

ともにつくる vol.120

共創横濱

横浜市医療局地域医療課
ほけんの窓口グループ株式会社

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。
■横浜市政策経営局共創推進課
https://www.city.yokohama.lg.jp/business/kyoso/

もしものときに、どうしたい？

病気やケガ等で医療やケアが必要になったとき、自分で意思を伝えられなくなる可能性は誰にでもある。そんなとき、気持ちを伝えるのに役立つのが「もしも手帳」だ。

もしものときに備え、自分が望む医療やケアについて考え、家族や信頼する人たちと話し合い、共有することを「人生会議」という。横浜市が2023年度に実施したアンケート調査では、実際に考えたことがあると答えた市民は約5割。考えたり話し合ったりしたことがない理由としては「きっかけがなかったから」という回答が最も多かった。

横浜市はほけんの窓口グループ株式会社と連携し、もしも手帳を活用した人生会議の普及啓発に取り組む。生命保険や医療保険等への加入・継続検討時は、もしものときについて考える好機。8月中旬より順次、「ほけんの窓口」市内直営10店舗で接客時



もしも手帳は区役所高齢・障害支援課、地域ケアプラザでも配布。締結式の猪俣代表取締役社長(右から2番目)と大久保副市長

にももしも手帳の案内・配布を開始している。

もしも手帳には「治療やケアはどうしたいか」「自分の代わりに誰に医療・介護従事者と話し合ってもらいたい」「最期はどこで迎えたいか」の3つの質問がある。選択肢から希望に合う回答を選び、大切な人と話し合い、気持ちが変われば書き直せばOKだ。

横浜市医療局地域医療課在宅医療連携担当課長の石川さんは「高齢者層に加え、今回の取り組みではほけんの窓口の主な顧客層である20～50代への啓発が可能です。もしも手帳をきっかけに人生会議を実践する市民が増えることを期待します」と語る。

9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。お確かめの上おかけください。

横浜ブルク13	
●ランサム 非公式作戦 9/6(金)～	
●夏目アラタの結婚 9/6(金)～	
●スオミの話をしよう 9/13(金)～	
●わんだふるぷりきゅあ! あ・む・びー! 9/13(金)～	
●ヒットマン [PG12] 9/13(金)～	
●トランスフォーマー ONE 9/20(金)～	
●あの人が消えた 9/20(金)～	
●横れみの3章 [R15+] 9/27(金)～	
●Cloud クラウド 9/27(金)～	
●傲慢と善良 9/27(金)～	
●ビートルジュース ビートルジュース 9/27(金)～	

IMAX
横浜ブルク13 検索
桜木町駅前
☎045(222)6222

クーポン 有効期限 2024/10/4
cafe OASE 50円引クーポン
※カフェOASE(横浜ブルク13併設)のみ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。
※1人様につき、一会計1枚までのご利用となります。

横浜ブルク13 映画情報 Vol.109

『エイリアン:ロムルス』[PG12]

9月6日(金) 公開

【監督】フェデ・アルパレス
【出演】ケイリー・スピーニー、デヴィッド・ジョンソン、アーチャー・ルノー、イザベラ・メルセード

宇宙最恐の生命体。広大な宇宙の密室で起こるサバイバル・スリラーを映画館で体験せよ!

人生の行き場を失った6人の若者たちが、生きる希望を求めて足を踏み入れた宇宙ステーション「ロムルス」。だが、そこで彼らを待っていたのは、恐怖と言う名の絶望——寄生した人間の胸を突き破り、異常な速さで進化する「エイリアン」だった。しかも、その血液はすべての物質を溶かすほどの酸性のため、攻撃は不可能。果たして彼らは逃げ切れるのか？

