2026 11 vol.152

Yokohama Yomiuri

ヨコハマよみうり

■発　　行／横浜読売会
■発 行 日／毎月5日
■発行エリア／横浜市内全域
■制　　作／ヨコハマよみうり編集部
〒231-0021
横浜市中区日本大通7
日本大通7ビル4F YBP
https://yokohama-yomiuri.co.jp

神奈川県からのお知らせ
〈神奈川県出展エリア〉
Vibrant INOCHI Forest
かながわ館
県公式HP

2027年国際園芸博覧会　2027.3.19–9.26 横浜・上瀬谷

来年、開館60周年を迎える神奈川県立歴史博物館。「貴重な歴史資料を保存し、未来につなぐとともに、その魅力を多くの人に届けることが博物館の大切な使命」と望月一樹館長は話す。10月17日の再開館を機に、展示の工夫や職員の顔が見える博物館づくりにも力を入れている。館長に、博物館への思いと、次世代へつなぐための取り組みを伺った。



1961年、横須賀生まれ、鎌倉育ち。駒澤大学文学部歴史学科を卒業後、神奈川県史資料の整理作業に携わり、88年に川崎市市民ミュージアムの歴史担当の学芸員、その後学芸室長となる。2017年にシルク博物館の学芸担当課長、18年からは神奈川県立歴史博物館の学芸部長に就任し、21年から現職。『眠れなくなるほど面白い　図解神奈川の話』（日本文芸社）の監修を務める。

鎌倉で歴史に目覚める

横須賀で生まれ、小学生の時に鎌倉に引っ越しました。鎌倉は、工事をすると歴史的な遺物が出土するような土地柄で、徐々に歴史を身近に感じるようになりました。自分の家からも何か出るのではないかと思い、庭に大きな穴を掘って怒られたこともあります。街のあちこちに寺社があったことも、歴史に興味を抱くきっかけになったと思います。

学芸員になろうと思ったのは、中学生の時です。歴史好きの先生が「上野の東京国立博物館でやっている展覧会に一緒に行きたい人はいるか」とクラスに声をかけ、一緒に連れて行ってもらいました。展示品の中に、古墳から出土した黄金の冠があり、その冠がどのくらいの重さか、先生に尋ねたところ、「それはわからないね。持ってみるしかない」と。どうしたら持てるのかと聞くと、「博物館の学芸員なら展示品に触れることができる」と教えてくれたんです。そのことがきっかけで、学芸員という職業を意識するようになりました。

また、高校で出会った日本史の先生も、ユニークな方でした。「縄文人になったつもりで1日の日記を書きなさい」という課題を出すような先生で、授業がとても面白く、ますます歴史が好きになりました。

1年9カ月ぶりの再開館

大学で古代史を学んだ後、川崎市市民ミュージアムに長く勤め、8年前に神奈川県立歴史博物館に来ました。

当館は来年、開館60周年を迎えます。高度経済成長期が始まり、社会が変化していく中で、昔から伝えられてきたものが失われていくことに危機感を抱いた研究者や市民の方々が声を上げ、誕生した博物館です。

開館当初は収集品がほとんどない状態でしたが、多くの方々にご寄贈いただき、今では収蔵品は約6万6千点に上ります。その中から選りすぐりの136件を展示しているのが、現在開催中の特別展です。改修工事を経て再開館した10月17日、18日の2日間で、14,000人もの方に来館していただきました。当館所蔵の国指定重要文化財4件を約20年ぶりに一堂に展示するほか、教科書にも掲載されている有名な品など、自慢のコレクションをまとめてご覧いただけます。

リニューアルされた展示室では、LED照明の導入や、光の反射を抑える展示ケースの工夫によって、資料が見やすくなりました。また、解説板にはキャッチコピーと、すべての漢字に振り仮名を付けました。キャッチコピーには、学芸員が「ここを見てほしい」というポイントを凝縮しています。担当学芸員がそれぞれ工夫を凝らしていますので、ぜひご注目ください。

博物館の使命

博物館の重要な使命は、資料を研究・保存し、未来に伝えていくことです。今、私たちが価値を感じているものを、何世代も後の人たちが見たときにも同じように感じてもらえるよう、大切に保存していくことが務めです。また、保存するだけでなく、実際に見てもらうことも重要です。できるだけ実物を展示し、見ていただくのがいいですね。実物には、当時の人々の思いや、使われた形跡など、さまざまな情報が宿っています。展示をご覧いただくことで、何らかの気づきを持ち帰っていただけたら嬉しいです。

歴史は足元にある

当館の旧館は、122年前に建てられた横浜正金銀行本店の建物で、建物自体が最大の展示物です。横浜だけでなく、神奈川県にとってもシンボル的な存在。この歴史ある建物を守りながら有効に活用していくことが私たちの役割だと考えています。

