子

受講日 第1・3・5土曜  
10時15分~  
11時30分  
4/2~

受講料 3ヶ月7回22,330円



初めてのクレイアート

講 師 クレイアーティスト  
坂本 留理子

受講日 第2・4月曜  
11時~13時  
4/11~

受講料 3ヶ月6回19,800円

事前体験日 3/28(月)3,300円  
教材費550円

TEL 045(465)2010  
横浜駅東口・横浜新都市ビル(そごう)9F  
よみカル横浜



# 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
- こむら返りで夜中に目が覚める
- 足が重い・だるい・つる
- 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。

無料

無料静脈瘤検査は  
保険外検査

日程	3/9(水)、3/11(金)、3/16(水) 3/18(金)、3/23(水)、3/25(金) 3/30(水)、4/1(金)、4/6(水)
検査項目	●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。

新型コロナウィルス  
感染防止対策を実  
施しています

検温実施 マスク着用 消毒の徹底 換気