プレゼント
応募締切 9月17日(火) 必着

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

応募方法 右記要領でご記入の上、ハガキ・Eメールで! present@yokohama-yomiuri.co.jp

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

※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。

横浜の記録

横浜の「記憶」を心に焼きつける vol.61

「ランドマークタワー」①

1990年頃、沖に出る漁師の頭上にあるのは今はなき「かながわの橋100選」に選ばれた大岡橋だ。橋越しに建設中のランドマークタワーが見える。



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」で 毎日ステキに♪ vol.107

夏の疲れかやる気が起こらない。なんとか気持ちを切り替えたい。

9月は季節の変わり目で、気温や日照時間の変化が心にも影響を与える時期。夏の疲れを感じる自分を否定せず、まずは十分な休息を取ることが大切です。そこでゆっくり自分の感情を見つめ、感じたままの自分を認めることで心の負担が軽減されます。その上で、日々秋に移行していく風や空気を感じながら、すぐできる目標を設定してみましょう。

例えば、日々のルーティンに新しい習慣

を一つ取り入れることで、新たな気持ちを持つことができます。心地よい秋の気候を利用して、自然の中での散歩や軽い運動を取り入れるのも効果的です。季節の変化に合わせて、自分の環境を少し変えてみるのも良いでしょう。例えば、部屋の模様替えや新しい趣味を始めることで、心がリフレッシュされ、やる気が自然と湧いてくるかもしれません。

秋を迎えるこの時期に、新たなエネルギーで日常を充実させましょう。

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
(横浜市中区花咲町1-18-815)
☎045(548)4156
・インターネット放送局「わいわいテレビ」出演
・金沢シーサイドFM85.5MHz毎週土曜12時-12時54分
「こころのチカラ」生放送

読者限定 お米不足でも優先してお届け! お米農家とお付き合いしませんか!

厚木で9代続くお米農家「栗の里」では、お米不足でも安心の毎月定期便をスタート。殺虫剤を使わず育てたブランド米「はるみ」を、生産者がご自宅へ配達してくれます。今なら数量限定で昨年収穫の在庫をご用意、9月から配達承ります。数量限定のため品切れの際はご了承ください。※毎月ご購入のお客様にはお米不足でも優先してお届けいたします

精米したてを毎月お届け!
「はるみ」定期便(白米・玄米) ※消費税・送料込み
10kg(5kg袋×2) 5,480円(通常価格5,980円)
10月 お届け分より新米
お申込み TEL:046-289-2969 お米生産者直通

新しい趣味 見つけよう! 10月期受講者募集!

<p>公開講座 長谷川権「四季」の心を語る</p> <p>俳人 長谷川権</p> <p>10/27 日曜日 10:30~12:00 1回 3,850円(会員 3,300円)</p>	<p>新設 刺し子のふきん</p> <p>刺し子作家 安藤 綾子</p> <p>第4水曜日 10:30~12:30 6か月6回 22,440円 10/23~</p>
<p>新設 スマホで映える写真講座</p> <p>写真家 リグヒト</p> <p>第3土曜日 10:30~12:00 3か月3回 11,550円 10/19~</p>	<p>新設 三浦半島散策と戦争遺跡を訪ねて</p> <p>東京湾要塞研究家 デビット 佐藤</p> <p>第3木曜日 10:00~13:00 6か月6回 23,100円 10/17~</p>
<p>新設 サロンド・宙 最新宇宙を語り合う</p> <p>国立天文台 准教授 縣 秀彦 ほか5名</p> <p>第3日曜日 12:45~14:30 6か月6回 19,800円 10/20~ 画像:国立天文台提供 そのほか楽しい講座がいっぱい! 詳細はホームページをご覧ください。</p>	<p>新設 楽しいボタニカルアート(植物画)</p> <p>ボタニカルアーティスト 渡邊 雅子</p> <p>第2・4金曜日 10:15~12:15 3か月6回 19,800円 10/11~</p>

読売・日本テレビ文化センター
よみうりカルチャー横浜
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

庭木1本から承ります!

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

宮 9:00~17:00

1本からのお庭サービス
ガーデンエクスプレス
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ
横浜北支店 横浜南支店
横浜市都筑区茅ヶ崎東 5-13-21 横浜市戸塚区戸塚町 2834
045-392-8028

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常 2,200円を ※税込
初回限定 先着10名様 1,100円

ヨコハマよみうり
をこまごまの方へ