馬車道という歴史ある場所に博物館があることにも、大きな意義を感じています。横浜の街というと、みなとみらいを思い浮かべる方も多いかもしれません。しかし、今の横浜を築き上げる礎となったものが、この街には今も大切に残されています。私たちが普段何気なく歩いている土地の下には、さまざまな歴史が刻まれている。博物館を出た後、そうしたことも感じてもらえたらと思います。

顔が見える博物館に

学芸員をはじめ、博物館のスタッフには「職員の顔が見える博物館になろう」と呼びかけています。学芸員には裏方というイメージがありますが、どんどん前面に出て、「この展示は私が担当しました」とアピールしてほしい。誰が情報を発信しているのかを来館者に知ってもらうことは、博物館への信頼につながりますから。学芸員だけでなく、図書室のスタッフも事務職員も、博物館に関わる全員で盛り上げ、この博物館を次の世代につないでいきたいです。

特別展「入門！神奈川県立歴史博物館 ―県博の守り伝えていくコレクション―」

12月13日（日）まで
前期：～11月15日
後期：11月17日～12月13日



観覧料（特別展のみ）
- 一般600円、
- 20歳未満・学生400円
- 65歳以上200円 ほか

開館時間：
9時30分～17時
（入館は16時30分まで）
※11月20日（金）は19時まで開館。
月曜休館（祝日の場合は開館）　☎045（201）0926

11・12月開催
女性のための お金の勉強会
NISAやiDeCoをはじめたい人にもおすすめ10年後20年後に差がつく老後資金の貯め方

今からでも間に合う！ お金の貯め方、増やし方

お土産付き崎陽軒シウマイ　参加者には崎陽軒のシウマイ（30個入り）をプレゼント

女性のためのお金の勉強会（マネーセミナー）開催概要
- 日にち　11/8(日)18(水)22(日)23(月祝)12/6(日)
- 時間　午前の部　10:00～12:00（ 9:45開場）
  午後の部　13:00～15:00(12:45開場)
- 参加費　無料（要予約）
- 定員　各日各部先着20人
- 講師　2級ファイナンシャル・プランニング技能士
  織田優さん/岩佐勝之さん/田口正明さん/成見暢基さん
  ※開催日により異なります
- 特典　① 崎陽軒シウマイのお土産
  ② 無料個別相談会（後日）の予約

※成人女性が対象です（夫婦での参加は可）
※未成年、男性のみ、同業者の参加はできません
※初めて参加する方を優先させていただきます
● 申し込み セミナー事務局 10:00～17:00 無休
0120-505-470



こんな人は参加を
- ☑ お金の貯め方がわからない
- ☑ iDeCoやNISAに興味がある
- ☑ 老後資金はどのくらい必要なの？
- ☑ お金に関する賢い相続対策とは？
- ☑ 今どきのお金の増やし方を知りたい
- ☑ 退職金はどうするのが良いの？

止まらない値上げのニュースなどで将来への不安が募るばかりではありませんか？さらに低金利時代の今、銀行や郵便局にお金を預けていてもお金は増えない時代と言えるでしょう。

この大変な人生100年時代を充実させるにはお金について正しい知識が必要です。なかなかお金が貯まらないのは、〝貯まる法則〟を知らないのが原因かもしれません。

このまま何もしないと10年後、20年後に大きな差がつく可能性が。「お金を増やすためには具体的にどうすれば良いの？」「NISAやiDeCoって、よく耳にするけど安全なの？」「老後2000万円問題、本当はいくら必要なの？」など、知りたいことはありませんか。

フジサンケイ企画が開催する「女性のためのお金の勉強会」では、ファイナンシャルプランナーがプロだから知る「国が勧める資産運用のポイントと積立投資のお金の増えるしくみ」を初心者にも分かりやすく解説。セミナー終了後には、参加者特典のファイナンシャルプランナーとの無料個別相談（後日）の予約受け付けも。気軽に参加してみませんか。

ともにつくる ……vol.146
共創横濱

横浜市行財政局共創推進課
株式会社花弘

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。
■横浜市行財政局 共創・ファシリティマネジメント推進室 共創推進課
https://www.city.yokohama.lg.jp/business/kyoso/

市内小学校で花育授業を実施

捨てられるはずだった花が、児童の手で美しいブーケに生まれ変わる。横浜市は、株式会社花弘と連携し、市内の小学校で花を題材に資源循環や環境について学ぶプログラム「花育授業」を行っている。

花育授業はこれまで市内6校で実施。GREEN×EXPO 2027に向け、循環型経済の考え方を学び、実践する小中学生を中心としたプロジェクトチーム「よこはまネイチャーキッズ」の取り組みの一環でもある。

授業では花弘のスタッフが講師を務め、児童は花が廃棄される背景や生産者の思いなどを学び、廃棄予定の花を使ってブーケ作りに挑戦した。花弘は、捨てられてしまう花を「reBorn Flower（リボーンフラワー）」として生まれ変わらせる取り組みを進めている。児童は思い思いに花を束ね、オリジナルの「reBorn Bouquet（リボーンブーケ）」に仕立てた。花という資源を無駄にせず、循環させる体験を通し、児童からは「捨てられる花が多いことに驚いた」「ブーケを渡す相手の反応を想像しながら作るのが楽しかった」などの感想が聞かれた。


（左）廃棄されるはずだった花に新たな価値を与え、ブーケへとアップサイクルする児童。（右）個性豊かに仕上がったブーケ

公民連携による花育授業を支援する横浜市行財政局共創推進課の佐藤係長は「花を題材に、児童の学びをサポートできることは非常に有意義」とした上で、「授業で花の魅力や資源循環を学んだ児童が身近な大人へ発信し、社会全体の意識や行動変容を促す契機になってほしい」と期待を寄せた。

横浜の記録 横浜の「記憶」を心に焼きつける vol.87

横浜の夜景④「横浜マリンタワー」（2024年撮影）

1961年横浜開港100周年事業として建設された。当初は灯台としても使われていた。現在はレストランもあり横浜の夜景が360度一望できる名所である。



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。

こころ力アップで 毎日をステキに♪ vol.118

Q 秋に昔を懐かしく思い出しますが、思い出は心を元気にしますか？

A 木々が色づき、落ち葉が舞う11月。景色や香りに、家族や懐かしい人の笑顔を思い出すことがあります。心理学には、過去を振り返り、心の安定や自分らしさにつなげる心理療法「回想法」があります。脳の「海馬」は記憶の形成に、「扁桃体」は感情の処理に重要な役割を果たします。家族で囲んだ食卓や優しい言葉を思い出すと、当時の感情もよみがえり、安心感につながることがあるのです。その一方で、寂しさや後悔が蘇ることもあるでしょう。そんなときは、無理に忘れなくても大丈夫。悲しみも、大切に思っていた証かもしれません。長い人生には、出会いや別れ、喜びや苦労がありその一つひとつが、今の自分をつくりあげています。懐かしい人に手紙を書いたり、誰かと思い出話をしたりするのも素敵ですね。過去を懐かしむ時間は、これからを生きる心の栄養にもなることもあります。思い出を胸に、今日という日も大切に歩んでいきましょう。



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

11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

- ゴジラ-0.0　11/3(火)
- GROTESQQQUE -グロテスク-【PG12】　11/6(金)
- ヴェリティ／真実　11/6(金)
- 星の教室　11/6(金)
- 男ともだち　11/6(金)
- クリスマス・キャロル／3人のゴーストたち　11/13(金)
- 負けへんで　11/13(金)
- すべて真夜中の恋人たち　11/13(金)
- アザー・マミー　11/20(金)
- プラクティカル・マジック／魔女たちの秘密　11/27(金)
- このごにおよんで愛など　11/27(金)

クーポン 有効期限 2026/12/4
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.135
『4アウト -もう一度、プレイボール-』

11月6日(金) 公開

【監督・脚本】
稲垣壮洋
【出演】
相葉雅紀、黒島結菜、
佐々木蔵之介 ほか


©2026 映画「4アウト」製作委員会

人生は3アウトでは終わらない 戦力外通告を受けた元選手が仲間と夢に挑む

社会人野球で戦力外通告を受けた矢上（相葉雅紀）は、再就職先で身体障がい者野球チームと出会い、監督を務めることに。野球への情熱を持つ選手たちと全国大会に挑むが、待ち受けていたのは厳しい現実だった……。野球を通じて、自らの可能性を信じ、仲間とともに成長していく選手たちの姿を描いた、実話を基にした感動作だ。

Present プレゼント 応募締切 11月15日(日)
プレゼント詳細・応募はこちらから

1 ルーヴル美術館展　ルネサンス 国立新美術館 ご招待券　5組10名様
2 書籍 海原純子著『AIに心を預けて大丈夫か』（飛鳥新社）　3名様
3 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

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
営 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 横浜市都筑区茅ケ崎東5-13-21
横浜南支店 横浜市戸塚区戸塚町2834
045-392-8028

ヨコハマよみうりをご覧の方へ
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

空き家・ゴミ屋敷の片付けはプロにお任せください！

「遺品整理」は有資格者が丁寧に仕分けします

〈対応エリア〉 神奈川・東京

ユアス片付けサポート
詳細はHPをご覧ください▼
ユアス片付けサポート 検索

追加料金一切なし！事前見積の明朗会計
空き家や引っ越し前後の片付けは『ユアス片付けサポート』へ。プロの視点から適切な処分方法を提案し、値の付く家具・家電なら買取も可能。不用品回収やハウスクリーニング、遺品整理まで一括で依頼できると好評です。

急な転勤や施設への入退居、ゴミ屋敷の片付け清掃、店舗・オフィスなど業者様の移転もお任せください。まずはお気軽に電話でご相談ください。

クーポン 処分料金 20%OFF
有 2026年12月25日迄
見積り後にクーポンをご提示ください
「ヨコよみ限定」

見積無料


「遺品整理士認定協会」認定の遺品整理士が在籍！
不用品・粗大ごみの処分 家具・家電の買取可能
ハウスクリーニング対応 店舗・オフィスの片付け
ご予約・ご相談・お問合せは
0120-214-317
営業 8時～20時・無休 住所 横浜市都筑区大熊町71-3
古物商 第451410007090
産業廃棄物収集運搬許可番号 01400203564／遺品整理士 第IS02822

長嶋茂雄 FOR 3 VER 永久不滅版



数々の栄光の記録と記憶を、読売新聞グループの総力を結集して取材、編集。
長嶋茂雄という「スーパースターイズム」を未来へつなぐ、永久不滅のオフィシャルブック。

仕様
本誌 500P+ 別冊年譜 162P／ハードケース梱包
定価 55,000円（税込）
発行 | 読売新聞社・読売巨人軍

電話注文
湘南よみうり新聞社
TEL 0466-50-5088
（平日午前9時～午後6時）
※代金引換でお届けいたします。

特設サイト

広告

ひざサプリに落とし穴

グルコサミンでは満足できない？

「ひざ関節の違和感」に有用な成分として、日本ではグルコサミンやコンドロイチン、ヒアルロン酸がすっかり定着している。しかし、これらを配合したサプリメントで満足な実感が得られるのかというと…。

確実に言えるのは、他にも摂るべき成分があったということだ。

取材／文 岡本信



手の施しようがなくなる前に真実を知って欲しい

要介護に陥る原因の上位

身も蓋もないことを敢えて書くが、立つ、歩く、座るといった基本的な動作が不自由になるひざ関節の違和感は今や、社会問題となりつつある。

はっきり言って、この不調はもはや、いわゆる健康寿命、すなわち日常生活に支障がなく自立して暮らせる期間を縮める元凶と見做されている。

それに実際、厚生労働省が行った最新の統計調査の結果を見ても、ひざなどの関節のつらさが要支援・要介護に陥る原因の上位に位置しているのだ。

やはり、たとえ立ち座りや歩行の際の些細な違和感だとしても、放っておくのは危険と言わざるを得ない。関節の衰えが進み、手の施しようがなくなる前に何とか対処したいところだ。

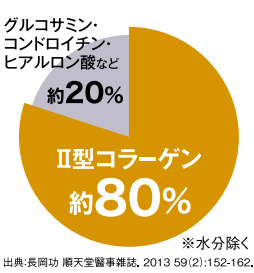
軟骨に占める割合に注目

とはいえ今さら、グルコサミン、コンドロイチン、ヒアルロン酸はどうだろうか。

確かに、これらは、ひざなどの関節を形成している軟骨成分の一種であり、いずれも補って損はない。だが調べてみると、肝心の関節の軟骨に占める割合は、3成分の合計値でさえ20％程度に過ぎなかった。

しかし、それ以上に驚かされたのは、軟骨の残りの約80％がたった一つの成分だけで担われているという事実だった。何を隠そうⅡ型コラーゲンというものが、グルコサミン等と比べて実に4倍余りの領域を一手にカバーしていたのだ。

ハーバード大学が研究　最高の軟骨成分※1はコレだった



臨床試験で実証　ひざの柔軟性が復活

ただし、このⅡ型コラーゲンは、変性タイプと非変性タイプの2種類が出回っていて、購入時には注意を要する。

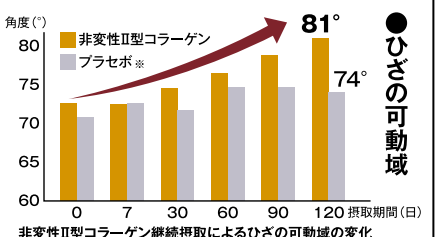
残念ながら前者は、原料から抽出する段階で熱処理が施され、形状が壊れてしまっている。そのため、どんなに大量に摂っても役割を果たさず、消化器官で分解されるだけで終わってしまう。

一方〝非変性Ⅱ型コラーゲン〟と呼ばれる後者は、独自の抽出技術を駆使することで変性を免れた、いわば限りなく天然に近いⅡ型コラーゲンなのだ。したがって、経口摂取後、本来のコラーゲン構造を維持したまま腸まで届く。そして効率良く吸収され、ひざ関節に絶大な実感をもたらす。

しかも、それを裏付ける科学的根拠も出揃っていて、その有用性の高さは、まさに折り紙付きだ。

というのも、あのハーバード大学の医学博士が、ひざ関節の違和感にてきめんに作用する当成分特有のメカニズムを解明し、科学誌『サイエンス』に論文を発表しているのだ。さらには臨床試験も行われ、少量かつ短期間の摂取でも、ひざの可動域が大幅に拡大すると立証されている。

要するに〝非変性Ⅱ型コラーゲン〟なら、最高の軟骨成分※1が持てる力を最大限に発揮するというわけだ。ひざ関節の違和感でお悩みの方に、確信を持っておすすめできる。



非変性Ⅱ型コラーゲン継続摂取によるひざの可動域の変化
（研究レビューの対象となった論文のうち、代表的な1報を事例として提示）
出典:Lugo et al. J Int Soc Sports Nutr. 2013 24;10(1):48.　※効果のない偽薬

※効果・効能には個人差があります。年齢、掲載内容は取材当時のものです。※1 関節の軟骨に占める割合が最も高い。

一生、元に戻らないと言われた〝ひざ〟が…！



一時は関節が変形していたそうだが…

「先生は軟骨がすり減った部分を指しながら『これは一生、元に戻らない』とおっしゃいました」

栃木県に住む上原静江さん（75歳）のひざ関節は、昨年の春頃には、その機能をほぼ喪失していた。

「長年、家業の農業を頑張ってきて、多分ひざを使い過ぎたんです。右ひざをかばってたら左ひざも悪くなった上に、踵まで違和感がすごいの。検査したら関節が変形してると分かって、すぐにヒアルロン酸をお願いしたんですけど…」

ひざのつらさに苛まれ、上原さんは不自由を余儀なくされていく。

「ベッドから起き上がる時も手すりにつかまらないとダメでした。居間で立ち上がるのに苦労してたら、孫が腰を支えてくれて…。この先、生きてても迷惑ばっかかけるんじゃないかと」

大げさではなく、生きる希望さえも失くしていたようだ。

しかし数ヵ月後…。

「主人が田んぼから帰って開口一番『三田さんとこのご主人、ひざに人工のやつを入れずに済んでるよ！』って言うんです。それで、このサプリを教えてくれたわけ」

ご近所の方に紹介され、関節の軟骨の主成分〝非変性Ⅱ型コラーゲン〟を配合した『駿楽』にたどり着いた。

「正直、期待以上でした。飲み始めてから大して日も経たないうちに嘘みたいに良くなった！ひざを深く曲げられて、ダイニングの掃除中、気づいたら棚の下の段を中腰で覗いてました。娘と孫も横でたまげてて ね」

その劇的な変化たるや、以前とは見違えるほどだったという。そして後日、上原さんは前述の先生にひざを見せながら、心から安堵する。

「言われた通りに、ひざを動かすことができました。とにかく立ち座りがスムーズ！歩く時もグッと踏み込めるんです」

贔屓目なしに、こんなサプリメントは未だかつてなかったと思う。

グルコサミンとは、まるで実感が違いました

3年ぐらい前から右ひざの違和感がつらく、12,000円するグルコサミンを飲み出したんですが、去年の年明け、寒さのせいか急に悪化しました。

その頃は、あまりのつらさに、夜寝ていても寝返りが打てず、思わず涙が出るほどでした。立つことも座ることも億劫で、足を伸ばしたら伸ばしたっきり。歩くのもやっとで、親戚の葬式でも足を引きずるような感じだったんです。



短期間で一気に良くなる人も多い

まだ六十代なのに、このままだと杖がないと歩けなくなったり、四六時中寝込むようになったりして、主人を困らせるだろうなと思いました。

けれど『駿楽』を飲み始めると、3ヵ月とかからずに、右ひざの変化を実感。朝、スッと起き上がれて、生きている心地がしました。

最近は、違和感がほとんど100％消え、難なくスタスタと歩けます。仏間で正座をしていても、ひざはビクともしません。本当に、自分でも信じられないぐらい楽になりました。

軟骨主成分に加え
“歩行筋”ケア成分を新配合！



機能性表示食品 届出番号：J871
駿楽α しゅんらくアルファ
内容量：240mg×30粒（約1ヵ月分）
原材料：鶏軟骨抽出物（非変性Ⅱ型コラーゲン含有）、ブラックジンジャー抽出物 他

【届出表示】本品には非変性Ⅱ型コラーゲン（酵素分解水溶化コラーゲンペプチドとして）及びブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンが含まれています。非変性Ⅱ型コラーゲン（酵素分解水溶化コラーゲンペプチドとして）は、膝の柔軟性・可動性を助け、中高年の方の膝の動き（階段の上り下り、しゃがむなど）をサポートすることが報告されています。また、運動習慣のある方の日常生活における歩行をサポートし、膝の違和感を軽減することが報告されています。ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンは、年齢とともに低下する脚の筋力に作用することにより、中高年の方の歩く力を維持することが報告されています。

9割以上の方に選ばれている
お得な定期コース 3大特典
◆初めてのご注文からおトクな定期コースなら◆
特典1 商品代金10％引き
特典2 宅急便でもメール便でも送料0円
特典3 いつでも休止・変更ができる
※次回お届け予定日の10日前までにご連絡ください。
通常価格1箱 8,640円（税込）【送料別】▶ 7,776円（税込）送料0円
最大1,364円もおトク！

・コラーゲン本来の構造が保たれている“非変性”だから効率良く吸収される
・骨の健康維持に役立つカルシウムやマグネシウムを結合させたミネラル複合体も配合

●ハーバードの医学博士が認めた！関節に作用する驚異のメカニズム
●科学誌『サイエンス』に論文掲載！
●ひざ関節の曲げ伸ばしが自由自在！
●歩行距離がグンと伸びる！



関節軟骨のグルコサミン、コンドロイチン、ヒアルロン酸などの4倍!! 約80％を占める主成分



スッと立てる！スムーズに歩ける！
▼「杖を突いてたはずのご近所さんがスタスタ歩いてて…！」
▼「去年は車椅子だったのに…」
▼「ボロボロだった軟骨が…！」
▼「ひざに人工のものを入れずに済んでて、正座も平気です！」
▼「ひざの音がピタリと止んで…！」



※摂取目安量

きっと一生、歩ける
つらいひざ関節が
1日たった1粒※で、
お喜びの声殺到中!!
アッという間に…！



〈その他ご案内〉●お届けは、ご注文から1週間前後●配送は宅急便（ヤマト運輸・送料500円）とメール便 ゆうパケット（日本郵便・送料250円）から選択可●お支払いは郵便振替、コンビニ決済で商品到着後2週間以内に。代金引換も可。クレジットカード決済は、お電話、Webにて受付●3万円以上のご購入は、代金引換、クレジットカード決済に限る●返品は未開封のものに限り商品到着から8日以内（送料はお客様負担）　※個人情報は責任をもって厳正に管理し、目的外利用や流出・漏洩を防止します。

▼ご相談だけでも承ります！ お気軽にお電話ください！
通話料無料 0120-13-8869
【受付時間】午前8時▶午後7時（年中無休／年末年始を除く）
〒351-0022 埼玉県朝霞市東弁財3-4-2（株）元気堂本舗「ヨコハマよみうり」係

Yomiuri Playguide
よみうりプレイガイド Tel.050-3387-1517
月・水・金（祝日を除く）10時～15時
※11月5日（木）は営業
オンラインショップのみで取り扱っているチケットもございます、ぜひご覧ください！
https://shop-shoyomi.com

落語 柳亭市馬・柳家三三 二人会 with ロケット団 公演迫る！
11月28日（土）
14:00開演
横浜・関内ホール
大ホール
全席指定4,000円

柳家の嫡流、実力派二人の競演をお楽しみください!!
※未就学児の入場はご遠慮ください

音楽 加藤登紀子 ほろ酔いコンサート2026 vol.46
12月8日（火）
15:30開演
横浜・関内ホール
大ホール
全席指定8,500円
（お酒付き）

「世界の危うさにどう向き合うのか？そんな思いに揺さぶられた2026年も大詰めです。”力のある歌を歌いたい!”そんな思いでいっぱいです。」登紀子
※未就学児の入場はご遠慮ください

音楽 真田ナオキ コンサート2026 in 横浜
12月16日（水）
13:30開演
横浜・関内ホール
大ホール
S席6,500円〈完売〉
A席5,500円
好評発売中！

唯一無二のノックアウトボイスで皆様のハートを射止めます！
※未就学児の入場はご遠慮ください

音楽 沖仁 with 小沼ようすけ Guitar Duo Concert
12月19日（土）
15:30開演
横浜市鶴見区民文化センター サルビアホール
全席指定6,000円

～名曲を奏でる～
映画音楽、名曲、そしてオリジナル
※未就学児の入場はご遠慮ください

ファミリー でんじろう先生の ドキドキわくわく サイエンスショー2027
2027年1月10日（日）
①13:30開演
②16:00開演
カルッツかわさき ホール
全席指定3,000円

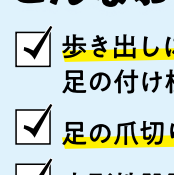
でんじろう先生のおなじみの実験をはじめ、巨大風船実験やクイズなど、お客さん参加型の実験が目白押し！面白くってタメになる！教育とエンターテイメントを融合させたサイエンスショー。
※2歳以下膝上1名まで無料（座席が必要な場合有料）。3歳以上はチケットが必要。
※小学生以下のお子様のみのご入場はご遠慮ください。

音楽 津軽三味線 高橋竹童 新春演奏会
2027年
1月20日（水）
13:30開演
横浜・関内ホール
小ホール
全席指定4,000円

新年恒例の新春演奏会。尺八の佃康史を迎えて息のあった演奏をお楽しみください
※未就学児の入場はご遠慮ください

演劇・舞台 横浜DeNAベイスターズ vs 阪神タイガース 爆笑トークバトル2027
2027年1月30日（土）
①12:00開演
②15:30開演
横浜・関内ホール
大ホール
全席指定8,800円


両球団の人気OBと芸能界きっての熱烈ファンが入り乱れ、ここでしか聞けない野球談議や秘話を繰り広げる「爆笑トークバトル」！東西の熱き野球愛が真冬の横浜・関内ホールで激突します！
※3歳以上有料

音楽 ベイビーブー 25周年記念コンサート ～時代を彩った昭和名曲をあなたに～
2027年2月7日（日）
13:30開演
横須賀市はまゆう会館
全席指定6,500円

【予定曲目】
「手紙～拝啓十五の君へ」
「翼をください」「22才の別れ」他
”声”だけで魅せる実力派アカペラコーラスグループ。昭和の名曲からオリジナルまで心に響くハーモニーで人気を集める。BS日テレ「そのとき、歌は流れた」レギュラー出演中。
※未就学児の入場はご遠慮ください

音楽 島津亜矢 コンサートツアー2027 ～新しい道～
2027年2月14日（日）
14:00開演
ハーモニーホール座間
大ホール
全席指定8,800円

幼少の頃より数々のグラン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

お支払い・お渡し方法
振込先
横浜銀行 関内支店（普）6036980
（株）湘南よみうり新聞社
銀行振込（代金先払い）➡郵送でのお届け
お申し込み後、チケットの代金＋送料600円＋手数料220円（1枚につき）をお振込みください。
（振込手数料は別途お客様負担）
※専用の振込用紙はご用意しておりません
※表示価格はすべて税込価格となります
※お客様のご都合によるチケットの変更、取消はできません
お客様のお名前、ご住所、電話番号、ご購入商品の個人情報は、公演主催者が公演の変更・中止の案内やアンケート引換の際の本人確認および興行主催者が提供する公演・商品・サービスの案内などを行う目的で、申込み公演に関する個人情報を興行主催者へ提供する場合があります。

読者の皆様へ、感謝還元企画！ 読売日本交響楽団 珠玉のロマン派2大名曲

11月17日（火）、横浜みなとみらいホール 大ホールにて「読売日本交響楽団 珠玉のロマン派2大名曲」（主催／神奈川県連合読売会）が行われる。指揮に世界で活躍する藤岡幸夫氏、ヴァイオリンに横浜市出身の髙木凛々子氏を迎え、ロマン派の2大名曲、チャイコフスキーのヴァイオリン協奏曲、ブラームスの交響曲第１番を演奏する。残席わずか、お買い求めはお早めに。


©読売日本交響楽団

◆日時／11月17日（火）13時開場、13時30分開演
◆場所／横浜みなとみらいホール 大ホール
◆料金／S席6,500円、A席6,000円、B席5,000円
◆申込み／☎050（3387）1517よみうりプレイガイド※月水金の10時～15時

県内唯一のWリーグ所属チームに注目 富士通レッドウェーブが横浜武道館にやって来る！

9月のアジア大会での銀メダル獲得など、国際大会で実績を重ねる女子バスケットボール日本代表。日本代表選手が多く在籍する国内リーグ「Wリーグ」が、10月に開幕した。Wリーグに所属する15チームのうち、神奈川のチームは川崎市を拠点とする富士通レッドウェーブのみ。同チームのホームゲームが、11月14日（土）・15日（日）14時より横浜武道館で開催される。チームには、9月に開催されたワールドカップやアジア大会に出場した選手が多数在籍。横浜出身の選手も3人所属している。旭区出身の前澤澪選手は、「プレーの迫力や会場の熱気を肌で感じてください。お待ちしています！」と来場を呼びかけている。

HP


◀旭区出身の前澤選手 背番号は11

▼Wリーグプレミアに所属

©Fujitsu

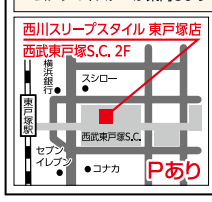
横浜駅に最も近い老人ホーム
無料セミナー
「失敗しない老人ホームの選び方」開催
11/7（土）・11/21（土）
14時～（13時30分開場）
要事前申込み
いざという時のために知っておきたい施設選びのポイントをわかりやすく解説！

横浜駅西口より徒歩8分


秋の食事付き見学会
毎週（金）・（土）・（日）13時～ 予約受付中
実際にお出ししている当日のメニューをお召し上がりいただけます。
※1日1組さま限定。ご希望日の4日前までにご予約ください

食事例
住宅型有料老人ホーム
シニアホテル横浜西口
相談会・施設見学 お申込み・お問合せ
☎045(755)7200
〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町3-32-4
senior-nishi@fureai-g.or.jp

冬本番前
「秋冬物現物市大セール」
西川・昭和西川・ロマンス小杉の商品がお得に！
11/16（月）まで特別価格

〈「上質寝具秋冬現物市」一例〉
◆ダウン70%羽毛ふとん 50,000円 → 29,800円
◆ダウン85%羽毛ふとん 70,000円 → 39,800円
◆ダウン95%羽毛ふとん 120,000円 → 59,800円
◆ゴアテックス羽毛ふとん 200,000円 → 79,800円
◆マザーグース羽毛ふとん 250,000円 → 128,000円
※西川の点で支えるムアツふとんも全種類キャンペーン中。ムアツマイスターが案内します
〈西川チェーン専門店スリープスタイル藤が丘、東戸塚店〉
西川専門店下記店舗では、11月16日（月）までの期間、特別価格で「冬本番前、秋冬物現物市大セール」を開催中です！専門店がすすめる高品質羽毛ふとんが、冬本番前にお得に買えるラストチャンス！メーカー協賛のカバーや毛布、敷パッドなども最大 50%オフに。寝具選びは、実際に店舗に訪れて、見て確かめるのが一番です。プロに聞いて、失敗しないふとん選びを。




【藤が丘店】営業時間 ／ 10時～19時
☎045-972-6404
アクセス／駅から徒歩3分 水曜定休日
【東戸塚店】営業時間 ／ 10時～20時
☎045-827-0659
アクセス ／ 東戸塚駅直結 無休
本紙持参で 店内セール価格から さらにさらに10%OFF
2026年11月16日迄／一部除外品あり
他サービスとの併用不可

参加無料 湘南鎌倉人工関節センターの公開医学講座
患者負担の軽減を目指した 人工股関節手術
こんなお悩みありませんか？
✓歩き出しに足の付け根が痛む
✓足の爪切りができない
✓変形性股関節症で悩んでいる
痛みをがまんしてもよいことはありません、まずは専門家へご相談ください。
当センターは人工股関節手術を専門とし、2004年の開院以来21年間で約14,000件の手術実績を有しています。股関節の痛みにお悩みの方や手術をご検討中の方を対象に、公開医学講座を開催します。受診歴のある方は、再診察のうえご予約ください。
医学講座ダイジェスト版 YouTubeにて公開中！▶
SKJRC 湘南鎌倉人工関節センター
代表 0467(47)2377
神奈川県鎌倉市台5-4-17
駐車場あり
JR大船駅東口より無料送迎あり
※㈫㈬㈮の外来日のみ運行
公式HP▶

参加無料 定員40名 横浜
11/19（木）
14:00～16:00

講師 院長 三原 政彦
会場 ウィリング横浜9F研修室901（上大岡駅より徒歩約3分）
申込期間 10月29日(木)～11月18日(水)
※都合により講師が変更となる場合があります

参加無料 定員40名 横須賀
12/3（木）
14:00～15:30

講師 部長 髙柳 聡
会場 横須賀市産業交流プラザ第2研修室（汐入駅より徒歩約1分）
申込期間 11月5日(木)～12月2日(水)
※都合により講師が変更となる場合があります

申込方法 Webまたは電話にて
湘南鎌倉人工関節センター講座
☎0467(47)2377
(月-土、祝除く9:00～17:00)

ヨコハマよみうり で 市内全域にPR!!
●お店の宣伝
●生徒さんの募集
●イベント告知
など


お問合せ ☎045(550)5785 ヨコハマよみうり編集部